
【五大元素】

“癒し”について

- 言葉によるもの
- 他者との向き合う中で生まれる関係
- 身体へのケア

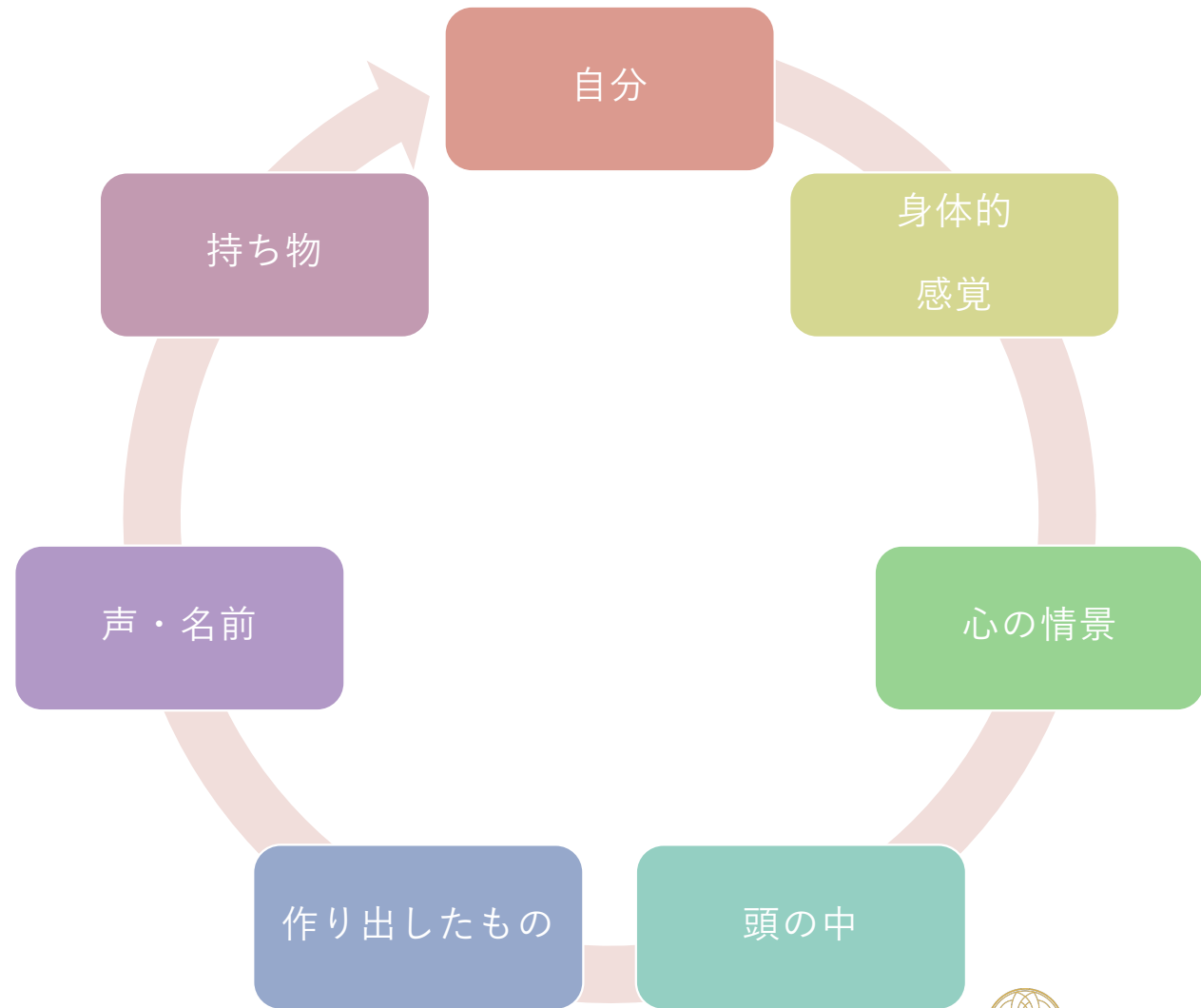
ご褒美をあげる事？楽しい事をすればいいの？？

自分→他人

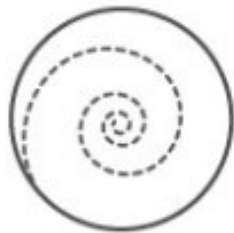
他人→自分

自分→自分

自分の認知



5 ELEMENTS



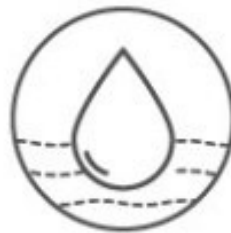
AKASH



VAYU



AGNI



JALA



PRITHVI



SPACE
空



AIR
風



FIRE
火



WATER
水



EARTH
地



アーユルヴェーダ



最古の伝承医学。

- 生命の科学。アーユルヴェーダとは5000年前から伝わる、全ての生きとし生けるものを対象としている。
- 健やかに生きる事を目的とした、身体、感覚、心、魂、そのすべてを包括するホリスティック（全体性・統合的）な智慧、医学、化学である。

Ayurveda = AYU + VEDA

「アーユス」（梵: आयुस्、ラテン翻字: Āyus）

寿命・生氣。生命

「ヴェーダ」（梵: वेद、ラテン翻字: Veda）

智慧・学

【身体（肉体）と共に、感覚、心、魂が互いに連結し一緒に存在している時に“生命”が存在する。】



宇宙の始まり

ビッグ・バン

素粒子

水素・ヘリウム

原子核

銀河の形成

現在の宇宙



Crystal Sound Lab

始まり

引力 & 斥力

形状

衝突

離別

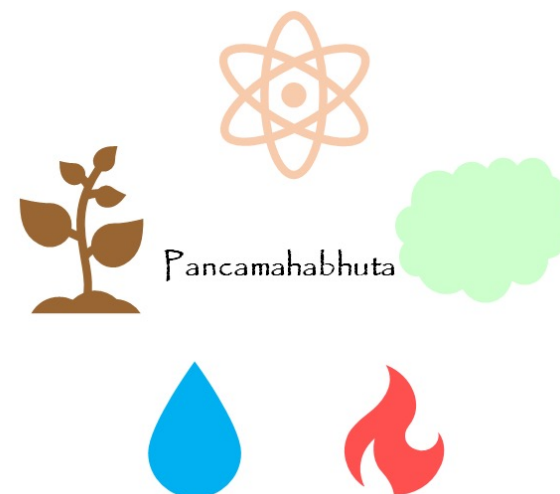


