

# 攻めの開運術クンダリーニヨガ

## テンボディとは？

私たちは一般的に「身体＝肉体」と捉えがちですが、クンダリーニヨガでは、人間は10のエネルギー体（ボディ）を持つとされます。これらのボディは、物質的な肉体だけでなく、感情、精神、エネルギー、スピリチュアルな側面も含んでいます。

ボディ名（英語）	日本語訳	チャクラ関連	主な特徴・機能
Soul Body	魂の体	第1チャクラ	内なる直感、魂とのつながり、心と頭のバランス
Negative Mind	ネガティブマインド	第2チャクラ	危険察知、直感的な防御、境界線の設定
Positive Mind	ポジティブマインド	第3チャクラ	意志力、希望、楽天性、自尊心
Neutral Mind	ニュートラルマインド	第4チャクラ	中立性、直感的判断、瞑想的心
Physical Body	肉体	第5チャクラ	地に足のついた行動、健康、バランスの体現
Arc Line	アークライン（アークボディ）	第6チャクラ（第三の目）	投影、守り、集中力、視線のエネルギー
Auric Body	オーラ体	全体を包む	保護フィールド、HSP傾向、共感力の調整
Pranic Body	プラニックボディ	呼吸と連動	呼吸・プラーナによる生命エネルギー
Subtle Body	サトルボディ（微細体）	ソウルと連動	死後の魂の運搬、人生の達人性
Radiant Body	ラディアントボディ（輝く体）	全チャクラ統合	カリスマ性、光、勇気、オーラの最終形