

日本CI協会 勝又会長と「陰陽を学ぶ」

2014年初開催となる勝又会長のセミナーには、非常に多くの方にご来場いただきました。年末に移転した新社屋(リマ池尻大橋店、マクロビオティック レストラン キュイジーヌ・エ・サンテ リマ)の見学を兼ねてご来場された方も多くいらっしゃいました。

今回のセミナー内容を一言で述べると「感性育成のプログラム=マクロビオティック」です。お話の中で会長が1番多く用いた言葉は『感性』でした。

本来人間が持ち合わせている「感性」で物事の陰陽を判断することが重要であるという事、そして、判断力を身に付ける為に必要な基準が「マクロビ

オティック」にあるという事を、「暑さ、寒さ」等のわかりやすい例や、会長の体験談を交えてお話されました。

「マクロビオティック」は、玄米が薬で肉・果物は毒と捉えられる人が多いかも知れないが、そうではなく、食べて自分のからだに聞いてみる、体調がよくなるのか？悪くなるのか？それを体感し判断する事が重要。それが「感性を育てる為の食事」という捉え方でした。

桜沢先生との思い出話も多く聞くことができました。中でも、桜沢先生のあまり説明をしない指導方針に会長自身も当初は非常に困惑されたそうです。しかし、自ら探求し乗り越えた体験を通して、感性を磨かせる為にあえてそうされたのだと気が付いたというお話がとても印象的でした。また、現在の教育においても知識だけを得る事が優先されてしまい、物事を体感する事が欠け、判断力が鈍ってしまっていることを懸念していました。

『物事を体感するということは、人間の五感を健全にすること』であり、それが「感性」。

会長の話を聞きながら聞かれる参加者の方が多く見受けられ、「マクロビオティック」の理解をより深めていただけたように感じました。



開催日：2014年3月9日(日)

場所：CIビル地下1階

セミナールーム(東京都)

時間：13時～15時

開催日：2014年4月27日(日)

場所：金沢勤労者プラザ(石川県)

時間：13時～15時15分

食べ物における 陰陽の判断目安

陰	陽
植物性	動物性
暑い地域・暑い季節に良く育つ	寒い地域・寒い季節に良く育つ
上に向かって育つ	下に向かって育つ
成長が早い	成長が遅い
大きい	小さい
水分が多い	水分が少ない
甘い・辛い・酸っぱい ※穀類の甘み(よく噛んだときのでんぶんの甘み)は中庸	苦い・塩辛い
調理時間・熟成期間が短い	調理時間・熟成期間が長い



1456 マクロビオティック食材の陰陽表

発行/日本CI協会 サイズ/B5版三つ折

価格/324円(税込) 卸掛率/68% 入数/250



次回、6/29札幌、7/13宇都宮、8/3博多で同セミナーを開催予定です。

マクロビオティックを身近に感じることのできるセミナーです。ぜひご参加ください!

レポート:オーサワジャパン 磯田・木村