靈氣 Reiki Magazin

Heilende Energie

靈氣 Reiki Magazin

AUSGABE 1/2019 • JANUAR - MÄRZ
€ 8,50 • A: € 8,90 • CH: SFR 9,90
A 42880 • ISSN 1432-5063

4 194288 008509 01

** Reiki in Kurdistan ** Pater Anselm Grün im Interview ** Reise zum Glück ***

Im Frühjahr 2019:

Reiki-Magazin-Sonderheft Hawayo Takata

Nach dem großen Erfolg der beiden Reiki-Magazin-Sonderhefte über Mikao Usui und Chujiro Hayashi erscheint im Frühjahr 2019 nun ein weiteres exklusives Sonderheft. Es ist dem Leben und Wirken Hawayo Takatas gewidmet.

Unterstützt wird das Heft von Phyllis Furumoto, der Enkelin von Takata und heutigen Linienhalterin des Usui Shiki Ryoho, wie auch von anderen Takata-Meistern, darunter Paul Mitchell, Wanja Twan und Rick Bockner. Wir werden im Sonderheft das Leben und Wirken Takatas in bislang nicht gekannter Weise darstellen. Es gibt berührende und informative Artikel mehrerer Takata-Meister, über ihre Zeit mit Takata, sowie Beiträge, die das Wirken Takatas aus heutiger Sicht zeitgemäß darstellen und einordnen, mit neuen, bislang unbekannten Informationen.

Außerdem exklusiv: Mehr als 15 bislang unveröffentlichte Fotos aus dem Leben Hawayo Takatas, aus dem Fundus von Phyllis Furumoto!

Erhältlich ab ca. Anfang März 2019.

Reiki-Magazin-Geschenk-Abonnement

Sie können Freude verschenken!
Ein ganzes Jahr lang! Und länger!

... mit dem Verschenk-Gutschein für das

REIKI Magazin

Bitte benutzen Sie den Coupon auf Seite 65!

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

eine Buch-Neuerscheinung hat mich in diesem Herbst besonders inspiriert: „Die Wiederentdeckung der Spiritualität“ von Rupert Sheldrake. Der Autor ist vielen durch seine These der morphogenetischen Felder bekannt. Gemeint sind damit Felder, die formbildend wirken auf die Entwicklung von Strukturen in der Biologie, Physik und Chemie wie auch in der Gesellschaft insgesamt. „Sie nehmen Gestalt an, entwickeln sich wie Organismen. Sie haben eine Geschichte und enthalten ein immanentes Gedächtnis aufgrund des Prozesses,“ so Sheldrake, „den ich morphische Resonanz nenne.“

In seinem neuen Buch stellt Sheldrake nun sieben zentrale spirituelle Praktiken „im Fokus der Wissenschaft“ dar. Dabei zeigt er auf, wie beispielsweise Meditation, spirituelle Rituale, die Praxis der Dankbarkeit und unsere Beziehung zu Pflanzen nicht bloß spirituell gesehen wertvoll sind, sondern wie auch wissenschaftliche Studien zunehmend zeigen, dass diese Praktiken viele positive Wirkungen auf jene Menschen haben, die sie praktizieren.

Einer der Grundgedanken dabei ist, dass Religionen in Zukunft für die Menschheit vielleicht nicht mehr so bedeutsam sein werden – jedoch Spiritualität heute mehr denn je hoch im Kurs steht! Um spirituell zu sein, bedarf es keiner Zugehörigkeit zu einer Religion. Wir als Reiki-Praktizierende wissen das schon lange – sind wir doch durch die Reiki-Einweihungen gewissermaßen auf direkte Weise mit dem Universum (mit Gott, den Energiefeldern, den Buddhas etc. – je nach Glaube) verbunden. Selbst atheistischen Vorstellungen hält die Anwendung von Reiki stand. Denn eine Reiki-Behandlung – ob man sie nun gibt oder erhält – ist zuallererst einmal eine persönliche Erfahrung, die ganz unabhängig vom eigenen Glauben oder einer vertretenen Ideologie stehen kann.

Auch Sheldrake geht in seinem neuen Buch auf das interessante Thema eines „neuen Atheismus“ ein. Dabei weist er u.a. darauf hin, dass zahlreiche Atheisten zunehmend ein kaum zu unterdrückendes Bedürfnis in sich verspüren, das Kind, das sie in ihrer Abwendung von der Spiritualität und der Religion mit dem Bade ausgeschüttet haben, wiederzuentdecken. So gibt es mittlerweile bereits sonntagmorgendliche Treffen von Atheisten, die in ihrer Struktur und ihrem Ablauf Gottesdiensten nachempfunden sind. Und viele Atheisten leugnen gar nicht ihre besonderen Empfindungen, die sie beispielsweise beim Besuch einer Kirche oder eines spirituellen Kultortes haben und die für sie ganz unabhängig von ihrem Nicht-Glauben existieren.

Mit Reiki haben wir eine zu dieser Entwicklung gut passende Methode zur Hand, die völlig unabhängig von Religion und Glaube vermittelt werden kann. Nutzen wir dieses besondere Geschenk, das uns durch die Hingabe eines Mannes, Mikao Usui, und seiner Nachfolger übermittelt wurde – und legen die Hände auf: uns und anderen, die dies ebenfalls erfahren möchten.

Ich wünsche viel Freude und Inspiration mit dieser neuen Ausgabe des Reiki Magazins!

Oliver Klatt

Was ist Reiki?
Reiki ist das japanische Wort für „universelle Lebensenergie“. Das Usui-System des Reiki wurde zu Beginn des 20. Jahrhunderts von dem Japaner Mikao Usui entwickelt. Bei Anwendung des Systems wird universelle Lebensenergie per Handauflegen übertragen, zu Zwecken der Heilung und spirituellen Wachstums. Das Reiki Magazin berichtet über alle wichtigen Themen rund um Reiki und spirituelle Heilung. Reiki-Praktizierende und -Interessierte finden Kursanbieter, nach Postleitzahlen geordnet, ab S. 58 in diesem Heft sowie im großen Reiki-Anbieterverzeichnis auf: www.reiki-magazin.de

Reiki-Verband Deutschland e.V.

Frühjahrs-Workshop 2019

12.-14. April - Gersfeld/Rhön
im Bürgersaal (Stadthalle)

Referenten:
Dr. Mark Hosak, Oliver Drewes
Janina Köck, Patrick Lankau

anmeldung@reiki-verband-deutschland.de
www.reiki-verband-deutschland.de

Klangschalen-Center GmbH
Ihr Spezialist für exklusive Klangschalen & Gongs

10 % Gutschein* gültig bis 31. 12. 2018

Artikel-Nr. 3076-L

Klangschalen-Center GmbH
Stengerstraße 23
63741 Aschaffenburg
www.klangschalen-center.de

***Gutscheincode: REIKI+KLANG**

Inspirierende Reisen für bewusste Lebensgenießer
Niki Tianika in Griechenland

Niki Tianika bietet die besten Voraussetzungen für alle, die einmal eine Auszeit nehmen möchten, um bei Lebensfragen stille zu stehen und gleichzeitig den eigenen Reikiweg zu vertiefen. Unsere liebevolle und kompetente Unterstützung ist unsere Garantie.
Neugierig? Schau auf unsere Website: www.fokkebrink.info

NIKI TIANIKA MOUNTAIN SCHOOL FOR LIFE-PHILOSOPHY AND REIKI-ART

FOKKE BRINK & MARIA KUMB

Odos Niki Tianika 1
GR 23070 Foutia-Monemvasia, Griechenland

Website: www.fokkebrink.info • E-Mail: reiki4u2@otenet.gr • Tel.: +30-27320-66188 • Mobil: +30-6938685879

DGH
Dachverband Geistiges Heilen e.V.

Information · Beratung · Vermittlung
Die Adresse für Heiler & Hilfesuchende
Geistiges Heilen ergänzend zur Medizin & Naturheilkunde

Heiler finden nach Postleitzahlen
Rechtsberatung für Mitglieder

Tel.: 07221-9737901 · Raun 21 · 63667 Nidda · www.dgh-ev.de · info@dgh-ev.de

Inhalt

Artikel

14 **„Den Menschen ein Freund sein ...“**
Interview mit Pater Anselm Grün – von Oliver Klatt.

