



東洋医学公益講座

第1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

当講座の対象・主旨

当講座の対象

- ✓ 東洋医学に興味を持っている方
- ✓ 東洋医学の初心者、初級者（勉強歴5年以内の方々）
- ✓ 自分の健康を自分で管理したい方
- ✓ 自分の親や子供の健康を願っている方
- ✓ 針灸、指圧、整体、カイロなどの施術者
- ✓ 独学が好きな方

勉強を開始するきっかけ

今から7年前
(2009年の春・・・)

私のプロフィール



- ✓ 1993年来日
- ✓ 一橋大学商学部卒
- ✓ 外資系会社の基幹業務コンサルタントとして4年間勤務
- ✓ 2002年から自らプロデュースしたダイエット健康法

「**深呼吸ダイエット**」の普及活動を開始、以来10万人以上体験

- ✓ 2012年自ら編み出した体質別経絡セラピーを施し、幅広く好評を受け、「心身の悩み解消に即役立つ東洋医学の智慧を広げ、一人でも多くの人々の健康維持、体質改善、楽しい人生送りを手助ける」ことを本願とし、日本初の体質別経絡セラピー泰氣堂を創設

著書 ● 「『痩せる力』が目覚める! 深呼吸ダイエット」

● 「奇跡の深呼吸ダイエット 激やせできるたった2つの超簡単秘訣」

深呼吸ダイエット

寝て呼吸
するだけ！

激しい運動は
一切なし！

つらい断食と
サヨナラ！

《 15年間の実績から 》

喜びの声続出！

／ 多くのメディアに取り上げられています ／



／ 毎月開催のダイエット合宿でも成功者続出！ ／

48時間 (2泊3日プラン) の減量実績 ※

※ 2014 年の実績

平均減量

-1.56kg

