

葛断食

「食べた物が血となり肉となる」とは昔から日本人が使っていた言葉

食べ物が腸で血液を作り、それが細胞を作り、それが内臓や心・精神を作っていくということを昔の人は直感で分かっていたのでしょね。

体、頭全体に行きわたる大事な血液を作る腸がとても大切なことを知っていた日本人はここを「ハラ」「丹田」と呼び、どんな時も意識していました。腸が綺麗になり、健康な血液が腸から身体全体に行きわたれば、殆どの病は治癒していきます。

整腸作用がある葛は奈良時代の頃から、精神安定剤としても使われ重宝されていたそうです。

腸と脳の間は似ていますが、腸は頭や肌とも関係があり、腸が綺麗になれば判断力も高まり、肌も綺麗になります。

一泊二日の葛断食をし、心身共にリフレッシュしたい方等是非ご参加お待ちしております

日時：3月1日（金）11時集合・3月2日（土）14時解散

参加費：12,000円（宿泊費・吉野本葛代等の食費・講義代・望診代・温泉代・暖房費込み）

場所：山梨県北杜市長坂町大井ヶ森 ラ・コシナ・デ・ミナカ

内容：葛断食・講義・特殊な体操・望診

お申し込み：2月25日までに090-1266-3927又はメールでお名前、ご住所、お電話番号をお知らせ下さい。前日以降のキャンセルは参加費の全額がキャンセル料としてかかりますことをご了承下さいませ。

講師：

森 薫央—マクロビオティック指導者 35年前よりマクロビオティックを実践 2005年から望診相談やデトックス&ハルツ合宿を中心に活動。大森英櫻正食医学講座・大森一慧のクッキング・アメリカのクシインスティテュート・松本光司氏の松本塾等修了

永井邑なか—マクロビオティック指導者 35年前よりマクロビオティックを実践 2005年東京と山梨にラ・コシナ・デ・ミナカを開校し、国内外で2000人以上を指導。大森英櫻正食医学講座・大森一慧のクッキング・クシインスティテュート・松本光司の松本塾等修了