



松本孝一
Kouichi Matsumoto

腹式呼吸と細胞活性

m i x s . 代表

幼少の頃、小児喘息の為、満足に身体を動かすことができなかつた体験の反動から18才より、空手道の修行に明け暮れる。自らの腰痛を動かすことで乗り越えたきっかけから、長年にわたる空手道の稽古を通して得た身体の使い方に着目。疾患の原因から取り除くことで克服する現代の養生法 m i x s . を創始する。

生きる根源である呼吸をベースに独自の細胞活性運動と自ら治ろうと発する力を引き出すイメージ空間との融合は、アトピー、喘息、椎間板ヘルニア、花粉症などの生活習慣病だけでなく、パーキンソン、パニック症、統合失調症、線維筋痛症などの難病疾患の改善にも驚異的な効果をあげ、全国で開催するセミナーは現代医療の関係者からも大きな注目を集めている。

その身体の治療理論に魅せられ、治療家はじめスポーツ、健康の指導者はもとより世界的に活躍するミュージシャン、クラシックの指揮者など他ジャンルのプロフェッショナルも師事に訪れている。本来の治療力とは何もしないで自然に治るのではなく、身体のおしくみすべてを基本に戻してこそ初めて発揮されるもの・自発治療力（自ら治ろうと発する力）という表現を創造、基本理念としている。

人が持っている力を使うことは、医療へ過剰に頼りきりにならず、病気の軽減、医療費の削減へ繋がり、国民全体の医療費の使い方に於いても、現代医療の高度な技術や薬を本当に必要な人に効率的に届けることができる日本を救う究極の解決法であるというのが信条。

2014年シンガポールにてセミナー開催。「世界遺産

奈良薬師寺」では2014年から毎年の講演を経て、2018年7月1日、千年から甦った文化遺産・食堂（じきどう）にて日本の指導者として初めての講演を成功させている。

近年、全国から訪れる難病患者への個人指導の傍ら、企業、団体からの講演他、小中学校にて全校生徒、教職員への指導などの地域社会奉仕活動を実施。

2014年の東日本大震災チャリティー公演開催他、2016年11月には震災被災地熊本益城町へ義援にて現地指導など、養生の大切さを世に伝えることを通し、被災地の人々を救う「正義の循環」「善意の先贈り」の具現に挑んでいる。

著書 『あなたは治せる！』 『養生の力』
シンプリブックス

（2018年 世界遺産奈良薬師寺養生講演）

