

湯布院 塚原高原 リトリート 2泊3日



新しい時代に向けて ハートがよろこぶ♥意識の再構築をしてみませんか？

場のエネルギーの高い湯布院の塚原高原にあるサンクチュアリ Villaでの2泊3日のリトリートです。鶴見岳や由布岳が真正面に見える絶景のロッジで、マクロビオティックの基本料理を食べながら体質改善や意識の再構築、人生の軌道修正をしませんか。3人のスペシャルの講師による講座やワーク、料理を通して、生きることの意義や価値観の見直し、本当の自分に出会いましょう。

開催日：2024/3/15（金）～3/17（日）

開催場所：サンクチュアリ Villa

大分県由布市湯布院町塚原 1217-63

Tel 090-9570-1952

- ・由布岳スマートIC（ETC専用）から車約5分
 - ・湯布院駅から車約20分
 - ・別府駅から車約37分 ・大分空港から車約46分
 - ・福岡空港から車約1時間38分
 - ・別府港さんふらわあから車で約31分
- ※湯布院駅から送迎があり。（要予約）

参加費：68,000円（税込）

研修費、食事代、ドリンク代、酵素代、温泉2回分
講座代、ワーク代、料理講習代

早割り 65,000円（税込）（2/10までにご入金）

ペア割り・家族割り 65,000円（税込）

参加人数 10名限定

こんな方におすすめ！

- 低空飛行の人生を脱却して、自分の無限の可能性に目覚めたい方マ
- 人類の新しい時代に向けて、意識の「最適化」を図りたい方
- 自分を癒し、他者を癒す、手当てのアートを学びたい方
- 『縄文』という新しい文明の鍵となる言葉の波動に惹かれる方
- 体質改善のための「食の基本」を学びたい方



お申し込み・お問い合わせ先

自然医学整体研究所
河野修一



共催

ムスビの会

〒838-151 福岡県朝倉市杷木池田 923-3

TEL & FAX：0946-63-3041

e-mail：musubinokai@athena.ocn.ne.jp

<https://www.musubinewmacro.com/>



スケジュール

3/15 (金)

- 12:00 集合
- 12:30 開会式 オリエンテーション
- 13:00 ウェルカムドリンク (玄米甘酒)
- 13:30 第1講座
岡部 食の中心軸が整うと自己信頼感が増し、運気が変わる
- 15:00 休憩
- 15:30 河野修一 人生の逆説を知り、自己信頼を深める
(簡単なセルフヒーリングの実践)
- 17:00 温泉・自由時間
- 19:00 夕食 (マクロビの基本食)
- 20:30 交流会
- 21:30 自由時間・個人セッション
- 22:30 就寝

講師：岡部賢二

1961年生まれ。
日本玄米正食研究所所長。フードアンドメディカルコンサルタント。正食協会講師として活動後、2023年に福岡県の田舎に移り住んで日本玄米正食研究所を開設。2005年『ムスピの会』を立ち上げる。現在、全国各地で食育やマクロビオティックに関する講演、プチ断食セミナー講師として活動。著書に「マワリテメクル小宇宙～暮らしに活かす陰陽五行」(ムスピの会発行)「月のリズムでダイエット」サンマーク出版などがある。

3/16 (土)

- 6:30 起床
- 7:00 自由散策
- 8:00 梅醤番茶 炒り玄米のおやつ作り
- 9:00 河野修一 今の現実を変えるハート意識の整え方
(ハートで触れる熟手調整の紹介)
- 11:00 角屋敷まり子 料理教室 (自然食ランチ作り)
- 13:00 昼食
- 14:00 パワースポット散策・温泉・自由時間
- 17:00 夕食 (玄米粥)
- 18:00 心と身体のリズムを高める蒸気の力
～こんにやく湿布の実践
- 20:00 音楽と朗読ライブ@チェレステ楽団
- 21:00 自由時間・個人セッション
- 22:30 就寝

講師：角屋敷まり子

鹿児島市生まれ。
1992年に鹿児島市吉野町に自然食品の店「やさい村」をオープン。食べるものだけではなく、食べ方も健康に深く関わっていることを知り、大阪の正食協会にてマクロビオティック学ぶ。師範を卒業後、講師の資格を得て料理教室講師となる。現在、各地で定期的にマクロビオティック料理の指導を行う。また、料理教室の他にも、保育園や幼稚園、学校などで食と体について講演を行う。



スペシャルゲスト：チェレステ楽団

太宰敏雄・太宰陽子の夫婦ユニット。
チェレステとはイタリア語で「天空」という意味。空からの恵みや小さな幸せを紡ぎ音楽にしている。オリジナル音楽・イギリス民謡・グレゴリオ聖歌・童謡のほか、デザイン/映像制作も行う。
現在、大分県の湯布院にて制作活動中。

今回は音楽と朗読のライブを予定。

■Webサイト：celegaku.com

3/17 (日)

- 6:30 起床
- 7:00 自由散策
- 8:00 葛練り作り
- 9:00 角屋敷まり子 マクロビオティック体験談
- 10:00 休憩
- 10:30 河野&岡部対談
マインドからハートの時代に！分離から統合への意識の目覚め
- 12:00 昼食 (マクロビランチ)
- 13:00 感想のシェアリング
- 14:00 解散

講師：河野修一

1963年生まれ。
自然医学整体研究所主宰。
瞑想的なヒーリング「手愛手・te-a-te」の創始者。ライフアルケミスト。
やり方よりあり方を重視したハート中心の文明に向けて、国内では主に屋久島、阿蘇、南伊勢、八ヶ岳、妙高高原で、海外ではオーストラリア、モロッコで、リトリートやヒーラー養成トレーニングを主催している。