最大減量

-3.9kg

ウエスト

-11.1cm

72時間 (3泊4日プラン) の減量実績 ※

※ 2016 年の実績

平均減量

-2.13kg

最大減量

-4.0kg

ヒップ

-10.4cm



深呼吸ダイエットでの壁

深呼吸による体の変化は
現代医学の知識だけでは
十分説明できない！！！！

私の東洋医学の勉強法

✓ 有名な先生たちの講座を映像や音声教材で繰り返し視聴する



倪海厦针灸视频



郝万山讲伤寒论



王雪华金匮要略教学视频



徐文兵黄帝内经视频



罗大伦-从小儿发烧谈中医育儿



胡超伟超微针刀视频



体質別 経絡セラピー



体質に合わせた療術で
辛い体を根本からリセット

1分間 体の不調をセルフチェック

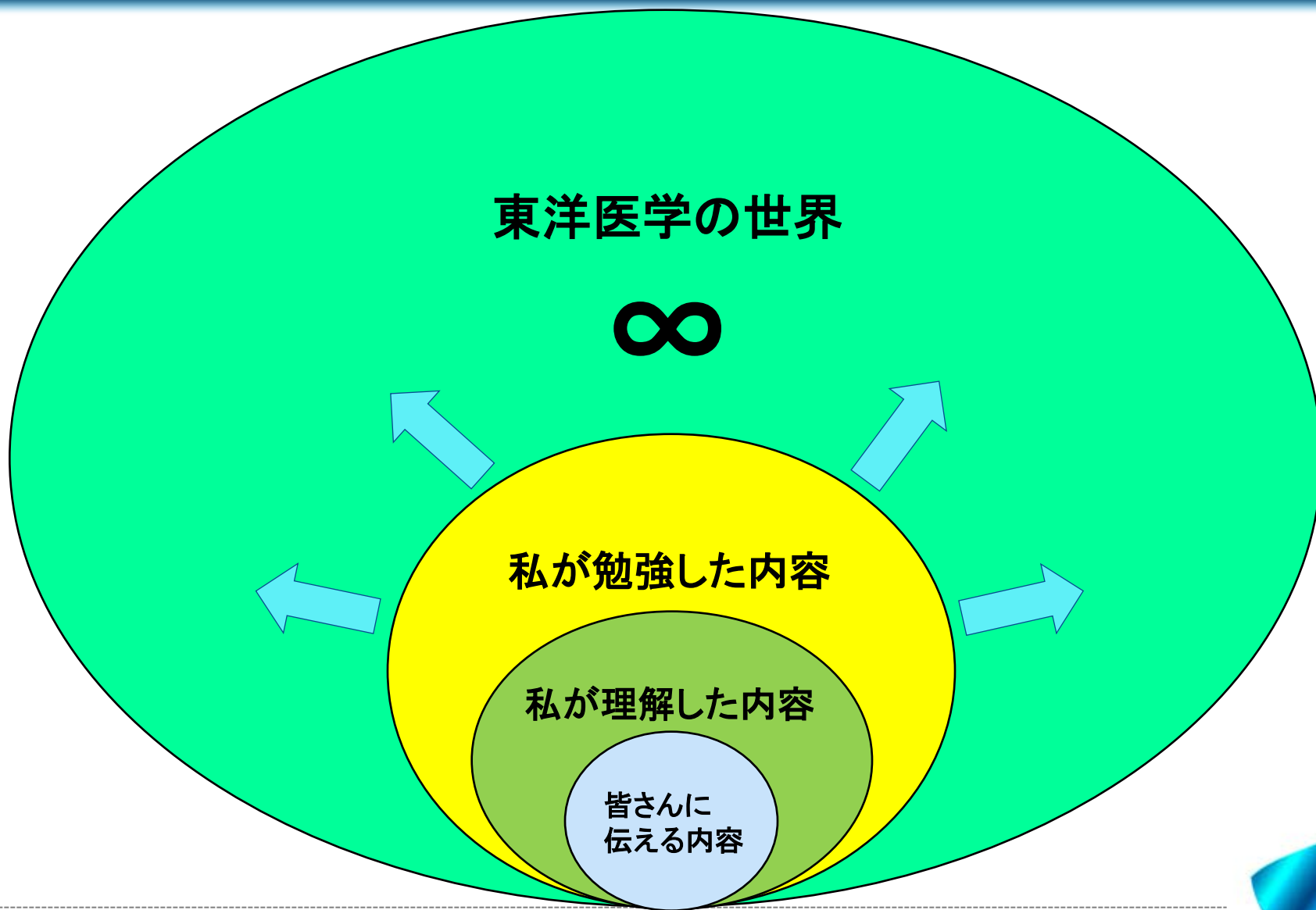
なぜ、手足を押すと、悩みの原因がわかる？
あなたの不調の原因はどこ？

肩こり	腰痛	偏頭痛	冷え	むくみ	イライラ	不眠
頻尿	不妊	便秘	寝付きが悪い	肥満	高血圧	高血糖



泰氣堂公式HP → <http://taikidou.jp>

皆さんの東洋医学の入門へのきっかけづくり



東洋医学の小学校卒業生の勉強の心得

- ✓ 教えるのではなく、共有すること
ご参考になれば、お役に立てばうれしいです。



覚えるために絶対不可欠

反復し、繰り返すこと
覚えるまで何回も聞き直す
理解を深めるため、人に教える

未病予防士の育成

未病の早期発見と予防のプロになれる!!

未病予防士 育成コース

未病に気づき、病気を防ぐ。4000年の歴史をもつ東洋医学の知識を現代に生かす、実用的なノウハウを徹底習得!

