



23.000 Gene erhalten wir von den Eltern - bei der natürlichen Geburt atmet und inhaliert das Baby die vaginalen Sekrete ihrer Mutter ein. Genannt „vertikale Transmission des Mikrogenoms“. In diesen Sekreten befinden sich 2.000 verschiedene Bakterien-Arten und etwa 2,2 Millionen Gene, die sie bei einer natürlichen vaginalen Geburt für ein gesundes Leben hier auf Erden erhalten. Diese 2,2 Millionen Gene sind im Grunde die Bakterien einer natürlich gesunden Erde. Durch die Interaktion mit den Eltern und Geschwistern, kommen weitere Gene hinzu – durch das schmuse und kuscheln, berühren, küssen, abschlecken und Stillen – es findet also eine Interaktion zwischen dem Genom und dem Mikrobiom statt – der Erfahrung des Lebens. Dies erschafft eine dritte Struktur: ein Satz von Proteinen „Epigenom“* was die Aktivität der Gene reguliert. Deepak Chopra - Die spontane Heilung des Körpers – Video-Vortrag - ab ca. 23.min <https://www.science.lu/de/kaiserschnitt-vs-natuerliche-geburt/vaginale-geburt-foerdert-die-entwicklung-von-neugeborenen> Im Falle einer Geburt per Kaiserschnitt findet dieser wichtige Austausch von mütterlichen Bakterien gar nicht oder nur sehr bedingt statt. Wegen der sterilen Natur des medizinischen Eingriffs wird logischerweise der Kontakt zu vaginalen oder intestinalen Bakterien der Mutter unterbunden. In diesem Falle sind die ersten bakteriellen Besiedler des neugeborenen Darms dann meist auf Haut oder Umgebung zurückzufolgen. Linda Wampach-Luxemburgisches Fachjournal Nature Communications

"Die Geburt nach dem Seitai"

Die „Gesellschaft Seitai“ wurde 1957 im japanischen Ministerium für Erziehung und Wissenschaft von Haruchika Noguchi registriert, mit dem Ziel „eine neue Aktivität mit kulturellem Charakter“ in Bewegung zu setzen und nicht mit dem Ziel der Heilung.

Visionen sehend, ein perfekter Autodidakt und zu gleicher Zeit ein außerordentlicher Therapeut, Pädagoge, Philosoph und Vortragender. Dieser außergewöhnliche Mensch, außerhalb der Norm, hat wie keiner zuvor Licht in die Natur des Menschen gebracht. In seine physio-somatischen Mechanismen und noch viel tiefergehend über die entscheidende Vorherrschaft des Unterbewußtseins.

Seine Arbeiten und Werke sind unter der Bezeichnung "Seitai", 1920 in Japan gegründet, bekannt. Diese Werke bestehen fort und verbreiten sich nach und nach mit einer gewissen Zeitverschiebung. Es ist bekannt, daß Genies selten ein Echo finden, welches sie verdient hätten solange sie noch lebten.

Immer mehr Menschen aus der Wissenschaft, Persönlichkeiten aus der medizinischen Welt, Kultur, Artistik oder Kunst werden sich über den außerordentlichen Wert des Unterrichts von Maitre Noguchi bewußt und interessieren sich seitdem mit größter Aufmerksamkeit für seine Werke. Die für das Seitai ausgesprochene Bürgschaft vom japanischen Erziehungsminister ist ein außerordentlich wichtiger Beweis, unter vielen anderen, für das besondere Interesse, welches durch die Arbeiten und Entdeckungen des großen Meisters hervorgerufen wurden.

Man kann sagen, daß das Seitai eine Philosophie ist; aber nicht eine theoretische oder didaktische Philosophie, sondern eine Philosophie der Aktion, welche sich bis tief in die Intimität unseres praktischen Lebens, die wir jeden Moment leben, hineinzieht. Sie bestimmt unsere tagtäglichen Handlungen bis hin zu den wichtigsten Dingen, die unser Leben begleiten.

Gerade deshalb ist eine der wichtigsten Seiten unserer Existenz die Geburt.

Im Seitai ist alles, was sich während der Geburt abspielt - insbesondere was während der Schwangerschaft und im Moment der Geburt geschieht, ein Beginn, der außerordentlich bestimmend für den Rest des Lebens des Individuums ist.

Die Position des Seitai zu diesem Thema ist sehr interessant. Besonders deshalb, weil es wesentlich weiter geht und über die einfachen Betrachtungsweisen der klinischen Aspekte, der Schwangerschaft, Geburt und der Pflege insbesondere des Säuglings hinausgeht. Genauer gesagt befaßt sich das Seitai mit der Übertragung von Leben, von Mensch zu Mensch.

"Seitai - Geburt"

Die Gesamtheit der Themen, die vom Seitai angesprochen werden, insbesondere der Betrachtungsweise der Geburt, beruht auf der genauen Beobachtung und unter tiefen Respekt der Natur, die sich in all seinen Funktionen, den körperlichen, wie geistigen manifestiert.

Worin unterscheidet sich also die Geburt des Seitai von anderen bekannten Methoden? Wird dieser Vorgang nicht schon seit Jahrtausenden auf natürliche Art und Weise realisiert? Und die Geburtshilfe, der Gynäkologe und die Hebamme, es gibt sie und sie sind sicherlich nützlich. Also, was gibt es besonderes auf diesem Gebiet für Meister Noguchi?

Die zukünftige Mutter (der Vater natürlich auch) die sich dieser Aufgabe voll bewußt ist, daß es darum geht einem vollkommen gesunden Menschen das Leben zu schenken, einem widerstandsfähigen Baby, das während seines gesamten Lebens seine volle Begeisterung behält, muß sich die Mutter vollkommen dieser Aufgabe hingeben und wissen, was sie zu tun hat, um diese Aufgabe erfolgreich zu erfüllen.

Die Eltern müssen wissen, daß die Gesundheit und die Lebenskraft ihrer Nachkommenschaft, zum größten Teil von ihrer besonderen Aufmerksamkeit während der Schwangerschaft, der anschließende Ablauf der Geburt und schließlich der besonderen Pflege des Babys während der ersten dreizehn Monate, abhängt.

Dies sind die Grundlagen des menschlichen Lebens, die mit dem Bau des Fundaments eines Gebäudes vergleichbar sind. Auf einem sumpfigen Grund aufgebaut, würde dieses Gebäude seine unsichere Stabilität verlieren, sobald die kleinste Erschütterung erfolgt. So etwa ist es auch mit dem Menschen. Also gut auf die Grundmauern achten - danach ist es zu spät.

Eine sehr entscheidende Feststellung wird uns die Wichtigkeit verständlich machen, die sich vor der Geburt abspielt. Das Baby einmal geboren, braucht ungefähr sechs Monate, um sein Gewicht zu verdoppeln. Im selben Zeitraum, im beschützten Mutterleib, vervielfacht es sein Gewicht um mehrere Millionen mal. Es wäre unnötig, noch eine Bemerkung dazu abzugeben, um zu verstehen, daß das innere Leben, vor dem äußeren Leben, sehr viel mehr Aufmerksamkeit und sorgfältige Vorkehrungen verlangt. Das Gleiche gilt für die Geburt.

