

チャクラとアロマとパワーストーンの関係性

会員 ID3511

【概要】

チャクラは、私たちの体の中にある7つのエネルギーセンターであり、幸せな人生を送るためのエネルギーの貯蔵庫と言われている。各チャクラに対応していると言われている。精油は植物からのエネルギー、パワーストーンは石のエネルギーが備わっていると言われている。では実際これらはどのような関係性があるのか調査してみた。

【イントロダクション】

チャクラは、私たちの体に存在する7つのエネルギーセンターのことで、サンスクリット語で「車輪」を意味し、光のエネルギーを取り入れ心身を活性化させる働きを持っていると言われている。古代インドから伝わるヨガやアーユルヴェーダでは、人間の肉体は微細なエネルギーによって成り立ち、7つの異なる生命エネルギー（オーラ）に包まれていると考えられ、そのオーラの核となる存在がチャクラと言われている。チャクラは脊柱の基底部分（尾てい骨）から頭頂まで7か所に点在し、虹の7色に対応していると言われている。また、回転するディスクのようなものだといわれ、それぞれ異なる周波数を持ち、異なった働きを担っています。各チャクラの働きをバランスよく高めて、エネルギーのめぐりをよくすれば、自分で自分を癒し創造性を輝かせて生きていけるようになると言われている。

チャクラの働きが乱れると、心身に不調が現れ、すこやかな生活を送ることが難しくなり、人が本来持っている才能や個性を発揮しづらくなると言われている。チャクラがバランスよく活性化すると、ネガティブな感情が消え、心身共に調和が取れて、その人らしい輝きを放ちながら、幸せに満ちた健康な生活を送ることができると言われている。

では、実際個々のチャクラの状態はどうなっているのか、目に見えて判断できるものではないのでチャクラアンケートに答えてもらいチャクラの状態を判断してみた。また同時に、パワーストーンと精油をインスピレーションで選択してもらいチャクラアンケートの結果と関係性が認められるか、考察してみた。

【メイン】①初めに以下のアンケートに答えてもらいチャクラの状態をチェックする
(チャクラアンケート項目) (対象者 20 人)

第1 チャクラ

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> やる気や根気が無くなった | <input type="checkbox"/> 10代 <input type="checkbox"/> 20代 <input type="checkbox"/> 30代 |
| <input type="checkbox"/> イライラして攻撃的である | <input type="checkbox"/> 40代 <input type="checkbox"/> 50代 <input type="checkbox"/> 60代以上 |
| <input type="checkbox"/> なにに対しても感動できない | <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 |
| <input type="checkbox"/> 体がだるい | <input type="checkbox"/> 既婚 <input type="checkbox"/> 未婚 |
| <input type="checkbox"/> 毎日何となく楽しくない | |

第2 チャクラ

- | | |
|--|------------|
| <input type="checkbox"/> 人とコミュニケーションがうまくいかない | |
| <input type="checkbox"/> 恋人や友達に依存してしまう | (複数選択でも良い) |
| <input type="checkbox"/> 過去の嫌な体験が忘れられない | 好きな香り： |
| <input type="checkbox"/> やめたくてもやめられない習慣がある | |
| <input type="checkbox"/> 必要以上に考えてしまう | 苦手な香り： |

第3 チャクラ

- | | |
|--|--------------|
| <input type="checkbox"/> 周りに遠慮いて自己主張できない | |
| <input type="checkbox"/> 最近心から笑っていない | |
| <input type="checkbox"/> 自分に自信が持てない | |
| <input type="checkbox"/> 人や状況を思い通りしようとする | 気になるパワーストーン： |

第4 チャクラ

- | | |
|--|------------|
| <input type="checkbox"/> 緊張が抜けずリラックスできない | |
| <input type="checkbox"/> 最近素直に感動できない | 苦手なパワーストーン |
| <input type="checkbox"/> イライラする事が多い | |
| <input type="checkbox"/> 人に対して優しくできない | |
| <input type="checkbox"/> 愛されていないと感じる | |

