

クシマクロビオティックリーダーシップカレッジ

(レベルⅡ、Ⅲ修了生対象)

マクロビオティックリーダーシッププログラム レベルⅡとⅢを修了した方向けの勉強会を開催します。マクロビオティックは教わったことを知的に理解し、日々の生活で実践し、また周りの方たちに伝えていく上で様々な気づき、学び、チャレンジがあり、常に発展していくものです。これで理解した、ということは一生なく、私たちがいかに無知であるかを常に思い知らされ、自分で体験して学び、成長し続けるものだからこそ面白いのです。

マクロビオティックの教育も常に発展することが求められます。このリーダーシップカレッジでは最近の科学的研究とマクロビオティックについてや、より深いエネルギー的見方について、九星氣学での来年度の傾向について、大きな意味での人生の目的や、より良い社会のための働きかけなどについてみなさんと一緒に考えていきたいと思えます。レベルⅡ修了生はLecture 1～3まで、レベルⅢ修了生はLecture 1～4までのプログラムです。

勉強会の後には竹橋のマクロビオティックレストラン「クシガーデン」にて懇親会も予定しています。共に学ぶ皆さんで、おいしい軽食をいただきながら交流する機会です。お時間のある方はお気軽にご参加ください。

- 9:30～ 受付
- 10:00 KUSHIより ご挨拶
Kushi Macrobiotic Schoolより ご挨拶
質疑応答
- 11:00 Lecture 1 最新の栄養学とマクロビオティック
- 12:00 昼食・休憩
- 13:00 Lecture 2 生命のエネルギー的見方
- 14:00 休憩
- 14:15 Lecture 3 九星氣学による2017年の傾向と提案
- 15:15 休憩
- 15:30 Lecture 4 生命の旅：夢の実現（レベルⅢ修了生対象）
- 16:30 終了

日時：12月10日（土） 10:00～15:15（レベルⅡ修了生）
10:00～16:30（レベルⅢ修了生）

受講料： 9,500円（レベルⅡ修了生） / 8,500円（アドバイザー資格保持者）
11,000円（レベルⅢ修了生） / 10,000円（インストラクター資格保持者）

*昼食は各自で自由に摂るか、またはお弁当（「升本」のマクロビオティック弁当）を注文する方は昼食代（税込1,242円）を合わせてお振り込みください。

会場：あすか八重洲会議室 303A 東京都中央区八重洲2-2-1 ダイヤ八重洲口ビル3F
JR東京駅 八重洲口より徒歩2分

*懇親会

日時：12月10日（土） 17:30～ 受付
18:00～20:00 懇親会

会費：2,500円（1ドリンク&お茶、軽食込。他の飲み物は各自精算になります）

会場：「クシ ガーデン」東西線 竹橋駅より徒歩3分 <http://kushi-garden.com/access/>

アクセス：
・東京駅→徒歩約15分
・東京駅→大手町 徒歩5分→東西線 大手町→竹橋 2分
・丸の内線 東京駅→大手町 1分、東西線乗り換え 大手町→竹橋 2分

定員：40名

プログラム内容

レベルⅡ、Ⅲ修了生対象

Lecture 1 最新の栄養学とマクロビオティック 講師：パトリシオ ガルシア デ パレデス

近年の栄養学の研究は、動物性食品や砂糖を多く含む食品や飲み物、高度に加工された食品が多い現代食が、かつてないほどの生活習慣病の増加につながることを示しています。一方で伝統的な植物性中心の食事が多くの症状や慢性病を予防し、改善するためにますます勧められています。このクラスでは最近の様々な研究結果やデータをシェアし、栄養学がマクロビオティックをサポートしてきていることをお話しします。

Lecture 2 生命のエネルギー的見方 講師：パトリシオ ガルシア デ パレデス

東洋の文化はすべてのものをエネルギー的に捉え、その変化や調和する方法を理解し、それを基本として発展してきました。このクラスではエネルギー、「氣」についてより深く学び、それが私たちの人生の多くの要素にいかに関係するか、理解を深めます。陰陽五行についてもさらに学び、調和をとり、健康を高めるために五行を日常で使う方法や、五行を使って感情や精神的問題を理解し緩和することも学びます。

Lecture 3 九星気学による2017年の傾向と提案 講師：坂口 直樹

九星気学は規則的に巡る地球の9つの異なる大気の状態のサイクルに基づいた包括的な学びを提供し、それは地球上に住む私たちの人生におけるすべての要素に影響を与えます。このクラスでは来たる2017年の傾向と、個人的や社会的にどのような影響があるかを学びます。より良いバランスを維持し、目標を叶えるためにどう準備して新年を迎え、計画を立てるかの提案をお話しします。

レベルⅢ修了生対象

Lecture 4 生命の旅：夢の実現 講師：パトリシオ ガルシア デ パレデス

物質的發展に価値を置くペースの速い現代社会に生きる私たちは、私たちが誰であるか、何のためにこの地球に生まれ、本当の夢は何かを忘れてしまいがちです。ここでは久司道夫の生命に対する根源的教を深く考えていきます。私たちの人生の方向性を振り返り、この時代におけるマクロビオティックの意味について考えるいい機会になるでしょう。これからの時代に向けてマクロビオティックを発展させ、共に人々を助け、より健全で平和な世界をつくるために働きかけるアイデアをみなさんと共有したいと思います。

*お申し込みの際は、お手数ですが以下を明記の上、CONTACT申し込みフォームよりお願いいたします。

- ・お名前（ふりがな）
- ・ご住所（郵便番号含む）
- ・お電話番号
- ・メールアドレス
- ・最終修了コース名と受講年（～年 レベルⅡ / レベルⅢ修了）
- ・資格をお持ちの方は資格名
- ・昼食注文の有無
- ・懇親会参加の有無

会場 あすか八重洲会議室303A

懇親会 クシガーデン



