

Buongiorno sorelle e fratelli,

Sto traducendo un articolo di Haruchika Noguchi, famoso guaritore che, raggiunto uno stato di coscienza superiore intorno ai suoi vent'anni, scelse di non “guarire” più le persone, ma di offrire invece strumenti per risvegliare le “forze interiori” capaci di comprendere la vita e la salute.

AMO condividere questo con voi:

con una prefazione di Stambecco sul SACRO GRAAL della “malattia”:

“La malattia, come disordine e fragilità che segnala un urgente bisogno di compiere una trasformazione personale verso un nuovo stato di equilibrio – la guarigione – può indicare che questa Forza è vicina.

In questa visione, la malattia – esperienza faticosa che chiede di incontrare i propri limiti individuali e di cambiare qualcosa dentro di sé per andare oltre – diventa un’opportunità, una grazia dichiarata per comprendere e valorizzare verità importanti.”

— Stambecco su Falco, “Scuola di Meditazione”

Ed ecco ora Noguchi-Seitai “Visione della vita e della salute”:

“Ci si ammala perché esiste un’anomalia nel corpo. Le persone cercano di sopprimere soltanto i sintomi della malattia senza correggere l’anomalia. Oppure, dimenticando di possedere naturalmente dentro di sé la forza che permette di vivere in salute, si affidano alle medicine e ai medici.

Ma questo non è molto diverso dal chiedere a qualcun altro di fare lo sforzo al posto tuo quando vuoi andare in bagno, dicendo poi: ‘L’ho fatto’ oppure ‘Non l’ho fatto’.

L’unico modo per uscire da questo stato di dipendenza è risvegliare la forza che tu stesso possiedi.”

— “Il movimento naturale all’interno del corpo” – Haruchika Noguchi, Seitai

Oggigiorno, alla domanda se qualcuno abbia oppure no una costituzione predisposta alla malattia, non offro più definizioni né faccio distinzioni. Lo stesso vale per le domande se ammalarsi sia buono o cattivo per il corpo, se essere sani sia di per sé un buon segno oppure no, o se il tipo di corpo che non si ammala sia buono o cattivo.

Come dimostra il fatto che, eliminati i batteri, aumentano le muffe e che gli effetti negativi prodotti dalle muffe sono oggi ancora maggiori, viviamo nel caos; per questo ho tagliato il nodo gordiano con la parola “Seitai”, ovvero “corpo ordinato”.

Nel caso del Katsugen Undo, il nome significa “attività rigenerativa” o “movimento rigenerativo”, ma dal punto di vista dell’anatomia e della fisiologia si tratta di un’attività derivante dal sistema extrapiramidale.

Ed è di Katsugen Undo che vi sto parlando qui e ora. È un’attività che procede inconsciamente e continuamente in relazione al bisogno dell’essere umano di mantenere l’equilibrio; ed è per questo che riuscite a stare bene anche senza fare uno sforzo cosciente per mantenervi in equilibrio.

L’attività avviene spontaneamente. Perciò, un corpo in una condizione tale che il Katsugen Undo si manifesti spontaneamente è un corpo nella condizione più naturale possibile per un essere umano, ed è questa condizione che ho chiamato “Seitai”.

Quando il corpo è in stato di Seitai, il Katsugen Undo si manifesta spontaneamente.

Quando il corpo arriva a poter affrontare spontaneamente, e senza alcun intervento cosciente, i cambiamenti che si verificano, allora può giustamente essere chiamato “Seitai”.

È dunque quel tipo di corpo che, in presenza di un’anomalia, la percepisce immediatamente e produce una risposta adeguata. Un corpo che non percepisce un’anomalia quando questa esiste non è un buon corpo.

Un corpo sensibile è un corpo che sviluppa facilmente febbre entrando in contatto con i germi, oppure che sviluppa rapidamente diarrea quando qualcosa di nocivo si è accumulato nello stomaco, purificando così l’organismo.

In questo modo il corpo dovrebbe essere sensibile a ogni sensazione di anomalia.

Il “Katsugen Undo” non è un metodo. È una forza che risiede all’interno di ogni individuo.

Fu il mio interesse per l’attività naturale che avviene nel corpo umano a portarmi alla scoperta del Katsugen Undo. Il Katsugen Undo si manifesta naturalmente e spontaneamente.

