

Hale Pule アーユルヴェーダ & ヨガ
認定オンライン・プログラム

share nature's wisdom





目次

- 03 創設者マイラ・リューインからの手紙
- 04 一緒に成長する
- 05 私たちの教育理念
- 07 The Joyful Journey：健康へのロードマップ
- 08 学びの道のり
- 09 アグニセラピー：経験から学ぶ
- 10 Hale Puleサンガ：グローバルなオンラインコミュニティ
- 12 ステップ1：ヒーラーとして成長する
200時間 アーユルヴェーダ・ヘルスアドバイザー養成トレーニング
600時間 アーユルヴェーダ・ヘルスカウンセラー資格取得トレーニング
- 18 ステップ2：実践の幅を広げる
臨床メンタリング・プログラム（現在、英語版のみ）
一対一のアーユルヴェーダ メンタリング・プログラム
- 24 つながりましょう

© 2022, Hale Pule Ayurveda & Yoga. すべての権利は留保されています。Hale Pule アーユルヴェーダ&ヨガは、このガイドに掲載されている情報を変更する権利を有しています。最新の情報は、Hale Puleのウェブサイト ja.halepule.com をご覧ください。



親愛なる探究者の皆さんへ

アーユルヴェーダは、人生の青写真です。アーユルヴェーダを学ぶことは、生きるための科学を学ぶことですが、それを実際に生活の中で実践することで、芸術にもなります。アーユルヴェーダは、不変の自然の原理に基づいているという意味では科学です。しかし、その原理を自分の人生に応用する創造的なスキルが、アーユルヴェーダを芸術にしているのです。

Hale Puleでは、アーユルヴェーダの科学的基盤と経験的応用の融合がトレーニングの要となっています。私たちの目標は、みなさんに本物のアーユルヴェーダを直接体験していただき、真の理解を得た上で、他の人々に自身を癒す力を与えられるようにすることです。アーユルヴェーダを学ぶことで、自分自身を大切にする方法を学ぶことができます。自分自身の体、心、魂のバランスをとるためのツールを得ることで、人間としての真の可能性を体現することができます。このようにして得られた心のつながりから、健康で生き生きとした人生という贈り物を他の人々と分かち合うことができるのです。

アーユルヴェーダのヒーラーとして、個人的なコンサルテーション、グループでのワークショップ、クリエイティブなオンラインメディアなど、様々な方法で人々を元気づけ、インスピレーションを与えることが可能です。Hale Puleでは、あなたがアーユルヴェーダで個人的に癒され、あなたのコミュニティで実践を共有するための道標となる、様々なオンライン・プログラムを提供しており、あなたを最も刺激する方法を提供しています。このガイドは、Hale Puleのオンライン・プログラムの概要をご紹介します。これが、あなたの進むべき道を明確にし、次のステップを選択するお役に立てば幸いです。

皆さんが、自然と調和した豊かな生活を送れることができますように。

愛を込めて *Myra*



一緒に成長する

私たちは、アーユルヴェーダとヨガを通じて、
自然でホリスティックな生き方を活発にすることを目指しています。

アーユルヴェーダは、自然の深い知恵を体現したものです。
アーユルヴェーダは芸術であると同時に完全なホリスティックな科学であり、
誰もが喜びに満ちた生活を送るための可能性を具現化するための
ツールでもあります。

アーユルヴェーダは、最高の健康と幸福という貴重なギフトを与えてくれます。実践する
ことで、あなたは想像を超えた変化を遂げ、
他の人も同じような変化を遂げられるように、
サポートできるようになるでしょう。

私たちの教育者としての使命は、あなたの視野を広げ、あなた自身、
すべての自然、そして宇宙との力強いつながりを育むための
インスピレーションを与えることです。
これを、中核となる教育理念に基づいたプログラムを通して提供しています。



私たちの教育理念

本物のアーユルヴェーダと、現代に合ったアーユルヴェーダを共有する
古典に基づいた教えと、数十年にわたる現代的な応用と実践的な経験によって形成された教えを提供します。

