

# SEIKI EN BEWUSTZIJN

Frans Copers

Seiki streeft ernaar de doorstroming tussen bewustzijn en onderbewustzijn te herstellen, de remmingen tussen die twee op te heffen. Daardoor ontladen (al dan niet verborgen) trauma's, spanningen, frustraties en andere emoties die een rem zetten op onze fysieke, psychische, emotionele en sociale gezondheid.

De ontladingen noemen we Katsugen, of spontane bewegingen, die kunnen inwendig of uitwendig zichtbaar zijn, met minimale lichaamsreacties of soms ook wel met vrij heftige bewegingen gepaard gaan. Nooit wordt er schade aangericht: steeds wordt de ontlading als bevrijdend ervaren.

In zekere zin is Seiki een confrontatie met je eigen verdrongen demonen en verhoogt zo je zelfkennis en lichaamsbewustzijn. In die zin kan je de uitspraak van een deelnemer interpreteren:

**‘de Seiki-methode is een dappere en eerlijke weg naar zelfbevrijding.’**

In Shiatsu-termen kan je zeggen dat bij een Seiki-behandeling, waar echte, diepe ontspanning centraal staat, kyo en jitsu zich maximaal manifesteren en dat ze spontaan in interactie gaan en balans gaan opzoeken.

Via het oplossen van je ego brengt Seiki je terug bij je ware zelf: je ego dat maar al te vaak je eigen geluk en gezondheid in de weg staat! Daardoor komt je innerlijke kracht, je KI weer in beweging en wordt geïntervaliseerd, met een betere gezondheid en groter geluk tot gevolg.

Je wordt één met je persoonlijke zelf en tegelijk wordt je omgeven door het oneindige Zelf. Je persoonlijke KI versmelt met de oer-KI: je wordt verbonden met de bron van alle KI en je geest opent zich.

Wat triviaal en onbelangrijk is kan je niet meer raken, wat er echt toe doet wordt weer duidelijk. Clear Mind!

Je leert te leven in het nu: je leert je verleden verwerken, oplossen, zelfs uitwissen. Niet geremd door de band met je verleden gaat een nieuwe wereld voor je open.

Je blijft niet meer ter plaatse trappelen als een koe in haar eigen uitwerpselen: eindelijk staat de deur weer open voor nieuwe ontwikkelingen en mogelijkheden.

Dit is essentieel voor elk individueel mens, maar zeker voor de therapeut van om het even welke discipline. Zonder een heldere geest, een helder hart en een helder lichaam kan je een ander niet op weg helpen of ondersteunen in zijn zoektocht naar gezondheid en geluk!

Kishi-sensei: “Het enige wat ik wil doen is de mensen laten zien dat achter de wolken de zon schijnt!”

SEIKI is minimalistisch, zen-like lichaamswerk in de geest van het Taoïsme: ‘Wei woe wei’ of doen door niet te doen.

Frans Copers