Quanto a ciò che significhi “manifestarsi naturalmente”, esiste nel corpo umano un’attività che mantiene costantemente equilibrio e armonia; e se si verifica qualche anomalia, questa attività entra in azione senza alcuna volontà cosciente da parte vostra.

Se, per esempio, inciampate, non cadete perché il corpo mantiene l’equilibrio senza che dobbiate volerlo coscientemente.

Il Katsugen Undo è qualcosa che il corpo possiede naturalmente. Potete pensarlo come un’attività fisiologica simile allo sbadiglio, all’emissione di gas intestinali, o alla trasformazione del riso bianco che mangiate in sangue rosso ed escrementi gialli.

In termini fisiologici, possiamo descrivere il Katsugen Undo come un’attività riflessa.

Anche vomitare dopo aver mangiato qualcosa di cattivo o saltare indietro quando ci si spaventa sono attività riflesse.

Negli ultimi tempi, tuttavia, la coscienza si è mescolata all’attività riflessa. Se si abitua un cane a sentire una campana prima di ricevere il cibo, i suoi succhi gastrici inizieranno a fluire semplicemente udendo il suono della campana.

Questo tipo di fenomeno accade realmente; e così si può cercare di allenare questo genere di attività riflessa o, più in generale, sviluppare i riflessi cerebrali.

Ma il Katsugen Undo è diverso dal tipo di attività riflessa che può essere allenata in questo modo.

Il Katsugen Undo è il corpo stesso che ricerca l’equilibrio e mette in moto un’attività per raggiungerlo; e in questo senso dobbiamo allenare e rendere più sensibile la capacità stessa del corpo di produrre attività riflessa.

<https://seitai.de/noguchi> + <https://lovebirth.de/il-seitai>

Contattate Shimananda per una guida individuale di Seitai a Damanhur: shima@seitai.de

Good morning sisters & brothers,

I am just translating an article of Haruchika Noguchi, a famous healer, transformed into higher consciousness in his 20 years he took the direction of "not healing anymore" and offering instead the "inner forces" to understand "life and health"

I LOVE to share this with you:

with a foreword of Stambecco about the HOLY GRAIL "disease":

"Disease as disorder and fragility that signals an urgent need to carry out a personal transformation toward a new state of balance – healing – can indicate that this Force is close. In this vision, disease – a tiring experience that asks one to meet individual limits and change something within to go beyond – becomes an opportunity, a stated grace to understand and value important truths. "Stambecco about Falco "School of Meditation"

here now Noguchi-Seitai "Vision of life and health":

"You fall ill because there is an abnormality in the body. People try to suppress only the symptoms of an illness without correcting the abnormality. Or forgetting that within themselves they naturally possess the strength that allows them to live healthily, they rely on medicines and on doctors. But this is not much different from getting someone else to strain away on your behalf when you want to go to the lavatory and saying 'I've done it' or 'I haven't done it.' The only way of getting out of this state of dependence is to wake the strength that you yourself possess."

THE NATURAL MOVEMENT WITHIN THE BODY - Haruchika Noguchi Seitai

Nowadays, in response to the question whether someone has a constitution that is susceptible to illness or not, I offer no definitions, draw no distinctions. And so with the questions whether falling ill is good or bad for the body, whether being in health is itself a good sign for the body or not, whether the kind of body that doesn't fall ill is good or bad.

As is shown by the fact that when bacteria are killed moulds increase and the adverse effects produced by moulds are now greater, we live amidst chaos; and so I cut the **Gordian knot** and coined the word '*seitai*' or '*ordered body*'.

In the case of **katsugen undo**, the name means '*regenerative activity*' or '*regenerative movement*', but from the point of view of anatomy or physiology it is an activity that derives from the extra-pyramidal system.

And so I am speaking to you about katsugen undo here and now. It is an activity that proceeds unconsciously all the time in conjunction with a human being's demand to maintain equilibrium, and that is why you are all right even if you do not make any conscious effort to keep your balance. The activity occurs spontaneously. And so the body that is in a condition such that katsugen undo occurs spontaneously is one that is in the most natural condition for a human being, and it is this condition that I have called '*seitai*'. When the body is '*seitai*', katsugen undo occurs spontaneously.