18 **Reiki in Irakisch-Kurdistan**
Nicolette Honsbeek und Joop Pols von der Organisation Reiki WorldWide (RWW) reisten 2013 in den Nahen Osten, um syrischen Flüchtlingen zu helfen. Lesen Sie den spannenden, authentischen Reisebericht über ihre Reiki-Arbeit in Irakisch-Kurdistan – ab S. 18.

24 **Europäisches Reiki-Treffen in Genf**
Angela Zellner berichtet vom 1. Treffen der European Reiki Group, an dem sie teilnahm.

28 **Neue Wege mit Reiki?**
René Vögtli reflektiert neue Wege „in der Vermarktung von Reiki“.

36 **Glück als Einstellung?!**
Mikao Usui nannte die Reiki-Lebensregeln die „geheime Methode, das Glück einzuladen“. Was ist das Geheimnis glücklicher Menschen? Steffi Salchow ist dieser Frage nachgegangen – und teilt ihre Erfahrungen, Gedanken und erhaltene Antworten.
Lesen Sie ab S. 36.

42 **Reiki auf dem 1. Reha Symposium der BG Kliniken 2018**
Ein Kurzbericht von Angela Zellner.

44 **Zu den Wurzeln des Reiki**
Von einer bereichernden Reise nach Japan berichtet Volker Höh.

48 **Der Gedenkstein für Mikao Usui – Teil 21**
Dr. Mark Hosak mit der weiteren Übersetzung der Inschrift des Usui-Gedenksteins.

Foto zu „Reiki in Irakisch-Kurdistan“ © Reiki Worldwide (RWW)
Foto zu „Glück als Einstellung?!“ © Yuriy Kulik - Fotolia.com

Titelbild © ipopba - Fotolia.com
Reiki-Kanji auf dem Titel von Mark Hosak

Rubriken

3 **Editorial**

6 **Leserbeiträge**

8 **Reiki News / Termine**
Aktuelle Infos und Meldungen

13 **Kolumne v. Janina Köck**
Reiki bei Burnout & Depression

31 **Nachgefragt!**
11 Fragen an Dagmar Richter

32 **Rezensionen**
Drei Fachbücher

35 **Medientipps**
DVDs, CDs, Bücher

51 **Japanisches Gedicht**
„Mond“

52 **Reiki-Geschichten**
„Dramatischer Vorfall“

54 **Rezept**
„Leckere Hefebutter“

56 **Comic**
„Lucy fährt Schlittschuh“

64 **Zum Schluss**
Reflexion von Oliver Klatt

Service

57 **Reiki-Shopping**

58 **Reiki-Branchenbuch**

62 **Kleinanzeigen**

65 **Abo-Coupon & Prämien**

66 **Vorschau, Impressum**

Verbandsseite

19 **ProReiki**

Leserbeiträge

Zur Kolumne „Selbstständigkeit mit Reiki“ in Ausgabe 4/18

Sehr geehrte Frau Köck,

ich muss zugeben, dass mich ihr Artikel ein wenig verwundert hat. Sie beschreiben das Prozedere, als sei es ein Kinderspiel. Warum? Nehmen Sie es mir bitte nicht krumm, aber ich finde ihre Darstellung grenzwertig, weil Sie damit ein Bild zeichnen, das mit den tatsächlichen Gegebenheiten sehr wenig zu tun hat. Ja, es ist richtig, dass man kein großartiges Zubehör benötigt, außer einer bequemen Behandlungsliege. Nur einen Raum, und los geht's? So einfach ist es nun doch nicht. Meldet man die eigene Reiki-Tätigkeit gewerblich an, sollte vorab so einiges klar und geklärt sein. Wohnt man zur Miete, muss der Vermieter sein Einverständnis geben und einen sogenannten „Wohnraumnutzungsänderungsantrag“ einreichen. Bewohnt man eine Eigentumswohnung und möchte dort gewerblich arbeiten, muss die restliche Eigentümergemeinschaft dem zustimmen. Um auch Geschäftskosten steuerlich geltend zu machen, sollte der Raum klar vom privaten Wohnraum abgetrennt sein. Zum Glück unterliegt Reiki nicht den Gesundheitsämtern, ansonsten wäre eine separate Toilette, ggf. auch eine Dusche erforderlich. Möchte man den alten Job an den Nagel hängen und voll einsteigen, sollte man beachten, dass finanzielle Rücklagen für nur ein Jahr doch recht unrealistisch sind. Drei bis sogar fünf Jahre sind da realistischer. Es kommt immer darauf an, wo man die Praxis eröffnet. Im städtischen Bereich ist es sicherlich einfacher. Aber in ländlichen, abgelegenen Regionen wird es schwieriger. Wie man sieht, ist Marketing für eine Reiki-Tätigkeit z.T. überlebenswichtig. Man muss sich präsentieren und bekannt machen. Man sollte auch vor der „Kunden Kaltakquise“ keine Angst haben. Yoga mit Reiki in den Vergleich zu setzen, halte ich für falsch. Yoga ist gesellschaftlich und vor allem wirtschaftlich akzeptiert und integriert. Das fehlt Reiki noch! Ja, es gibt Altenheime und vereinzelt Krankenhäuser, die mit Reiki arbeiten. Dies ist aber noch nicht die Regel. Es stehen noch sehr viele Krankenkassen dem Reiki-Anwendungsspektrum skeptisch gegenüber und lehnen eine Bezuschussung bei normal Versicherten ab. Entscheidet man sich für den gewerblichen Reiki-Weg, sollte klar sein, dass man nicht nur liebevolle/r Reiki-Praktizierende/r ist, sondern auch Geschäftsfrau/mann.
Mit lieben Grüßen,

Elke Niekamp

Antwort von Janina Köck:

Sehr geehrte Frau Niekamp,

vielen Dank für ihre Anmerkungen zu meiner Kolumne, denen ich größtenteils zustimmen kann. Das Thema Selbstständigkeit ist für sich gesehen ein riesiges Feld und beinhaltet auch viele (Lern)-Themen. Eine fundierte Auseinandersetzung mit den gesetzlichen, finanziellen und marketingtechnischen Gegebenheiten ist unablässig. Dennoch ist die Reiki-Tätigkeit im Vergleich zu anderen gewerblichen Tätigkeiten eine, für die vergleichsweise wenig Startkapitel benötigt wird. Meiner Erfahrung nach beginnen die wenigsten Reiki-Praktizierenden direkt mit einer Vollzeitpraxis. Viel häufiger werden zunächst – neben der hauptberuflichen Tätigkeit – Reiki-Behandlungen und an Wochenenden Seminare angeboten. Und dabei gibt es sicherlich einige, die für die erste Zeit finanziellen Rückhalt durch die Familie bzw. den/die Lebenspartner/in haben. Vorab Rücklagen für einen Zeitraum von drei bis fünf Jahren zu schaffen, das halte ich ehrlich gesagt für etwas übertrieben, und meist ist dies wohl auch schlicht nicht möglich. Wer hat denn schon rd. 80.000,- Euro auf der hohen Kante? Schließlich muss man mit mindestens rd. 1.500 Euro pro Monat diesbezüglich rechnen. Was mich betrifft, so hätte ich mich mit einer solchen Vorbedingung nie selbstständig gemacht. Im Alter von 25 Jahren habe ich meine Praxis eröffnet, hatte keine Rücklagen (denn die gingen gerade für mein Heilpraktikerstudium und die naturheilkundlichen Ausbildungen drauf sowie für eine professionelle, suchmaschinenoptimierte Website) – und nach und nach wuchs meine Praxis, mit Höhen und Tiefen. Am besten ist es wohl, wenn man in guten Zeiten etwas beiseite legt, für den Fall, dass auch einmal schlechtere Monate kommen mögen. Finanzielle Unterstützung seitens Anderer hatte ich auch nicht, und nun feiere ich dieses Jahr schon mein 10-jähriges Praxisjubiläum. Manchmal braucht es auch einfach den Mut anzufangen.
Ich würde mich freuen, wenn sie mit etwas Abstand meine Kolumne noch einmal lesen. Auch wenn ich ihre Argumente nachvollziehen kann, haben sie meinem Gefühl nach kaum direkt mit dem Inhalt meiner Kolumne zu tun, denn weder schreibe ich, dass es leicht sei, selbstständig beruflich tätig zu sein, noch sage ich, dass man sich selbstständig machen muss. Außerdem male ich ein positives Zukunftsbild für Reiki in der Zukunft – was nicht heißt, dass dem jetzt schon so wäre.
Alles Liebe und viel Erfolg für Sie,