第5 チャクラ

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 自分の気持ちがうまく言えない | |
| <input type="checkbox"/> 周りから誤解されやすい | |
| <input type="checkbox"/> 人とぶつかることが多い | |
| <input type="checkbox"/> 不安や恐れのお持ちがある | |
| <input type="checkbox"/> 人や自分を信頼出来ない | |

第6 チャクラ

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 自分の世界に引きこもりたいと感じる | |
| <input type="checkbox"/> 神秘的なことだけに興味がいき日常生活が上手く送れない | |
| <input type="checkbox"/> 優柔不断で考えがまとまらない | |
| <input type="checkbox"/> 理解や洞察力が足りない | |

- ひらめきや直感が全く分からない

第7チャクラ

- 精神的なことを学ぶために日常生活がおろそかになる
- 何かに奉仕したいがなかなかできない
- 人に尽くしすぎ
- 現実的なこと以外は関心がない
- 成長できない自分にあせりを感じる

(チェック項目が多いとこほど不活性チャクラ)

(※上記アンケートは書籍スピリチュアル辞典より抜粋)

(※被験者の判断が鈍らないように各チャクラ部位は記載していない)

- ②各チャクラに対応しているパワーストーンを用意しインスピレーションで選んでもらう
- ③ホホバオイルに各チャクラに対応していると言われている精油を1～3%に希釈したものを用意しこれもインスピレーションで選んでもらう
- ④上記の結果を元に関係性を観る



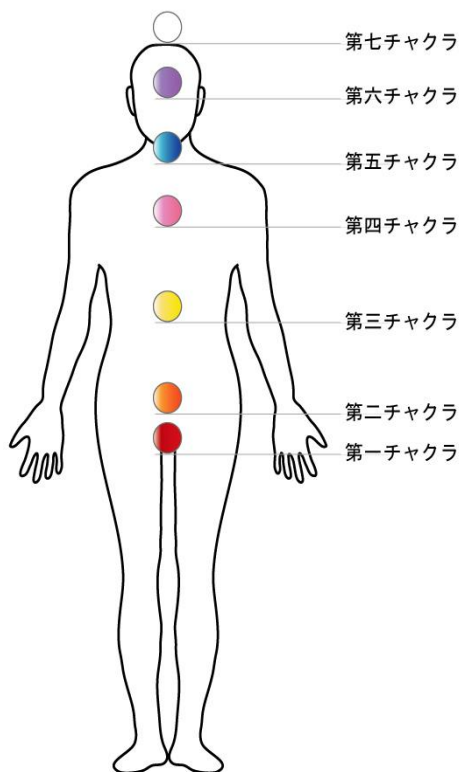
*10種類の精油

1: ティートリー	2: レモン	3: ティートリー
4: アンジェリカルート	5: サンダルウッド	6: ローズマリー
7: ヤロウ	8: ラベンダー	9: フランキンセンス
10: クラリーセージ		

*7個のパワーストーン

レッドジャスパー	カーネリアン	シトリン	アベンチュリン
ブルー・カルサイト	ラピスラズリ	アメジスト	

*チャクラの特徴.部位.対応



チャクラ	第 1	第 2	第 3	第 4	第 5	第 6	第 7
パワーストーン	レッドジュースパー	カーネリアン	シトリン	アベンチュリン	ブルーカルサイト	ラピスラズリ	アメジスト
精油	<ul style="list-style-type: none"> ・サンダルウッド ・ティトリ ・フランキンセンス 	<ul style="list-style-type: none"> ・クラリセージ ・ゼラニウムローズ ・フランキンセンス 	<ul style="list-style-type: none"> ・ティトリ ・フランキンセンス ・レモン 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゼラニウムローズ ・ヤロウ ・ラベンダー 	<ul style="list-style-type: none"> ・ラベンダー ・ローズマリー ・ヤロウ 	<ul style="list-style-type: none"> ・アンジェリカルート ・ヤロウ 	<ul style="list-style-type: none"> ・アンジェリカルート ・レモン ・サンダルウッド
場所	脊柱の基底部 生殖器	下腹部 仙骨のあたり	みぞおち 胃のあたり	ハート 胸の中心	のど	眉間	頭頂