Zweitens, gibt die Geburt der Mutter eine außerordentliche Möglichkeit, sich zu regenerieren. Wenn man die Geburt als einen Reiz benutzt, ist es tatsächlich möglich Mißstände oder andere Anomalien des Körpers zu korrigieren. Indem das Zurück zum Ideal, zum Normal-Zustand der Mutter, dem Zustand des Seitai, begünstigt wird.

Die Schwangerschaft und die Geburt verwandeln sich also in eine Methode der Gesundheit und eine Art Verschönerung.

Es ist ein besonderes Ereignis und eine außergewöhnliche Möglichkeit, die sie ergreifen sollte, um den besten Nutzen daraus zu ziehen. Es ist zu ihrem eigenen Vorteil, in jeder Hinsicht. Die Frau kann aus einer Schwangerschaft verjüngt hervorgehen, voller Lebenskraft, oder auch im Gegenteil, geschwächt und gealtert.

Nun stellt sich die Frage: **Wie gehen wir es richtig an?**

Die Gebote von Meister Noguchi zur Geburt sind wirklich sehr umfangreich. Selbstverständlich können wir sie hier nicht alle im Detail weiterentwickeln. Dieses Thema verlangt eine tiefere Auseinandersetzung von denjenigen, die interessiert sind eine nach dem Seitai ideale Geburt zu vollbringen. Eine scharfsinnige, ruhige und heitere innere Haltung ist erforderlich, um sich diesem Thema anzunähern. Diese Aufgabe ist nicht immer einfach, aber es ist die Mühe wert.

Um besser die Grundidee des Seitai zur Geburt zu verstehen, wollen wir die unterschiedlichen Etappen, von der Zeugung bis zum 13. Monat nach der Geburt (die Grundbausteine des Lebens), erörtern.

"Seitai - Geburt"

Liebe zu machen, schwanger zu sein, und anschließend abzuwarten, dass sich die Sache von selbst erledigt, ist nicht gerade die Haltung, die der noblen Idee der Mutterschaft würdig ist, auf jeden Fall ist sie nicht ausreichend. Noch schlimmer als diese passive Haltung, ist die, die darin besteht sich vollkommen in die Hände von Fremden zu begeben, in die Hände von Maschinen und Spezialisten. Häufig vereinen sich diese beiden Faktoren.

Ein Kind zu bekommen ist heutzutage nicht mehr eine rein persönliche und intime Angelegenheit (im moralischen wie im physiologischen Sinn). Es ist eine professionelle, kollektive, medizinische, finanzielle, soziale, ... Angelegenheit geworden. Selbstverständlich bleibt dies auch nicht ohne direkte Auswirkungen auf das Neugeborene. Dies sieht man nicht, zumindest nicht sofort - Obwohl...

Ein Kind ist kein Ergebnis und noch weniger ein Produkt. Es ist **das Leben selbst**, das, was am wertvollsten ist. Zuerst das Leben, der Rest kommt später. Nichts auf dieser Erde verlangt soviel vollkommene Bereitschaft und unendliche Hingabe wie ein Kind vor, während und nach der Geburt.

Selbstverständlich hat uns die Natur von sich aus im Prinzip alle Notwendigkeiten für einen guten Ablauf einer natürlichen und harmonischen Geburt mitgegeben. Ohne sie würde gar nichts geschehen, noch würde etwas existieren.

Sicherlich kann man nicht die Nützlichkeit der Wissenschaft auf diesem Gebiet abstreiten auch nicht die Hilfe technischer Möglichkeiten, die die Geburtshilfe im Falle einer wirklichen Bedrohung mit sich bringen kann. Aber vor allem Anderen sind es die Eltern, natürlich hauptsächlich die Mutter, die der Ursprung des Ganzen sind. Die Quelle des Lebens, von der aus das Leben des Kindes entsteht. **Es ist die Schwangere die gebärt und niemand anderer an ihrer Stelle.**

Die Eltern sind der einzige Zeuger, und es ist niemand anderer, der die Verantwortung für ihr Handeln oder nicht handeln übernehmen kann. Diese Erkenntnis muß ganz tief in ihrem Unterbewußtsein verankert sein. Das Kind wird das sein, was sie sind und wie sie es gezeugt haben. Durch die Zeugung geben sie Leben weiter, und ihr eigenes Leben wird in einer anderen Form weiter bestehen. Dieses Postulat ist die **Basis der Geburt nach dem Seitai**. Offensichtlichkeiten zu erwähnen scheint sehr banal zu sein. Jeder Mensch weiß das, oder? Es ist einfach, zu einfach...

Trotzdem, wenn man näher hinsieht geschehen die Dinge in ihrer Gesamtheit weitaus nicht so einfach, wie angenommen. Mit der zunehmenden Desensibilisierung der Menschen in unserer Hyper-Zivilisierten Gesellschaft von heute, sind Begriffe wie Demokratie, Gleichheit, Freiheit, usw. dazu benutzt worden, um sich dahinter zu verstecken und seiner persönliche Verantwortung zu entfliehen oder sie auf Andere abzuladen. Auf diese Weise verkommt selbst der heilige Akt der Zeugung in den meisten Fällen zu einem weiteren Schicksalsschlag im Laufe des Lebens.

Diese Vereinfachung, die in keinsten Weise mit der Natur im Einklang steht, bleibt nicht ohne Wirkung. Das Ergebnis davon ist: es gibt immer mehr Schwache, Leidende und Kinder ohne Energie und Elan, und immer mehr aufgeregte und apathische Mütter. Von der Antibabypille bis zur Abtreibungspille (in Frankreich von der Krankenkasse bezahlt), Sonderzahlungen, Vor- und Nachgeburtsurlaub, Gebärmutter zum Ausleihen, Leihmütter, usw.

Die Hervorrufung dieser Ideen läßt einen instinktiv spüren, wie weit unsere Gesellschaft heute den Sinn, die Außerordentlichkeit, Leben zu geben, verloren hat. Die Folgen sind manchmal schwer, oder sehr schwer, und nicht immer klar ersichtlich oder daraufhin zurückzuführen.

Die Auswirkungen können wesentlich später, in 20 oder 30 Jahren oder noch später, zu Tage treten. Für uns, die wir bereits geboren sind, ist diese Sache bereits entschieden, aber denken wir an die folgende Generation, wie Meister Noguchi es empfiehlt.

Zuerst ist die Zeugung. Was ist damit? Vor allen Dingen muß man gesund sein. Gesunde Eltern - gesundes Kind. Wenn diese Gleichung richtig ist, muß man vorher bestimmen, was das Wort "**gesund**" genau bedeutet. Im Sinn des Seitai handelt es sich um einen Zustand, **in dem sich Körper und Geist vereinen** - das Physische

"Seitai - Geburt"

und das Mentale eine Harmonie darstellen. Dies zeigt sich durch eine tiefe, heitere und gleichmäßige Atmung. Die Tiefe der Atmung spiegelt das Gleichgewicht und die Gesundheit des Individuums wieder.