When the body comes to be able to deal, spontaneously and without any conscious interention, with some change that has occurred, it may rightly be called '*seitai*'. So it is the kind of body which, in the case of some abnormality, senses this abnormality at once and produces an appropriate response. A body that does not sense an abnormality when it has one is no good.

A sensitive body is one that smoothly develops a fever when it comes into contact with germs, and one that readily develops diarrhoea when something bad has accumulated in the stomach and so cleanses the stomach. In such ways the body should be sensitive to any feeling of abnormality.

„**Katsugen undo**“ is not a method. It is a power that lies within each individual.

It was because I had an interest in the natural activity that occurs within the human body that I discovered katsugen undo. Katsugen undo manifests itself naturally and spontaneously.

As to what this 'manifesting itself naturally' might be, there is, within the human body, an activity that maintains a constant balance or equilibrium, and if some kind of abnormality occurs, this activity commences without there being any conscious volition on your part.

If, for example, you stumble, you don't fall over because the body maintains its balance without your consciously willing it to do so. Katsugen undo is something that the body naturally possesses. You can think of it as a physiological activity like yawning, breaking wind, and the transforming of the white rice you eat into red blood and yellow excrement.

In physiological terms, we can describe katsugen undo as a reflex activity. Vomiting after you eat something bad and jumping back when you are surprised are also reflex activities. In recent days, though, consciousness has been blended with reflex activity. If you make a practice of ringing a bell before you give a dog food, the dog's gastric juices will be made to flow simply by the sound of the bell. This kind of thing happens, and so you may try to train reflex activity of this kind or generally make a practice of using the cerebral reflexes.

But katsugen undo is different from the sort of reflex activity that can be trained in this way. **Katsugen undo is the body itself seeking for balance** and putting forth activity to this end, and in this connexion we have to train and render more sensitive the capacity itself of the body to produce reflex activity. <https://seitai.de/noguchi>
Contact Shimananda for individual Seitai-guidance in Damanhur: shima@seitai.de

Guten Morgen, liebe Schwestern und Brüder,
Ich übersetze gerade einen Artikel von Haruchika Noguchi, einem berühmten Heiler, der in seinen 20 Jahren zu einem höheren Bewusstsein gelangte und sich dafür entschied, „nicht mehr zu heilen“, sondern stattdessen die „inneren Kräfte“ zu fördern, um „Leben und Gesundheit“ zu verstehen.

Ich LIEBE es, dies mit euch zu teilen:

mit einem Vorwort von Stambecco über den heiligen GRAAL „Krankheit“:
„Krankheit als Störung und Schwäche, die ein dringendes Bedürfnis nach einer persönlichen Transformation hin zu einem neuen Zustand des Gleichgewichts – Heilung – signalisiert, kann darauf hindeuten, dass diese Kraft nahe ist.

In dieser Vision wird Krankheit – eine anstrengende Erfahrung, die einen dazu auffordert, sich den eigenen Grenzen zu stellen und etwas in sich zu verändern, um darüber hinauszuwachsen – zu einer Chance, einer Gnade, wichtige Wahrheiten zu verstehen und zu schätzen.
„Stambecco->Falco „Meditation“

jetzt nun Noguchi-Seitai „Vision von Leben und Gesundheit“:

„Man wird krank, weil es eine Anomalie im Körper gibt. Die Menschen versuchen, nur die Symptome einer Krankheit zu unterdrücken, ohne die Anomalie zu beheben. Oder sie vergessen, dass sie in sich selbst von Natur aus die Kraft besitzen, die es ihnen ermöglicht, gesund zu leben, und verlassen sich auf Medikamente und Ärzte. Das ist jedoch nicht viel anders, als wenn man jemanden anderen für sich pressen lässt, wenn man auf die Toilette muss, und dann sagt: „Ich habe es getan“ oder „Ich habe es nicht getan“. Der einzige Weg, um aus diesem Zustand der Abhängigkeit herauszukommen, besteht darin, die Kraft zu wecken, die man selbst besitzt.“

<https://lovebirth.de/noguchi> * Shimananda Michael * shima@seitai.de

+Artikel: *katsugen-Natuerliche Bewegung-d-1-2.pdf*

Auf die Frage, ob jemand eine krankheitsanfällige Konstitution hat oder nicht biete ich keine Definitionen an, mache keine Unterscheidungen. Und so ist es auch mit den Fragen, ob Kranksein gut oder schlecht für den Körper ist, ob das Gesundsein selbst ein gutes Zeichen für den Körper ist oder nicht, ob ein Körper, der nicht krank wird, gut oder schlecht ist...