Janina Köck
Kolumnistin Reiki Magazin

Das „energetische Herz“

Lieber Oliver,

als Reikibehandler arbeiten wir mit Energien oder besser gesagt, leiten wir Energien weiter. Wir wissen immer noch nicht, und ich hoffe, wir werden es auch nie wissen, was diese Universelle oder Lebensenergie eigentlich ist. Dennoch, wir können sie fühlen und wahrnehmen. Deshalb wundere ich mich etwas, dass so viel von dem Herz und seinen Nerven zum Gehirn im Reiki Magazin geschrieben wurde und nicht vom energetischen Herzen, mit dem wir doch alle arbeiten und fühlen. Wenn man Vorschulkinder fragt, wie ihr Herz aussieht, bekommt man von den meisten wunderbare Antworten, wie: „Es ist wie eine Sonne in meiner Brust oder wie ein Regenbogen und füllt meine ganze Brust aus. Manchmal ist es sogar größer als diese.“ Es kann auch sehr klein sein, wenn traumatische Erlebnisse da waren oder das Elternhaus lieblos ist. Oder, wenn man die vielen Aussprüche des Volksmundes oder in der Dichtung, die das Herz erwähnen, genauer betrachtet, kann selten das physische Herz damit gemeint sein. Der Sufimeister Al Ghasali schrieb in seinem Buch „Das Elixier der Glückseligkeit“ bereits im 12. Jahrhundert, dass das Herz wie ein großer Tropfen jedem Menschen von Gott nach der Geburt mitgegeben wird. D.h. in modernen Worten, dass dieses energetische Herz unabhängig von den Eltern und deren Konditionierun-

gen nach der Geburt von der Natur in uns gebildet wird. Meist vergessen wir dann, wenn wir älter werden, dass wir als Kinder einmal uns dessen bewusst waren. Übrigens, wenn eine Herztransplantation gemacht wird, werden die Nerven zum Gehirn nicht mehr verbunden, so die Aussage einer Herzchirurgin, mit welcher ich dieses Thema ausführlich diskutierte. Was ist dann mit den Gefühlen eines Patienten? Es gibt keine Berichte, dass dann alle warmen Herzgefühle verschwunden seien. In unseren Reiki-Ausbildungen versuchen wir es wieder zu aktivieren, und es war noch niemand dabei, der kein Gefühl dafür entwickeln konnte, da ja nur ein ursprünglicher Zustand erinnert werden muss. Und wir üben, wie man Reiki beim Einatmen ins Herz holt und Reiki dann beim Ausatmen aus dem Herzen in die Hände fließen läßt. Ich würde mich freuen, wenn gerade wir als Energieanwender mehr und mehr die Erinnerung an unser wahres Herz aktivieren und es nutzen.
Herzlich,

Christoph von Keyserlingk

Antwort von Oliver Klatt:

Lieber Christoph,

danke für deinen Beitrag – und auch für deine Anregungen. Ich stimme dir im Wesentlichen zu und kann keine Widersprüche zu dem erkennen, was wir bislang zum Thema veröffentlicht haben. Aus redaktioneller Sicht taucht das von dir genannte Thema „Energetisches Herz" sowieso immer schon mal wieder an der einen oder anderen Stelle im Heft auf, in manchen Beiträgen, wo es um spirituelle Themen geht, die uns als Redaktion – und, wie wir wissen, auch vielen unserer Leser/innen – sehr wichtig sind. Danke, dass du das Thema hier in deinem Beitrag noch deutlicher ausgeführt hast! Ansonsten war es uns in den letzten beiden Heften wichtig, mit der Betonung der physischen Komponente des Themas, eine Synthese zwischen Spiritualität und Naturwissenschaft ins Bewusstsein zu heben, die heute aus redaktioneller Sicht immer aktueller und wichtiger wird. Zum Thema Organspende, das kurz in deinen Zeilen aufblitzt, möchte ich noch sagen, dass tatsächlich viele spirituelle Quellen – nicht bloß jene, die im Buch „Organspende" von Hans Stolp (> Ausgabe 1/17, S. 34) oder in der auf arte ausgestrahlten TV-Sendung „Der Streit um den Hirntod – Organspende auf dem Prüfstand" (> Ausgabe 3/18, S. 10) genannt werden – sehr kritisch gegenüber diesem Thema sind (u.a. jetzt auch Christina von Dreien, deren weitreichende Gedanken zum Thema hier nachzulesen sind: www.christinavondreien.ch/blog/blog-1/post/informationen-uber-organspenden-7). Einer offenen gesellschaftlichen Diskussion zu diesem Thema wird von jenen, die dies könnten, leider kaum Raum gegeben, weshalb wir im Reiki Magazin immer wieder punktuell auf kritische Aspekte im Zusammenhang damit hinweisen – einfach, weil Kritisches zu diesem Thema in der Medienlandschaft eher unterrepräsentiert ist. Dazu kommt der Punkt, dass das Thema in den Massenmedien und seitens Regierungsvertretern meist sehr einseitig dargestellt wird und oft auch mit indirekten moralischen Vorwürfen gegenüber Kritikern verbunden wird (so wird z.B. immer wieder darauf hingewiesen, dass eine große Anzahl von Menschen „verzweifelt auf Spenderorgane warten" – so als warteten sie dabei auf etwas, das ihnen irgendwie von Natur aus zustehen würde).
Nochmals danke für deinen Beitrag!

Oliver Klatt
Hrsg. Reiki Magazin

Selbstheilungserfahrung

Ich schildere hier eine weitere eigene Erfahrung zum Thema Krankheit und (Selbst-)Heilung, die mich mit großer Dankbarkeit erfüllt. Vielleicht vermag dies auch als Anregung dazu dienen, selbst „h(H)eiler" zu werden. (...) Bereits in jungen Jahren, ich war gerade Anfang 20, hatte ich immer wieder massive Schmerzen in meinem linken Knie. Weder Bewegung noch Ruhe taten gut. Es bildeten sich immer wieder neue Entzündungen und Wundwasser, welches durch wiederholte Punktionen aus dem Knie herausgezogen wurde. Eine Röntgenaufnahme eines Orthopäden in Oberhausen brachte 1997 schließlich Gewissheit, verbunden mit der Aussage, dass an meinem Knie ein operativer Eingriff erfolgen sollte. Es bildeten sich immer wieder von neuem Ablagerungen unter der Kniescheibe, welche entfernt werden sollten. Diese waren verantwortlich für die Entzündungen und zwischenzeitlich immer stärker werdenden Schmerzen. Nun hatte ich schon einiges über energetische Heilweisen gelesen und spürte diese wundervolle Energie in meinen Händen, welche sich durch starkes Kribbeln in meinen Handflächen immer wieder bemerkbar machte. Auch erinnerte ich mich an das Buch „Wie Engel heilen", welches ich während einer beruflichen Ausbildung in Bad Inzell auf dem Heisenhof gelesen habe. Ich spürte immer noch die damit einher gehende, lichtvolle Energie, und konnte mir sehr gut vorstellen, wie diese auch mein Knie heilen könnte. Dafür nahm ich mir nun Zeit ... und schon nach drei Selbstbehandlungen waren die Schmerzen vollkommen aufgelöst. Mein Knie ist auch heute noch, 20 Jahre später, schmerzfrei und voll belastbar. Damals war mir schon klar gewesen, dass etwas Wundervolles geschehen war. Es war der Anfang für mich, mich immer mehr mit dem Thema Selbstheilung zu beschäftigen.
Mit lieben Grüßen,

Hermann Bonefeld
www.energiezentrum-bonefeld.de

Der Schlaf

Loslassen, Vertrauen, Ruhe ...

Leise legt sich der Schleier des Schlafs,

empfindsam und scheu ...

lässt sich nicht halten,

flüstert mit meinen Gedanken.

Nur Stille und tiefes Vertrauen in die Nacht

lassen ihn in wohliger Wärme verweilen.

Gedicht von Rosita

Wir freuen uns über Leserbeiträge und Reiki-Fotos!