すべての治療の基礎として、アーユルヴェーダの精神的基盤を尊重する
絶え間ない体と心の調和という人間の精神的な側面を尊重します。

体験的そして実践的な教育を提供する
アーユルヴェーダの真実と力を内側から体験することで、納得しやすく、
他の人にも適用できる方法で共有することができます。

人生と癒しに対するホリスティックな視点を促進する
真の健康と幸福は、人間がホリスティック（全体的）な存在であり、
すべてが他のすべてに影響を与えるという理解から生まれます。

人生と実践における自己責任に焦点を当てる
宇宙の原因と結果の法則を理解し、人生で望む結果を得るために意識的に選択することを学びます。

コミュニティ作りと関わりを深めることで元気付ける
さらなる平和と喜び、健康な長寿を享受するために、バランスと調和を育むことに、
すべての人々を含め、関わりを持ちます。



"私は以前、自分の体や自然、そして自分自身など、
すべてのものと対立しているように感じていました。

しかし、アーユルヴェーダによって、私の人生は意味を
持つようになりました。私が経験した困難や、試したことが
上手くいかなかった理由が理解できたのです。

ホリスティックなアプローチにより、自分自身と人生を全く
違った方法で見ることができ、納得することができました。
特に気に入っているのは、自分の体のデザインに合わせて、
自然との調和を図ることができることです。"