色	レッド	オレンジ	イエロー	グリーン	ブルー	ロイヤルブルー	ヴァイオレット
活性時	行動力 ポジティブ 意欲的	自立 創造生 社交的	自己実現 パワー 自身	周囲に共 感 感謝 愛	コミュニ ケーショ ン 信頼 表現力	直感 知恵 インスピ レーショ ン	スピリチ ュアリテ ィ 宇宙と繋 がり・統 合
不活性時	無気力 無感覚 欲求不満	依存傾 向 不信感 ネガテ ィブ	神経質 不安・恐 れ 自己主張 が強い	ゆとりが ない 無感動 愛されな いと感じ る	言いたい こと言え ない 人間関係 トラブル	自分の中 に引きこ もる 現実との 接点希薄	現実的・ 精神的ど ちらかに 偏りバラ ンスくず しやすい

(※上記表：スピリチュアル辞典,アロマの部屋より引用)

【分析と考察】

①チャクラアンケートに答えてもらい③で好きな精油をインスピレーションで選択してもらった。

そのアンケート結果から不活性チャクラにどの精油を選択したのかを以下の表にまとめた。考察を進めるにあたり軸となる考え方として、ここでは

『好きな精油＝対応チャクラが不活性』と定義する。

第1チャクラ	フランキンセンス (2人)
第2チャクラ	レモン(3人).ラベンダー. (2人) ティートリー (1人) ゼラニウムローズ (2人)
第3チャクラ	ラベンダー (2人) .フランキンセンス (2人) .ゼラニウムローズ (1人)
第4チャクラ	ラベンダー (3人)
第5チャクラ	ローズマリー (5人) .ラベンダー (1人)
第6チャクラ	アンジェリカルルート (2人)
第7チャクラ	サンダルウッド (2人) .レモン. (2人) ティートリー (1人) .アンジェリカルルート (1人)

上記の結果から第1.第4.第5.第6チャクラが不活性時に選択した精油は1~2種類に対し、第2.第3.第7チャクラが不活性時に選択した精油は多岐にわたっていた。またラベンダーは親しみがあるのか多くのチャクラ不活性時に選択されていたのは興味深かった。

今回の結果から、どのチャクラが弱っているのか、被験者は知らなくても嗅覚からか、精油の波動からか分からないがインスピレーション又は無意識で、今必要な精油を被験者自身が選択することが出来るということが明らかになった。これはとっても有意義な結果となった。

