



*** Explanations of special terms II ***

Gran observador de los procesos naturales, el maestro Haruchika Noguchi (1911-1976) concibió el Seitai "katsugen-undo" como una herramienta de curación. Vivir en plenitud y en libertad, con la mente en paz y feliz.

Seitai, una herramienta de curación.

Gran observador de los procesos naturales, el maestro Haruchika Noguchi (1911-1976) concibió el Seitai como una herramienta de curación. Sin embargo, tras comprobar que la terapia creaba dependencias y que el ser humano necesitaba aprender a regularse solo, cambió de orientación para potenciar las capacidades innatas de auto-sanación del cuerpo. También llevó a cabo, sobre miles de casos, un estudio muy minucioso de la estructura corporal, con sus conexiones a nivel de posturología, motricidad, comportamiento, emociones y formas de pensar de cada individuo. Ese estudio llamado taiheki constituye uno de los pilares de su método.

El Noguchi Seitai se basa en despertar la sensibilidad, comprender el lenguaje del cuerpo y atender a sus necesidades, confiando en su naturaleza profunda y su potencial de regeneración. Cada practicante se responsabiliza de su propia salud y, gracias a técnicas sencillas y profundas, aprende a sentir y trabajar con el ki (la energía primigenia), soltar tensiones físicas y pensamientos, respirar de un modo natural desde el hara y el tandem (en el bajo vientre), descansar el sistema voluntario y conseguir la relajación profunda. Al entrenar el sistema extra-piramidal, encargado de los movimientos involuntarios tales como los latidos del corazón, la respiración, el sistema inmunológico, el trabajo de los órganos abdominales y muchos más, se desencadenan movimientos instintivos y espontáneos similares a los realizados durante el sueño. El cuerpo recupera su equilibrio por sí mismo, y entonces se puede vivir en un estado agradable de ligereza y frescura, sin cansancio, de acuerdo con el deseo profundo.

El Seitai se practica sin objetivo, en el estado de no-mente, tenshin, o "corazón del cielo puro", y con la espontaneidad de la infancia. Así surge el deseo de expresar lo que no se puede comunicar con palabras sino con el ki. El Seitai es ante todo una filosofía del inconsciente desde ese vacío en el que no existen el tiempo, el espacio, el ego ni el yo adquirido por la educación. En ese estado se siente la vida en toda su magnitud.

El estado de tenshin se logra al conectar el bulbo raquídeo con el universo. Con el gyoki (concentración del ki) se observan los flujos de energía por el organismo. Para avanzar en el aprendizaje del Seitai es básico percibir la respiración y el estado de la columna vertebral, el mástil de nuestro organismo. Sentir qué zona está torpe o hipersensible requiere atención. La práctica regular de pasar el ki desde el centro respiratorio del bulbo raquídeo por toda la columna vertebral hasta el bajo vientre calma la mente y desarrolla la sensibilidad. Al alcanzar la concentración del mu, el vacío, se consigue la kata o postura correcta de forma natural. El cuerpo se centra, el pecho se abre, y el koshi (la zona lumbar y pélvica) se arquea como en los niños más pequeños. Con tandem kokyu, la respiración profunda por el tandem, se empieza a sentir el cuerpo.

A partir de ahí es posible practicar el yuki, la comunicación del ki en sintonía con los demás seres vivos. El yuki, más que una técnica de imposición de manos, es un tipo de meditación, durante la cual se conecta el bulbo raquídeo y el tandem con el cuerpo.

El objetivo principal de las prácticas no es curar sino que el cuerpo despierte su dinámica interior e inicie un proceso de retorno a su esencia. Esa dinámica lleva de forma natural al **katsugen undo**, o movimiento regenerador, con el que se recupera vitalidad y autonomía. Cuando toda la estructura ósea se mueve en libertad y sin esfuerzos, el ki fluye en armonía con el universo, la sanación ocurre de forma natural, nos reequilibraremos y sentimos el placer de estar vivos en todos los niveles del ser. El método Noguchi Seitai, mucho más que una simple técnica de regulación física, es una filosofía de vida que nos devuelve a nuestro estado original de equilibrio, vitalidad, paz interior, bienestar, alegría, felicidad y plenitud, y permite conectar con el entorno, los demás seres vivos y el Todo. Se trata de un concepto antiguo que sigue siendo revolucionario. Pero, al contrario de otras técnicas orientales, todavía es muy minoritario en Occidente.

