

MOTĪHER

アーユルヴェーダ
スクールX

-自身が自身のホームドクターになる-



全ての人に アーユルヴェーダを

-はじめの一歩。

万人に当てはまる体質や、食べ物、ライフスタイルはないけれど、万人に知ってもらい実践してみていただきたいのがアーユルヴェーダであり、多くの方に、無条件に知っていただきたい、取り入れていただきたい。

それが、私たちMOTHERの純粋な想いです。



スクールX 特徴



完全自己完結型
オンライン形式



フレキシブル
いつでも、どこでも



QAシートで
疑問点解決



講座概要



▼講座に含まれるもの

- ・全15回の講義動画 & 資料
- ・事前講座のべ100時間以上(閲覧期間期限有)

▼含まれないもの

- ・事前カウンセリング
- ・ディナチャリア習慣(毎朝の瞑想クラス+ラージャヨガクラス)
- ・ウェルネスジャーナルシェアリング
- ・修了書の発行
- ・試験や課題のチェック



こんな人におすすめ



- ・アーユルヴェーダを学びたいけどオンライン上での顔出しはちょっと・・・という方
- ・コミュニティというより、とにかくまずはアーユルヴェーダについて知りたい！という方
- ・ディスカッションが苦手・・・という方
- ・アーユルヴェーダを学びたいけど、できるだけ価格を抑えたい！という方
- ・自分のペースでコツコツ進めたい方

etc

様々なライフスタイルの中で生活されているどんな方でも学んでいただけるこのプログラム。

どうか必要な方の元へ、必要なタイミングで届きますように・・・。





【スクールX オススメポイント】

- ・ MOTHERコミュニティへ参加することなく学べる。
- ・ ご自身のペースで学ぶことができるため、短期で終わることも長期でじっくり学ぶこともできる。
- ・ スクール生同士でシェアの時間などが無いためZOOMでお顔出しに抵抗がある方にはオススメ。
- ・ どうしてもアーユルヴェーダを学びたいけど、少しでも安く講義を受けたいと考えている方向けの価格設定
- ・ お申し込み完了時からフォルダ共有開始
視聴期限は4/30を予定。
→最大5ヶ月視聴可能！
早めのお申し込みをおすすめします！！



岡 清華

MOTHER代表・講師



@okasaya

<https://www.instagram.com/okasaya/>



皆様こんにちは、MOTHER代表の岡 清華と申します。

このページにたどり着いてくださった皆様は、
アーユルヴェーダに少し、もしくは深い興味を持っていただいている方だと思うのですが、
6年前の私も同じくネットで、このアーユルヴェーダというキーワードに辿り着きました。

当時私は、あらゆるダイエット法や、著名人の自伝、自己啓発本などを読み漁り、
どこに真の健康や、真の幸福があるのかと、究極の生き方を探し続けていた中でアーユルヴェーダに出会いました。
そしてアーユルヴェーダを学び取り入れ初めてからは、みるみると自身の人生は変わり始め、
今でもその進化を更新し続けているのです。

驚くほどに自身は勿論のこと、人間の、無限の可能性を毎日感じさせられています。

そこからは、自身のより良い心身の豊さと成長を楽しみながら、内から湧き上がるようなバイタリティを元に、
得た知恵から学びと実践を繰り返し、本質的な人生の豊かさとその実体験した感動を伝えたい一心で、
2020年8月にアカデミーの第一弾として“アーユルヴェーダスクール“を開校させていただく運びとなりました。

全てが学べるこのスクールの開催を、多くの皆様にご要望いただき開校する運びとなりました。

自身の活動の中でも、ここ数年で更に予防医学やメンタルヘルスだけでなく、的確に世の中の情報を選択する能力、
そして新時代に必要な知恵として様々な業界にこの知恵が益々求められていることを、肌で感じています。



世界最古の伝統医学アーユルヴェーダは、真の健康を手に入れる方法だけでなく心の豊かさ、地球環境との向き合い方にまで...
まさに生き方の知恵そのものを教え、最善の持続可能な幸福への道を導いてくれる現代の救世主。

アーユルヴェーダは、民間療法から始まった世界最古の医学であるので、
ITやAIなどの最先端の事業や流行とは無縁のように感じますが、
この変化の時代に活用できるようにアレンジし現代人に役立つ形で伝えていきたい。

それが、我々が現代に提案する「**日本式アーユルヴェーダ**」です。
オンラインでの目に見えない繋がりや、時空感を越えた学びと実践の可能性は、まさに無限大だと感じています。

アーユルヴェーダを現代に活用するためには、本質的な理解が必要ですが、その時に必要なことは、
「実践方法などの“手段“を重要視してアーユルヴェーダを学び生かそうとするのではなく、抜本的な“在り方”を捉え取る」
という視点です。

“現代人が実践すべき生きる知恵”つまり、日本の伝統や文化なども踏まえた抜本的な、“生命の在り方”を極めて現代に必要な形で、
アレンジしていくという観点です。

この柔軟性のある考え方こそが、今の時代の変化だけでなく、今後どんな変容が起きようが、
生き残っていける生涯の知恵になるのではないかと思います。



私の講座では、アーユルヴェーダを学ぶ中で最も大切な知識だけでなく、実践することによる真の理解と実践的なスキル、ノウハウを詰め込んでいますが、それだけでなく、言葉にエネルギーを乗せた言霊を大切にしています。

テキストベースや理論だけではなく、目に見えないエネルギーレベルでの感覚を皆様にお伝えするために、一人一人との面談を大切にしていたり、毎朝の瞑想のクラスなどでの繋がりも皆様のライフスタイルに合わせて参加いただければ幸いです。

そして卒業後もスクール生の皆様との交流会や、学びや実践を継続いただける“繋がり“の機会を提案していますので、実践を元にした学びを継続的に行っていただけます。

もしよろしければ、スクール卒業生1～6期生の卒業後も続く学びと、現在開講中の7期生のリアルな学びの体験記をフォローしてみてください。

今後現代に必要不可欠な、予防医学、未病、真の情報、そして不変の法則と一生物の知恵をシェアして、多くの人々とこの地球環境を幸福と調和に導く学びを皆様とご一緒できますことを心から楽しみにしております。

岡 清華

