

整

# Seitai - en japansk läkemetod

体

Vad är Seitai? Det är en japansk behandlingsform som härstammar från akupunkturen. Det är en mycket avancerad form av akupressur där det enda verktyg som används är Seitai-terapeutens egna händer.

Hur går det till? Med stor precision appliceras tryck på olika ställen på hela kroppen. Behandlingen utförs med kläderna på.

Hur fungerar det? Seitai bekräftar och tillvaratar människokroppens exceptionella självläkande kraft och förmåga. Behandlingen stimulerar ki-flödet dvs livskraften, vitaliteten (ki kan även skrivas chi eller qi). Seitai-terapeuten "botar" således inte utan guidar kroppen mot självläkning och ökad hälsa.

Det innebär ofta att förbättringen gradvis smyger sig på och att du kanske t.o.m. glömmet bort hur ont du hade förra veckan.

Vi söker efter orsaken till problemet och fokuserar därför



Anki Rune, En av Sveriges främsta Seitai-expert

inte enbart på symptomen. Målet är att du ska må bra både fysiskt och psykiskt och att du ska bli bra för alltid, inte bara för stunden.

Anki Rune är en av Sveriges främsta Seitai-expert och hon har studerat i Tokyo direkt under mästaren Dr Kuniaki Imoto, grundaren

till behandlingsmetoden Imoto Seitai. Han är den ende av de gamla mästarna som till fullo lär ut Seitai-tekniken.

I samband med behandlingarna får du ofta Seitai-övningar eller stretchtips att göra hemma. Du får även en ökad kroppsmedvetenhet där du lär dig lyssna på kroppens varnings-signaler istället för att ignorera dem. Genom dessa verktyg ges du möjligheten att själv ta kontrollen över din egen hälsa och att ta aktivt ansvar för den. Varje behandling skräddarsys utifrån dina förutsättningar och behov. Ofta kombineras Seitai med kraniosakral behandling och massage för bästa effekt.