<https://lovebirth.de/seitai-curacion>

A great observer of natural processes, master Haruchika Noguchi (1911-1976) conceived Seitai "katsugen-undo" as a healing tool. Living in fullness and freedom, with a peaceful and happy mind.

Seitai, a healing tool.

A great observer of natural processes, master Haruchika Noguchi conceived Seitai as a healing tool. However, after realising that the therapy created dependencies and that the human being needed to learn to regulate himself, he changed his orientation in order to enhance the body's innate self-healing abilities. He also carried out, on thousands of cases, a very detailed study of the body structure, with its connections at the level of posturology, motor skills, behaviour, emotions and ways of thinking of each individual. This study, called taiheki, is one of the pillars of his method.

Noguchi Seitai is based on awakening sensitivity, understanding the language of the body and attending to its needs, trusting in its deep nature and its regenerative potential. Each practitioner takes responsibility for his or her own health and, thanks to simple and profound techniques, learns to feel and work with ki (the primal energy), release physical tensions and thoughts, breathe naturally from the hara and tandem (in the lower abdomen), rest the voluntary system and achieve deep relaxation.

By training the extra-pyramidal system, which is responsible for involuntary movements such as heartbeat, breathing, the immune system, the work of the abdominal organs and many more, instinctive and spontaneous movements similar to those performed during sleep are triggered. The body regains its balance by itself, and then one can live in a pleasant state of lightness and freshness, without fatigue, in accordance with one's deep desire.

Seitai is practised without aim, in the state of no-mind, tenshin, or "heart of pure heaven", and with the spontaneity of childhood. Thus arises the desire to express what cannot be communicated with words but with ki. Seitai is above all a philosophy of the unconscious from that emptiness in which time, space, ego and the ego acquired by education do not exist. In this state one feels life in all its magnitude.

The state of tenshin is achieved by connecting the medulla oblongata with the universe. With gyoki (ki concentration) the energy flows through the organism are observed. To advance in the learning of Seitai it is basic to perceive the breathing and the state of the spinal column, the mast of our organism. Feeling which area is awkward or oversensitive requires attention.

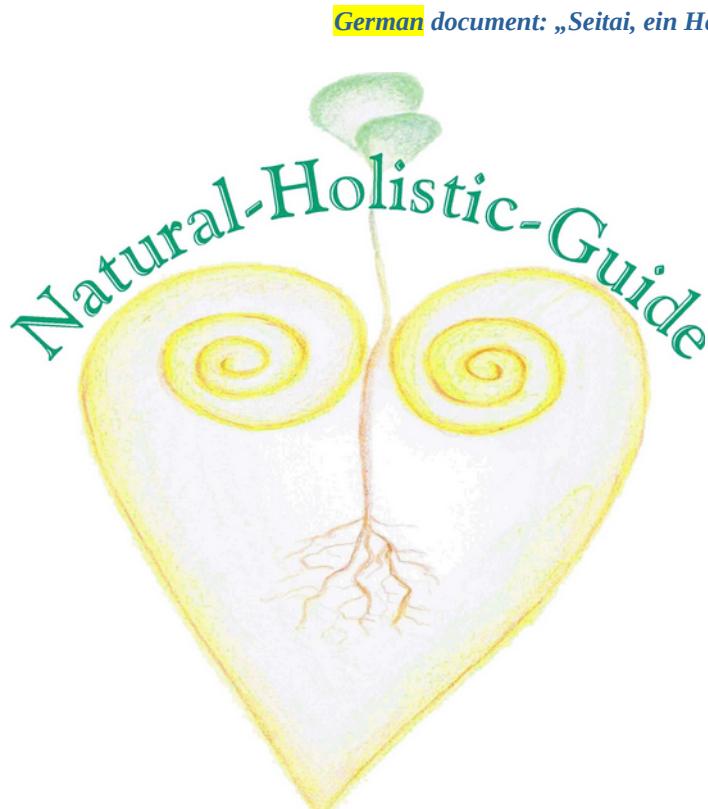
The regular practice of passing ki from the respiratory centre of the medulla oblongata down the spine to the lower abdomen calms the mind and develops sensitivity. When the concentration of mu, emptiness, is reached, the correct kata or posture is achieved naturally. The body is centred, the chest opens, and the koshi (the lower back and pelvic area) arches as in young children. With tandem kokyu, deep breathing through the tandem, one begins to feel the body.

