

# VINIYOGA®セラピスト養成トレーニング

T. クリシュナマチャリヤ師とTKV デシカチャー師の伝統



Photograph © Kausthub Desikachar

[VINIYOGA.COM.SG/THERAPY-TRAINING-JAPAN-2024-APPLY](https://VINIYOGA.COM.SG/THERAPY-TRAINING-JAPAN-2024-APPLY)



自己の成長と癒し 身体、呼吸、マインド、精神を通して

日本開催 | 2024 - 2028

## I. はじめに INTRODUCTION

ヨーガセラピーは、補完的でホリスティックなヘルスケアシステムであり、生徒一人一人の個性的かつ、変化するニーズに合わせて、多彩なヨーガのツールを継続的に適応させることで、ホリスティックに一人の個人への安定と健康へと対応していきます。それゆえに、ヨーガのツールの基本的な活用法と応用法をより深く理解することがとても重要です。

ヨーガセラピーを適切に行うことで、以下のようなさまざまな目的に活用することが出来ます：

- ・ 心身の健康の促進と維持
- ・ ホリスティック・ヘルスケアの共同補完システムとしての役割
- ・ ストレスを和らげ、効率性を高める
- ・ 慢性疾患がある中でも、生活の質を向上させる
- ・ 人生の困難な状況に対処する力を与える
- ・ 自己の癒しの道へと導く
- ・ 精神的な変容の旅に出る
- ・ ヒーラーとして、個人の内なる可能性を発展させる

## II. 教え THE TEACHINGS

T.クリシュナマチャリヤ師は、古代のヨーガの教えを復活させ、現代社会へもその必要性を伝え、維持させることに成功した偉大なパイオニアでした。彼は、ヨーガのツールやテクニックを、各個人のニーズや能力を尊重しながら適応させるという、知的なヨーガのアプローチを強く提唱いたしました。インドラ・デヴィ、パタビ・ジョイス、BKSアイアンガー、そして特にTKVデシカチャーをはじめとする彼の弟子たちの人気と魅力は、T.クリシュナマチャリヤ師の生涯にわたる業績と教えの重要性、又、現代において最も影響力のあるヨーガマスターの一人としての彼の実績を物語っています。

T.クリシュナマチャリヤ師は、この伝統を21世紀へと受け継ぐよう、息子であり、最も長い期間の弟子であったTKVデシカチャー師へその教えを託しました。ヨーガとヨーガセラピーの達人であったTKVデシカチャー師は、ヨーガと他のヒーリング療法との架け橋となり、世界中の何千人ものヨーガ練習生にインスピレーションを与えてきました。彼の専門的なアプローチは、ヨーガ、特にヨーガセラピーが現代の医療界に受け入れられるようになった主な理由の一つでもありました。この伝統は現在、ヴィニヨーガ®の伝統として世界的に知られています。

ヴィニヨーガ®の伝統のユニークさは、ヨーガが個人に合わせてオーダーメイドされるということにあります。これは、効果的なヨーガの幅広いツールを、ケアを求める人の個性的で、変化をしていくニーズに合わせて、適切に、適用し続けることで、最も効果的な方法で治療効果をもたらしてくれるものです。

## III. 組織 THE ORGANIZATION

カウストゥッパ・デシカチャー博士は、T.クリシュナマチャリヤ師の孫、TKVデシカチャー師の子息であり、古典であるヴィニヨーガを受け継ぐ現在の伝統保持者です。

カウストゥッパ・デシカチャー博士は、驚くべき深く精通した知識と、古代の教えを現代の練習生に効果的に応用できる形で指導する能力で知られています。彼は生徒一人一人に敬意、思いやり、尊厳をもって接し、成長と変容の出来る能力も尊重しています。彼の教えは、特にヨーガ指導者やヨーガセラピストにとって有益であり、古代の教えの完全性と深い知恵を学び、それを有能かつ真摯に応用できるように、手助けをしています。

## IV. ヨーガ・セラピー YOGA THERAPY

T.クリシュナマチャリヤ師とTKVデシカチャーの古典的なヴィニヨーガ®の伝統において、ヨーガセラピーは次のようなアプローチで、実践されています：

- ・ 自己を育てていくプロセスとして、ケアを求める者(ケアシーカー)が自分の癒しのプロセスに責任を持つ
- ・ 個人に合わせた1対1の指導
- ・ 多角的なアプローチで、多くのヨーガのツールを活用する
- ・ 病気だけではなく、「一人の人間」に焦点を当てるプロセス
- ・ 個人の年齢、職業、能力、その他の要素を尊重し、変わりゆく状況に応じた対応をする

