



Itsuo Tsuda - Le dialogue du silence Ch 13 Need and desire * Der Dialog der Stille -

Den Unterschied zwischen einer halb leeren + einer halb vollen Flasche, den Unterschied zwischen denen, die sterben, und denen, die leben, kann kein objektives Kriterium bestimmen. Nur das innere Erwachen lässt ihn uns spüren.“

Die Regenerationsbewegung "KATSUGEN-UNDO" ist die einzige Methode, die eine Rückkehr zum Ausgangspunkt, dem Training des extrapyramidal-motorischen Systems, aufzeigt. Diese Rückkehr ist weder eng auf die Rehabilitation des sozialen Individuums noch auf die Stabilisierung des Erwachsenen ausgerichtet, eine Vorstellung, die den westlichen Ländern lieb + teuer ist.

Der Ausgangspunkt liegt weit außerhalb des Rahmens des erwachsenen Individuums, d. h. des sozialen Wesens, das in der Lage ist, seine Meinung zu äußern und seine Handlungen zu rechtfertigen. Wo er genau liegt, ist nicht leicht zu bestimmen. Ist es möglich, zum Jenseits durchzubrechen, wenn man in einer Zivilisation lebt, in der man nach einem vordefinierten Programm durchs Leben geht?

Noguchi nahm sich vor, 100 tausend Japaner zu *seitai'sieren*, eine kolossale Aufgabe, die er zu Lebzeiten nicht erfüllen konnte. Seit seinem Tod wurde sein Werk in größerem Umfang fortgesetzt. Ich befinde mich in Europa, der Quelle der Verwestlichung, die überall auf der Welt um sich greift. Der Ausdruck ausufernd ist vielleicht zu hart, denn die Verwestlichung bietet der Menschheit unbestreitbare Vorteile.

Aber wenn ich es mir genau ansehe, was da passiert, ist das kein sehr ermutigender Anblick. Ich sage, lasst alles los, damit wir ganz neu anfangen können, frisch wie der Morgentau. Diese Worte können falsch interpretiert werden, denn es gibt immer mehr Menschen, die alles loslassen, weil sie es nicht mehr halten können.

Das ist ganz und gar nicht dasselbe. Um die Europäer zu *seitai'sieren*, wären acht Generationen erforderlich, bevor ein nennenswertes Ergebnis erzielt werden könnte. Ich kann nicht dabei sein, um es zu sehen. Ich bin nur bis zur ersten und zweiten Generation vorgedrungen. **Seitai-siert** zu sein bedeutet, ein einfaches Leben zu führen, durch und durch erfüllt, unabhängig und frei. Es bedeutet, zu maximaler Konzentration und Entspannung fähig zu sein, die Befriedigung zu haben, das zu tun, was man tun will, und, wenn die Zeit gekommen ist, einen ruhigen und friedlichen Tod zu sterben, ohne Reue.

Seitai'sierte Menschen denken nicht an ihren Magen oder ihre Lunge. Ihr Körper hält sich mühelos und von selbst im Gleichgewicht. Sie fühlen sich unbeschwert, als ob sie keinen Körper hätten. Dies ist der **Nicht-Körper**. Sie brauchen nicht lange zu grübeln, um eine Entscheidung zu treffen. Diese wird sich von innen heraus ergeben. Sie werden handeln, als hätten sie nie nachgedacht. Doch ihre Handlungen sind äußerst präzise, genau auf das Ziel ausgerichtet, ohne dass sie es beabsichtigt hätten. Das ist der **Nicht-Geist**.