Bitte einsenden an:

olivers Verlag
Reiki Magazin
Wiesbadener Str. 14
D-12161 Berlin
Fax: 030 - 89 74 60 94
eMail: redaktion@reiki-magazin.de

Wir behalten uns die Kürzung von Leserbriefen sowie deren sprachliche Bearbeitung vor.

News & Termine

Anzeige

Ihr Reiki-Adress-Eintrag im Internet!

Auf www.reiki-magazin.de

Die Website des Reiki Magazins hat eine **Top-Platzierung**, bei Eingabe des Suchwortes „Reiki“ in die Google-Suchmaschine.

Profitieren Sie von der **Stärke des Reiki Magazins im Internet** und schalten Sie Ihren Adresseintrag auf unserer Website.

▸ Direkt online:
Auf www.reiki-magazin.de
im Bereich „Reiki-Anbieter“
(etwas herunterscrollen),
den Hinweisen dort folgen!

▸ Oder ganz bequem, per Telefon oder E-Mail, bei uns persönlich:
Tel.: 0170-421 24 22
(Dieter Leisebein), E-Mail:
anzeigen@reiki-magazin.com

Haben Sie noch Fragen?
Kommen Sie auf uns zu!

Reiki-Gedenkstein im Schlosspark Gersfeld

Im Rahmen des Reiki-Festivals 2018 wurde am Freitag, dem 19. Oktober, der Reiki-Gedenkstein im Schlosspark Gersfeld eingeweiht. Dazu gab es eine feierliche Zeremonie in Anwesenheit der Festival-Teilnehmer/innen, und der diesjährige Festival-Gast, Don Alexander, fand berührende Worte. Seit 25 Jahren findet das Reiki-Festival in Gersfeld statt. Mit der Zeit wählten auch später gegründete Reiki-Verbände und -Vereine, so ProReiki - der Berufsverband e.V., der Reiki-Verband-Deutschland e.V. und die Reiki Alliance Deutschland e.V., Gersfeld als Veranstaltungsort für Treffen und Kongresse aus. Aufgrund der langjährigen guten, sich stets vertiefenden Zusammenarbeit mit den Reiki-Gruppierungen stiftete die Stadt Gersfeld in diesem Jahr den Reiki-Gedenkstein. Direkt vor der Einweihungszeremonie gab es ein feierliches Programm in der Stadthalle Gersfeld. Die Stadtkapelle spielte mitreißend, und der Bürgermeister von Gersfeld, Dr. Steffen Korell, der Leiter der Tourist-Information Gersfeld, Horst Mikliss sowie Volker Wesenberg für ProReiki hielten inspirierende Reden. Weiterhin wurden Brigitte und Hans Trumpf für ihr Wirken geehrt, und die Midnight-Dancer, die örtliche Linedance-Gruppe, beendete das Programm mit einer schwungvollen Performance. Durch den Abend führte Elfi Groß.

Info

Weitere Infos zum Reiki-Gedenkstein in Gersfeld auf der ProReiki-Verbandsseite (S. 19) sowie in der kommenden Ausgabe.

Reiki in der Medizin weltweit – online

Auf einer englischsprachigen Website werden zahlreiche, teils renommmierte Kliniken in den USA genannt, wo bereits mit der Reiki-Methode gearbeitet wird, mit Kurz- Beschreibungen dazu, wie die Reiki-Arbeit jeweils vorort aussieht. Auch Kliniken in Australien werden genannt, wo die Reiki-Methode integriert ist. Außerdem gibt es Links zu Beiträgen über die Reiki-Arbeit an Kliniken in den folgenden Ländern: Kanada, Mexiko, Argentinien, Brasilien, Großbritannien, Spanien und Portugal. Ein extra hervorgehobener Beitrag auf der Website trägt den Titel „Reiki is reaching the Top Hospitals!“ (dtsch.: Reiki etabliert sich an den besten Kliniken!). Bereits 2014, so heißt es, berichtete die Zeitung *The Washington Post,* dass Reiki an mehr als 60 US-amerikanischen Kliniken für Patienten angewandt werde – und

© Udo Kroener - Fotolia.com

an mehr als 800 Kliniken fänden Ausbildungen in Reiki statt. Die Website wird von dem Reiki-Praktizierenden Eugenio Lepine betrieben.

Info

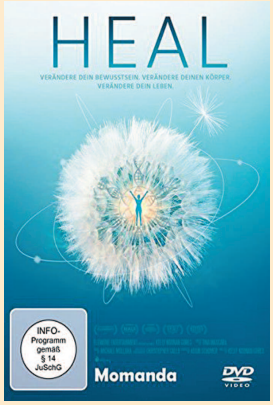
www.humanfrequencies.com/reiki-hospitals/
(Website in englischer Sprache)

Verlosung:
10x DVD „HEAL“ zu gewinnen!

Frage: Wie heißt das kürzlich begründete europaweite Reiki-Netzwerk?

Das Reiki Magazin verschenkt 10x den Dokumentarfilm „HEAL“ auf DVD.

Der Film begleitet zwei Frauen bei ihrem Genesungsprozess. Dazu enthält er Interviews mit international bekannten Persönlichkeiten wie Deepak Chopra, Joe Dispenza und Bruce Lipton zum Thema Heilung. Auch Forscher kommen zu Wort, die den kleinsten gemeinsamen Nenner bei Krebs-Heilungen suchen – und ihre Erkenntnisse teilen. Der bemerkenswerte Film ist u.a. erhältlich über: https://shop.horizonworld.de



Die zehn DVDs gehen an zehn Leser/innen, die bis spät. zum 31. Januar 2019 (das Los entscheidet) die obige Frage per E-Mail richtig beantwortet haben. Bitte senden Sie Ihre Antwort per E-Mail an: info@reiki-magazin.de – mit Angabe des Stichwortes „HEAL“ in der Betreffzeile. Und geben Sie Ihre Postadresse an, damit wir Ihnen die DVD zusenden können, sofern Sie zu den Gewinnern zählen.

Das Team vom Reiki Magazin wünscht viel Glück!

Reiki im öffentlich-rechtlichen-Fernsehen

In der TV-Sendung „Hier und heute“ (WDR) am 6.11.2018 (16:15-17:00 Uhr) war Janina Köck, Reiki-Meisterin, ProReiki-Vorstandsmitglied und Reiki-Magazin-Kolumnistin, eingeladen, die Reiki-Methode vorzustellen. In einem lebendigen Gespräch mit dem Moderator Stefan Pinnow ging es mehr als zehn Minuten um Reiki – und was man damit alles machen kann. Dabei gab Janina Köck dem Moderator sogar vor laufender Kamera einige Zeit Reiki, legte ihm die Hände auf den Rücken – wobei er äußerte, dass er Wärme spüre („Jetzt wird es hier unten ganz warm. Irre!“). Ein gelungener, lebensnaher „Reiki-Auftritt“ im öffentlich-rechtlichen Fernsehen, findet die Redaktion des Reiki Magazins.

Info

www1.wdr.de/fernsehen/hier-und-heute

Wissenschaftliche Studien zu Reiki online

SwissReiki, der schweizerische Reiki-Verband, stellt eine sehr gelungene, umfangreiche und detaillierte Übersicht von mehr als 90 wissenschaftlichen Studien zu Reiki kostenlos online zur Verfügung. Ein Dank dafür an alle, die daran mitgewirkt haben – vor allem an Stephan Stadelmann, der hier federführend tätig war!

Info

www.reiki.group/science

Oben in der Leiste bei „Sprache“ auf „Deutsch“ klicken, dann erscheint jeweils hinten rechts zu jeder Studie (wenn man dort auf INFO klickt) eine kurze Zusammenfassung der jeweiligen Studie in deutscher Sprache – auf der dann neu aufgehenden Unterseite, dort im unteren Bereich.

Anzeige

Die inneren Heilkräfte des Menschen!

Oliver Klatt befasst sich als Heiler seit vielen Jahren mit dem Phänomen der Übertragung von Lebensenergie. Als Herausgeber einer Fachzeitschrift zum Thema Heilen ist er zudem mit allen Facetten der modernen Heilweisen vertraut.
In diesem Buch entfaltet er die Geheimnisse des Heilens in einer Form des Dialoges, wie ihn einst die großen Philosophen praktiziert haben. Im Gespräch mit einer Patientin, die wegen einer Erkrankung zur Behandlung kommt, wird das Heilungsgeschehen vom ersten Augenblick an geschildert.