- ・ 即効性だけのある解決策ではなく、進化するプロセスである
- ・ 個人的かつ精神的な成長の道として、自分自身の独自の可能性を発展させるためのプロセスである
- ・ セルフ・ヘルスケアの共同補完システムとして

## V. ザ・ヴィニヨーガ セラピートレーニング VINIYOGA THERAPY TRAINING

このプログラムでは、癒しのための補完システムとしてヨーガのホリスティックな原理を応用するために、学び深いトレーニングを実施・提供いたします。

ヨーガセラピストになりたい方、そして様々な病気や健康上の悩みを持つ生徒のために、個々に応じた補完的なヨーガセラピーの過程を提供したい方に最適です。

この学び深いトレーニングを受けることで、受講生はヨーガの治療的側面について学ぶだけでなく、自身を力付け、癒し、自己変容の旅を通じて、他の人々へもその過程を促進することができますようになります。また、ヒーラーとしての独自の長所を伸ばす良い機会にもなるものです。

## VI. コース概要 COURSE OUTLINE

以下は、T.クリシュナマチャリヤ師のホリスティックで古典的な教えの特徴であり、この徹底的なトレーニングでは：

- ・ ヴィニヨーガセラピーの最も重要な概念として、自身を力付け、ホリスティックで、補完的な健康のためのシステムを紹介します。
- ・ ホリスティックな方法で様々な健康問題に対応するため、ヴィニヨーガが提供する膨大なツールを理解し、応用するための総合的なトレーニングを提供します。
- ・ 受講生が、ヴィニヨーガの1対1の癒しのアプローチを理解し、実践の方法を学ぶことを助けていきます。
- ・ 健康志向のライフスタイルを発展させ、サポートする、ヴィニヨーガの役割を探求します。
- ・ ヴィニヨーガセラピーが実践されるべき専門的・倫理的基準について教育します。
- ・ 受講生が個人的、精神的に成長し、ヒーラーとしての独自の強みを進化させるという、時に困難な旅を容易にするために、安全な環境を提供していきます。

ヴィニヨーガ®の伝統で使われているツールには、以下のようなものがあります(これらに限定されるものではありません)：ポーズ (Āsana)、呼吸法 (Prāṇāyāma)、瞑想 (Dhyāna)、食事法 (Āhāra-niyama)、ライフスタイルの改善 (Vihāra-niyama)、チャンティング (Mantra)、ヴィジュアライゼーション / アファメーション (Bhāvanā)、エネルギーを保持するための特別な体位 (Mudrā)、シンボリックなジェスチャー (Nyāsa)、そして自己探究 (Svādhyāya)。

これらのツールを包括的に理解し、ヴィニヨーガセラピーに活用する学びは、このトレーニングプログラムの中核を成します。トレーニングは英語で行われ、日本語に通訳されます。

## VII. トレーニング THE TRAINING

トレーニング・プログラムは4年間にわたり、8つのモジュールで実施されます。各モジュールは7日間です。集中的なこのトレーニングコースには、講義、実習、指示された自宅学習が含まれます。

各モジュールは、神聖な学びの始まりと精神的な変容への祝福とサポートを得られるよう、古代ヴェーダの伝統に則った儀式で始まり、終えていきます。

全てのモジュールで使われる資料は、ウェブ上のリソースセンターに、モジュール開始前にアップロードされます。モジュールで行われるクラスの音声録音とプラクティスシートは、クラス終了後に同じリソースセンターにアップロードされます。