～マイラ リューイン

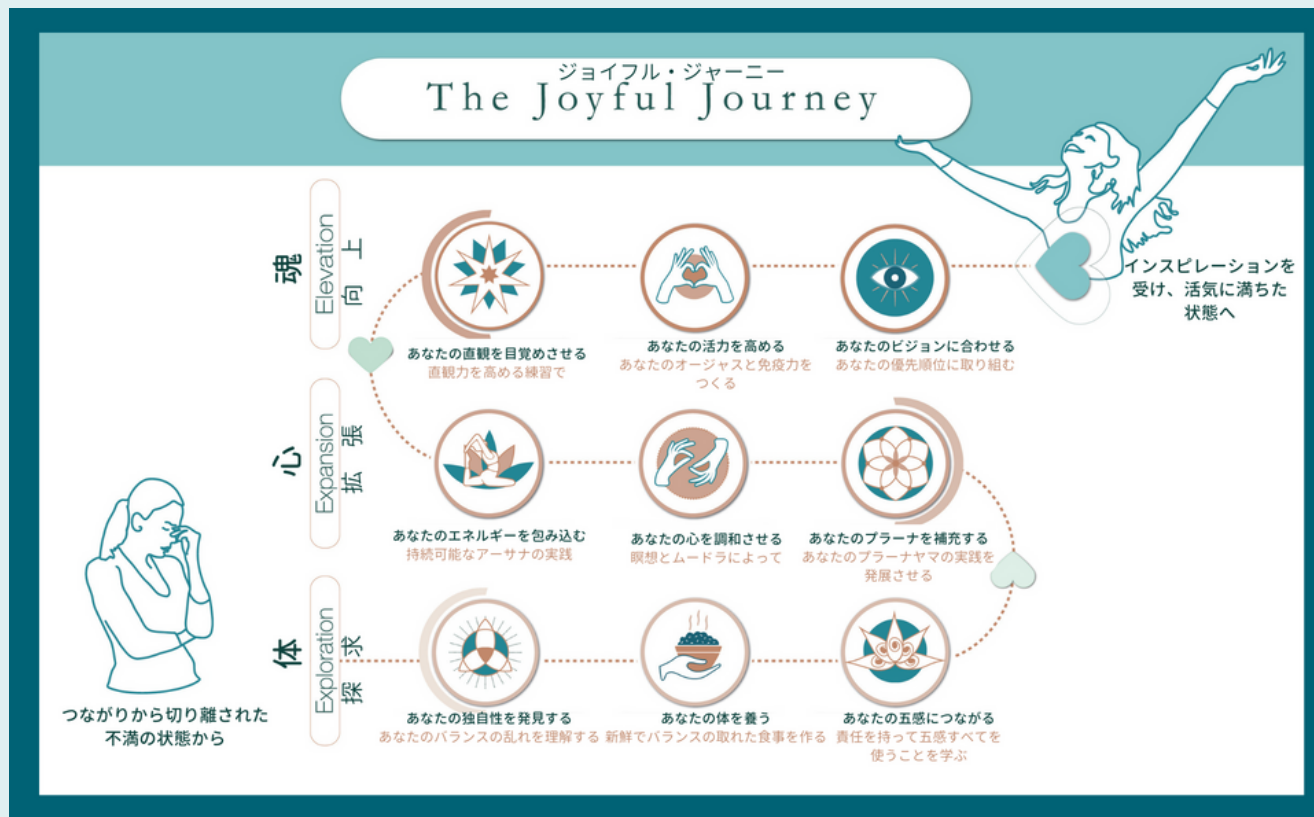


すべてはつながっている

ジョイフル・ジャーニーは、完全なる癒しへのロードマップであり、Hale Pule のトレーニングの基礎を形成しています。これは、すべてのものが他のすべてのものに影響を与えるという理解に基づいた、アーユルヴェーダとヨガによるホリスティックな癒しのアプローチです。この自然な生き方は、体、心、魂を癒す日々の実践からなる完全なシステムとして、活力ある健康、若返り、インスピレーション、長寿の基礎となります。

アーユルヴェーダ・ヘルスカウンセラー資格取得トレーニングとアーユルヴェーダ・ヘルスアドバイザー養成トレーニングの受講生は、まず自分自身がこの道を歩き、次に他の人が同じことができるように導き方を学びます。

この旅に出ることは、まさに自己愛を示す行動であり、また永遠の魂である自分自身へ敬意を払うことでもあります。



学びの道のり

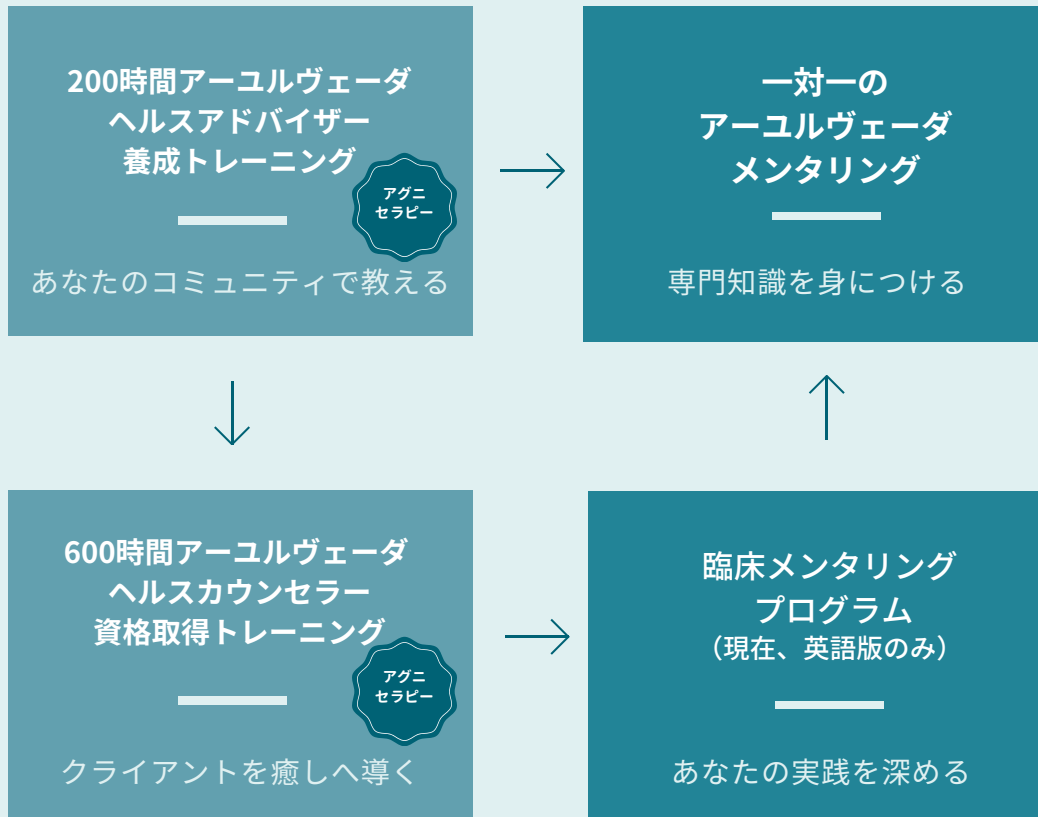
Hale Puleでは、体験的で実用的な教育を提供することに重点を置いています。