Wenn Sie sich bereits in diesem Zustand befinden, müssen Sie die *Regenerierende Bewegung* "KATSUGEN-UNDO" nicht ausführen. Sie ist nur ein einfacher und natürlicher Weg, um dorthin zu gelangen. Kurz gesagt, die *Regenerierende Bewegung* "KATSUGEN" ist keine Disziplin, die regelmäßig unter Androhung der Todsünde ausgeführt werden muss. Ihre Aufgabe besteht darin, unser Wesen von Körper und Geist zu erwecken. Wenn wir einmal erwacht sind, gelingt es uns, unsere Bedürfnisse ohne Anstrengung und Willen zu regulieren. Am Anfang ist die Bewegung rau, schroff und wird allmählich feiner und subtiler, von außen weniger sichtbar.

Sie fällt schließlich mit unseren üblichen täglichen Bewegungen zusammen. Danach wird es nicht mehr notwendig sein, die *Regenerierende Bewegung* "KATSUGEN" gesondert zu praktizieren. Sie findet statt, sobald sich die Notwendigkeit ergibt, d.h. im Falle einer Anomalie, ob man sich dessen bewusst ist, wie im Falle einer Verletzung, oder nicht, wie im Falle einer Lebensmittelvergiftung.

Das Beste was geschehen kann ist, dass Ihnen nichts Besonderes widerfährt. Man lebt in Ruhe, atmet ruhig und tief. Es braucht relativ wenig, um Ihre Bedürfnisse zu befriedigen.

Das steht im Gegensatz zum Prinzip der Konsumgesellschaft, in der man dazu angehalten wird, immer mehr zu konsumieren. Das heißt nicht, dass ich Sie zur Sparsamkeit auffordere. Es hängt alles von Ihnen und dem jeweiligen Moment ab.

Es gibt nichts Ermüdenderes, als zu sehen, wie Menschen zu Gefangenen ihres Regimes werden, sei es medizinisch, diätetisch, kommunistisch oder kapitalistisch. Sie machen ein großes Theater, indem sie sagen, es sei unerhört, dass Menschen in der Welt an Hunger sterben. Hinter dieser Darstellung verbirgt sich eine andere Wahrheit.

Es gibt Menschen auf der Welt, die an Überernährung sterben. Es ist schwierig, dies statistisch zu beweisen, aber Sie können es selbst beurteilen, wenn Sie feststellen, dass Sie tagelang fasten können, ohne übermäßig gestört zu werden. Das gut trainierte extrapyramidale System befreit uns von der Besessenheit unserer Bedürfnisse, denn es übernimmt die Verantwortung, alles zu steuern.

Deshalb akzeptiere ich Noguchi's Motto, dass jeder seine Gesundheit selbst erhalten muss. Man braucht sich dabei nicht auf andere zu verlassen. Ich lebe schon seit fast 30 Jahren so, ohne von jemandem abhängig zu sein. Die wenigen Male, die ich Ärzte aufgesucht habe, waren zum Ausfüllen von Verwaltungsformularen, ansonsten sind sie völlig aus meinem Leben verschwunden.

Seit mehreren Jahren arbeite ich in Europa und die Verbreitung der *Regenerierenden Bewegung "KATSUGEN"* hat unglaubliche Umwege genommen. Bei den Europäern wird das Thema durch ein Übermaß an Phantasie verkompliziert. Die *Regenerierende Bewegung "KATSUGEN"* ist zu einfach, um so akzeptiert zu werden. Viele Menschen fügen eine persönliche Note hinzu, die die Bewegung verzerrt und denaturiert. Nichts sollte in der Ausbildung, dem Training des „Extrapyramidalen“ hinzugefügt werden. Keine Absicht, keine Vorstellung und kein Gefühl.

Nun ist der Verzicht auf solche Zusätze für die Europäer am schwierigsten zu akzeptieren. Es ist die eigentliche Negation des Bildes des sozialen Individuums, das die Europäer seit der Renaissance zu schaffen versuchten. Sie klammern sich daran wie an einen alten Schatz, selbst heute noch, wo der Einzelne beginnt, sich von allen inneren Inhalten zu befreien.

