

## 魔法のメガネでみる世界 in 東京 (池尻大橋)



今回より「マクロビオティックの陰陽がわかるセミナー」がリニューアル。桜沢如一の著書名でもある「魔法のメガネ」という言葉をキーワードに、勝又会長と高桑氏の二人による「陰陽」と「マクロビオティック」について、より身近によりわかりやすく感じていただくためのセミナーです。

まずは高桑氏のイントロダクションから。今年のテーマはマクロビオティックの歴史について。日本の地理や風土は様々なものが織り合い形成されており、正に「陰陽調和の国」といえるそうです。歴史を見ても食文化で統一された珍しい国だといえるとのこと。古くから天皇や為政者が、お米を主食にする食文化を広めた事によって、日本を平和に統一していたそうです。明治時代に石塚左玄が唱えた食養生という考えは、桜沢如一により陰陽を取り入れた「無双原理」へと発展し、その弟子たちにより世界中に広められました。

続いて勝又会長のお話です。養生法とは健康の増進法であるのに対し、医学は病気を治す方法である。養生法は自律神経を強化し、判断力を高める方法であり、日々の生活で努力することが大切だとお話いただきました。西洋医学や近年の食に関する科学的研究についても話題に。自然と人間を分けて考えるのが西洋医学、自然を人間がどう受け止めるのが陰陽であるとのこと。ノーベル賞で脚

日時：平成29年1月22日(日)  
場所：日本CI協会セミナールーム(東京都目黒区)  
時間：13:00~15:30  
講師：勝又靖彦(日本CI協会会長) 高桑智雄氏(陰陽研究会)  
参加人数：8名

光を浴びた「オートファジー」については、マクロビオティックの効用や腸内細菌の重要性に繋がる研究であり、今後の進展に期待したいとおっしゃっていました。また、ご自身やリマッキングスクールOBらの体験談をもとに、陰陽についてのお話もいただき、「陰陽とは体で感じる感性であり、自らが実感・体感することが大切である」という言葉で締められました。

会長の陰陽(緩急)を駆使された話術のおかげでしょうか。お話が進むに連れ、雰囲気もほぐれ、質疑応答も活発で、参加意識やマクロビオティックへの興味の高まりを感じる事ができたセミナーだったと思います。



### ～セミナー参考書籍～

“陰陽の法則”がよく分かる短編物語  
現代風にリメイクして復刊

1457

魔法のメガネ(物の見方、考え方)リメイク版  
原作：桜沢如一 監修：陰陽研究会  
167ページ 発行：キラジェンヌ  
価格：1,404円(税込)



次回は3月26日(日)仙台にて開催予定です。ご参加をお待ちしております。 レポート：オーサワジャパン 武藤