次に選択してもらった精油をコットンに含ませ2.3日1日数回嗅ぐようにしてもらった

その結果から、80%ほどの人が癒される感じがする、なんかいい感じ、落ち着くと肯定的な意見が多くみられた。

また、年齢も性別も既婚者、未婚者に関係なく多くの人が第5チャクラの所にチェックしていた。

特に、じぶんの気持ちが上手く言えない、不安や恐れがあるという項目にチェックが多かった。

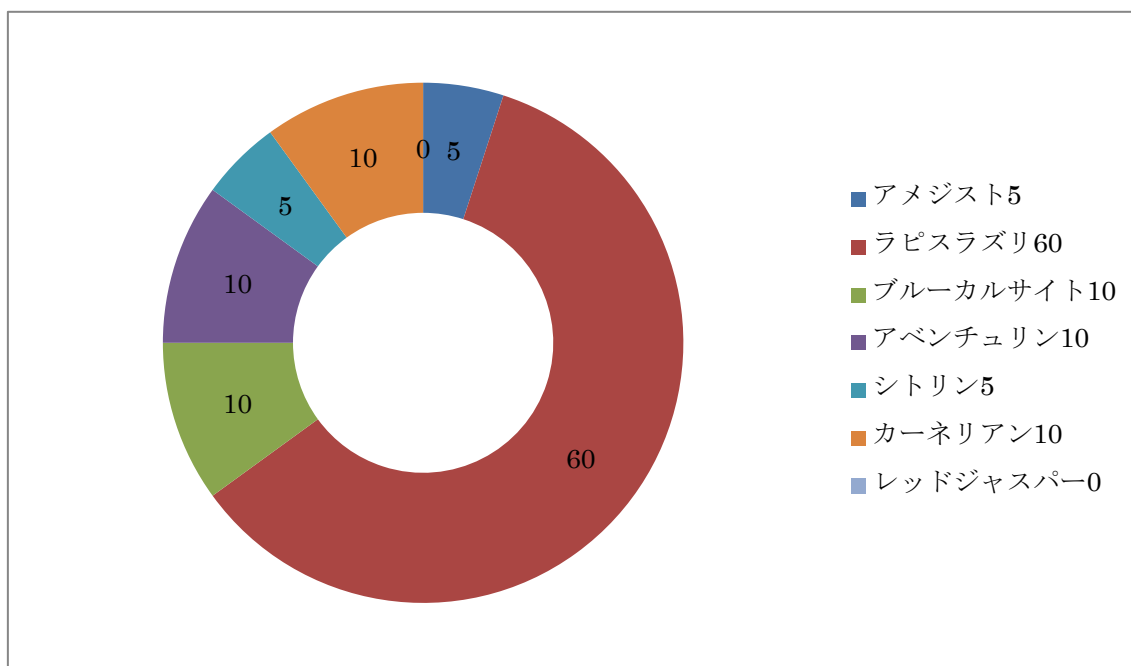
コミュニケーションと自己表現を司るチャクラと言われているが、現代人の姿を現しているように感じた。

他に印象深かったのは、チェックするところが何も無い、匂いもどれも感じないという被験者が2人いた。

この2人の共通点は男性という事といつもマイペースだということとても不思議な結果になった。

②7個のパワーストーンをインスピレーションで選択してもらった。

下記の表は選択したパワーストーンを単位%で表し、グラフに表してみた。



※上記色分けはチャクラとは関係ない

上記のグラフでも分かるように大半の人がラピスラズリを迷いもなく選んでいた。この結果からチャクラアンケートとの関係性はみられなかったが、どのチャクラ不活性時にもラピスラズリは対応することが出来るという事が考察される。

何故そのストーンを選んだか、被験者全員に聞いてみると、大半の人が色で選んだと答えた。

勿論、多少のインスピレーションはあるだろうがこれには少し驚いた。

このラピスラズリは第6チャクラに対応し、直観力や洞察力に関係しているので自然とそれを求めているのか？

チャクラと精油とパワーストーンの関係性は今回分からないという残念な結果になった。

【総括】

今回の実験では、チャクラと精油の関係性は密接であるという事と、またどの精油が今の自分に必要なのかを自分で無意識に選択出来るという事が分かった。個人の波動と精油の波動が引き寄せあうのか、好きな香りを選択するという事の素晴らしさが理解できた。

パワーストーンに関してはもっと時間を掛けて、向き合うという姿勢で実験をした方が良かったのかもしれないが、直感で選択する場合は、まず色で選択をしていることが分かって良かった。

目から入る視覚情報のうち80%以上が色の情報と言われている意味が良く理解でき、その効果は私が考えていた以上にあることが判明した。

チャクラとストーンの関係性は分からなかったが、チャクラと精油の関係性は自分に必要なものは本能で選択する事が出来るという事が明らかになって嬉しく思う。

参考資料

- ・スピリチュアル辞典 著者武藤節子
- ・INTA 国際ナチュラルセラピー協会 <https://www.inta-j.org>
- ・スピリットとアロマセラピー 著者ガブリエル・モージョイ
- ・チャクラを生かす 著者パトリシア・マーシア
- ・Timeless Edition www.timeless-edition.com