Der Zugang zum Extrapyramidalen ist an sich kein einfacher Weg, selbst für Japaner, die unter der Anleitung von Menschen mit jahrelanger Erfahrung üben. Das liegt daran, dass es sich um einen willentlichen Übergang vom willkürlichen zum unwillentlichen System handelt. Manche Menschen brauchen Jahre, um dies zu erreichen. Im Moment liegt der Rekord meines Wissens bei vier Jahren. Aber die Japaner haben im Allgemeinen mehr Kontinuität und Beharrlichkeit als die Europäer und lassen sich nicht so leicht von einer Laune des Augenblicks hin- und herreißen.

Wenn ein Japaner sagt, dass er 10 Jahre lang Seitai studiert hat, ist es wahrscheinlich, dass es sich um volle 10 Jahre handelt, d.h. um Tausende von Stunden, der Hingabe an die Lehren. Diejenigen, die 10 Jahre lang studiert haben, sind immer noch Anfänger. Andere haben schon 20, 30 oder 40 Jahre lang studiert.

Zu meinem Erstaunen habe ich in Europa Menschen gesehen, die nach ein paar Stunden eine neue Methode verbreiteten und mir Broschüren schickten, die den Namen von Noguchi und vielen anderen trug. Auf jeden Fall kann ich nichts dagegen tun. Es gibt kein Patent für ihre Erfindung und ich beanspruche kein Monopol auf ihre Nutzung. Es steht diesen Leuten frei, zu tun, was sie wollen. Ich behalte mir das Recht vor, die Unterstützung für ihre Unternehmungen abzulehnen.

Seitdem habe ich merkwürdige Bewegungen von neuen Workshop-Teilnehmern beobachtet. Ich habe festgestellt, dass sie zuerst von einem gewissen Herrn X oder einem Herrn Y in die Seitai-Praxis eingeführt wurden. Sie wurden von diesen Ausbildern geprägt und behielten die schlechten Gewohnheiten bei, die sie sich angeeignet hatten.

Diejenigen, die mit den Zähnen knirschen, stammen aus dem Workshop von Herrn X. Diejenigen, die den Kopf verdrehen kamen aus der Werkstatt von Herrn Y und so weiter.

Dies sind nervöse Tic's und haben nichts mit dem extrapyramidalen System zu tun. Sie sind sehr stur, jene, die exakt Nachahmen, und sich weigern, etwas anderes zu akzeptieren als das, was sie tun. Die Gefahr solcher nervösen Tic's besteht darin, dass sie schwer zu beheben sind und später viele Probleme und Anomalien verursachen können, die am Anfang nicht vorhanden waren.

Es ist wahr, daß man mit Hilfe der Vorstellungskraft Bewegungen hervorrufen kann, die nicht ganz willkürlich sind. Das ist eine bekannte Technik unter Schauspielern und Tänzern. Aber das sind imaginäre Phantasie-Bewegungen, nichts mit der *Regenerierenden Bewegung* „KATSUGEN“ zu tun hat. Schade, wenn diese Leute alles durcheinander bringen. Es gibt keine Möglichkeit, sie zum Verstehen zu bringen, wenn sie nicht bereit sind, ihre Sturheit aufzugeben. Wenn das extrapyramidale System gut trainiert ist, verändert sich die Qualität der Haut. Sie wird glatter und durchscheinender. Welche Art von Nachahmung „nachäffen“ kann Ihrer Meinung nach dies erreichen?

Das Einzige, was im Leben zählt, ist das Leben selbst, aus dem alles andere fließt. Es ist das Leben, das die Notwendigkeit schafft, die die Form hervorbringt. Da die Wissenschaft auf der Form aufgebaut ist, glauben wir schließlich, dass die Form das Bedürfnis und das Leben erschafft.

