

Katsumi Mamine, *maestro de seitai*



VICTOR-M. AMELA

IMA SANCHÍS

LLUÍS AMIGUET

Tengo 70 años. Nací en Tokio. Casado, tengo dos hijos. Me licencié en Bellas Artes, luego vine a Barcelona y fundé una escuela de seitai. Observo una falta de respeto por la vida. Quiero dejar tranquilas las dos expresiones internacionales: “Madre mía” y “Dios mío”

“Se trata de regenerar el vigor de vivir”



ALEX GARCIA

A mis ocho años tuve la suerte de conocer a un genio: Haruchika Noguchi, y su práctica de la cultura del seitai, el secreto de la vida, eso que nadie sabe definir y que él desentrañó de manera intuitiva.

¿Y cuál es el secreto de la vida?

La vida es movimiento. La ausencia de movimiento es muerte. Fuimos movimiento antes de que el óvulo fuera fecundado y seremos movimiento hasta el preciso instante de nuestra última exhalación.

¿Qué se practicaba en el dojo de Noguchi?

El movimiento espontáneo. El corazón se mueve, el estómago, los músculos, las vértebras, la psique... Todas las células se mueven, todo en nosotros es movimiento.

Pero si es espontáneo no hay que aprenderlo.

Durante nuestra vida solemos bloquear la espontaneidad del movimiento. Por ejemplo, alteramos la respiración, la acortamos, la elevamos. Pero si escuchamos llanamente a nuestro cuerpo hay una vía de recuperar la amplitud natural de la respiración instintiva relacionada con la coordinación de

todos los movimientos también instintivos.

¿Qué provoca esa alteración del movimiento espontáneo?

Al bloquear la enorme fuerza de la propia vida se produce una sobreexcitación interna, un endurecimiento físico, una descompensación orgánica y una obsesión mental.

Entonces, ¿hay que reaprender el movimiento espontáneo?

Con una llana atención nos damos cuenta de que poseemos ese movimiento espontáneo y simplemente hay que seguirlo. Pero siempre he tenido dificultad en transmitir verbalmente lo que aprendí.

Sesenta años de experiencia en el seitai, veinte de los cuales con su maestro.

Durante cuarenta años me he dedicado a ordenar el inmenso legado de Noguchi y a intentar explicar de una manera científica su descubrimiento; para ello he realizado estudios de embriología, funciones orgánicas, fisiológicas, las respuestas psíquicas... Y así comprendí un malentendido.

Usted dirá.

Me di cuenta de que faltaba una palabra decisiva para expresar la propia vida.

Y la inventó.

Escogí tres palabras griegas: cráneo, colum-

Delicadeza extrema

Tiene 70 años pero les aseguro que es un hombre joven y de modales exquisitos. Llegó a Barcelona hace 47 años, quería respirar el aire y la cultura de un músico que le embriagaba, Pau Casals, y decidió quedarse. Desde que era un niño acudía al dojo de Haruchika Noguchi, al que considera un ser extraordinario, el padre de una sencilla práctica, el seitai, que pone en armonía las funciones vitales. Katsumi, tras una búsqueda personal iluminada por el seitai, decidió dedicarle su vida. Pidió permiso al maestro para enseñarlo en Europa, y para explicarlo desde la ciencia se ha pasado la vida estudiando. El movimiento vital (Icaria) es el resultado de esa búsqueda.

na vertebral y pelvis (CVP), esa es la estructura rectora de la vida de cada organismo vertebrado. Pero tanto en la cultura oriental como en la occidental dividimos el cuerpo en cabeza, tronco y extremidades.

Eso nos enseñan en el colegio.

Como las palabras son vehículo de pensamientos, resulta que el pensamiento humano ha establecido que en esa dicotomía de cabeza y tronco, la cabeza rige el tronco.

¿Y no es así?

Cráneo, columna y pelvis deben coordinarse para regir la vida, y lo hacen a través del movimiento espontáneo. Es cierto que el cerebro lo rige casi todo, por eso desde la cabeza debemos prestar atención a la coordinación CVP... Es algo francamente gustoso.

¿Gustoso?

Todos nuestros sistemas orgánicos quieren coordinarse, y para eso tenemos esa estructura CVP, pero suele tener bloqueos. Simplemente prestando atención vamos dándonos cuenta de dónde está el bloqueo. Pero no se trata de controlar o aprender a manejar, sino simplemente de atender.

Atiendes, ¿y qué ocurre?

Los órganos internos empiezan a reactivarse y tienes la sensación psíquica de que, ¡caray!, estoy recuperando algo de mí mismo. Son prácticas sencillísimas, no necesitas aprender técnicas ni tener maestros, el profesor es el propio movimiento espontáneo.

Entonces, ¿qué hace usted?

Ayudar a descubrir esa experiencia que nos acaba dando una mayor vitalidad. Esta estructura que rige la vida tiene cinco movimientos esenciales: vertical, frontal, lateral, rotación y central, y cada uno de ellos rige determinadas partes del organismo. Simplemente hay que conocerlos y observarlos.

¿Ese movimiento espontáneo es igual en cada uno de nosotros?

No, es algo completamente personal, por tanto en la práctica no todas las personas hacen los mismos movimientos como en el caso del yoga, el taichi u otras prácticas.

¿Escuchas y dejas que aparezca el movimiento?

Sí, un movimiento sutil. Y esta aparente tontería te aporta algo muy importante, te va enseñando dónde estás bloqueado, y con la práctica todo empieza a fluir. Todos sabemos que nuestro cuerpo es un conjunto, que todo está relacionado, de manera que de repente descubres que tu acidez de estómago recurrente ha desaparecido.

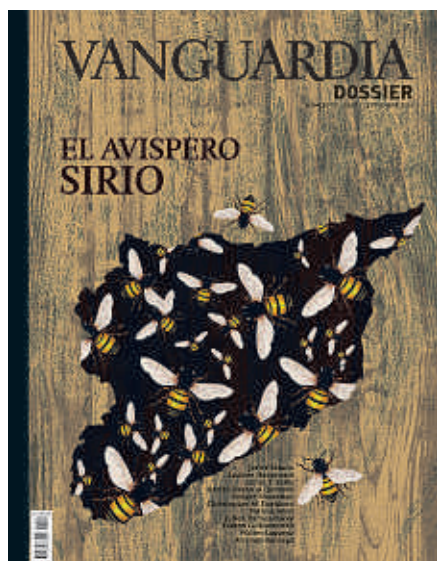
¿El seitai cura?

Regenera el vigor de vivir.

¿Incluso en una depresión?

Todo tu cuerpo está continuamente regenerándose, si no conectas con ese movimiento y vives únicamente en la cabeza, sientes que todo tu ser está parado. Conectar con el movimiento interior te devuelve esa capacidad intrínseca de lo vivo.

IMA SANCHÍS



- Yihadistas globales: Siria, mucho más que una guerra civil
- El islam político, desgarrado en un violento enfrentamiento
- Irán y Arabia Saudí: derrota o pacto histórico
- Las monarquías del Golfo tejen alianzas con Israel
- Estados Unidos: ¿hacia una nueva estrategia?

ANÁLISIS PARA TENER OPINIÓN
VANGUARDIA DOSSIER

Ya a la venta en quioscos y librerías especializadas



También en su tableta y teléfono
Descárguese gratuitamente la aplicación desde el App Store, donde encontrará la colección de VANGUARDIA DOSSIER a 5,49 € cada número.