4000年以上の歴史を持つ中国の伝統医学「漢方」は、人間が本来持っている自然治癒力を高め、同時に未病予防や病気の早期発見を重視するナチュラルな医学です。

未病予防士育成コースでは、病気の早期発見や未病予防にすぐ役立つ東洋医学の知識と経絡セラピーのノウハウを身につけます。



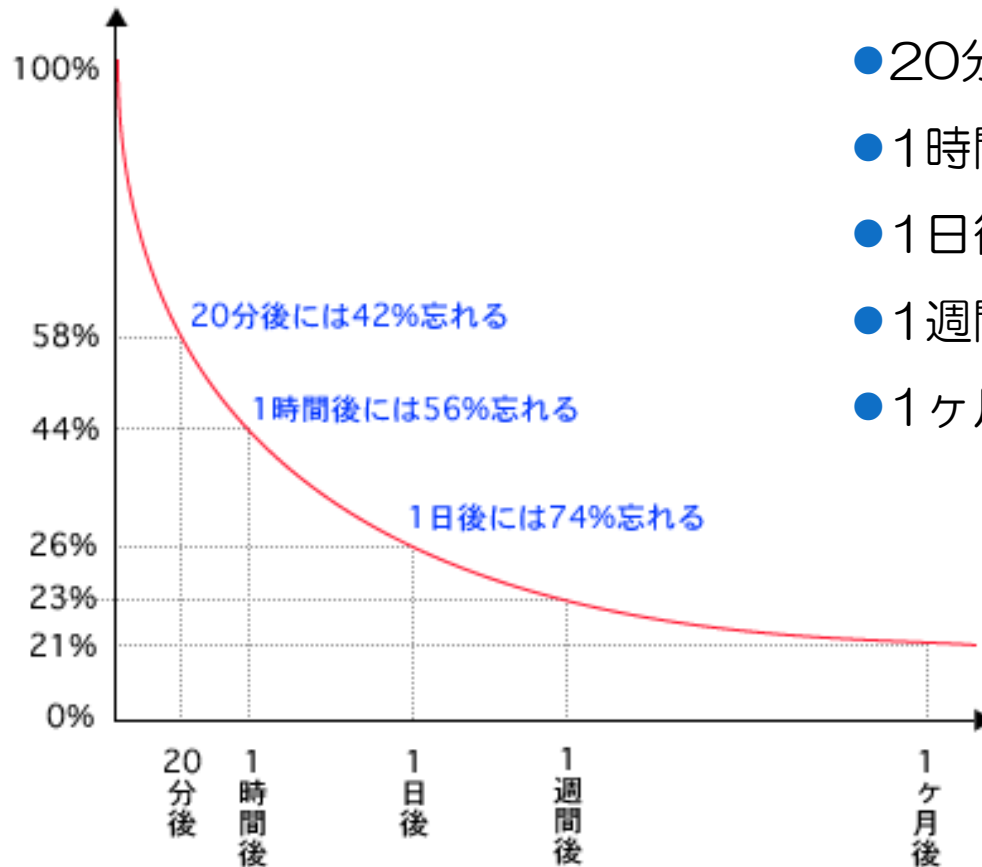
忘れるのは当たり前！？

今日学んだことを1か月に
どのぐらい覚えていますか？

8割？ 半分？ それとも・・・

忘却の曲線

エビングハウスの忘却曲線



- 20分後には42%を忘却し、58%を保持
- 1時間後には56%を忘却し、44%を保持
- 1日後には74%を忘却し、26%を保持
- 1週間後には77%を忘却し、23%を保持
- 1ヶ月後には79%を忘却し、21%を保持