Crystal Sound Lab



五大元素 パンチャマハブター (The Five Basic Elements)

- ①五大元素は空、風、火、水、地
- ②生物、無生物も宇宙に存在する全ての物質は五大元素で構成されている
(元素の含有量が違う)
- ③物質中に単一では存在しない
- ④性質が似ているもの同士→増える
性質が相反するもの同士→減る





空 AKASH

あらゆる空間



性質	働き	動き	・五感の対象(タンマトラ) ・感覚器官(インドリヤ)	身体組織 (例)
軽い 微細(細かい) 滑らか 軟らかい	軟かさ 軽さ 空間を与える	なし	・音 ・耳 (使いすぎ・使わなすぎ ・間違っている使い方)	体腔や内臓の空間 血管や耳の穴など 空洞や開口部etc



風 VAYU

波・動きのエネルギー



性質	働き	動き	・ 五感の対象 ・ 感覚器官(インドリヤ)	身体組織 (例)
軽い 冷たい 乾燥 粗い 透明 微細	動き 粗さ 軽さ 微細さ 透明さ	遠心 	・ 触 ・ 皮膚	呼吸・循環 拍動・運動



火 AGUNI

変換エネルギー





性質	働き	動き	・ 五感の対象 ・ 感覚器官(インドリヤ)	身体組織 (例)
熱い 鋭い 微細 乾燥 軽い 透明	燃焼する 代謝する 消化する 光沢 輝き 色を与える	上方向 	・ 色 ・ 目	光沢・色艶・体温 消化・分泌etc  Crystal Sound Lab



水 JARA

流れと結合



性質	働き	動き	・ 五感の対象 ・ 感覚器官(インドリヤ)	身体組織 (例)
液性 油 冷たい 鈍い 軟らかい 粘着	湿らせる 潤い 粘着,結合 軟かさ	下方向 	・ 味 ・ 舌	体液・脂肪組織 汗尿便etc  Crystal Sound Lab

