

究極の護身術

護身術とは？

- 身を護る術
- 身とは？
 - 子供を身ごもった母親
 - 自分と大切な人を護る技術
- 精神鍛錬の具体的な方法論
- 敵は人間だけとは限らない
 - 思わぬ事故
 - 足を踏み外した
 - 思わぬトラブル
 - クレーム
 - 詐欺

護身術を学ぶ意義

- 強さとは？
 - 達人の定義
 - 全ての受動を能動に変換できる
 - 相手の能動を100%封じ込める事ができる
- 無敵とは？
 - 誰も相手にならないくらい強い
 - 自分に対して危害を及ぼす相手がいない
- まずは自分が傷つかない技術
 - ストライク
 - こけ方
 - ディフェンス技術
 - ブロック
 - ステップバック

エネルギーレベルの護身

- これぞ護身の究極形態
 - 最強の技
 - 自分を殺しに来た相手と友達になること
 - 塩田剛三
 - 仲間を作る技術の重要性
 - ルフィ
 - 危険に巡り会えない
 - 渋川剛気
- 身体の浄化
 - 肉体の浄化
 - 断食
 - 水
 - 手洗い
 - 鼻うがい
 - 汗をかく
 - エーテル体の浄化
 - レイキ
 - アストラル体の浄化
 - 観念接写
 - メンタル体の浄化
 - 人生の問題集
- なぜ襲われるのか？
 - 自ら引き寄せている
 - 自分に理由がある

技の練習

- 4つの原則
 - 呼吸
 - 姿勢
 - リラックス
 - 動かせる箇所を増やす
 - 動き続けること
- ボンサオ
- 右への対処
- 対複数
- 目線の使い方
- 型の重要性
 - 打撃の打ち方