

Seiki Soho : A celebration of Life

Frans Copers

Seiki Soho betekent letterlijk: Universele Levensenergie Begeleiding en is verder moeilijk te omschrijven, want de beleving primeert en is individueel zodat alle uitleg de ervaring dreigt te doorkruisen.

Als we toch tot een omschrijving willen overgaan, kan je zeggen dat het minimalistisch, zen-like lichaamswerk is. Het is de intuïtieve weg van 'Doen door niet Doen', de kunst van het wachten, diagnose zonder vragen.

De techniek van Seiki Soho staat nauwelijks vast en drijft vooral op intuïtie en aanvoelen, die de gepaste handelingen aanbrengen, of zoals de grondlegger, de Japanner Kishi, zelf formuleert: "My technique is no technique."

Het doel is om de natuurlijke staat van een persoon of de Gen Ki (oorspronkelijke Ki of gezondheid) te herstellen. Gezondheid is echter geen standaard situatie waarin we iedereen moeten inpassen: seiki wil niet harmoniseren of in evenwicht brengen maar leidt iemand terug tot zichzelf en zijn eigen innerlijke (helende) krachten.

Gezondheid is geen statische harmonie, maar een grillig, complex en moeilijk voorspelbaar gebeuren: de expressie van onze eigen, individuele vorm of... misvorming. Zo streeft het lichaam en de natuur zelf steeds weer naar harmonie en zelfs wat wij ziekte noemen is een uiting van dit natuurlijk proces. Dit inzicht steunt op vertrouwen. Als we dit begrepen hebben, wordt het leven pas echt interessant: 'Life is a game...'

De behandeling, of eerder gezegd de onderlinge uitwisseling volgt het principe van **Ki Do Ma**: de gepaste actie, op het gepaste moment op de juiste plaats. Door het leegmaken van je geest kan je het contact met je ware zelf terugvinden: onderdrukte emoties en spanningen komen los, je vitale energie gaat weer stromen. Het contact tussen lichaam en geest, tussen bewustzijn en onderbewustzijn, met je emoties, je omgeving en je oorsprong worden hersteld: je wordt weer heel, geheeld, verbonden.

Door **Gyo Ki** of het ademen door de handen wordt je gevoeligheid voor energie ontwikkeld en ook je capaciteit om deze aan te wenden, via **Katsu Gen** (spontane, herstellende beweging) kom je in contact met je zelf: Seiki Soho creëert de omstandigheden waarin dit proces kan plaatsvinden.

De helende effecten zijn soms spectaculair maar steeds natuurlijk. Zonder ernaar te streven gaan lichaam en geest tijdens een Seiki-sessie weer samensmelten waardoor een sensatie van grote bevrijding ontstaat. Het resultaat is een vredig gevoel van totale ontspanning, grotere gevoeligheid en alertie, zuivering en tenslotte: Vakantie...

Seiki Soho geeft een extra, universele dimensie aan alle vormen van lichaamswerk!