覚えるための鉄則
反復！反復！再反復！



覚えるために絶対不可欠

反復し、繰り返すこと
覚えるまで何回も聞き直す
理解を深めるため、人に教える

羅語に関するお願い

きれいな日本語ではなく
申し訳ございません。
広いお心でお聞き下さいませ。



東洋医学の勉強から得たものはたくさんあります。

✓ たとえば・・・

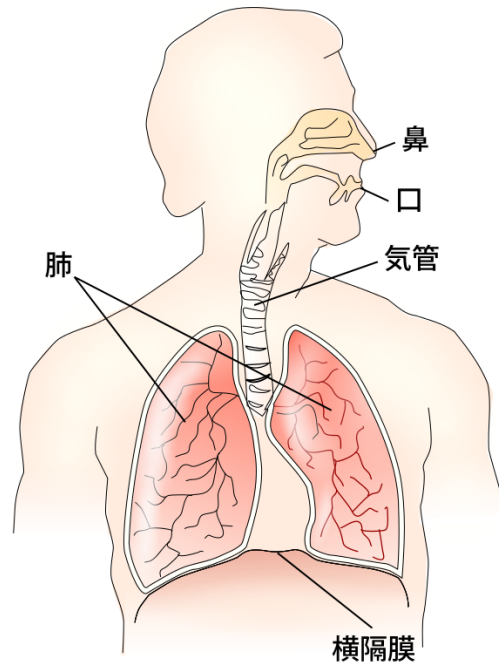
東洋医学の勉強から得たものはたくさんあります。

✓ たとえば・・・

なぜ、呼吸が短いの？
なぜ、深呼吸が苦しいの？
なぜ、・・・・・・・・

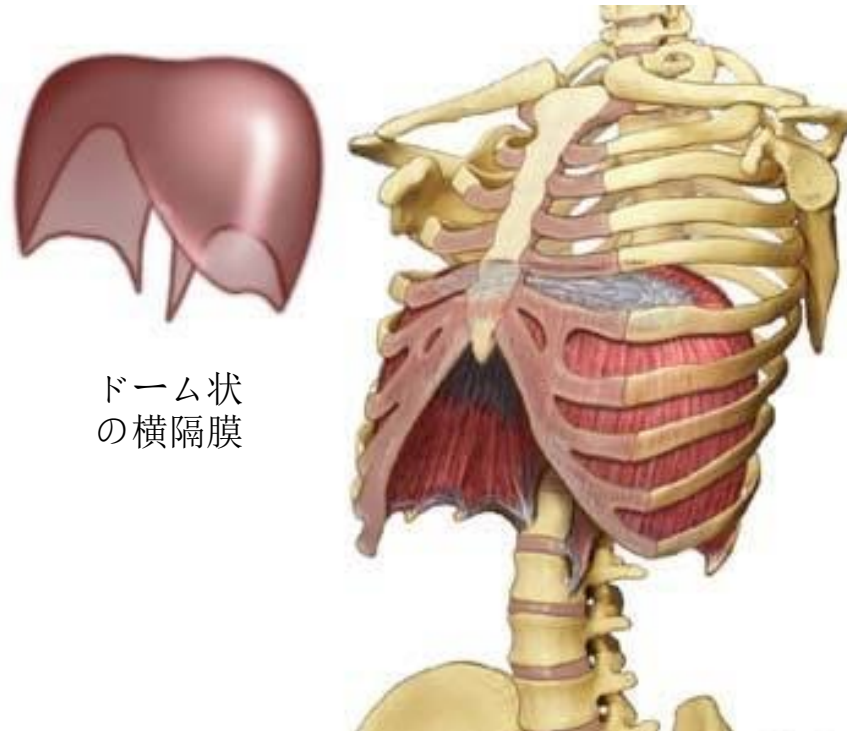
なぜ、呼吸が苦しいの？

横隔膜の動きが悪くなるのはなぜ？



その理由二つ

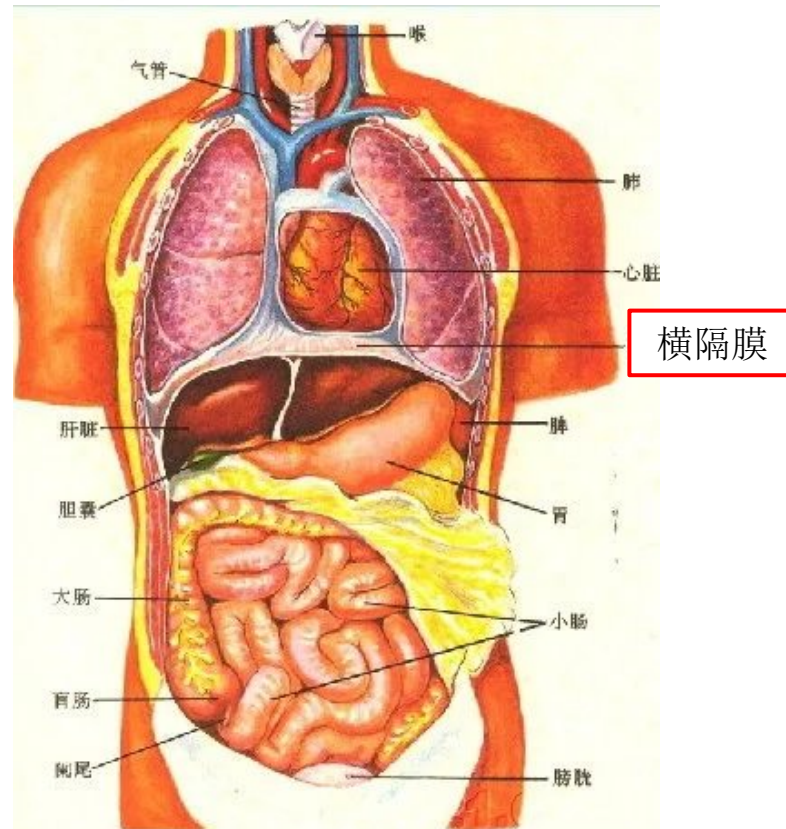
