

2019年

(社)日本アーユルヴェーダ学会

東京アーユルヴェーダ研究会 3月例会

本日の講師

伊藤 武



講師プロフィール

作家、イラストレーター。ヨーガとサンスクリット講師 YAJ 代表。
著書に『秘伝マルマ ツボ刺激ヨーガ』『図説インド神秘事典』『身体にやさしいインド』（以上講談社）、『ヴェールを脱いだインド武術』『チャラカの食卓——二千年前のインド料理』『図説ヨーガ・ストラ』（以上出帆新社）、『図説ヨーガ大全』（佼成出版社）などがある。

今月の演題『アーユルヴェーダとヨーガの相似と相違』

講師コメント 伊藤武

アーユルヴェーダはヨーガは姉妹関係にある、といわれます。

たしかに、ともにヴェーダから出発しました。しかし、アーユルヴェーダとヨーガには違いも多々あります。

たとえば——

両者の文脈における“プラーナ”は同一ではない。

アーユルヴェーダが“チャクラ”を扱うことはない。

勧められる食べものも、アーユルヴェーダとヨーガでは異なる。

こうした差異は、両者が何を対象にしているか、によって生じます。

インド、インドネシア、ネパール他のアジア各地を数多く訪れ、遺跡調査、神話・伝説、風習、武術、食文化等の収集に努める講師が、今回も豊富な天才的イラストを基に、テーマについての解説をする。アーユルヴェーダとヨーガは車体を支える両輪とも言われている。その中に潜む「相異と相似」

興味のある方、何方でも参加できます。定員 30 名になり次第締め切ります

☆ 開催日時： 3月23日（第4土曜日）18：10～20：30 受付開始 17：50

☆ 会場：中央区人形町区民館 和室5号6号

東京メトロ日比谷線人形町駅下車A1番出口 徒歩3分；東京メトロ半蔵門線水天宮前駅下車7番出口徒歩1分；

都営地下鉄浅草線人形町駅A5出口徒歩6分

<http://www.city.chuo.lg.jp/sisetugaido/syukaisisetu/syukaisisetu09.html>

☆ 参加費：日本アーユルヴェーダ学会 会員 2,000円 一般 2,500円 事前申し込制

☆ 申し込み先：世話人 鈴木八重子 ysuzuki0127@polka.ocn.ne.jp fax 03-3743-3983

4月例会予告 開催日 4月20日（第3土曜日） 演題未定

講師 博士三木健輔先生 横浜市立大学生命ナノシステム科学研究科 長寿科学研究室