## VIII. トレーニングカリキュラム TRAINING CURRICULUM

以下が、トレーニングで履修が提案されている内容のリストです：

科目	内容リスト
プラクティス	<ul style="list-style-type: none"> <li>・メンターとの定期的な個人練習</li> <li>・トレーニング内での定期的なグループ練習</li> </ul>
ヨーガセラピーとしてのヨーガ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ヨーガセラピーのアプローチ</li> <li>・治療法としてのヨーガの特徴</li> <li>・予防、メンテナンス、治療プロセスとしてのヨーガの概念</li> <li>・Sarvānga-sādhanā ホリスティックな実践としてのヨーガ</li> <li>・ヒーリングとセラピーにおけるヨーガの4段階モデル</li> <li>・病気の症状</li> <li>・観察スキル さまざまな層で症状を観察する方法</li> <li>・ケアを求める人とのコミュニケーション 効率的な対話の方法について</li> <li>・Nādi-pariksā(脈診)の役割</li> <li>・病気の原因を理解する</li> <li>・原因と結果の関係(Heyam と Hetu)</li> <li>・適切なヒーリングのために適切なゴールの選択をすること</li> <li>・微細な解剖学 Nādi-s, Cakra-s, Agni等のモデル</li> <li>・微細な解剖学 ヒーリングのためのPañcamayaモデル</li> <li>・微細な解剖学 身体の感情中枢を理解する</li> <li>・アーユルヴェーダのような補助的伝統からのモデル</li> <li>・ヒーリングにおけるスピリチュアリティ スピリチュアルなプロセスとしてのセラピー</li> </ul>
ヨーガセラピーのアプローチ	<p>Śārīrika-cikitsa   身体に働きかけるヒーリング            Prāna-cikitsa   呼吸に働きかけるヒーリング            Mānasika-cikitsa   マインドに働きかけるヒーリング            Aindriya-cikitsa   感覚に働きかけるヒーリング            Ādhyātmika-cikitsa   心に働きかけるヒーリング</p> <p>詳細に学ぶツール Āsana, Prānāyāma, Mantra, Mudrā, Bandha, Nyāsa, Bhāvanā, Dhyāna, Svādhyāya, Āhāra, Vihāra and Sanga</p>
ヨーガセラピー プラクティスの構築	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ヨーガセラピーのプロセスの構成法 準備、主目的、完了</li> <li>・ヨーガセラピーのプロセスにおける進化の概念</li> <li>・プロセスにおける複数のツールの統合の概念</li> <li>・外的なツールから内的なツールの統合のステップ・ヨーガセラピーのプロセスの書類管理</li> <li>・ヨーガセラピーの限界</li> </ul>
ヨーガセラピーの哲学	<ul style="list-style-type: none"> <li>・癒しについてのヨーガ・スートラ パタンジャリからの学び</li> <li>・ヨーガのマインドを中心としたセラピーについて</li> <li>・ヨーガ心理学 svabhāva(種としての潜在能力)、Vāsana(潜在意識または無意識に残っている印象)、Samskāra(習慣的なパターン-意識的または潜在意識)の概念と役割</li> </ul>
一般的な病気に焦点を当てる	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特定の一般的な病気/特別な状況に対処するための一般的なガイドライン</li> <li>・最も一般的な約25の病気に対するヨーガセラピーのアプローチを詳しく学んでいきます。</li> <li>・特別に取り上げられる疾患 がん、トラウマ、背中の問題、糖尿病、うつ病、自己免疫疾患、移行期ごとの女性のためのヨーガセラピー、妊娠中のヨガ</li> </ul>
プロフェッショナルな実践	<ul style="list-style-type: none"> <li>・プロフェッショナルな実践の場の立ち上げ方</li> <li>・ケア提供者とケア希望者の長期的な関係の構築</li> <li>・特定の癒しのグループにフォーカスをしたSat-saiga を育てる</li> <li>・ヒーリングのための安全な空間づくり</li> <li>・ケア提供者のためのケア-個人的実践、自己探求とスーパーバイズ</li> <li>・自己探求 ケアの核心</li> <li>・ヨーガセラピー実践における倫理と専門的基準</li> <li>・専門的実践の研究の文書化</li> <li>・他補完システムとのネットワーク化</li> </ul>

最高水準のトレーニングを維持するため、カリキュラムは随時改善される可能性があります。受講生は、その都度、コース内容の改善を受け入れることが求められます。このリストは、授業が行われる順番に記載されているわけではありません。

## IX. メンターと歩む WORKING WITH MENTOR

すべてのトレーニングプログラムの心は、生徒と先生(メンター)との関係です。コースにおいてこの側面は、古典的で伝統的なヨーガの指導方法に添って行われます。

これにより教師は、生徒の進化するニーズや能力に合わせて練習や学習のコースを調整することが可能になります。そのニーズには、受講生自身のヨーガセラピーや、ヒーラーとしての独自の強みを伸ばすことも含まれます。メンタリングはまた、生徒が安全でプライベートな環境の中で、自身の学び、又プロとしての実践に関する疑問の解消に役立てることが出来ます。

## X. 認定証 CERTIFICATION

認定証は、プログラムを十分に修了し、受講者の資格証明とその他の関連する評価基準を審査した上で発行されます。特定の生徒を再評価する必要がある場合は、認定証が発行される前に、トレーナーがそのための方法を考案します。

認定証は、ヴィニヨーガ・インターナショナルが発行し、認定します。認定を受けると、受講者はホリスティックな健康、幸福、癒しの補完的なシステムとして、一對一の設定でヨーガ指導を行うことが可能になります。認定資格は5年間有効で、その後は再申請により更新する必要があります。これは、各卒業生の継続的な教育と専門的な実践の質を保証するために行われます。

全ての合格者にはヴィニヨーガ®認定書が発行され、認定ヨーガセラピストとしてヴィニヨーガ®公式登録名簿に記載されます。また、申請によりインドヨーガ協会よりレベルIIアドバンスヨーガ認定を受けることができます。