肋骨や胸椎の歪みによるケース



ドーム状
の横隔膜

その理由二つ

内臓の冷えによるケース



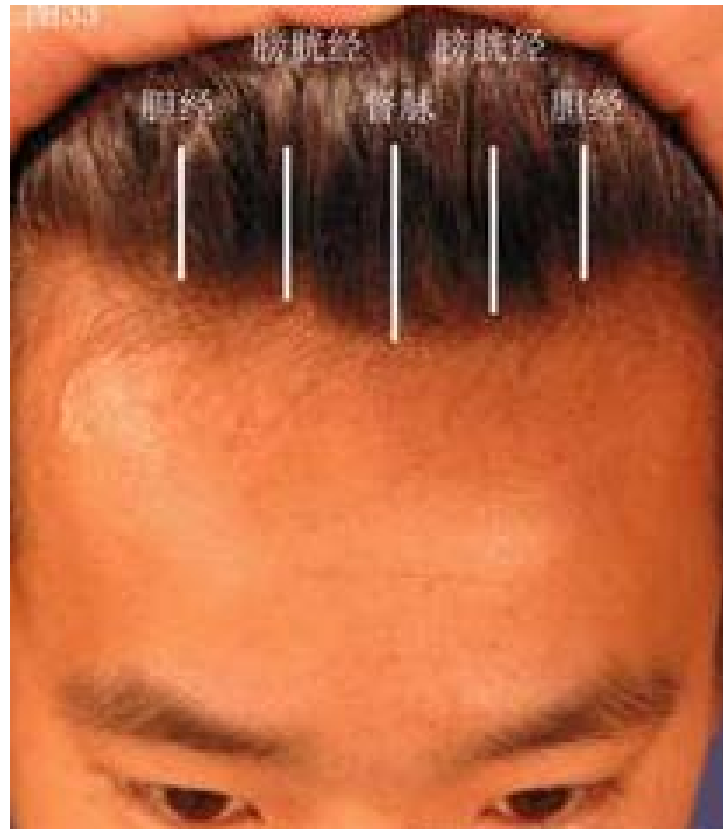
自分自身の事例

今から7年前、
円形脱毛症で悩んでいた
自分が・・・



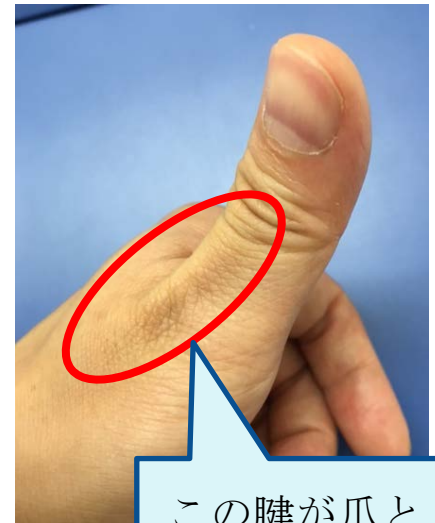
頭の上にある経絡

督脈、膀胱經、胆經・・・（一部）



髪の毛は血の余りとは

髪の毛は、血の余り
爪は、筋の余り
歯は、骨の余り
...



この腱が爪として伸びて出てくる

(東洋医学独自の考え方)



男性の鬚は精子の残渣！？

精宮（膀胱と小腸の間の隙間）に血液で作られた精子の残渣が任脈という経絡に沿って遡って鬚として生えてきます。

（東洋医学独自の考え方）

これで円形脱毛症を退治

櫛型カッサプレート



私の円形脱毛症の救世主





次回 お楽しみに♪