Regelmäßiges Praktizieren von "**katsugen-undo**", von Maitre Noguchi entwickelt, erlaubt es jedem, sich dem optimalen Zustand von Gesundheit anzunähern und die jedem einzelnen entsprechende Sensibilität zu erlangen. Dies ist ein sehr wichtiger Ausgangspunkt für das zukünftige Ereignis, ein Kind auf die Welt zu setzen. "Katsugen-Undo" bringt den Praktizierenden neben den physiologischen Nutzen, auch eine gewisse Reife, eine Öffnung des Geistes und eine Bewußtseinswerdung, welche sie besser auf diese Periode der Entwicklung eines zukünftigen Erwachsenen vorbereitet, als andere.

"Katsugen-Undo" ist also außerordentlich empfehlenswert für zukünftige Eltern, für das Wohlwollen der Eltern genauso wie für das zukünftige Kind, welches sie gemeinsam zeugen wollen.

Nebenbei möchte ich noch eine andere Besonderheit des Seitai bemerken, die anzuwenden ist, bei Frauen, die Schwierigkeiten haben schwanger zu werden: "**yuki**", eine Art konzentrierte Ausatmung durch die aufgelegten Hände. Dies ist sehr nützlich, um die Aktivität der Eierstöcke zu stimulieren, ebenso wie den Genitalbereich im allgemeinen. Dies vereinfacht die Zeugung. "**Yuki**" kann ebenfalls auf dem .. Brustwirbel gemacht werden, welcher im direkten Zusammenhang mit der Funktionsweise der Genitalorgane steht. Die „Kinderkrankheit Mumps“ dient der kraftvollen Entwicklung der Geschlechtsorgane, wenn sie auf natürliche Weise vollendet wird.

Ein anderer sehr wichtiger Punkt im Seitai ist die "Gymnastik", die speziell zur Geburt entwickelt wurde. Diese Gymnastik wurde speziell für Frauen entwickelt, und dient der Geschmeidigkeit des Beckens, um die Öffnung und Schließung ihres Beckens zu akzentuieren. Es ist eine Bewegung, die vom . Lendenwirbel gesteuert wird.

Die Flexibilität des Beckens, sich zu öffnen und wieder zu schließen, beeinflusst zu einem großen Teil den Ablauf der Zeugung. Es hängt tatsächlich von der Elastizität der Hüftknochen ab, die mit dem Steißbein verbunden, das Becken bilden. Diese öffnen sich nach und nach während der Schwangerschaft, welches dem Ei, dem Embryo und anschließend dem Foetus ermöglicht, sich richtig einzunisten und zu entwickeln.

Die Flexibilität des Beckens betrifft nicht nur das Kind, sondern auch die Mutter selbst. Zahlreiche Anomalien, wie z.B. Übelkeit und Erbrechen, kommen häufig von einer schlechten Funktionsweise des Beckens. Diese Anomalien verschwinden ganz natürlich, sobald das Becken seine natürliche und normale Elastizität wieder erlangt hat. Die Frau kann bereits während Ihrer Menstruation – mit ganz einfachen Seitai-taisho-Übungen - ihren Körper ordnen.

Trotzdem muß bemerkt werden, das Unannehmlichkeiten zu Beginn der Schwangerschaft und im Besonderen Übelkeit und Erbrechen, manchmal vollkommen normal sind oder sogar notwendig. Sie entsprechen einer Art inneren natürlichen Reinigung und müssen als eine instinktive Reaktion des Körpers betrachtet werden, um dem Foetus ein wünschenswertes Überleben in einer viel gesünderen Umgebung zu ermöglichen. In dem Fall ist es die Natur, die sich einschaltet und den Körper von allen unnützen Dingen, die der Körper vorher toleriert hat, befreit (z.B. schlechte oder giftige Stoffe). Der Organismus scheidet sie nun aus.

Zum anderen steht die notwendige Dehnung des Beckens während der Schwangerschaft auch in Bezug zum zukünftigen Stillen des Babys. Die körperliche Arbeit beginnt bereits unmittelbar nach der Zeugung. Die Brüste nehmen bereits mehrere Monate vor der Geburt langsam eine mehr vertikale Stellung ein. Diese natürlichen Vorbereitungen geschehen in Harmonie je nach der guten Funktionsweise des Beckens.

Die Elastizität des Beckens ist demzufolge von erstrangiger Wichtigkeit.

Die Seitai Gymnastik, auch "Taisho" genannt, ist nicht mit herkömmlicher Gymnastik vergleichbar. Die Charakteristik dieser Seitai Gymnastik sind die extrem langsamen Bewegungen bei der Ausübung.

"Seitai - Geburt"

Die sehr einfachen Bewegungen - fast statischen - erzeugen eine tiefe Wirkung auf den gesamten Organismus. Es handelt sich hierbei um etwas sehr Ernst zu nehmendes und muß mit Vorsicht gehandhabt werden. Es handelt sich hierbei nicht um das, was wir in der Umgangssprache unter dem Wort Gymnastik verstehen. Unüberlegt und unbedacht ausgeführt können diese Übungen unerwünschte Wirkungen zeigen, manchmal sogar ins Gegenteil ausschlagen und das wünschenswerte Resultat behindern.
> diese Übungen können nur im Rahmen eines erfahrenen „Seitai-Begleiters“ angeleitet werden<*

Meister Noguchi hat mit unterschiedlicher Zielsetzung verschiedene Arten von Seitai Gymnastik "Taisso" entwickelt. Hier um die Elastizität des Beckens zu fördern, damit die Öffnung und Schließung des Beckens erleichtert wird.

Diese Übungen können zu Beginn oder vor der Schwangerschaft ausgeführt werden. Die Ausübung sollte mindestens eine Minute dauern, und nicht öfters als einmal pro Tag, eine Woche lang ausgeführt werden. Die Auswirkungen sind schneller feststellbar und noch auffälliger, bei regelmäßigem Praktizieren von "katsugen-undo".

Es ist möglich, daß aufgrund dieser Übungen die Figur schlanker erscheint. Es gilt zu verstehen, daß vielmehr der Körper kompakter und fester geworden ist, als daß man abgenommen hätte. Die Verengung des Beckens steht in sehr enger Verbindung zum Körpervolumen und spielt in der Gewichtszunahme (Wohlbeibtheit) eine viel größere Rolle als die Menge der aufgenommenen Nahrung.

Wenn die Übung am Ende der Monatsblutung ausgeführt wird, ist die Verschmälerung noch ausgeprägter, sie geht bis zu mehreren Kilos auf einmal. Personen, die zunehmen wollen, brauchen diese Gymnastik nur in umgekehrter Weise ausführen. Dies ist aber nicht im Zustand der Schwangerschaft von Vorteil. Das Seitai-Taisso des Beckens sollte seinen wichtigsten Zweck erfüllen und nicht zu einer ästhetischen Figur-Methode degenerieren. Sie wurde entworfen, um der Öffnung und Schließung der Beckenknochen seine natürliche Elastizität wiederzugeben. Ein entscheidender Prozess in der Zeugung von Leben.

