

# 高桑智雄先生のマクロビオティック講座Ⅲ

## 「宇宙論」編

毎回大人気の高桑智雄先生の講座第三弾です！！

日時：4月27日（月）10時半～13時半

場所：ラ・コシナ・デ・ミナカ（山梨県北杜市長坂町大井ヶ森）

参加費：3,800円（マクロビオティックランチ付）

2015年発行の書籍「マクロビオティックの陰陽がわかる本」の編集者であり、月刊マクロビオティック・コラム「Café de Ignoramus」連載中の高桑智雄先生（桜沢如一資料室 室長/クッキングスクール リマ講義担当講師）が、わかりやすくマクロビオティックの基礎理論を解説します。

マクロビオティックは「食養論」「陰陽論」「宇宙論」の三つの理論で構成されます。中でも宇宙論は、マクロビオティックの独自の進化論、生命の本質、そして私たちの世界がなぜ陰陽によって成り立っているかを説明する理論で、これを知ることではじめてマクロビオティックの全体像を把握することができます。2回の陰陽論講座で学んだ無双原理の理解をより広げるための講座ですが、はじめて受講する方や現代の宇宙論に興味がある人でも興味深く聞いていただける内容となっています。

### ◎宇宙の秩序

・マクロビオティックの生命観「対数スパイラル図」と「7つの法則」を徹底解説し、生命とは何かを考えます。

### ◎判断力の7段階

・マクロビオティックを実施する意味、その目的を考えます。

### ◎精神と肉体と食物の構造

・桜沢如一が到達した宇宙と人と食物の関係を考えます。

### 【プロフィール】高桑智雄（たかくわ ともお）

1970年生まれ。2001年に偶然入社した日本CI協会にて、桜沢如一の陰陽哲学に感銘を受け、故・大森英櫻のアシスタント等を担当。フリーランスとして独立し、2011年より桜沢如一資料室の設立、運営に携わる。2018年より資料室室長として「クッキングスクールリマ」の初級、中級、上級、師範科にて理論講座を担当し、全国で陰陽セミナーを開催。食養論、陰陽論、宇宙論の三位一体のマクロビオティックの面白さを楽しく伝える活動を展開する。編集・執筆に「マクロビオティックの陰陽がわかる本」「マクロビオティックムーブメント」等。