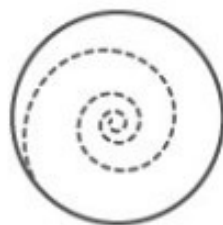


地 PRIVITY

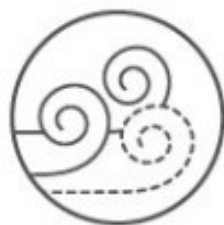
硬さ



性質	働き	動き	・ 五感の対象 ・ 感覚器官(インドリヤ)	身体組織 (例)
重い 粗い 硬い 遅い 安定 固体・密	発育 密度 重さ 安定	下方向 	・ 香 ・ 鼻	臓器・骨格・体・歯・髪・筋肉・ 便etc  Crystal Sound Lab



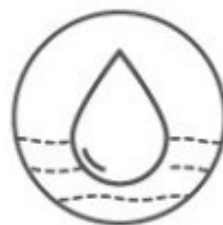
AKASH



VAYU



AGNI



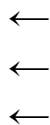
JALA



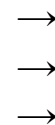
PRITHVI



重い
冷たい
油性



熱い



軽い
冷たい
乾性

【5大元素性質表】



(Ca.Su 26/11) (A.H.Su 9)

元素	空	風	火	水	地
性質	軽 微細 滑らか 軟らかい	軽 冷 乾 粗い 透明・微細	熱い 鋭い 乾 軽 透明・微細	液性 油 冷 鈍 軟らかい・粘	重 粗 硬 遅 安定 固体・密
働き	軽さ 軟かさ 空間	軽さ 粗さ 動き 透明さ	燃焼 代謝,消化 光沢・輝き 血色	湿 潤い 粘着,結合 軟かさ	発育 密集 重さ 安定
動き	なし	遠心	上	下	下
a)五感の対象 b)器官(インドリヤ)	a)音 b)耳	a)触 b)皮膚	A)色 b)眼	a)味 b)舌	a)香 b)鼻
身体 (例)	体腔や内臓の空間 空洞や開口部etc	呼吸・循環 運動etc	熱・光沢・色 消化・分泌etc	体液・脂肪組織 汗尿便etc	臓器・骨格・体・歯・ 髪・筋肉・便etc

出現順位		生成された時の役割	性質	体内での形成物	特性
1	空	宇宙そのものが存在する為の空間	あらゆるすべてを存在させる可能性	スペースそのもの	音
				毛穴などの小孔や体内の伝達路	
				血管、胃や腸などの消化器、胸腔、腹腔などの体内空間、スペース	
2	風	爆風・衝撃・波動・動きをつける	動きを生み出す力	呼吸器官を司る、体や思考、心などの全ての動きと活動	音・感触
				血液を循環、振動	
				心臓を動かす力、軽さや不規則を生み出す	
3	火	摩擦という熱	個体を液体へ	分泌。体のエネルギーや熱さを生み出す	音・感触・色
		変換のエネルギー	液体を気体へ	消化機能や肌の色、艶を司る	
4	水	変化のエネルギー	流動性を備えている	血液、湿度の維持	音・感触・色
		それぞれが結びつきを持つようになる	順応性高く、固執しないしなやかさ	リンパ液などの体内全ての液体成分と滑らかさを生み出す	味
5	地	形になる	安定性	骨格や各組織などを構成、形作る	音・感触・色
			穏やか	筋肉など、体内の硬い部分、固体状の部分	味・匂い
			変化しにくい	重さや安定を生み出す	

トリグナ

照明（明るさ）、意識、透明（清澄）
Lightness, Consciousness, clarity

サットヴァ
Sattva



3グナ
Triguna



タマス
Tamas



ラジャス
Rajas

重さ、抵抗（妨害、停止）
Heaviness, resistance

動き（活動）、刺激（興奮）
Motion, stimulation



Crystal Sound Lab

参考文献



Ca. Su

チャラカ・サンヒター
スートラスターナ
(総論編)



Ca. Vi

チャラカ・サンヒター
ヴィマーナスターナ
(判断編)



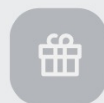
Ca. Ci

チャラカ・サンヒター
チキトゥサスターナ
(治療編)



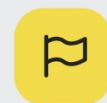
Su. Su

スシュルタ・サンヒター
スートラスターナ
(総論編)



AH. Su

アシュタンガ・フリダヤ
スートラスターナ
(総論編)



AH. Sha

アシュタンガ・フリダヤ
シャーリーラスターナ
(身体編)



Crystal Sound Lab