200時間のアーユルヴェーダ・ヘルスアドバイザー養成トレーニング、または600時間のアーユルヴェーダ・ヘルスカウンセラー資格取得トレーニングのいずれかを、あなたの目的に応じてお選びください。

どちらのプログラムでも、まず最初にアグニセラピー・プログラムを修了し、アーユルヴェーダとヨガの基礎を日常生活に取り入れることから始めます。個人的な深い癒しとともに、実践で得る経験から深い知恵を受け取ることでしょう。

トレーニング修了後は、専門分野の知識を深めたり、メンター制度を利用してカウンセリングのスキルを高めたりすることが可能です。

このガイドは、各トレーニングの比較を掲載していますので、ご自身の目標や次のステップを明確にするのにお役立てください。



体験型の学びを始めましょう

アグニセラピー・プログラム

アグニセラピーは、アーユルヴェーダとヨガによる完全な癒しのシステムです。このプログラムは、あなたの消化と人生を4週間でリセットします。

アグニセラピーは、200時間アーユルヴェーダ・ヘルスアドバイザー養成トレーニングと600時間アーユルヴェーダ・ヘルスカウンセラー資格取得トレーニングに組み込まれた、私たちの代表的なヒーリング・プログラムです。

アグニセラピーは、アーユルヴェーダとヨガの実践と原理を直接体験する機会を提供します。深い個人的な癒しを経験し、生き生きとした生活の基礎を身につけることができます。これは、あなたが成長し、あなたの生きた知恵を他の人と共有するための基礎となります。

アグニセラピーのプログラムを修了された方には、1対1のアーユルヴェーダ・コンサルテーションを受けていただき、症状を解決するための個人的なガイダンスを提供します。さらに、Hale Puleのカウンセリングへのアプローチを実際に体験することができます。

プログラムに含まれるもの

4週間（またはそれ以上）のホリスティックな食と生活習慣の実践の統合的な指導

7日間のアーユルヴェーダによる消化のリセット

ビデオ、ガイド、レシピ、健康日記、トラッキングツール

月1回のライブ質疑応答セッション、アーユルヴェーダの知恵と実践をまとめたライブラリーへのアクセス

4週間後も、すべてのプログラムのコンテンツとライブ質疑応答セッションに継続的にアクセスできますので、季節の変わり目やリセットが必要なときには、いつでもプログラムを繰り返すことができます。



HALE PULEサンガ

アーユルヴェーダやヨガを学ぶ人たちのコミュニティの中で学ぶ

仲間との ネットワークを築く

アーユルヴェーダとヨガを融合させ、探求したいと考えている人たちとつながります。私たちのコミュニティはグローバルです。



あなたの旅を シェアする

他の受講生達と日々、ディスカッションに身を浸すことができます。自分の学びの道筋を写真や、その途中で書いた感想をシェアして共有しましょう。



一対一のメンタリング & 日々のサポート

参加すると、課題の見直しや完成をサポートしてくれるメンターがつきます。Hale Puleの指導者たちに質問すると、すぐに指導を受けることができます。



HALE PULEサンガ

あなたのインスピレーション、あなたのコミュニティ、あなたのホーム

私たちのプログラムの受講生は、Hale Puleサンガ（同じ道を歩む似た思いを持つ人々の活気あるオンライン・コミュニティ）に迎えられます。ここは、インスピレーション、つながり、そしてサポートの場です。Hale Puleサンガでは、トレーニングやプログラムの教材や、新しい仲間を見つけることができます。

トレーニングやプログラムのポータルに入ると、「アクティビティ・フィード」が表示されます。ここでは質問をしたり、講師や仲間とのディスカッションに参加することができます。また、興味深いケーススタディや考えさせられる質問を見つけることができ、学んだことを実践に移すことができます。

Hale Puleサンガの講師たちは、アクティビティ・フィードやプライベートの受信箱をチェックし、受講生から寄せられたコメントや質問、懸念事項が迅速に回答します。