Wie die Tatsache zeigt, dass sich die Schimmelpilze vermehren, wenn die Bakterien abgetötet werden, und dass die von den Schimmelpilzen verursachten schädlichen Wirkungen nun größer sind, leben wir in einem Chaos; und so habe ich den gordischen Knoten durchtrennt und prägte das Wort 'seitai' oder 'geordneter Körper'.

Im Falle von „katsugen undo“ bedeutet der Name „regenerative Aktivität“ oder „regenerierende Bewegung“, aber aus der Sicht der Anatomie oder Physiologie ist es eine Aktivität, die aus dem extra-pyramidalen System stammt. Aber obwohl wir den Begriff „extra-pyramidales System“ haben und obwohl es verschiedene Missverständnisse und Komplikationen gab, die durch die Verwendung des Wortes „katsugen undo“ entstanden sind, freue ich mich, sagen zu können, dass sich das Wort „katsugen undo“ heutzutage überall verbreitet hat, und überall, wo Sie hingehen, werden Sie feststellen, dass das Wort verstanden wird. Und so spreche ich zu Ihnen über katsugen undo hier und jetzt.

Es ist eine Aktivität, die unbewusst die ganze Zeit in Verbindung mit dem Bedürfnis des Menschen, das Gleichgewicht zu erhalten, abläuft, und deshalb geht es Ihnen gut, auch wenn Sie keine bewusste Anstrengung unternehmen, Ihr Gleichgewicht aufrecht zu erhalten.

Die Aktivität erfolgt spontan. Der Körper, der sich in einem solchen Zustand befindet, dass „katsugen undo“ spontan auftritt, ist der natürlichste Zustand für einen Menschen, und diesen Zustand habe ich „seitai“ genannt. Wenn der Körper 's e i t a i' ist, tritt katsugen undo spontan auf.

Wenn der Körper in der Lage ist, spontan und ohne bewusstes Eingreifen mit einer eingetretenen Veränderung umzugehen, kann er mit Recht als „seitai“ bezeichnet werden. Es ist also die Art von Körper, die im Falle einer Anormalität diese Anormalität sofort wahrnimmt und eine angemessene Reaktion hervorbringt. Ein Körper, der eine Anormalität nicht spürt, wenn er eine hat, ist nicht gut.

Ein empfindlicher Körper ist einer, der leicht Fieber entwickelt, wenn er mit Keimen in Berührung kommt, und der leicht Durchfall bekommt, wenn sich etwas Schlechtes im Magen angesammelt hat und so den Magen reinigt. Auf diese Weise sollte der Körper für jedes Gefühl der Anormalität empfänglich sein.

„**Katsugen undo**“ ist keine Methode. Es ist eine Kraft, die in jedem Einzelnen liegt. Ich entdeckte Katsugen undo, weil ich mich für die natürlichen Vorgänge im menschlichen Körper interessierte. Katsugen undo manifestiert sich natürlich und spontan. Was diese „natürliche Manifestation“ sein könnte, ist, dass es im menschlichen Körper eine Aktivität gibt, die ein konstantes Gleichgewicht aufrechterhält, und wenn irgendeine Art von Anormalität auftritt, setzt diese Aktivität ein, ohne einen bewussten Prozess unsererseits.

Wenn Sie zum Beispiel stolpern, fallen Sie nicht hin, weil der Körper sein Gleichgewicht aufrecht erhält, ohne dass Sie es bewusst wollen. Katsugen undo ist etwas, das der Körper natürlich besitzt. Man kann es sich als eine physiologische Aktivität wie Gähnen vorstellen, und die Umwandlung von weißem Reis, den Sie essen, in rotes Blut und gelbe Exkreme. Aus physiologischer Sicht können wir „katsugen undo“ als eine reflexartige Aktivität beschreiben.

Erbrechen, nachdem man etwas Schlechtes gegessen hat, und Zurückspringen, wenn man überrascht wird, sind ebenfalls reflexartige Vorgänge. In letzter Zeit hat sich jedoch das Bewusstsein über Reflexaktivität vermischt. Wenn man es sich zur Gewohnheit macht, eine Glocke zu läuten, bevor man einem Hund Futter gibt, werden die Magensäfte des Hundes allein durch den Klang der Glocke zum Fließen gebracht. So etwas passiert, und so kann man versuchen, diese Art von Reflexaktivität zu trainieren oder allgemein die Nutzung der zerebralen Reflexe zu üben.