Oliver Klatt
Die Heilkraft der Lebensenergie
Hardcover, 288 Seiten,
€ [D]19,95 / € [A]20,40
ISBN 978-3-89427-693-5

Aquamarin Verlag
www.aquamarin-verlag.de

Reiki Wissenschaft

- Kolumne -

Studie: Reiki zur Schmerz-Bewältigung bei Dialyse-Patienten

In der konventionellen Schmerz-Behandlung von Dialyse-Patienten kommt es aufgrund ihrer Nierenerkrankung immer wieder zu Problemen. Ziel dieser Studie war es daher zu prüfen, ob der Einsatz von Reiki bei der Dialyse machbar und in puncto Schmerzbewältigung hilfreich ist. Die Arbeit erschien im August 2018.

Um die Frage zu klären, wurde eine Gruppe von 15 Dialyse-Patienten über einen Zeitraum von vier Wochen zwei Mal wöchentlich mit Reiki behandelt. Dabei wurden neben der Veränderung der Schmerzen auch die Veränderung der Müdigkeit und der Depressivität der Betroffenen beobachtet.

Die Teilnehmer berichteten über den entspannenden Effekt der Reiki-Behandlungen. Obwohl das Krankenhauspersonal sich anfangs dem Einsatz von Reiki gegenüber zurückhaltend verhielt, berichteten sie schlussendlich, dass die Reiki-Behandlungen in keiner Form ihre Arbeit behindert hatten und sich Reiki sehr gut in die konventionelle Therapie integrieren ließ. Bei den beobachteten Symptomen kam es nach den vier Wochen zu einer signifikanten Verbesserung.

Schlussfolgerung Die Ergebnisse legen nahe, dass Reiki bei Dialyse-Patienten zu einer Verbesserung der Symptome führt. Umfangreichere randomisierte Doppel-Blind-Studien zu diesem Thema wären erstrebenswert.

Quelle: Zins, S., Hooke, M. C., & Gross, C. R. 2018. Reiki for Pain During Hemodialysis: A Feasibility and Instrument Evaluation Study. *Journal of Holistic Nursing,* 0898010118797195p

DI Dr. David Bolius
Reiki-Meister
Gründungsmitglied von ProReiki – der Berufsverband e.V.
www.grafikwien.com

Reiki Jahrestage 2019

9. März:	93. Todestag Mikao Usuis
Frühling:	38. Jahr „Beginn der Verbreitung von Reiki in Europa“ (durch Mary McFadyen, in Hamburg, Deutschland)
April:	97. Jahr „Beginn der Verbreitung von Reiki in Japan“ (durch Mikao Usui)
11. Mai:	79. Todestag Chujiro Hayashis
15. August:	154. Geburtstag Mikao Usuis
Sommer:	82. Jahr „Beginn der Verbreitung von Reiki außerhalb Japans“ (durch Hawayo Takata, auf Hawaii, USA)
15. September:	139. Geburtstag Chujiro Hayashis
11. Dezember:	39. Todestag Hawayo Takatas
24. Dezember:	119. Geburtstag Hawayo Takatas

100 Jahre Reiki Event

2022 wird es 100 Jahre her sein, dass Mikao Usui auf dem Kurama-Berg bei Kyoto eine erleuchtende Erfahrung hatte, die zur Begründung der Reiki-Methode führte. Anlässlich dieses Jubiläums wird es im Mai 2022 in Kyoto, Japan, einen internationalen, stilübergreifenden Reiki-Kongress geben – dies auf Impuls des niederländischen Reiki-Meisters Jojan Jonker. „In einen anvisierten Kreis der Einheit einzutreten, auf dem feierlichen Kongress,“ so Jojan Jonker, „dies wird erfordern, dass wir all die inviduellen Wege von Reiki-Praktizierenden ehren und respektieren. Es ist die Fülle an Stilen, die es Millionen Menschen möglich gemacht hat, Zugang zu Reiki zu erhalten, es zu praktizieren und Heilung zu finden, in der Form, die jeweils am passendsten ist.“ Wer die weitere Entwicklung rund um den feierlichen Kongress auf dem Kurama-Berg im Jahr 2022 im Blick behalten, vielleicht auch teilnehmen möchte, findet auf der unten angegebenen Website stets aktuelle Informationen dazu – jetzt auch in deutscher Sprache!

Info
„100 Jahre Reiki“ Feierlicher Kongress
Datum: 20.-22. Mai 2022
Ort: Kyoto, Japan
www.reiki100.com

Das Zitat zu den Lebensregeln

„In erster Linie sollte man sein Leben mit Humor nehmen. Authentisch sein. Offen auf Menschen zugehen, ohne Vorurteile, dafür voller Achtung und Respekt. Lernen, die kleinen Dinge zu sehen und uns an ihnen zu erfreuen. Freundschaften pflegen und andere Menschen unterstützen. Freude verbreiten und lieben!“

Sri Sri Ravi Shankar

Kongress Steinheilkunde in Gersfeld

Im September 2018 fand in Gersfeld (Rhön) ein großer Steinheilkunde-Kongress mit Mineralien-Messe statt, in der wunderschönen Stadthalle vorort. Teilnehmer erlebten den Kongress wie auch die Messe als sehr informativ und abwechslungsreich. Die Veranstaltung war die sechste ihrer Art in Gersfeld. Sie steht in Nachfolge der beiden 1997/98 stattgefundenen Steinheilkunde-Symposien, die damals vom Seminarhaus Trumpf und den Mitgliedern des Steinheilkunde-Vereins organisiert worden waren. „Schmerzlich vermisst", so Brigitte Trumpf, ortsansässige Reiki-Meisterin und Steinheilkunde-Expertin, „wurde Michael Gienger, der Pionier und Entdecker der analytischen Steinheilkunde, der vor vier Jahren verstorben ist." Eine Vielzahl namhafter Referenten nahm an dem Kongress teil, dazu gehörten Peter Tumminello (aus Australien), Audroné Ilgevicienė (aus Litauen), Stefan von Löwensprung, Andrea & Walter von Holst sowie Edith Dörre. Themen der Vorträge und Workshops waren u.a. „Die Kraft der Edelsteine", „Neue Erkenntnisse der energetischen Steinheilkunde", „Homöopathie und die Kristallstrukturen", „Aspekte einer zukunftsorientierten an-

throposophischen Heilkunst" und „Edelstein Astrologie". Reiki-Meisterin Brigitte Trumpf gab auf dem Kongress einen Workshop zum Thema „Reiki im Edelsteinkreis". Dabei kamen nach einer kurzen Einführung in die Steinheilkunde und die Reiki-Methode, so Brigitte Trumpf, „je zwei Teilnehmer für eine gegenseitige Reiki-Behandlung mit Edelsteinen zusammen. Dafür standen Amethyst-Trommelsteine und Selenit-Kristalle zur Auswahl. Mit den ausgesuchten Mineralien konnten die Reiki-Gebenden und -Nehmenden sich noch mehr auf sich konzentrieren – und waren in der gegenseitigen Reiki-Behandlung mehr ‚bei sich'." In einem weiteren Workshop informierte Dagmar Fleck über Möglichkeiten der Edelsteintherapie für Kinder und Jugendliche mit auffälligem Verhalten. Auf der den Kongress begleitenden Mineralien-Messe konnten die Besucher sich am Stand des „Forschungsprojekts Steinheilkunde" über die neuesten Erkenntnisse und Auswertungen über so genannte „Teststeine" erkundigen – und sich bei Interesse als Testperson registrieren lassen. „Der Besuch der Messe," so die Veranstalter, „war kostenlos, und so-

mit folgten zahlreiche Bürger Gersfelds, Urlauber und Gäste von nah und fern der Einladung. Selbst die Sonne gab ihr Bestes, strahlte und funkelte an diesem Wochenende mit den Edelsteinen, Mineralien und Kristallen um die Wette."