From there it is possible to practice yuki, the communication of ki in harmony with other living beings. Yuki, more than a laying on of hands technique, is a kind of meditation, during which the meditation connects the medulla oblongata and the tandem with the body.

The main aim of the practices is not to heal but to awaken the body to its inner dynamics and initiate a process of returning to its essence. This dynamic leads naturally to katsugen undo, or regenerative movement, which restores vitality and autonomy. When the entire bone structure moves freely and effortlessly, ki flows in harmony with the universe, healing occurs naturally, we rebalance ourselves and feel the pleasure of being alive on all levels of being.

The Noguchi Seitai method, much more than a simple technique of physical regulation, is a philosophy of life that brings us back to our original state of balance, vitality, inner peace, well-being, joy, happiness and fulfilment, and allows us to connect with the environment, other living beings and the Whole. It is an ancient concept that is still revolutionary. But unlike other Eastern techniques, it is still very much in the minority in the West.

(translation:deepl.com)



German document: „Seitai, ein Heilmittel-curación-de“

**Seitai-Ausbildung
“Natural-Holistic-Guide”**

Ziel der Ausbildung ist, die dem Menschen (-Kind) innewohnende Lebenskraft - im Einklang mit der Natur - zu erhalten, zu fördern und zu entfalten.

1 Körper und Geist selbst ordnen „Seitai-praktik Katsugen+yuki“ Training des Immunsystems -> vegetatives Nervensystem (eNS)
2 Architektur des Körpers – Wechselwirkung mit der Psyche
5 Lenden-Wirbel (Organe) & heilende Wirkung von Erkältung
3 Lebenskraft “Ki“ - Sexualität, Fruchtbarkeit, Potenz, Tantrismus, Hingabe & Zentrierung im „Hara“, Elastizität der „LWS“
4 Schwangerschaft & Geburt - Vitalität von Mutter & Kind
Elastizität des Beckens; Urvertrauen, Rolle des Vaters;
5 Unbewußte Konditionierungen lösen; Geburtstrauma heilen; „yuki“ Handauflegen ohne Absicht; Lob & Tadel Kindheit;

NHG 1-5: essbare Wildpflanzen & Heilkräuter im Jahreslauf

1+2+3= individuell kombinierbar 1+3+4 = “KinderWunsch“-Zyklus
www.lovebirth.de/seitai-ausbildung-natural-holistic-guide

**Shimananda
1 der Erziehungskunst**

Der Ausbildungsleiter Shimananda gibt seine Erfahrung als Mensch - (Groß-)Vater - Erzieher - Seitai-Schüler seit 1987 - kompetent und feinfühlig weiter.

YouTube Elternschule Seitai

Kontakt: Shimananda ☎ +49 157 870 66 882 shima@seitai.de

www.seitai.de

* Noguchi "Seitai" registered & approved in Japanese Ministry of „Education & Science“ - since 1957 *
* Noguchi "Seitai" ist vom japanischen Ministerium für „Bildung & Wissenschaft“ zugelassen - seit 1957 anerkannt *