

「ホリスティック医学」と「ホリスティックヘルス」の重要な項目の一つに「食・栄養」の領域があります。



この講座では『魂の医療』(ナチュラルスピリット刊)の企画構成・インタビュアーで、メタ栄養学研究者の福田カレン氏からじっくり学びます。

ぜひ、この連続講座によって、エネルギーや魂までも含めた「食・栄養」について系統的に学んでいただきたいと思います。

★zoom オンライン受講対応講座★

■受講料：4回 22,000円

■講師：福田カレン(フルーツオブエデン主宰、メタ栄養学研究者、デトックスセラピスト。体調を崩したことからアメリカ、イギリスでオルタナティブ栄養学の資格を取得。以来、フルーツを主食とする小食を実践。著書『デトックスの極意』(ライトワーカー)。

■日程：

・昼講座 3/5、4/2、5/14、6/11 13:00～15:00

・夜講座 3/19、4/16、5/21、6/18 19:30～21:30

<講座の概要>

- 第1回：「フルータリアニズム概説」
- 第2回：「果食・少食・断食はなぜ精神の変容に有効なのか」
- 第3回：「肉体とエネルギー体と魂のあいまいな境界」
- 第4回：「実存的変容と不食の時代+ご試食会」

◎会場：ホリスティックヘルス情報室
(溜池山王駅9出口歩2分)

◎申し込み方法

「メタ栄養学」講座申込として、下記の項目をメールまたはファックスでお送りいただき、お振込み下さい。

- ① 講座名(昼講座か夜講座かを明記)②日程③氏名(ふりがな)④住所⑤連絡先(当日つながる電話番号)⑥メールアドレス

*zoom 受講希望の方は「zoom 希望」とお書き下さい。

○第1回「フルータリアニズム概説」

“80/10/10”(エイティ・テン・テン)というアメリカの代替栄養学(果食の栄養学)をご紹介しますとともに、フルータリアニズムと宗教、神話、社会構造の連関について考察します。PCF バランス(タンパク質、炭水化物、脂質)の割合を重さではなくカロリーベースで計算していただきますので、電卓をお持ちください。

○第2回「果食・少食・断食はなぜ精神の変容に有効なのか」

健康だけでなく医療や環境問題など、地球規模の広がりを持つ食生活。食べ過ぎを解消するとこうした問題のほとんどを解消するだけでなく、自己の本質に気付くために有効です。また「第四の水の相」の著者、ポラック博士が推奨する健康法をメタ栄養学の視点から解説します。

○第3回「肉体とエネルギー体と魂のあいまいな境界」

「病は気から」が事実であることを示す研究結果は度々目にするようになりましたが、一体何が肉体とエネルギー体の間を橋渡ししているのでしょうか。そもそも肉体とエネルギー体は別ものなのでしょうか。この点を考察すると人間と世界に対する視点が逆転します。

○第4回「実存的変容と不食の時代+ご試食会」

2020年代は知識を得る時代から体験し実践する時代に入るため実存的変容や不食を体験する人がどんどん増えるでしょう。エネルギーの高いものを食べるとエネルギー体にどのような栄養があるか注意深く観察し、微細なエネルギーを察知する感度を高めます。

■ 主催・お問い合わせ：(有)ホリスティックヘルス情報室

Eメール：hic@a7.rimnet.ne.jp

FAX: 03-5572-8219

URL: <http://holistichealthinfo.web.fc2.com/index.html>

◎ お振込先

三菱UFJ銀行虎ノ門中央支店 普通5832950 (有)ホリスティックヘルス情報室