Bei all den Komplikationen des modernen Lebens, ging ich zur Anmeldung bei der Sozialversicherung, die inzwischen obligatorisch ist. Der Beamte prüfte meine Papiere, von denen einige erst nach Monaten eingetroffen waren. Als er mit Nachdruck auf der Krankenversicherung bestand, für die ich in zwischen Anspruch hatte, sagte ich: "Sir, ich bin bereit die notwendigen Schritte zu unternehmen, um das Gesetz zu erfüllen. Aber ich wünsche nicht die Pflege und den Schutz, den Ihr System vorsieht. Er sah überrascht aus. Aber man weiß ja nie.

Was ist, wenn Sie sich den Arm brechen?

Ich will unter keinen Umständen, dass mich jemand anfasst. Er sah verblüfft aus.

Ah, eine orientalische Philosophie. Nun, vielleicht ist sie besser als unsere. Jedem das Seine. Deine Philosophie ist sehr verführerisch. Wenn man fast 30 Jahre damit verbracht hat, und gelernt hat, nur auf das zu hören, was in einem selbst vorgeht, ist es schwer, großen Worten zuzuhören.

Das Leben interessiert mich so, wie es ist. Für mich ist jeder Tag mein erster. Jeder Tag ist mein letzter. Schmerz ist die beste Medizin. Ich möchte nicht, dass jemand versucht, mein Leben zu verlängern oder zu verkürzen.

Vielleicht sind dies in den Augen der Zivilisierten die Worte eines Verrückten. Aber das spielt keine Rolle. Jedem seine eigene Überzeugung. Ich respektiere die erworbenen westlichen Werte, die die individuelle Freiheit garantieren. Wenn diese Freiheit darin besteht, uns zu zwingen, Papierkram anzuhäufen und Vorteile zu akzeptieren, die ich keineswegs will, widerspricht sie sich selbst.

Die Gesellschaft ist voll von apathischen Individuen. Was mich betrifft, so versuche ich, Komplikationen auf ein Minimum zu beschränken. Es ist das Schicksal der Zivilisation, uns allgemeine Formeln aufzuerlegen. Die Erweckung des Individuums ist keine allgemeingültige Formel. Alles hängt vom Grad des Verständnisses ab.

Das Bedürfnis ist eine lebenswichtige Funktion, die uns hilft, unseren Körper in Ordnung zu halten. Wenn diese Funktion natürlich ist, können wir uns von unserer Besessenheit des Körper befreien. Auch das Verlangen ist eine lebenswichtige Funktion, aber sie unterscheidet sich vom Bedürfnis insofern, als sie uns hilft, etwas außerhalb unseres Körpers zu erreichen.

Jedes Verlangen ist erfüllt, solange es von Anfang an unverändert bleibt und keine Elemente enthält, von denen wir glauben oder wissen, dass sie unmöglich sind. Der Mensch ist als einziges Tier fähig, den Wunsch nach Dingen zu formulieren, die außerhalb seiner Bedürfnisse liegen, aber er drückt oft das Gegenteil von dem aus, was er erreichen will.

Es gibt Menschen, die um jeden Preis versuchen, ihre Krankheiten zu heilen. Sie erkennen unbewusst an, dass es schwierig oder fast unmöglich ist, dies zu erreichen. Deshalb suchen sie nach immer wirksameren Heilmitteln, die die Schwierigkeit oder Unmöglichkeit der Heilung, die von Anfang an anerkannt wurde, noch weiter bestätigen. Der Mythos wird verstärkt.

Der Mensch erfindet immer wieder solche umgedrehten Formeln und sagt sich: Ich muss so schnell wie möglich reich werden, um dann immer knapp bei Kasse zu sein, oder ich muss glücklicher werden, um dann in Verzweiflung zu versinken. Ihr Gehirn ermüdet sich unnötig und lässt den wahren Wunsch verschwinden.