## XI. トレーニング日程 DATES FOR THE TRAINING

日本開催ヨーガセラピートレーニングは2024年秋に開講になります。下記はおよその日程であり、正確な日程は、適切なタイミングにてお知らせいたします。

年	モジュール	日程
2024	モジュール1	2024年11月07日~13日
2025	モジュール2	2025年4月/5月(具体的な日程は未定)
2025	モジュール3	2025年10月/11月(具体的な日程は未定)
2026	モジュール4	2026年4月/5月(具体的な日程は未定)
2026	モジュール5	2026年10月/11月(具体的な日程は未定)
2027	モジュール6	2027年4月/5月(具体的な日程は未定)
2027	モジュール7	2027年10月/11月(具体的な日程は未定)
2028	モジュール8	2028年4月/5月(具体的な日程は未定)

## XII. 授業料の支払い予定 PAYMENT SCHEDULE

料金の内容	料金	期日
受諾手数料	S\$ 500	2024年10月15日
第1回分割払い	S\$ 1900	2024年10月15日
第2回分割払い	S\$ 1900	2025年3月31日
第3回分割払い	S\$ 1900	2025年10月15日
第4回分割払い	S\$ 1900	2026年3月31日
第5回分割払い	S\$ 1900	2026年10月15日
第6回分割払い	S\$ 1900	2027年3月31日
第7回分割払い	S\$ 1900	2027年10月15日
第8回分割払い	S\$ 1900	2028年3月31日
認定料	S\$ 500	認証取得前
合計料金	S\$16,200	

料金はシンガポール・ドル建て。授業料と認定料のみが含まれ、メンターとの個人レッスン、宿泊費、旅費、書籍代は費用には含まれません。

注意：提示された費用はコース全体のものであり、モジュールによって異なるものではありません。従って受講生が病気や妊娠などの理由でモジュール中に欠席した場合、または研修の1モジュールを欠席した場合であっても、料金(分割払い)は全額支払わなければなりません。一旦支払われた受講料は、受講生がコースを中止した場合でも返金されません。

お支払い方法は、銀行振込、又はクレジットカードとなります。クレジットカードでのお支払いの場合、請求書はシンガポールドルで発行され、手数料として5%が加算されます。銀行振込の場合は、Eメールにて振込先をお知らせします。銀行振込の場合、振込手数料は受講生負担となります。

### **XIII. 会場 VENUE**

トレーニングプログラムに適した会場が選ばれ、各モジュールの前に受講者に伝達されます。

### **XIV. 申込方法 APPLICATION PROCEDURE**

参加希望者は、この文書下部に付属の申込書に必要事項を記入の上、送付して下さい。  
このコースはすぐに満席になる傾向にあるため、早めのお申込みを強くお勧めしています。

合格者にはEメールにて合格通知をお送りします。コースへの参加が決定したら、入学金をお支払いいただき、所定の登録手続きを行ってください。

### **XV. お問い合わせ MORE INFORMATION**

その他のお問い合わせは、現地コーディネーターまでご連絡ください。

宗近 幸代

Eメール: [info@yogahridayam.com](mailto:info@yogahridayam.com)

携帯: 090-9208-8171

このトレーニング申込書はオンラインでも入手可能です。

オンラインをご希望の方は、以下のリンクからお申し込み下さい

[www.viniyoga.com.sg/therapy-training-japan-2024-apply](http://www.viniyoga.com.sg/therapy-training-japan-2024-apply)

手書きをご希望の方は、申込書を印刷し、記入したものをスキャンし、Eメール([info@viniyoga.com.sg](mailto:info@viniyoga.com.sg))へお送り下さい。

# 申込書

VINIYOGA®セラピスト養成トレーニング：2024-2028：日本バッチ

名 First Name	
姓 Last Name	
生年月日 Date of Birth	
性別 Gender	
国籍 Nationality	
住所 番地・ビル・番号 Address	
区・町 Locality	
市 City	
都道府県 Prefecture	
郵便番号 Postal code	
電話番号 Phone	
Eメールアドレス Email	
ヨーガの経験 Yoga Experience	<input type="checkbox"/> 練習年数 Years of practice <input type="checkbox"/> 指導年数 Years of teaching
メンターの名前 Name of Mentor	
職業 Occupation	

## 宣言 DECLARATION

Viniyoga® セラピスト養成トレーニングの内容と申込書をよく読み、その一般規則と方針に同意することを宣言します。又、私は、ヴィニヨーガ・シンガポールが、コースの期間中、また終了後であっても、事前の通知なしに、その方針を変更または修正できることを理解し、承諾します。

また、この申込書に記載されたすべての情報は、申込時に真実かつ正確であることを宣言します。また、私はヴィニヨーガ・シンガポールの決定を最終的なものとして受け入れることに同意します。

署名：

日付：