

【サブ・ドーシャとチャクラ】

チャクラ	5つのヴァータ (神経叢・放出)	5つのピッタ (神経叢・吸収)	5つの補助生氣 (脊髄・放出)	5つのカファ (脊髄・吸収)
ヴィシュダ	ヴィヤーナ	ブラージャカ	ダナンジアヤ	シュレーシャカ
アナーハタ	ウダーナ	サーダカ	ナーガ	タルパカ
マニプーラ	プラーナ	アーローチャカ	クールマ	アヴァランバカ
スワーディシュ ターナ	サマーナ	ランジャカ	クリカル	ボーダカ
ムーラーダーラ	アパーナ	パーチャカ	デヴァダッタ	クレーダカ