あなたがアーユルヴェーダ・ヘルス アドバイザーやアーユルヴェーダ・ヘルスカウンセラーへと成長する間、私たちのこのグローバルなオンラインコミュニティがあなたを支えます。





ステップ1：自分の内にいる生徒としてのあなたに火をつけ、ヒーラーとして成長する

200時間 アーユルヴェーダ
ヘルスアドバイザー養成トレーニング

600時間 アーユルヴェーダ
ヘルスカウンセラー資格取得トレーニング



200時間 アーユルヴェーダ ヘルスアドバイザー養成トレーニング

600時間 アーユルヴェーダ ヘルスカウンセラー資格取得トレーニング

Hale Puleでは、ヒーラーとしての成長をサポートするために、オンラインの自分のペースで進めるアーユルヴェーダ・トレーニングを2つ提供しています。

- 200時間 アーユルヴェーダ・ヘルスアドバイザー養成トレーニング (修了期間1~2年)
- 600時間 アーユルヴェーダ・ヘルスカウンセラー資格取得トレーニング (修了期間1.5~3年)

200時間トレーニングは、600時間トレーニングを受講するための必須トレーニングではありませんが、両プログラムを続けて修了することを選択する方もいます。

ここでは、アーユルヴェーダの叡智を体験し、共有したいという気持ちに応じて、自分に合ったトレーニングを判断していただけるよう、2つのトレーニングを比較します。

誰のためのプログラム？

200時間 アーユルヴェーダ ヘルスアドバイザー 養成トレーニング

- ヨガ講師、ヨガ上級者、マッサージセラピスト、栄養士、ウェルネスやナチュラルヒーリングに関心のある方。
- 自分の家族やコミュニティに、アーユルヴェーダの基礎教育を提供したいと考えている方。
- アーユルヴェーダの経験は必要ありません。

600時間 アーユルヴェーダ ヘルスカウンセラー 資格取得トレーニング

- ヨガ講師、ヨガ上級者、マッサージセラピスト、栄養士、ウェルネス・コーチ、医療関係者。
- クライアントと一対一で向き合い、身体のバランスの乱れを修正し、健康で生き生きとしたライフスタイルをサポートしたい思いがある方。
- アーユルヴェーダの経験は必要ありません。



トレーニングに含まれるもの

200時間 アーユルヴェーダ ヘルスアドバイザー養成トレーニング

- アグニセラピー・プログラム
- Hale Puleのプラクティショナーとコンサルテーション
- 10レッスン分の教材
- 私たちの講師からのサポートとフィードバック
- ワークショップを準備するためのガイダンス
- マイラ・リューインによるライブ講義と質疑応答を含む月1回のライブ・グループ・セッション（卒業後も継続してアクセス可能）
- 過去のライブ講義にアクセスできる特典付き

600時間 アーユルヴェーダ ヘルスカウンセラー資格取得トレーニング

- アグニセラピー・プログラム
- Hale Puleのプラクティショナーとのコンサルテーション
- 20レッスン分の教材。各章の読み物と補足的な音声、およびビデオレッスンが含まれています。
- 私たちの講師からのサポートと各レッスンの筆記課題へのフィードバック
- クライアントの健康に関する質問表を作成するためのガイダンス
- 15件のHale Puleが行ったクライアント・コンサルテーションの録画のオブザーベーション
- マイラ・リューインによるライブ講義と質疑応答を含む月1回のライブ・グループ・セッション（卒業後も継続してアクセス可能）
- 過去のライブ講義アクセスできる特典付き
- Hale Pule アーユルヴェーダ・ヘルスカウンセラー資格取得トレーニングのマイティー・ネットワークス上でのコミュニティ（オンラインコミュニティ）での継続的なメンバーシップ

"アーユルヴェーダ・ヘルスカウンセラー・トレーニングに参加して一番良かったことは、腰を下ろして勉強を始めるたびに、自分の家に帰ってきたような気分になることです。アーユルヴェーダの旅には何か特別なものがあります。それは、新しくて刺激的な感じがすると同時に、ずっと知っていて一時的に忘れていたもののようにも感じます。アーユルヴェーダはまさに理にかなっていて、それが私の最も好きなところですよ。"