Eine kurze Anekdote: In Japan, gibt es einen sehr berühmten Mann namens **Suzuki**, der bekannt ist für seine Musikschule für Kleinkinder. Er hat eine außergewöhnliche Methode der Erziehung und des Unterrichts persönlich entwickelt. Die Kinder erlernen die Musik ohne Musiklehre (Notenbuch) ganz spontan und erzielen damit erstaunliche Resultate. Symphonie-Orchester, die ausschließlich aus diesen Kleinkindern zusammengesetzt sind, führen Konzerte auf, die sehr geschätzt sind. Die „Suzuki-Methode“ und seine Schule sind berühmt für ihre Kindererziehung.

Einst hatten Suzuki und Noguchi die Gelegenheit sich kennenzulernen und über dieses Thema ihre Gedanken auszutauschen. Nach Suzuki's Meinung beginnt die Erziehung viel zu spät und zudem sei sie auch noch zu standartisiert. "Bereits ab der Geburt sollte man beginnen um wahrhafte Erwachsene zu bilden", sagt er. Darauf antwortete Noguchi: "**Tatsächlich sollte die Erziehung bereits bei der Zeugung beginnen, wenn nicht schon vorher.**" Beide brachen in gemeinsames Lachen aus und Suzuki ließ seiner Kehle entspringen: "Da haben wir es, jemand der noch weiter geht als ich, und recht hat er auch noch!"

Nach der Zeugung beginnt die **Schwangerschaft**, die ungefähr 280 Tage dauert. Während dieser Zeit muß die Schwangere Frau zur Königin werden. Der Vater muß zurückstecken und den Launen der Mutter gehorchen. Aufgrund der Anwesenheit einer dritten Person in ihrem Bauch wird sie zur Hauptdarstellerin. Während der Schwangerschaft wird die Sensibilität der Frau ausgesprochen lebhaft, was ihre Wünsche angeht. Es gilt zu verstehen, daß der Foetus der sich entwickelt ebenfalls seine Wünsche äußert und darauf sollte man natürlich achten.

Die **ersten drei Monate** bestehen aus der embryonalen Phase. Nachdem das Ei befruchtet wurde, wächst das Wesen auf das Milliardenfache, ohne daß sein erhöhtes Volumen eine Erweiterung des Beckens verlangt. Die Öffnung des Beckens beginnt so um den 100. Tag.

Die embryonale Phase ist die wertvollste um "yuki" auf den Bauch zu praktizieren und mit dem Embryo zu kommunizieren. Selbstverständlich ist es am angebrachtsten, wenn dies der Vater macht. "Yuki" ruft im allgemeinen Zustand der Mutter Begeisterung hervor, welches beim Kind genauso viel Wohltat verursacht.

"Seitai - Geburt"

Die erste Etappe im Leben in der Gebärmutter bestimmt vor allen Dingen die Entwicklung und Sensibilität der Arme, Beine, Hände, Füße und die Beweglichkeit der Augen. Im Unterschied zu anderen Lebewesen ist das Sprechzentrum im menschlichen Gehirn in direktem Zusammenhang mit der guten Entwicklung und der Mobilität der Hände, insbesondere der Daumen. Wenn man sich der Wichtigkeit der ersten 3 Monate in der Schwangerschaft bewußt wird, versteht man, daß die Kindererziehung bereits ab den ersten Momenten beginnen sollte.

Während der ersten drei Monate sind die **Ernährungsgewohnheiten** der Frau manchmal eigenartig. Sie beginnt vielleicht Dinge zu essen, auf die sie vorher überhaupt keine Lust hatte, oder von Heute auf Morgen von süß zu salzig, von scharf gewürzt zu sehr fett zu wechseln, ohne ersichtlichen Grund. Einige Frauen beginnen zu rauchen oder ein wenig Alkohol zu trinken, was sie vorher niemals taten. Es ist gerade der Zustand der Schwangerschaft, der diese unerwarteten Geschmäcker erzeugt. Für manche kann dies verwirrend sein, wenn sie nicht darauf vorbereitet sind.

Die Launenhaftigkeit in der Ernährung normalisiert sich i.a. um den vierten Monat. Die Bedürfnisse sind wechselhaft, da das Kind nicht gleichzeitig wächst. Zu einer Zeit entspricht es der Entwicklung der Knochenbildung, zu einer Anderen der inneren Organe oder dem Nervensystem. Dies bedingt eine unterschiedliche Ernährungsweise, je nach Entwicklungsstand.

Um den fünften Monat verlangt der Organismus eine größere Menge an Nahrung, besonders Kalzium. Häufig ist die Frau besonders von Süßigkeiten angezogen, welche geradezu dafür gedacht sind, um einen Überschuß an Kalzium auszuscheiden. Aber die Ausscheidung von Kalzium durch den Zucker zieht ein konsumieren von nötigem Kalzium nach sich. Dieses Wechselspiel hat - häufig während der Schwangerschaft - Karies zur Folge. Es ist also empfehlenswert, Zucker zu vermeiden und ihn stattdessen durch Honig zu ersetzen.

Während des sechsten Monats läßt der Heißhunger wieder nach und normales Eßverhalten stellt sich ein. Der Bauch sollte tatsächlich erst im 7. oder 8. Monat wachsen. Im Gegensatz zum 9. Monat, wo er sich wieder etwas zusammenzieht.

Schließlich betont das Seitai die außerordentliche Wichtigkeit der Unterhaltung mit dem Foetus. Der Foetus beginnt sich ab der zweiten Hälfte der Schwangerschaft zu bewegen. Zu diesem Zeitpunkt sollte man die Unterhaltung mit dem noch ungeborenen Kind beginnen. Auf den ersten Blick mag dies lächerlich erscheinen, aber überhäuft es mit unvergleichlicher Wohltat.

Ob man 40, 50 oder 60 Jahre ist, das Gespräch ist für den Menschen unersetzlich und das Bedürfnis nach sprachlicher Kommunikation unbedingt notwendig. Innerhalb eines Paares bleibt es das sicherste Mittel um eine harmonische Beziehung aufrecht zu erhalten - über banale oder wichtige Dinge zu sprechen.

Mit guten Freunden zu quatschen und dabei ein Glas zu trinken, macht uns glücklich. Nur weil er uns nicht antwortet, dürfen wir ihm nicht die Kommunikation entziehen. Er braucht es genauso, wenn nicht sogar not-wendiger als irgend jemand anderes, um sich gut zu entwickeln und sich wohl zu fühlen.

Die beste Art, mit dem Kind zu kommunizieren ist "**yuki**", d.h. die konzentrierte Ausatmung. Man kann natürlich jederzeit auch mit ihm sprechen, so wie wir es mit Erwachsenen pflegen. Wenn er sich z.B. bedrückt fühlt, so stößt er mit den Füßen; die Mutter könnte in diesem Augenblick sagen: "Hör zu, ich habe diese Haltung, um diese Arbeit zu machen, bitte habe Verständnis". Er wird sich alsbald beruhigen.

Wenn die Mutter während der Schwangerschaft eine **Musik** hört, die sie liebt, wird das Baby, einmal geboren, fröhlich und die innere Ruhe gewinnen, wenn es die Musik wieder hört.