Info

www.kongress-steinheilkunde.de

Fernreiki für kritische Weltsituationen

Angesichts der aktuellen Weltlage wird unsere große gemeinsame Fernreiki-Aktion derzeit immer gefragter – und auch wichtiger! Die langjährige gute Kooperation des Reiki Magazins mit Reiki Outreach International „Fernreiki für die Welt" setzt sich fort. Gegründet wurde Reiki Outreach International (ROI) von Mary McFadyen, im Jahr 1990. ROI basiert auf der Vision von Tausenden von Reiki-Praktizierenden weltweit, zusammen gebündelt Reiki auf kritische Weltsituationen zu senden wie beispielsweise schwere Erdbeben, Tsunamis, Hurricanes, Hungersnöte, politische Krisen, Kriege und ähnlich leidvolle Situationen. Dazu benennt ROI jeweils aktuell konkrete, schwierige Weltsituationen, und Tausende von Reiki-Praktizierenden weltweit können so gleichzeitig darauf Reiki senden. Dabei kommt es zu einer gebündelten, zielgerichteten Ausrichtung von Reiki, die besonders kraftvoll ist. Auf der Reiki-Magazin-Website sind die jeweiligen Ziel-Situationen stets aktuell benannt (Link siehe unten). Jeder Reiki-Praktizierende kann sich beteiligen.

Info

www.reiki-magazin.de/netzwerk/fernreiki-aktion.html

Reiki-Türschild

Keine Störungen mehr bei Reiki-Behandlungen: mit dem Reiki-Türschild!

Auch gut geeignet als Geschenk für Reiki-Freunde, zum Verteilen in Reiki-Kreisen usw.

Größe: ca. 7,5 x 10 cm, auf Postkartenkarton gedruckt.

1 Stck.: **2,20 €**
10 Stck.: **18,- €**

Bestelle/n Sie auf:
www.reiki-magazin.de
Klick auf „Reiki-Shop"!

Oder per E-Mail an:
service@reiki-magazin.de

Oder telefonisch:
030 - 89 74 60 93

Reiki-Termine 2019

Dezember '18

Ab Dez.'18 Südindien
„Touching India's Heart" Reisen nach Südindien „mit allen Sinnen", mit Simone Grashoff
Info www.touching-indias-heart.com

April

12.-14.04.19 Gersfeld, Rhön, bei Fulda
Frühjahrsworkshop des Reiki-Verband-Deutschland e.V., unter dem Motto „Reiki – alles Reiki!", mit Dr. Mark Hosak („Das 2. Symbol des 2. Grades – mit praktischen Übungen aus dem Shingon Reiki"), Janina Köck („Verschiedene Reiki-Stile in Theorie und Praxis"), Oliver Drewes („Die Gendai Reiki Techniken – mit Meditation"), Patrick Lankau („Der Jikiden Reiki-Stil – mit praktischen Übungen aus der Usui Gakkai") & Vorstellung des Reiki-Paten-Programms. Teilnahme ist auch für Nichtmitglieder möglich.
Info E-Mail: info@reiki-verband-deutschland.de
www.reiki-verband-deutschland.de

Mai

04.-05.05.19 Gersfeld, Rhön, bei Fulda
ProReiki-Jahreskongress u.a. mit Horst Günther, Frans Stiene und Manuela Schurk-Balles
Info www.proreiki.de

10.-12.05.19 Alte Kongresshalle, München
Weltkongress der Ganzheitsmedizin – mit Pablo Russell, Jorge Ramos, der Maori-Grandmother Arapata Temaari Aiono, Dr. Mitslal Kifleyesus-Matschie u.v.a.
Info www.institut-ganzheitsmedizin.de

Juni

20.06.19 Parimal Gut Hübenthal, bei Göttingen
Meistertag der Reiki Convention
Info www.reiki-convention.de

21.-23.06.19 Gut Hübenthal, bei Göttingen
Reiki Convention mit besonderen Events zum zehnjährigen Jubiläum
Info www.reiki-convention.de

September

13.-15.09.19 Barmstedt, bei Hamburg
Reiki Mööt u.a. mit Dr. Mark Hosak, Oliver Drewes, Frans Stiene, Andrea Leitold, Regina Zipfl, Gerd Knieps und Sabine Hochmuth
Info www.reiki-mööt.de

Oktober

10.10.19 Gersfeld, Rhön, bei Fulda
Meistertag des Reiki-Festivals 2019
Info www.reiki-festival.de

11.-13.10.19 Gersfeld, Rhön, bei Fulda
Reiki-Festival 2019
Info www.reiki-festival.de

11.-13.10.19 Samokov, Bulgarien
Bulgarische Reiki Convention mit verschiedenen Referenten / Veranstalter: Stefan Kanev
Info (auf Deutsch) Stefan Kanev, Tel.: 00359-888-814238, E-Mail: nafets68@abv.bg

November

08.-23.11.19 Japan
Reiki-Reise nach Japan mit Oliver Drewes (Holistika) und Frans Stiene (International House of Reiki) – u.a. nach Tokyo, Kyoto und auf den Kurama-Berg
Info www.holistika.de/seminar-reisen/reiki-japan-reise/

2022

„100 Jahre Reiki" – Feierlicher, internationaler Reiki-Kongress am Kurama-Berg
Datum: 20.-22. Mai 2022 in Kyoto, Japan
Info (auch in deutscher Sprache)
www.reiki100.com

Anzeige

Reiki bei Burnout & Depression

Gerade sitze ich in der Sonne, mit einem erfrischenden Kaltgetränk, lasse es mir gut gehen und spüre in mich hinein, was für ein Thema dieses Mal für die Kolumne aufgeschrieben werden möchte. Wenn dieser Text veröffentlicht wird, ist wahrscheinlich wieder kühleres Wetter, und eventuell gab es auch schon ein paar Regentage. Dann passt das Thema wieder besser :)

Man möchte es kaum glauben, bei dem schönen Wetter und der angenehmen Umgebung ... aber Depressionen, Burnout und Angstzustände sind Themen, die mir derzeit vermehrt begegnen, sowohl in meiner Praxis als auch in meinem privaten Umfeld. Die Ursachen für derartige Zustände sind vielfältig, es beginnt häufig schon viel früher, als man denkt.

Wir haben ganz natürliche Leistungskurven. Es gibt Zeiten, in denen wir aufmerksam und leistungsstark sind, und es gibt Zeiten, in denen das nicht so sehr der Fall ist. Da wir in einer Leistungsgesellschaft leben, ist es manchmal nicht so einfach, auch den Tiefs Rechnung zu tragen. Wir sollen oder wollen sogar in solchen Zeiten die gleiche Energie aufbringen. Das kostet uns dann aber häufig mehr Kraft. Wenn dies nur einige Male vorkommt, macht es meist nicht so viel aus. Wird es aber zur Gewohnheit, kann es eine Ursache für anhaltende Erschöpfung werden, mit allen dazugehörigen Symptomen.

Dabei spielt Überforderung eine große Rolle. Jahre lang zu wenig Schlaf und gleichzeitig hohe Anforderungen im Beruf sowie eine große Verantwortung in der Mutterrolle sind hier oft Thema bei Frauen. Ein sehr forderndes Berufsleben, beispielsweise als Arzt, mit nächtlichen Bereitschaftsdiensten, sind oft bei Männern eine der wesentlichen Ursachen.

Was dann häufig der sprichwörtliche Tropfen ist, der das Fass zum Überlaufen bringt, ist ein Gefühl der Ausweglosigkeit, also der Ohnmacht. Es werden keine Möglichkeiten mehr gesehen – oder diese werden direkt negiert. Dann heißt es „Nein, das geht nicht weil ...“, „Nein, das kann ich nicht ändern, denn ...“ usw. In einem solchen inneren Zustand fällt es umso schwerer, Möglichkeiten zu sehen. Hinzu kommt: Je weniger Energie man zur Verfügung hat, umso erschöpfter ist man.

In einem solchen Zustand ist alles „wie eingefahren“. Als Menschen benötigen wir jedoch das Gefühl und das Wissen darum, Wahlmöglichkeiten zu haben, damit wir uns entwickeln und mitgestalten können. Und wir möchten auch Feedback zu unserer Arbeit erhalten sowie Anerkennung dafür.

Körpergefühl & Intuition

Reiki bietet hier eine wunderbare Möglichkeit, wieder mit sich selbst, seinem Körpergefühl und seiner Intuition in Kontakt zu kommen. Möglichkeiten zu sehen, zu fühlen, diese wahrzunehmen ist ein wichtiger Schritt auf dem Weg zur Genesung. Damit es am besten aber erst gar nicht zum Burnout oder zu Erschöpfungssyndromen kommt, ist eine regelmäßige Selbstfürsorge mit Reiki, Meditation usw. bereits präventiv sinnvoll.