～ TONI



得られる成果

200時間 アーユルヴェーダ ヘルスアドバイザー養成トレーニング

- 自分でアーユルヴェーダの実践を取り入れることで、健康と活力が高まる
- グループや個人に対して、アーユルヴェーダの食事（ahar アハーラ）とライフスタイル（vihar ヴィハーラ）の基本的な教えを提供する能力
- ウェルネス分野ですでに実践、提供しているサービスを補完するホリスティック・ヘルスに関する学び
- あなたのコミュニティでアーユルヴェーダの認知度と実践度を高めることができる

600時間 アーユルヴェーダ ヘルスカウンセラー資格取得トレーニング

- 自分でアーユルヴェーダの実践を取り入れることで、健康と活力が高まる
- アーユルヴェーダの原理と実践の深い理解を元に、クライアントの症状を取り除き、病気のプロセスを元に戻すためのカウンセリングができる能力
- 食事（ahar アハーラ）やライフスタイル（vihar ヴィハーラ）、補完的なトリートメントによって、クライアントがより健康で長生きできるように導き、刺激を与える能力
- あなたのコミュニティでアーユルヴェーダの認知度と実践度を高めることができる

卒業生の活動

200時間 アーユルヴェーダ ヘルスアドバイザー養成トレーニング

- 個人的なアドバイス：ドーシャバランス、アグニバランス、ストレス軽減など
- 消化を最適化し、精神的な明瞭さと身体的な運動能力を向上させるための食事とライフスタイルの指導を提供
- 軽減・解消できる症状の例：
 - 膨満感、ガス、便秘などの消化器系の問題
 - 免疫力の低さ
 - 皮膚炎
 - 炎症
 - 睡眠障害
 - 過体重
 - 不安感
 - 女性の健康問題（更年期障害、月経周期の乱れ、食欲不振、早期老化）
- コミュニティでワークショップの開催
- SNSやブログなどのメディアを通じて、パブリック・エドゥケーターやアーユルヴェーダのアンバサダーとして活動

600時間 アーユルヴェーダ ヘルスカウンセラー資格取得トレーニング

- 症状や病気、疾患の予防と回復のために、クライアントと一対一で対応する
- 軽減・解消できる症状や病気の例：
 - セリアック病、クローン病、炎症性腸症候群、憩室炎を含む消化器系の障害
 - 食物不耐症、過剰なカンジダ
 - うつ病、パニック障害、不安神経症、強迫性障害
 - 全身性のニキビ、湿疹
 - 自己免疫疾患
 - 依存症
 - 関節炎
 - 不眠症
 - アレルギー
 - 骨粗しょう症
 - ホルモンバランスの乱れ
- コミュニティでワークショップの開催
- SNSやブログなどのメディアを通じて、パブリック・エドゥケーターやアーユルヴェーダのアンバサダーとして活動

ステップ2：実践の幅を広げる

臨床メンタリング・プログラム

(現在、英語版のみ)

一対一のアーユルヴェーダ メンタリング・プログラム



臨床メンタリング・プログラム

(現在、英語版のみ)

一対一のアーユルヴェーダ メンタリングプログラム

アーユルヴェーダのプログラムを卒業することは、ホリスティック・ヒーラーとしての仕事の仕方を学ぶ始まりに過ぎません。アーユルヴェーダは科学であると同時にアートであり、ヒーラーとして遭遇する様々な症状、症例、性格タイプは、アーユルヴェーダの理解と応用において継続的な学習と成長を促します。

私たちのメンタリング・プログラムは、あなたのキャリアの初期段階で、アーユルヴェーダへの理解とクライアントへの対応を深めてくれる、信頼できるガイドとの取り組みを提供します。

2つのオンライン・メンタリングのオプションをご用意しています：

- 臨床メンタリング・プログラム (2年以内に完了)
- 一対一のアーユルヴェーダ・メンタリング・プログラム (フレキシブルな3時間パッケージ)

誰のためのプログラム？

臨床メンタリング・ プログラム (現在、英語版のみ)