"Seitai - Geburt"

Noguchi machte eine ziemlich eigenartig erscheinende Sache, wenn die Situation es verlangte. Wenn das Baby zur Geburt nicht richtig lag, sprach er mit ihm, indem er "yuki" auf den (zweiten) Lendenwirbel der Mutter machte und sagte: "Hör zu, du bist verkehrt herum, es wäre gut, wenn du die **richtige Position** einnimmst, um die Geburt zu erleichtern". Und tatsächlich nahm das Baby die normale, korrekte Stellung ein. Dieses Phänomen konnte in einigen hundert Fällen wiederholt festgestellt werden.

Die Mutter soll sich mindestens eine Stunde pro Tag für einen **Spaziergang** freihalten, ganz alleine, um mit dem Kind zu kommunizieren. Sie soll diesen Spaziergang nicht mit Einkaufen oder anderen Dingen verbinden. Diese Stunde ist einzig und allein dem Kind gewidmet. Dieser langsame und ruhige Spaziergang stellt zum einen eine ausgezeichnete körperliche Betätigung dar und zum anderen fördert es die Schwangerschaft und die Geburt.

Während des Spazierganges kann die Mutter von Zeit zu Zeit einen großen Schritt mit dem linken Fuß machen. Dies verhindert häufig auftretende Verstopfungen während der Schwangerschaft oder trägt dazu bei, daß sie verschwinden.

Kommen wir zum Begriff "Schwangerschaft": **Es ist die Frau, die gebärt** und die Übergangszeit nennen wir Geburt. Die Geburt ist weder eine Veränderung noch eine Verschlechterung der Gesundheit, die wir zu den Pathologien rechnen, oder als Krankheit bezeichnen können. Es ist eine natürliche Funktion, ähnlich wie der Stuhlgang oder die Regelblutungen, wenn es auch manchem nicht gefällt.

Dennoch, wie viele wagen es, die Geburt aus der **medizinischen Obhut** herauszulösen? Wir brauchen uns nur umzusehen, was um uns herum geschieht: diätische Krankenkost, Ultraschall, Fruchtwasserentnahme, Kaiserschnitt, usw. Ganze Litaneien von medizinischen Akten, vorsorgend oder heilend, was die Schwangerschaft oder Geburt angeht.

Dies hat nicht mehr sehr viel damit zu tun, was die Natur seit seiner Schöpfung vorgesehen hat. Dies ist hauptsächlich dem Verlust der organischen und geistigen Sensibilität, den wir **Hyper-Zivilisierten** provoziert haben, anzulasten. Es ist auch eine Art gemeinschaftliche Verblendung, die die Menschen zu guter oder schlechter Überzeugung verleiten.

Von diesen vorgefassten Meinungen haben gerade die medizinisch-wissenschaftlichen Bereiche eine magische **Omnipotenz**. Sie üben einen übertriebenen Einfluß auf die Gewohnheiten aus und es ist fast unmöglich, sich davon zu befreien. Die Geburt als "Fast Food", so wie sie i.a. geführt wird, ist ein bekanntes Beispiel. Es ist kaum noch Natur oder Natürlichkeit in all dem.

Es geht nicht darum die gesamte ärztliche Zunft zu verneinen. Dies ist nicht der Zweck. Wir müssen lediglich die Geburt auf seinen richtigen Platz zurechtrücken, so wie sie von der Natur vorgesehen ist.

Das allerwichtigste ist, "**Geduld zu haben**" bis die Geburt auf natürliche Weise einsetzt; d.h. das sich der natürliche Prozess spontan, indem von der Natur gewählten Moment, einsetzt und niemals von außen zu provozieren - egal welche Methode benutzt wird. Dies ist die Basis des "Seitai": zu jedem Preis zu verhindern, die Geburt zu forcieren und "**warten zu können**". Dies ist die schwierigste Sache auf dieser Erde geworden. Diese Gesellschaft ist so gut organisiert, daß alles im voraus programmiert werden muß, selbst die Geburt: Ort, Tag, Zeit, usw.

Heutzutage können die **Mediziner und Hebammen nicht mehr warten**, sagt Noguchi. Diese Ungeduld verursacht häufig Beeinträchtigungen der Gesundheit des Kindes und der Mutter. Trotzdem brauchen wir uns nicht zu beunruhigen, wenn die Geburt Verspätung hat (zum festgesetzten Termin). „Verspätungen“ von einigen Wochen sind gewöhnlich.

"Seitai - Geburt"

In einigen seltenen Fällen gab es sogar Verspätungen von zwei Monaten und sogar noch länger. Das Neugeborene hatte bereits einen verhärteten Kopf, aber dennoch war die Geburt einfach. Ohne Zweifel hat sich der Organismus darauf eingestellt. Nach Noguchi gibt es keine Schwierigkeiten, die aus einer Verspätung herrühren; was nicht der Fall ist bei vorzeitigen Geburten. ***

Die Geburt sollte so natürlich wie möglich verlaufen, um die Entwicklungsmöglichkeiten und die innere Ruhe des Individuums im Laufe seines Lebens unangetastet zu lassen. Ein Kind, daß durch Kaiserschnitt geboren wird, entwickelt sich und wächst anders auf als normal, selbst wenn man auf den ersten Blick keinen Unterschied sieht. Für Noguchi ist der Unterschied enorm.

Dies rührt zweifellos von der Passage des Vaginalkanals her, welche beim Kaiserschnitt entfällt. Denn während der Passage erfolgt Reibung und Druck wird auf den Brustkorb des Kindes ausgeübt, welches seine erste Einatmung (von Sauerstoff) beim heraustreten fördert. Diese erste Einatmung scheint entscheidend das Leben zu prägen, bis zum Tod wo man erlischt mit einer letzten Ausatmung. Die Situation ist beim Kaiserschnitt etwas anders.

Es ist empfehlenswert für Schwangere "**katsugen-Undo**" bis zum letzten Moment zu praktizieren. Ihre ins Lot gebrachte Sensibilität zeigt ihnen die Position an, die ihnen von Natur aus am besten geeignet ist und in der sie während des Geburtsvorganges ihre Ruhe und Unbefangenheit behalten.

Einige nützliche Empfehlungen des Seitai zur Geburt:

