



東洋医学公益講座

第105回

- ✓ 講師：羅 予澤
- ✓ 提供：未病予防協会
- ✓ 協賛：(株)ベンチャーバンク

先人の智慧、後世の階段

病理学 _ 不内外因 _ 水の摂り方

水と水蒸気



水蒸気 = 水の分子がバラバラ
生体活動に利用される
→ 艶とハリをもたらす

液体の水 = 生体活動に利用されにくい
老廃物の温床
→ 冷えとむくみを招く

加熱は水摂取の命！

加熱すると、液体の水が水蒸気になる

加熱には、時間が必要

体内に約24時間



津液は腸で作る

津(涙、涎、唾液など) = 大腸で作る

液(血液、胃液、髄液など) = 小腸で作る

大腸・小腸が冷たいと、
津液が作れない!

飲み水は水分の補給にならない!?

単なる飲み水の場合、
体内に滞在する時間が短く、
十分加熱されない

冷水を飲めば飲むほど、
冷えとむくみがひどくなる



脂肪細胞の正体

冷たい水 + 老廃物
→ PH値が酸性に

脂肪 + 酸性の水
→ 贅肉の正体

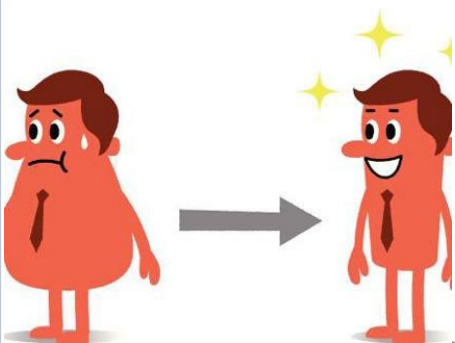


減量で減らすのは水!

余計な水を減らす = 減量

水を加熱して減らす

尿を排泄して減らす



下半身むくみと喉の渇き

下半身むくみ = お腹が冷える

水を加熱できず、水蒸気がすくない

- 喉の渇き、目の乾燥、肌の乾燥
- 上半身のほてり
- いろいろ・・・



深呼吸と水

頑張る自分に究極のご褒美
非日常空間で楽しみながらダイエット

深呼吸ダイエット第一人者が直伝!

深呼吸ダイエット & 体質改善合宿2019

呼吸法 + ヨガ + 経絡セラピー + 食事法



参加者の減重量
98%
2014年実績

定期開催

2泊3日 & 3泊4日
in 九十九里

本当に痩せちゃった!



呼吸で水を作る



糖質の場合

1 分子	6 分子	6 分子	6 分子	36個
糖質	酸素	二酸化炭素	水	エネルギー物質



体脂肪の場合

1 分子	23 分子	16 分子	16 分子	130個
脂肪酸	酸素	二酸化炭素	水	エネルギー物質



頑張る自分に究極のご褒美！
非日常空間で楽しみながらダイエット

頑張る自分に究極のご褒美！
非日常空間で楽しみながらダイエット

頑張る自分に究極のご褒美！
非日常空間で楽しみながらダイエット

頑張る自分に究極のご褒美！
非日常空間で楽しみながらダイエット

深呼吸ダイエット第一人者が直伝！

本当に痩せました！

深呼吸ダイエット & 体質改善合宿 2019

呼吸法 + ヨガ + 経絡セラピー + 食事法



参加者の減量率
98%
2019年発表

定期開催 2泊3日 & 3泊4日
in 九十九里

※7月15日開催 | 最大減量 | クエスト

深呼吸ダイエット第一人者が直伝！

本当に痩せました！

深呼吸ダイエット & 体質改善合宿 2019

呼吸法 + ヨガ + 経絡セラピー + 食事法



参加者の減量率
98%
2019年発表

定期開催 2泊3日 & 3泊4日
in 九十九里

※7月15日開催 | 最大減量 | クエスト

深呼吸ダイエット第一人者が直伝！

本当に痩せました！

深呼吸ダイエット & 体質改善合宿 2019

呼吸法 + ヨガ + 経絡セラピー + 食事法



参加者の減量率
98%
2019年発表

定期開催 2泊3日 & 3泊4日
in 九十九里

※7月15日開催 | 最大減量 | クエスト

深呼吸ダイエット第一人者が直伝！

本当に痩せました！

深呼吸ダイエット & 体質改善合宿 2019

呼吸法 + ヨガ + 経絡セラピー + 食事法



参加者の減量率
98%
2019年発表

定期開催 2泊3日 & 3泊4日
in 九十九里

※7月15日開催 | 最大減量 | クエスト

深呼吸で水を作る