Kommt ein Klient in die Praxis mit der Diagnose oder dem Verdacht auf Burnout oder Erschöpfungszustände, ist es wichtig, nicht bloß *eine* Behandlung durchzuführen – sondern am besten gleich eine ganze Behandlungsreihe. Ich empfehle außerdem, den 1. Reiki-Grad zu machen, damit der Klient sich in Behandlungspausen auch selbst behandeln kann – so dass ich als Behandlerin hoffentlich bald nicht mehr notwendig bin. Hilfe zur Selbsthilfe ist stets mein Credo. Tendenziell sind die Klienten, die wegen eines Burnouts kommen, nach der ersten Behandlung zwar entspannter, merken aber zugleich auch ihre Erschöpfung noch mehr. Den Satz „Ich dachte, meine Batterien würden mit Reiki wieder aufgetankt und nicht, dass ich mich schlapper fühle ...“ habe ich nicht bloß einmal gehört.

Ich erkläre mir das so, dass Reiki dabei hilft, den eigenen Körper wieder ganz bewusst wahrzunehmen. Jemand, der ein Burnout erlebt, hat meist über einen längeren Zeitraum hinweg genau diese Verbindung zu sich abgetrennt. Er hat nicht auf Anzeichen gehört, die sein Körper und seine Seele ihm immer wieder gezeigt haben, er hat diese übergangen. Zur Erschöpfung kommt dann häufig eine innere Unruhe und auch Schlaflosigkeit durch zu viel Grübeln. Die Müdigkeit wird vielleicht mit viel Kaffee, Guarana usw. kompensiert, damit man weiterhin Leistung erbringen kann. Das muss nicht immer so sein, kommt aber immer wieder vor. Dadurch werden die Körpersignale einmal mehr einfach übergangen.

Kommt der Klient durch die Behandlung mit Reiki schließlich wieder ins Spüren, merkt er erst das ganze Ausmaß der Erschöpfung. Ich werte das positiv – die Klienten nicht immer sofort. Wenn ich diesen Zusammenhang erläutere, wird es aber meist besser damit. Im Übrigen habe ich in der Regel bereits im Vorgespräch erläutert, was die möglichen Auswirkungen sein können. Das wird aber vom Klienten oft später nicht mehr erinnert. Dann sind viele überrascht. Deshalb ist es hier auch wichtig, nicht bloß *eine* Behandlung zu geben, sondern gleich mehrere Behandlungen zu vereinbaren. So dass der Klient auch merken kann, dass es mit jeder weiteren Behandlung bergauf geht.

Dazu kann man einen individuellen Behandlungsplan erstellen, je nach Schweregrad der Erschöpfung und den Möglichkeiten desr Klienten. Je nach Fall arbeite ich auch gerne mit Psychologen zusammen oder empfehle eine psychotherapeutische Begleitung, insbesondere wenn eine Diagnose schon besteht. Ich erlebe es aber immer wieder, dass die Wartezeiten bei psychologischen Psychotherapeuten, Psychiatern, aber auch in ambulanten Kliniken mehrere Wochen bis Monate betragen können – und die Arbeit mit Reiki dann in dieser ungewissen Zeit den Menschen gut helfen kann, nicht zu verzweifeln. So können sie von Mal zu Mal stabiler werden – und dann auch ihre Themen auf psychologischer Ebene besser angehen. ■

Janina Köck, klassische Homöopathin, körperorientierter Coach, Reiki-Lehrerin. Praxis Leben im Einklang in Köln. Referentin Reiki Convention, Gründungsmitglied ProReiki.

Kontakt:
E-Mail: ihr@leben-im-einklang.de
www.leben-im-einklang.de

„Den Menschen ein Freund sein ...“

Interview mit Pater Anselm Grün

Von Oliver Klatt

Pater Anselm Grün war mehr als 30 Jahre lang der wirtschaftliche Leiter der Abtei Münsterschwarzach – und damit für rd. 300 Mitarbeiter in über 20 Betrieben verantwortlich. Heute ist er international bekannt als geistlicher Berater und Autor, mit einer Gesamtauflage von rd. 15 Mio. Exemplaren. Eines seiner aktuellsten Bücher trägt den Titel „Segen – Die heilende Kraft“. Oliver Klatt führte ein Interview mit ihm.

Pater Anselm hat mehr als 300 Bücher veröffentlicht, die in rd. 30 Sprachen übersetzt sind. Besonders empfehlenswert aus redaktioneller Sicht sind die Bücher „Segen – Die heilende Kraft“, ein Werk, das er gemeinsam mit Friedrich Assländer schrieb (erschienen bei jkamphausen) sowie sein wegweisendes Buch „Versäume nicht dein Leben“ (dtv).

Empfehlenswert: „Was glaubst du? Christentum und Buddhismus im Gespräch“ (erschienen im Vier Türme Verlag) – gemeinsam mit der Zen-Meisterin Shih Chao-hwei erstellt.

Interessant: Der amtierende Papst, Franziskus, hat eine generelle Lesempfehlung für alle Publikationen von Pater Anselm Grün ausgesprochen.

Oliver Klatt: Pater Anselm, was verstehen Sie unter Segen bzw. Segnen?

Pater Anselm: Das lateinische Wort für Segnen, Benedicere, bedeutet: Gute Worte sagen. Wenn ich jemanden segne, spreche ich ihm gute Worte zu. Aber Segen zu geben ist mehr als gute Worte zu finden. Segen ist eine Kraft, der Segen Gottes, der zu den Menschen strömt, sie befruchtet. Alles, was Frucht trägt, ist vom Segen Gottes geprägt.

„Segen heißt Aufblühen!“

Der Segen Gottes zeigt sich in der Natur, wenn die Natur Frucht bringt – und auch, wenn von unserer Hände Arbeit Frucht ausgeht. Segen heißt Aufblühen, Segen ist die liebende Kraft Gottes, die den Menschen zufließt.

Oliver Klatt: In Ihren Publikationen gehen Sie auf zwei Aspekte des Segens besonders ein. Sie weisen zum einen darauf hin, dass die Bedeutung von Segen eng mit dem menschlichen Streben nach Glück verbunden ist. Und zum anderen sprechen Sie von der heilenden Kraft des Segens. Auch in der Praxis des Reiki erfahren wir die segnende Kraft, vor allem durch Handauflegen, einerseits als glückbringende und andererseits als heilende Kraft. Sehen Sie da einen Unterschied? Handelt es sich, vielleicht kann man sagen: um zwei verschiedene Pfade, die ein Segen nehmen kann? Oder geht es im Kern dabei letztlich um dasselbe?

Pater Anselm: Ich würde den Aspekt von Glück nicht so sehr betonen, ich würde mehr von Fruchtbarkeit sprechen. Segen hat mit Fruchtbarkeit zu tun. Natürlich hat Segen auch eine heilende Kraft. Wir geben ihn kranken Menschen, sprechen ihnen Segen zu, wünschen ihnen Gottes heilende Kraft, die in sie einströmt.

Aber Segen ist nicht nur Heilung, nicht nur Glück, sondern Segen ist, dass der Mensch in Einklang kommt mit sich selbst, dass er ganz er selbst wird. Das umfasst natürlich immer auch den Aspekt von Heilung, da die Menschen krank sind, wenn sie nicht im Einklang mit sich selbst sind, wenn sie innerlich zerrissen und gespalten sind.

Oliver Klatt: Es wird auch gesagt: damit Heilung geschehen kann, muss die Wunde offen liegen ...

Pater Anselm: Manche benutzen ja Heilung wie ein Zaubermittel ... aber die Heilung geschieht eben immer nur in der Begegnung. Deswegen ist es wichtig beim Segen, wenn er heilende Kraft haben soll, dass ich meine Wunden, meine Verletzungen, all das, was mir wehtut, einfach Gott hinhalte, und mir dann vorstelle, dass seine heilende Kraft in meine Wunden hineinströmt. Zu meinen, man könne mit Zaubermitteln erreichen, dass Gott mal schnell meine Krankheit wegmacht, das ist ein falscher Weg.