- * Bei der Ankunft des Kindes soll man es empfangen, indem man seine Drehrichtung einhält; im Uhrzeigersinn. Das Baby wird bereits in dieser drehenden Bewegung geboren; wir vereinfachen den Vorgang, wenn wir es in diese Richtung begleiten. Wenn wir versuchen direkt zu ziehen, ohne dieser Drehbewegung zu folgen, riskieren wir, daß sich die Nabelschnur um seinen Hals wickelt.
 - * Wenn sich die Nabelschnur um den Hals gewickelt hat, wenn der Kopf bereits draußen ist, so genügt es ihn wieder leicht nach innen zu drücken und ihn in entgegengesetzter Richtung zu drehen, damit sie sich löst.
 - * Die angemessene Art und Weise um die Nabelschnur zu trennen:
Zwischen zwei Fingern läßt man die Flüssigkeit in der Nabelschnur vom Körper des Kindes weg, hin zum Körper der Mutter gleiten und klemmt sie auf dieser Seite ab. Dies wird nochmals wiederholt, ein zweites Mal abgeklemmt. Man zerschneidet die Nabelschnur zwischen den beiden Klemmen. Auf diese Weise steht der Nabel nicht hervor. Wir müssen darauf achten, daß die gesamte Flüssigkeit der Nabelschnur gut abgelaufen ist, um Blutungen zu vermeiden oder zu verhindern, daß der Nabel hervortritt, wenn die Nabelschnur abfällt.
- Von **entscheidender Wichtigkeit** ist ebenfalls der Zeitpunkt wann die Nabelschnur abgeschnitten wird. Wir müssen ihn zwanzig Minuten nachdem die Pulsierungen aufgehört haben, abtrennen, nicht vorher. Wir dürfen nicht vergessen, daß die Nabelschnur die direkte Verbindung zur Plazenta darstellt, die den Kreislauf mit dem Foetus reguliert. Wir dürfen das lebende Material nicht zu rasch abtrennen, weil wir damit einen schweren Fehler begehen würden. Es ist empfehlenswert, abzuwarten, bis die Pulsierungen in der Nabelschnur von selbst aufhören.
- * Ausgehend von der spezifischen Typologie der Mutter, gebären manche Frauen zu langsam. Um den Vorgang zu aktivieren, sollten die Brüste der Frau stimuliert werden, indem man sie drückt. Etwa so als wolle man eine reife Frucht auspressen.
 - * Wenn sich die Geburt mit gewissen Schwierigkeiten vollzieht, wird das Kind leichter herauskommen, wenn man auf den Anus der Mutter drückt. Nebenbei bemerkt läßt dies vorhandene Hämorrhoiden verschwinden.

"Seitai - Geburt"

* Frauen des Typs "Lungen-passif (taiheki 6) gebären häufig in unerwarteten Situationen wie z.B. im Flugzeug oder im Zug. Dort wo normalerweise die anderen Frauen genügend Körperbeherrschung haben um noch ein wenig abzuwarten.

Die körperlichen Tendenzen (Taiheki) müssen mit beachtet werden und man muß jeden Fall für sich nehmen um die Geburt bestmöglich zu führen. Wir dürfen nicht in eine zu einseitige, uniforme Sichtweise verfallen. Jede Frau ist eine besondere Welt, jede Geburt ein einzigartiges Ereignis, selbst wenn der Geburtsprozess sowie er von der Natur vorgesehen ist, der gleiche wie bei allen ist.

Ein anderer sehr interessanter Punkt des Seitai zur Geburt betrifft die **Frage des Schmerzes**, der in Verbindung mit der Geburt gebracht wird. Der Uterus ist frei von empfindsamen Nerven, also dürfte es rein theoretisch keine Schmerzen geben. Aber zwischen dem Prinzip und der Wirklichkeit tun sich oft Welten auf, und es verläuft nicht immer so einfach.

Diese Schmerzen bei der Geburt, wenn man Schmerzen hat, rühren zum größten Teil von den im Unterbewußtsein sitzenden, vorgefassten Meinungen, her. Nichtsdestotrotz gibt es sie gut und gern. Schwierig dies zu verneinen.

Viele Gedanken (Vorurteile) zu diesem Thema, die sicherlich jüdisch-christlichen Ursprungs sind, haben sich über Jahrtausende verbreitet. Der Begriff des Geburtsschmerzes hat sich schließlich so tief ins Unterbewußtsein eingepreßt, daß die Frauen die Überzeugung tragen, dass die Geburt mit Schmerzen verbunden ist. Aus diesem Grund verursachen diese Glauben, selbst wenn sie falsch sind, den erwarteten Effekt.

Schmerz, oder genauer gesagt, die Empfindungen der Kontraktionen (Muskelanspannungen) bei der Geburt werden als solche empfunden. Die Übertragung dieser Empfindung bei der Geburt ergibt dieses Gefühl, was nicht ganz richtig ist. Deshalb wurden verschiedene Methoden entwickelt, um "ohne Schmerzen zu gebären". Die Existenz dieser Methoden selbst verstärkt die Vorstellung, daß die Geburt schwierig und schmerzhaft ist und aus diesem Grund verstärkt sich dieses Gefühl nur noch.

Tatsächlich, sagt Noguchi, ist es die Verwechslung von Verkrampfung mit Schmerz, der das eine für das Andere nimmt, ohne jedoch objektiv zu betrachten, was wirklich geschieht.

Man kann ein kleines, ganz **einfaches Experiment** dazu machen, um es besser zu verstehen:

Wenn wir uns nach und nach, mit unseren eigenen Fingern, immer stärker zwicken, so fühlen wir nicht wirklich Schmerz, sondern vielmehr ein Gefühl der Muskelanspannung, weil wir darauf vorbereitet sind. Das selbe Zwicken, diesmal von jemand anderen ausgeführt, aber unerwartet, tut uns sehr weh.

Der Unterschied, der nur subjektiv besteht, kommt von unserer geistigen Übersensibilität, die die Empfindung je nach Situation spontan deutet. Im 2. Fall trägt die Subjektivität seine Früchte, und äußert sich in Schmerz. Im 1. Fall dominiert die Objektivität und stellt lediglich das Gefühl einer muskulären Anspannung fest, da man von vornherein weiß, was geschehen wird. Im anderen Fall löst sich nun die Vorstellung aus und es ist Panik, die das Gefühl in Schmerz verwandelt, weil man nicht darauf vorbereitet ist.

Aus diesem Grund können die empfundenen Schmerzen während der Geburt als Eigenart einer geistigen Weiterentwicklung, der Autosuggestion, betrachtet werden. Die Vorstellung des "**Seitai**" besteht nun darin, der Gebärenden psychische Führung zu geben, um sie auf die wirklichen Empfindungen während der Muskelanspannungen und auf die Nervenaktivität während der Geburt zu sensibilisieren und darauf zu konzentrieren. Sie wird somit **Beobachterin des Vorganges** und zur gleichen Zeit Hauptdarstellerin und dadurch gewinnt die Sache eine andere Richtung.

"Seitai - Geburt"

Die Aufmerksamkeit ist auf etwas Anderes gerichtet als auf den Schmerz; rein auf die Empfindung der Anspannung konzentriert, ändert sich alles. Gymnasiastinnen, die z.B. versteckt in der Toilette gebären, empfinden keine Schmerzen; ihre Aufmerksamkeit wird in eine ganz andere Richtung gelenkt.

Selbstverständlich ist es die Aufgabe der Professionellen, die Schwangerschaft und Geburt nach dem Seitai zu begleiten. Es liegt sicher nicht ganz in der Kompetenz eines Laien. Aber Wissen über diese Konzepte zu haben, bedeutet bereits den Weg in diese Richtung eingeschlagen zu haben.

Die Wahl des richtigen Zeitpunktes und die Art sich **nach der Geburt zu erheben** ist das **wichtigste Element im Seitai**. Alles hängt davon ab: die Regenerierung, das schöner werden der Mutter, der Nährwert der Muttermilch, usw. Deshalb sollten wir große Aufmerksamkeit darauf verwenden, wann und wie wieder die senkrechte Haltung eingenommen wird.

Nach der Geburt schließt sich nach und nach ganz natürlich das Becken. Die beiden Beckenknochen schließen sich nacheinander und nicht gleichzeitig. Wenn die Frau während des Vorganges, indem sich das Becken schließt, nicht liegen bleibt, sei es auch nur einen Moment, wird dieser Vorgang unterbrochen.