Ein Ehemann sagt zu seiner Frau: "Wenn du in Paris bist, kaufe mir ein paar Packungen Zigaretten dieser Marke. Die Frau denkt während der ganzen Zugfahrt daran. Das darf ich nicht vergessen. Wenn ich es vergesse, ist es eine Katastrophe. Er wird wütend werden. Er wird eine große Szene machen. Sie kommt in Paris an, rennt wie wild durch die Stadt, inmitten von Lärm, Autos und Menschenmassen. Auf dem Rückweg fällt ihr plötzlich ein, oh nein, ich habe ganz vergessen, die Zigaretten zu kaufen, und jetzt ist es zu spät, umzukehren.

Sie hat eine schlechte Strategie gewählt. Warum das Gehirn unnötig ermüden? Das Verlangen verschwindet mit der Müdigkeit. Es würde genügen, für einen Moment die Empfindung der Handlung hervorzurufen, die sie beabsichtigt; die Tür des Tabakladens aufzustoßen, die Dame zu begrüßen, nach den Zigaretten zu fragen, ihr Portemonnaie herauszunehmen und so weiter. Und dann könnte sie all das vergessen, und nichts zurückbehalten, was das Gehirn ermüden würde. Irgendetwas tief aus dem Unterbewusstsein würde sie alarmieren, wenn die Zeit gekommen ist.

Wenn man sich einen Wunsch erfüllen will, darf man ihn nicht auf der bewussten Ebene belassen, denn dann wird er aufhören zu arbeiten. Wenn man mit der Form aufhören will, darf man nicht mit der Form beginnen. Man muss den Wunsch in das Unterbewusstsein legen. Wirkliches Handeln beginnt im Unterbewusstsein. Wenn wir uns unserer selbst nicht sicher sind, brauchen wir viel, um den Mangel an Selbstvertrauen zu überspielen. Je mehr wir reden, desto weniger erreichen wir.

Je mehr wir auf unsere Gesundheit achten, desto zerbrechlicher wird sie. Dieser Gegensatz zwischen Bewusstem und Unbewusstem provoziert eine unendliche Vielfalt im Schauspiel der menschlichen Komödie, die sich vor unseren Augen entfaltet. Was mich interessiert, ist die Meisterschaft des Unterbewusstseins, wo es keine Grenzen gibt.

Es macht keinen Sinn, Präsident der Vereinigten Staaten werden zu wollen, vor allem wenn wir nicht einmal Amerikaner sind. Die Vorstellung, Milliardär zu werden, ist eine unerwünschte Last, denn ich möchte meine Zeit nicht damit verschwenden, darüber nachzudenken, wie ich mein Geld verwalte und mein Geld ausgeben soll.

Was den Wunsch angeht, mit dem Universum zu atmen oder das Zentrum des Universums zu sein - damit fühle ich mich völlig wohl. Es gibt Pioniere, die ich persönlich kennen gelernt habe. Ich würde noch zwei- oder dreitausend Jahre brauchen, um ihr Niveau zu erreichen. Das macht aber nichts. Der Pfad führt uns auf einen langen Weg.

Das moderne Leben wirft uns in ein furchtbares Gemisch aus Wünschen, Gegenwünschen und Anti-Gegenwünschen. Die Gesellschaft ist so organisiert, unsere Wünsche zu unterdrücken und auf Bedürfnisse zu reduzieren. Der Einzelne beraubt sich selbst aller wahren Wünsche, die ihm helfen könnten, sich zu entfalten. Es ist für uns immer schwieriger geworden, die einfache Wahrheit zu erkennen. **Der Sinn des Lebens ist das Leben selbst, aus dem alles andere fließt.**

Arrangement & Übersetzung * **Shimananda** * Finning, 22.11.2024
<https://soundcloud.com/user-164783488/itsuo-tsuda-the-dialogue-of-silence-need-and-desire>
www.Natural-Holistic-Guidance.com * shima@seitai.de * +49 157 870 66 882
SEITAI - Artabana „Therapeuten-Sprechstunde“ <https://youtu.be/ZckIx4NkEsw> v.14.7.2025
Friedenserziehung-Seitai: www.lovebirth.de/seitai-ausbildung-natural-holistic-guide