Aber Katsugen undo unterscheidet sich von der Art von Reflexaktivität, die auf diese Weise trainiert werden kann. Katsugen undo ist der Körper selbst, der nach Gleichgewicht strebt und zu diesem

Zweck Aktivität entfaltet, und in diesem Zusammenhang müssen wir die Fähigkeit des Körpers selbst, Reflexe zu erzeugen, trainieren und sensibilisieren.

Kontakt für individuelle Seitai-Begleitung in Damanhur Shimananda: shima@seitai.de

****Parte 2****

Se pratichi qualcosa – diciamo mangiare con le bacchette – diventi rapidamente capace di muoverle e mangiare senza dover pensare a come usarle. Ma se poi qualcuno suggerisse che potremmo utilizzare l'attività riflessa implicata nel tenere le bacchette per scrivere, bisogna dire che non saremmo in grado di usare quell'attività in quel modo.

Per quanto riguarda lo sport, puoi diventare bravo nella corsa veloce o nel salto, ma è discutibile quanto queste abilità possano essere realmente utilizzate nella vita quotidiana.

Quando però parliamo del modo migliore di praticare il Katsugen Undo, dobbiamo dire che è implicata la questione stessa della salute.

Quando si cerca di diventare sani, tutti tendono a pensare in questo modo:

“Si diventa sani eliminando la malattia” oppure “Essere sani significa non avere nulla che non va”.

In realtà, però, una persona sana è qualcuno che vomita immediatamente se mangia qualcosa di cattivo.

In sostanza, anche se vomiti sei sano, e anche se hai diarrea sei sano.

Ma se, quando la pressione sanguigna si abbassa, pensi:

“Non si rialzerà di nuovo?” oppure

“E se mi tornasse la febbre?”,

allora finirai per renderti un invalido anche se non sei realmente malato.

Esistono poi persone convinte che, se solo riuscissero a far sparire una malattia, diventerebbero sane; e così rendono il proprio corpo insensibile.

L'altro giorno c'era qui una persona che aveva il naso completamente ostruito a causa di un'empima, ed era andata in ospedale dove le avevano chiesto di inalare un oppiaceo.

Quando si inala un oppiaceo, il naso si libera immediatamente per un breve periodo.

Ma mentre quest'uomo praticava il Katsugen Undo, starnutì con forza per ben venti volte consecutive; un pezzo di gomma da masticare che era rimasto incastrato nelle cavità nasali venne espulso e il naso si liberò.

Inalare un oppiaceo e rendere ottusa la sensibilità, pensando così che il naso sia guarito, può forse essere un modo comodo di fare le cose, ma certamente non può essere definito un modo naturale di mantenere la salute.

Con una malattia come la tubercolosi, moltissime persone sono portatrici del batterio, e tuttavia il numero di coloro nei quali la malattia si manifesta realmente è estremamente ridotto.

Quanto all'idea che, eliminando i bacilli della tubercolosi, gli esseri umani diventerebbero sani, resta il fatto che, anche se si uccidessero i bacilli, la costituzione fondamentale dell'essere umano non scomparirebbe.

Disturbi come il cancro e il sarcoma stanno diventando sempre più comuni e, più che i batteri, il nemico è diventato la muffa.

Nella gola e negli organi sessuali sono sempre presenti batteri, e uno degli aspetti della loro funzione è proprio impedire alle muffe di entrare.

Anche sotto questo aspetto, il corpo umano è costruito in modo estremamente ingegnoso.

Rendere ottusa questa costituzione intelligente e fare cose che disturbano il corpo è ben diverso dal cercare di renderlo sano.

Se esistono casi di persone sane pur essendo malate, allora esistono anche casi di persone non sane pur non essendo malate.

Ci sono persone che non sono malate ma che improvvisamente crollano.

Io credo che dovremmo descriverle come persone affette dalla malattia del “non ammalarsi”.

Per questo non posso presentare semplicemente il Katsugen Undo come un modo per diventare sani, assumendo che malattia e salute siano opposti.

Quando qualcuno si ammala realmente, la malattia sta agendo come un mezzo per preservare la salute del corpo.