Die Folge davon ist, daß eine Hälfte des Beckens weiter geöffnet ist als die andere Seite. Daraus folgt, daß die Mutter zunimmt; denn die Schließung des Beckens steht in direkter Verbindung mit dem Körpergewicht. Eine andere Folge ist, daß ihre Muttermilch nicht sehr nahrhaft ist.

Die Muttermilch sollte sich nach und nach, je nachdem wie oft das Baby gestillt wird, verdicken. Für ein 10 Tage altes Kind muß die Konsistenz für 10 Tage entsprechen, für 40 Tage eine entsprechende Konsistenz, usw. Wenn allerdings das Becken geöffnet bleibt, verdickt sich die Muttermilch kaum. Die Mutter wird dicker während das Baby mager bleibt.

Wie weiß man jetzt, wann man aufstehen soll? Und wie? Die Gelegenheit sollte nicht verpaßt werden, da sie sich erst wieder zur nächsten Geburt bietet. Man muß genau zur rechten Zeit aufstehen, weder zu früh, noch zu spät, denn im letzten Fall beginnt sich das Becken, nachdem es gut geschlossen war, wieder zu öffnen. Man muß ins Schwarze treffen.

Auf folgende Weise gelingt es:

Nach der Geburt gibt es erstmal eine Zeit in der nichts passiert und in der sich das Becken nicht sofort schließt. Die Dauer ist unterschiedlich; i.a. sind es mehrere Stunden. Dann, ab einem bestimmten Moment, beginnt eine der beiden Beckenknochen sich zu schließen.

Übrigens bemerken es sensible Frauen indem sie eine ganz besondere Anspannung auf dieser Seite verspüren. Die beste Möglichkeit dies zu überprüfen, um dann zu wissen, wann der richtige Zeitpunkt zum Aufstehen ist, ist, indem man zwei gute Thermometer unter die Achseln legt.

Während sich eine Seite schließt, wird man feststellen können, daß das Thermometer auf dieser Seite eine erhöhte Temperatur von bis 8 Zentel gegenüber der anderen Seite anzeigt. Wenn der Vorgang auf dieser Seite vorübergehend beendet ist, beginnt die andere Seite. Die Temperatur zieht mit dem anderen Thermometer gleich.

Wir können also diese erste Etappe feststellen, wo beide Thermometer auf dem selben Stand stehen. Bei der **dritten Übereinstimmung** der Thermometer muß man unbedingt eine vertikale Haltung einnehmen. Das Becken schließt sich also in drei Teilphasen. Jede dieser Phasen dauert ungefähr acht Stunden bei der ersten Geburt und sechs Stunden bei den darauffolgenden.

"Seitai - Geburt"

Folgende Gleichung kann man aufstellen: "T" zeigt die gesamte Zeit an, während die Gebärende liegen bleiben soll; "S" zeigt die Zeit an, in der das Becken die Schließung noch nicht aktiviert hat:

$T = S + 8 H + 8 H \Rightarrow$ aufstehen, wenn es die erste Geburt ist;

$T = S + 6 H + 6 H \Rightarrow$ aufstehen, ab der zweiten Geburt;

(a.d.Ü.: aus Übersetzung von Noguchi "La crianza")

Man muß sich unbedingt aufrichten, wenn sich beide Beckenknochen **gleichzeitig** nach innen bewegen. i.A. beginnt eine Seite sich zu schließen (insges. 6x: 1 links 2 rechts 3 li 4 re 5 li 6 re) und wenn dann beide gleichzeitig weitermachen, in diesem Moment richtet sich die Mutter auf (innerhalb der nächsten paar Minuten).

Die Regel ist, das Bett zu verlassen, wenn die beiden Temperaturen übereinstimmen. Während sich die rechte Seite des Beckens anspannt, hat die rechte Seite eine höhere Temperatur als die linke und umgekehrt. Aufgrund dessen kann man sehen, wie sich der Prozeß vollzieht.

Geburt +* _____ +	+ *(Zeit in der nichts geschieht)
R	L
R	L
R	L

Sensible Frauen spüren es sehr gut, wenn die Temperatur übereinstimmt.

Auf folgende Weise sollte die aufrechte Haltung eingenommen werden:

Auf den Bauch legen; langsam hochziehen, bis das Gesäß die Fersen berührt, setzen sie sich nun auf die Fußinnenflächen, die Knie gebeugt. Dies ist die japanische Sitzhaltung. Dadurch verschließt sich das Becken richtig. Die Frau sollte mindestens eine Stunde, wenn möglich noch länger, in dieser Position verweilen. Danach ist es besser, sich wieder hinzulegen und den nächsten Tag abzuwarten, bevor der gewohnte Tagesrhythmus wieder beginnt und man machen kann, wozu man Lust hat.

Wenn sie den Zeitpunkt richtig getroffen hat, setzt eine **Verjüngungsprozess** der Mutter ein und verschönert sie, ähnlich der Vorstellung einer Enthäutung der Schlange, die darunter eine frische, junge Haut trägt. Selbstverständlich überträgt sich diese Regenerierung auf das Baby, zu Beginn durch ein angemesseneres Stillen.

Was das Baby betrifft, gibt das "Seitai" einige Empfehlungen insbesondere für die **ersten drei Monate** seines Lebens bis zum 13. Monat. Seine gute Entwicklung hängt mit der Beachtung dieser Empfehlungen zusammen. Die Liste wäre zu lang um sie in einem Artikel wie diesem unterbringen zu können. Einige zusätzliche Artikel, werden den Weg der Geburt noch vollständiger dokumentieren.

Von den Wichtigsten wollen wir aber einige nennen:

* Das Baby nach der Geburt nicht waschen; abwarten, bis die Haut, die es umgibt ("Vernix") innerhalb einiger Tage von selbst abfällt. Sie ersparen dem neuen Lebewesen eine Schwächung im Bereich der Lungen.

* Warten sie auf den ersten Stuhlgang (Meconium) bevor sie es das erste Mal Stillen. Dann gibt es keinen Milchschorf / Hautausschläge. Um den Abgang der ersten Exkremente zu unterstützen, machen sie "yuki" auf dem 5. Punkt des Bauches. (in den ersten 48 h ist ausreichend Vormilch („Kolostrium“) vorhanden, um diesen Prozeß der Reinigung/Ausscheidung unterstützend zu beenden)

* Die erste Sprache, die das Baby versteht, ist die der Geschwindigkeit. Also achtgeben auf ungestüme Wechsel (Licht, Temperatur, schnelle Bewegungen) in der Art es zu nehmen, mit ihm zu sprechen, usw.

"Seitai - Geburt"

* Das Universum des Babys begrenzt sich während der ersten Wochen auf die Mutter und den Vater. Selbst wenn sie das schockiert, sollten sie während dieser Zeit besser vermeiden, es herzuzeigen, um seine Integrität zu wahren und seine Umgebung zu respektieren.

* Im "Seitai" gibt es mehrere Kriterien, um festzustellen, ob es gut ernährt ist. Wenn es so ist, rinnt der Speichel gut. Die Haut der Innenseite der Oberschenkel löst sich leicht, wenn man es nimmt. Der Kot zeigt an, ob es angemessen ernährt wird.

