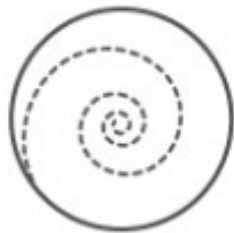


ドーシャについて

CSL講座・第三期

5 ELEMENTS



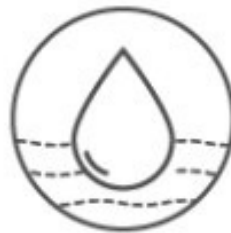
AKASH



VAYU



AGNI



JALA



PRITHVI



SPACE
空



AIR
風



FIRE
火



WATER
水



EARTH
地



Dosha



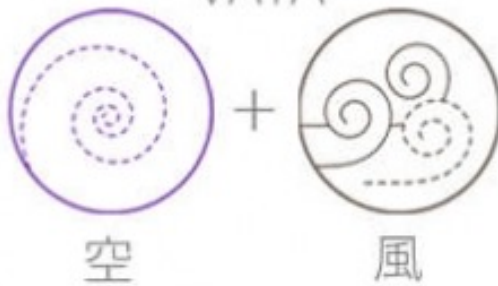
ヴァータ
VATA



ピッタ
PITTA

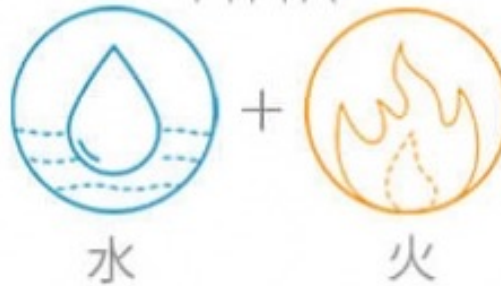


カファ
KAPHA



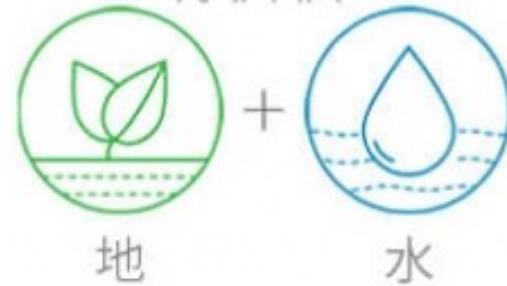
空

風



水

火



地

水





VATA(ヴァータ):風のエネルギー
軽・冷・乾・粗・動の性質を持ち、肉体
の運動、感覚の刺激や神経の伝達、
呼吸といった働きを司ります。



PITTA(ピッタ):火のエネルギー
熱・鋭・流・変・液の性質を持ち、体
内における化学変化、食物の消化・
代謝といった働きを司ります。



KAPHA(カパ):水のエネルギー
重・冷・遅・油・緩の性質を持ち、身
体に結合エネルギーとして、肉体
の構造や体力の維持、同化作用と
いった働きを司ります。



Crystal Sound Lab

Dosha

バランスに影響する要因への意識をすることが大事

身体を支えるエネルギー

【tri-dosha】

心を左右するエネルギー

【tri-guna】

体質、日常生活、時間、場所、天体 etc



Crystal Sound Lab

五感とサイン

- 呼吸
- 脈
- 鼓動
- 視点
- 筋肉と行動
- 体内での感覚