Vomitare dopo aver mangiato qualcosa di cattivo è anch'esso salute.

E anche la diarrea è salute.

Quando vi è un eccesso di nutrimento, il fatto che il corpo elimini zuccheri è un'attività di regolazione.

Se invece il nutrimento è insufficiente e il corpo elimina zuccheri, allora quella persona è malata.

Ma è piuttosto curioso vedere qualcuno che mangia in eccesso, è splendidamente robusto e corpulento, elimina zuccheri e tuttavia si preoccupa per questo.

****part 2****

If you practice something - let us say eating with chopsticks - you rapidly become able to move them and eat with them without thinking that they should be used in this way or that. But if it is then suggested that we might be able to use the reflex activity involved in holding chopsticks for writing, it must be said that you won't be able to use this activity in such a way.

Where sports are concerned, you may become good at sprinting or jumping, but it is questionable whether you can make use of such skills to any great degree in ordinary life. When we speak of the best way of practicing katsugen undo, however, we have to say that the question of health itself is implicated. Where trying to become healthy is concerned, everybody tends to think in ways like these: 'You become healthy by getting rid of illness' or 'Being healthy means having nothing wrong with you.'

In actuality, though, the healthy person is someone who at once vomits if he eats something bad. What it amounts to is that even if you vomit, you are healthy, and even if you have diarrhoea, you are healthy. But if when the blood pressure falls, you think 'Won't it go up again?' or 'Mightn't a fever break out again?', you will make yourself an invalid even though you aren't ill. Then there are those people who believe that if only they make an illness disappear, they will become healthy; they make their bodies dull.

The other day there was someone here whose nose had been stuffed up because of empy-aemia, and so he had gone to hospital, where he had been asked to sniff up some opiate. When you sniff an opiate, the nose is all at once cleared for a short while. But while this man was doing katsugen undo, he sneezed forcefully for as many as twenty times in succession, a piece of chewing gum which was lodged in his nasal passages shot out, and his nose became clear. To sniff an opiate and to dull sensation, thereby thinking that your nose has

become clear, may be a convenient way of going about things, but it certainly cannot be called a normal way of maintaining one's health.

With an illness like tuberculosis, a great many people are carriers, and accordingly the number of people in whom the disease actually breaks out is extremely few. As for the idea that if tubercle bacilli were wiped out, human beings would become sound, it remains true that if even if you kill the tubercle bacilli off, the basic constitution of human beings is not going to disappear.

Disorders like cancer and sarcoma have been growing more common, and rather than bacteria, the enemy has come to be moulds. Within the throat and the sexual organs there are always bacteria, and one aspect of these bacteria is that they prevent moulds from entering.

In this respect, too, the human body is very ingeniously made.

Dulling this ingenious constitution and doing things that disrupt the body - this is rather different from seeking to make it sound. If there are cases of people being healthy despite being ill, then there are cases of people not being in health despite not being ill. There are people who are not ill but all of a sudden collapse. I think we should describe them as suffering from the **illness of not falling ill**.

Thus, I cannot introduce katsugen undo simply as a way of becoming healthy, on the assumption that sickness and health are opposed. In the case that someone has actually fallen ill, the illness is acting as a means of preserving the body's health.

Vomiting after eating something bad is also healthy. And diarrhoea is healthy.

When there is an excess of nutrition, the body's ridding itself of sugar is a regulatory activity.

If nutrition is insufficient and the body rids itself of sugar, then the person in question is ill, but it is rather funny when someone who eats in excess and is splendidly stout voids sugar and gets worried about it.

***** END – Part 2 *****

****Teil 2 ****

Wenn man etwas übt - sagen wir, mit Stäbchen zu essen - wird man schnell fähig sie zu bewegen und mit ihnen zu essen, ohne zu denken, dass sie auf diese oder jene Weise benutzt werden sollten. Wenn man dann aber vorschlägt, dass man die Reflexaktivität, die beim Halten der Stäbchen auftritt, auch zum Schreiben nutzen könnte, muss man sagen, dass man diese Aktivität nicht auf diese Weise nutzen kann.

Wenn es um Sport geht, wird man vielleicht gut im Sprinten oder Springen, aber es ist fraglich, ob man solche Fähigkeiten im normalen Leben in großem Umfang nutzen kann.