Häufig verwechselt man Nahrung mit nahrhaft, was nicht richtig ist. Der Kot im Übermaß zeigt an, daß zuviel aufgenommen wurde; zu wenig Kot, daß es nicht genügend ist. Wenn die Farbe zu dunkel ist, bedeutet es, daß die Ernährung zu Nährstoffreich war; zu hell, zeigt, daß zu wenig Nährstoffe enthalten waren. Die Größe sagt etwas darüber aus, ob es sich wohl fühlt oder nicht: groß - es geht ihm gut; zu dünn - es ist nicht in bester Verfassung, usw.

Ein Kind zu gebären ist zweifellos eines der nobelsten Akte, die die Natur vorgesehen hat, um den Menschen weiterzuentwickeln, durch das Fortschreiten von dem, was er selbst ist.

Das Wissen über die Anwendungsmöglichkeiten des "Seitai", d.h. der Natur, in dieser unersetzlichen Erfahrung, soll dazu beitragen, den Menschen aus seiner roboterhaftigen Verstrickung zurückzuholen und wenn man es wünscht eine Gesellschaft von Morgen aufzubauen, die wirkliche Menschen schafft und nicht nur Nummern ohne Leben.

C Copyright www.LoveBirth.de Michael Rotter (+49) 0157-870 66 882 love@lovebirth.de
Jean BENAYOUN, Val d'Isère, février 1991 - Übersetzung: Michael Rotter, München, Juli 1993



Kinder-Segen – eine glückliche Erfahrung

Liebepaare wünschen sich eine orgiastische, freudvolle Geburt. Lustvolles Stillen einer unversehrten Mutter und ein gesundes, vitales Baby daß in einem bewußten Liebesakt gezeugt wurde.

Utopie oder Wirklichkeit?

Haruchika Noguchi, ein bekannter japanischer Heiler und Pädagoge begleitete Zeit seines Lebens etwa 10.000 Kinder. Seine Beobachtungen und Erfahrungen – über mehrere Generationen hinweg – faßte er unter dem Begriff "Seitai" zusammen, welcher um 1960 im japanischen Ministerium für Erziehung & Wissenschaft Eingang fand. Alle Geburten, die in der "Seitai-Gesellschaft" vorbereitet und begleitet wurden, waren eine natürliche, glückliche und freudvolle Erfahrung für das Baby und die Eltern.

"Seitai - Geburt"

Eine große Bedeutung kommt den (Hausgeburts-) Hebammen "Doula's", die im Vertrauen die Gebärende begleiten zu. Während meines Aufenthaltes in der Slowakai konnte ich als Mann für ein halbes Jahr eine "weise Doula" begleiten und eindrucksvolle Erfahrungen bei der Geburtsvorbereitung von Paaren, während der Schwangerschaft, kurz nach der Geburt und bei der Stillberatung* sammeln dürfen.

Dies führte mich dahin, ein spezielles **Geburts-Vorbereitungs-Seminar für Männer** anzubieten. "LoveBirth" begleitet Paare mit Kinderwunsch, basierend auf 30jähriger Seitai-Erfahrung.

<https://lovebirth.de/seitai-ausbildung-lovebirth> + [schwangerschaftsvorbereitung](#) + <https://lovebirth.de/lovebirth-mann>

Was motiviert einen ehemaligen Hotelkaufmann, diesen Weg zu gehen?

Als ich 1987 in Paris das erste Mal die Seitai-Praktik "katsugen-undo" von Haruchika Noguchi kennenlernte, hat sich mein Verständnis und Bewußtsein in einem ersten "Satori" gewandelt. Ich drang immer tiefer und leidenschaftlicher in die großen Zusammenhänge von "Liebe – Geburt – Erziehung", im Einklang mit der Natur, vor und ein neues "nicht-dualistisches" Weltbild von Gesundheit und Krankheit eröffnete sich mir. Nachhaltig berührt und angesteckt vom "nicht-Denken" und tiefer Hara-Atmung war ich nun "süchtig" mehr vom wahren Leben zu entdecken.

Einige Jahre begleitete ich meine Geliebte, die keine Kinder bekommen konnte, mit "Seitai-Übungen" und Übersetzungen von H.Noguchi. Als ich im Jahre 1995 meine Erzieherausbildung in einem Waldorfkindergarten begann, war das Glück auf unserer Seite, als meine Geliebte Frau mir verkündete, daß wir ein Kind erwarten.

Heute sind unsere beiden Kinder erwachsen. Sie gehen kraftvoll, selbstbewußt und vital ihre Wege – aber sie sind immer noch meine Meister im "hier und Jetzt", intuitiv und voller Liebe zu sein. Meine 24jährige Tochter gebar freudvoll in natürlicher Umgebung ein gesundes vitales Kind.

Die Geburten im geborgenen Umfeld zu Hause, war eine tief berührende Initiation in die Vaterschaft. Meine Erfahrungen vom "Mann zum Vater" habe ich in dem Buch **"1+1 Erziehungskunst & Seitai"**, ursprünglich als "Ahnenbuch" für meine Kinder gedacht, niedergeschrieben. <https://lovebirth.de/buch>

Michael Shimananda Rotter, der Autor des Buches **"1+1 Erziehungskunst & Seitai"**, wurde zur Sommersonnwende in München geboren. Er lebte in verschiedenen Kulturen, erlernte zwei Fremdsprachen, begleitete Königinnen, Präsidenten und Stars in den weltbesten Hotels; erlernte Finanzmanagement, war Unternehmensberater und Persönlichkeits-Coach.

Mit 35 Jahren wurde er Vater von zwei Kindern, inzwischen ist er glücklicher Großvater.

Als staatl. Erzieher praktizierte er verschiedene Erziehungsstile von Waldorf, Montessori/Wild, Seitai bis zur Natur- & Kräuterpädagogik. Seine Wege der Selbsterziehung führten ihn von Männer-Initiationen „Heldenreise“ (Zipat), „Friedenshüter“ (Sunray), Mantra-Tantra (Deva+Miten) über „Familienstellen“ (Hellinger) zu „Inochi“ Selbsterkenntnis (Nomura), uva.

Prägend war die Lehrzeit – seit Paris 1987 bis heute – bei bekannten Seitai-Lehrern aus Japan und Europa, die die traditionell japanische ZEN-Kunst des „Nichtdenken“ und „Nicht-Tun“ (Katsugen) verbreiten. Im Jahre 2012 gründete Shimananda die **„Natur- & ElternSchule Seitai“** in Bayern; er begleitet Paare mit Kinderwunsch, Hebammen und Pädagogen in der Selbsterfahrung & Ausbildung zum „Natural-Holistic-Guide“ zu tieferem Vertrauen in das Leben und seine Initiations-Geschenke.

Gründer der „Natur- & ElternSchule Seitai“, LoveBirth-Ausbilder „Natural-Holistic-Guide“, www.seitai.de
Kontakt: (D+49) 0157 870 66 882 * E-Mail: love@lovebirth.de * Video's: www.lovebirth.de/ueber-uns