- 600時間のアーユルヴェーダ・ヘルスカウンセラー資格取得トレーニングを修了した方、またはそれに相当する方で、クライアントとの一対一の取り組みの初期段階でサポートやアドバイスを求めている方
- 既存のアーユルヴェーダの取り組みを深めたい方、特にアーユルヴェーダの食事に焦点を当てたり、カウンセリングのスキルを身につけたい方

一対一の アーユルヴェーダ メンタリング・プログラム

- アーユルヴェーダのアドバイザー、カウンセラー、プラクティショナーで、ハーバリズム、アロマセラピー、ヨガセラピー、女性の健康、特定の症状や問題の治療など、特定のトピックに関する教育を拡大したい方
- 質問に答えたり、課題を話し合ったり、解決策を提案したりする信頼できるガイドを求めているアーユルヴェーダのヒーラー



含まれるもの

臨床メンタリング・プログラム (現在、英語版のみ)

- クライアントの初回コンサルテーションに向けた『健康に関する質問票』の作成や強化をサポート
- クライアントとのコミュニケーションを改善するためのガイダンス
- クライアント25件の事例を詳細に考察
- 5件のケースごとにHale Puleのプラクティショナーと連絡
- マイラ・リュースによるライブ講義と質疑応答を含む月1回のライブグループセッション（継続的に卒業生としてアクセスできます）
- オプションで、Hale Puleのプラクティショナーによるアーユルヴェーダ・コンサルテーションの割引
- オプションで、マイラ・リュースが行った25件のクライアント・コンサルテーションの録画を観察・評価する臨床教育プロジェクトを追加することができます

一対一のアーユルヴェーダ メンタリング・プログラム

- 3時間分のメンターシップ・パッケージ
- 最初のパッケージには、Hale Puleのプラクティショナーによる60分のアーユルヴェーダ・コンサルテーションと、2時間分の自由に使えるメンタリングの時間が含まれます
- それ以降のパッケージは、3時間のメンタリング分で、設定されたプランに沿って、または各セッションで選択したテーマについて、30～90分のメンタリングセッションとして使用できます



"Hale Puleは、実際のプログラム、ライブ講義、
質疑応答、ポッドキャストなど、私が簡単にアクセス
できるようにしてくれていて、とても楽しく進めて
います。マイラをはじめとするHale Puleのチームは、
いつも私のすぐそばにいて、この道を一緒に歩き、
必要なときにはいつでも私を助け、
導いてくれているように感じます。"

～ MIA



臨床メンタリング・プログラム

(現在、英語版のみ)

卒業生の活動

- カウンセラーのレベルを超えて、ますます複雑になるクライアントの状況に対応

得られる成果

- クライアントを診断し、解決策を提供する能力が高まる
- コンサルテーション前、最中、後の効率が上がる
- クライアントに提供できる技術、提案、ツールの幅が広がる
- プロ意識の向上
- ビジネスの立ち上げと確立のための一対一のメンタリング（ワークショップ／プログラムのマーケティングや設定の仕方、提供内容の見直し、自分を売り込む際の自信の向上など）



一対一のアーユルヴェーダ メンタリング・プログラム

卒業生の活動

- メンタリング・セッションの焦点に応じて、実践の範囲が広がります

得られる成果

- クライアントと一緒に特定の課題に取り組む能力の向上
- ハーブやオイル作り、アロマセラピー、セラピー・ヨガ、女性の健康など、興味のある分野に応じた専門的なスキルの開発。
- ビジネスの立ち上げと確立のための1対1のメンタリング（ワークショップ／プログラムのマーケティングや設定の仕方、提供内容の見直し、自分を売り込む際の自信の向上など）



アーユルヴェーダのヒーラーになる

your path home

アーユルヴェーダを生きること、
それは毎日自分自身に向かって歩いていくこと。
あなたの道はあなただけのものであり、
あなたが夢見た通りに展開していきます。

このプログラム・ガイドが、あなたがアーユルヴェーダとヨガの道を
さらに進むインスピレーションになれば幸いです。

私たちのプログラムの詳細については、
Hale Puleのウェブサイトをご覧ください。

ご質問がある場合は、チームのメンバーがZoomで
喜んでお答えいたします。

今すぐ個別相談を予約する