Wenn wir über die beste Art und Weise, Katsugen undo zu üben, sprechen, müssen wir jedoch sagen dass die Frage der Gesundheit selbst involviert ist. Wenn es um den Versuch geht, gesund zu werden, neigt jeder dazu, auf diese Weise zu denken: „Man wird gesund, indem man Krankheiten loswird“ oder „Gesund sein bedeutet, dass einem nichts fehlt“.

In Wirklichkeit aber ist der gesunde Mensch jemand, der sofort erbricht, wenn er etwas Schlechtes isst. Das heißt, auch wenn man erbricht, ist man gesund, und auch wenn man Durchfall hat, ist man gesund. Aber wenn der Blutdruck fällt, denkt man: „Wird er nicht wieder steigen?“ oder „Könnte nicht Fieber auftreten? Sie machen sich selbst zum Invaliden, obwohl Sie nicht krank sind.“

Dann gibt es die Menschen, die glauben, dass sie gesund werden, wenn sie nur eine Krankheit verschwinden lassen; sie machen ihren Körper dumpf. Neulich war jemand hier, dessen Nase verstopft war, weil er an Empyemie erkrankt war, und so war er ins Krankenhaus gegangen, wo er gebeten wurde, ein Opiat zu schnüffeln. Wenn man ein Opiat schnupft, ist die Nase auf einmal für eine kurze Zeit frei. Aber während dieser Mann katsugen undo machte, musste er zwanzigmal hintereinander kräftig niesen und ein Kaugummi, der in seinen Nasengängen steckte, schoss heraus und seine Nase wurde frei.

Ein Opiat zu schnupfen und das Gefühl zu betäuben und dabei zu denken dass die Nase frei geworden ist, mag eine bequeme Methode sein, aber man kann sie sicher nicht als normale Methode zur Erhaltung der Gesundheit bezeichnen. Bei einer Krankheit wie Tuberkulose sind sehr viele Menschen Träger, so dass die Zahl derer, bei denen die Krankheit tatsächlich ausbricht, äußerst gering ist. Was die Vorstellung angeht, dass der Mensch gesund würde, wenn man die

Tuberkelbazillen ausrottet, so bleibt es dabei, dass die Grundkonstitution des Menschen nicht verschwindet, selbst wenn man die Tuberkelbazillen ausrottet.

Krankheiten wie Krebs und Geschwüre werden immer häufiger, und der Feind sind nicht mehr die Bakterien, sondern die Schimmelpilze. Im Rachen und in den Geschlechtsorganen gibt es immer Bakterien, und ein Aspekt dieser Bakterien ist, dass sie das Eindringen von Schimmelpilzen verhindern. Auch in dieser Hinsicht ist der menschliche Körper sehr raffiniert aufgebaut.

Diese geniale Konstitution abzustumpfen und Dinge zu tun, die den Körper stören, ist etwas ganz anderes als zu versuchen, ihn gesund zu machen. Wenn es Fälle gibt, in denen Menschen gesund sind, obwohl sie krank sind, dann gibt es auch Fälle, in denen Menschen nicht gesund sind, obwohl sie nicht krank sind. Es gibt Menschen, die nicht krank sind, aber plötzlich zusammen brechen.

Ich denke, wir sollten sie so beschreiben, daß sie an der Krankheit leiden, nicht krank zu werden.

Daher kann ich katsugen undo nicht einfach als einen Weg vorstellen, um gesund zu werden, in der Annahme, dass Krankheit und Gesundheit entgegengesetzt sind. In dem Fall, dass jemand tatsächlich erkrankt ist, fungiert die Krankheit als Mittel, um die Gesundheit des Körpers zu erhalten.

Erbrechen nach dem Essen von etwas Schlechtem ist auch gesund. Und Durchfall ist gesund. Bei einem Überschuss an Nahrung ist die Ausscheidung von Zucker durch den Körper eine regulierende Tätigkeit. Wenn die Ernährung unzureichend ist und der Körper Zucker ausscheidet, ist die betreffende Person krank, aber es ist schon komisch, wenn jemand, der im Übermaß isst und prächtig genährt ist, Zucker ausscheidet und sich darüber aufregt.

***** ENDE – Teil 2 *****

Herzlichen Dank
Michael Shimananda
„int.peace education school“
Medit-Action 148
shima@seitai.de