Oliver Klatt: Das sehe ich auch so. Sie sprechen von einer Kraft des Segnens ... würden Sie so weit gehen und sagen, es könnte sich dabei auch um eine Energie handeln? Wie stehen Sie zu dem Begriff Lebensenergie, der in der Praxis des Reiki eine wichtige Rolle spielt? Ist das etwas, womit Sie sich verbinden können?

Heilende Energie

Pater Anselm: Kraft und Energie, die beiden Begriffe sind sehr ähnlich. Für mich enthält Segen durchaus eine positive Energie. Zunächst ist es eben der Segen Gottes, also dass Gott den Segen in den Menschen weckt. Aber Gottes Segen ist natürlich auch eine heilende Energie.

Oliver Klatt: Es gibt ja das Sprichwort „An Gottes Segen ist alles gelegen".

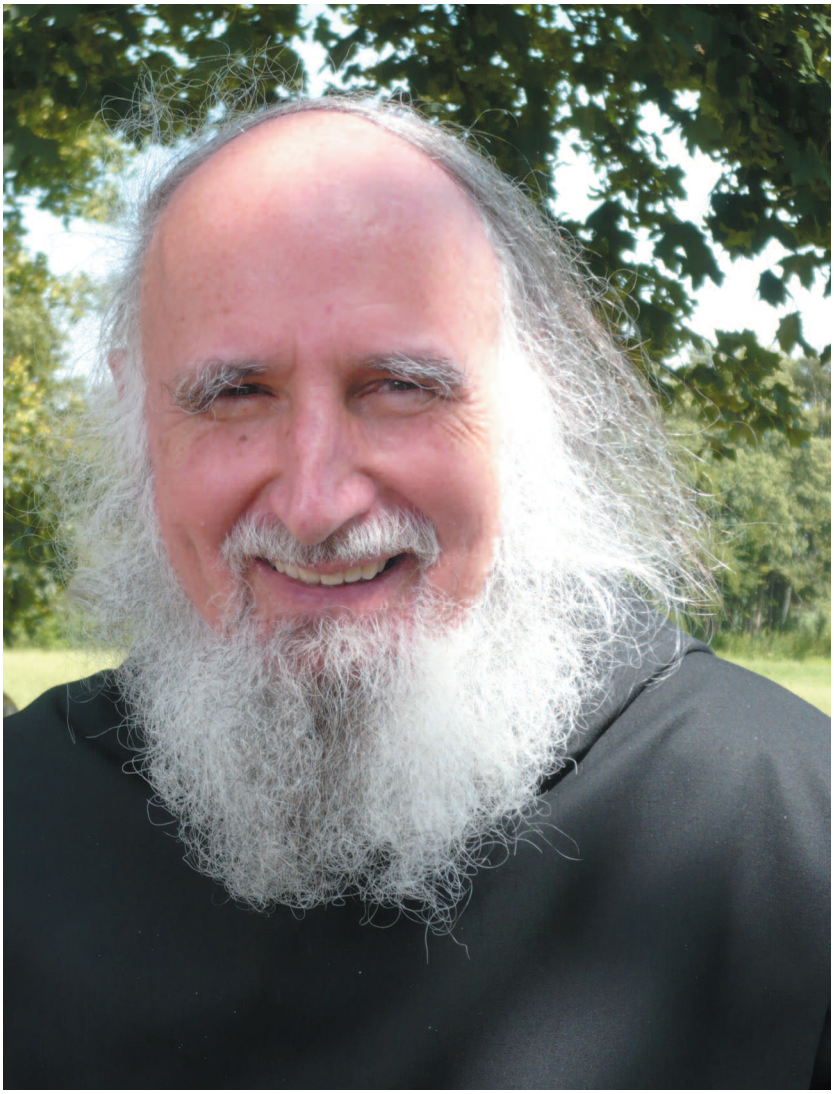
Pater Anselm: Ja, man kann seinen Acker gut bestellen, aber eine Garantie hat man nicht. Die Ernte hängt auch vom Wetter ab, und von vielem anderen.

Oliver Klatt: Mögen Sie mit unseren Leserinnen und Lesern teilen, wie Sie segnen, also wie Sie ganz konkret einen Segen vornehmen, vor dem Hintergrund Ihrer christlichen Tradition?

Pater Anselm: Es gibt sehr verschiedene Weisen des Segnens. Es gibt einfach nur das stille „Bitte, Herr, segne ihn, segne sie".

Oliver Klatt: Also ein Gebet für einen anderen Menschen?

Pater Anselm: Ja. Und dann gibt es das Segensritual, dabei erhebe ich die Hände und stelle mir vor, dass durch meine Hände der Segen Gottes zum Menschen strömt, zu den Kindern, der Familie, zu den Menschen, mit denen ich arbeite, für die ich arbeite, auch in die Räume, in denen ich arbeite, und in die Räume, in denen ich lebe.



Pater Anselm Grün

Manchmal, in einem Raum, wenn es dort Streit gab, dann spüren Menschen eine negative Atmosphäre in diesem Raum, und so kann man auch einen Raum segnen, indem man die heilende Kraft Gottes da hineinströmen lässt.

Handauflegung

Und dann gibt es den persönlichen Segen, der geht mit Handauflegung. Dabei liegt die Hand meist auf dem Kopf, und man kann schweigend den Segen Gottes hineinströmen lassen oder ihn mit Worten für diesen Menschen verbinden, zum Beispiel: „Der barmherzige Gott segne dich und halte schützend seine Hand über dich und leite dich auf deinem Weg, damit dein Weg in eine immer größere Lebendigkeit hineinführt." Oder: „Der Segen Gottes soll dich einhüllen wie ein schützender Mantel, er soll dich behüten und schützen."

Noch eine andere Form von Segen ist es zum Beispiel, ein Kreuz in die offenen Hände zu zeichnen, und das mit Worten zu verbinden. Das mache ich auch als ▶

Copyright Foto: Anselm Grün

Abschlussritual bei Kursen. Ich lade die Teilnehmer dazu ein, ihre Hände in Form einer Schale vor sich hinzuhalten, sie anzuschauen ... es ist ja ein Wunsch, dass das, was wir mit unseren Händen tun und nehmen, Segen bringt. Und dann bitte ich die Teilnehmer, aufeinander zuzugehen und in ihre Hände mit dem Finger ein Kreuz zu zeichnen oder auch Wünsche da hineinzugeben ... Segen und Wunsch hängen natürlich zusammen ... manche machen es eher fromm, und manche weniger fromm.

Oliver Klatt: Sie sprechen häufig von Gott, das ist ganz selbstverständlich, vor dem Hintergrund Ihrer christlichen Tradition ... darf ich Sie ganz direkt fragen: Was ist Gott für Sie? Wie haben Sie zu Gott gefunden? Oder war er immer schon da, für Sie?

Pater Anselm: Für mich war Gott immer schon da, weil ich von Anfang an religiös erzogen worden bin. Das war selbstverständlich für mich. Natürlich habe ich dann immer wieder darüber nachgedacht.

Jenseits von Bildern und Worten

Über Gott kann man nur in Bildern sprechen. Und zugleich muss man wissen, dass Gott jenseits aller Bilder und aller Worte ist. Worte und Bilder können Gott nicht festmachen, sondern Gott ist persönlich, aber zugleich auch überpersönlich. Er ist die Liebe, die alles durchdringt. Die Schönheit, die aufleuchtet, aber er ist die Ur-Schönheit, er ist das Sein. Die Philosophie unterscheidet zwischen Esse und Ens, zwischen dem Sein und dem Seienden. Gott ist kein Ding, kein Seiendes, sondern das reine Sein, das allem zugrunde liegt.

Aber er ist zugleich auch ein Du, und er ist in Jesus Christus konkret geworden. Er ist im Gegenüber, das einen herausfordert, einem vielleicht Fragen stellt. Und wichtig ist: Gott ist unverfügbar! Man kann nicht über Gott verfügen. Ich kann nur beten: „Dein Wille geschehe." Aber ich kann nicht, indem ich bete, Gott zwingen, etwas zu tun.

Oliver Klatt: Pater Anselm, ich möchte noch zu der Botschaft eines Buches von Ihnen kommen, das heißt „Versäume nicht dein Leben". Sie sagen darin aus meiner Sicht ganz wichtige Dinge, zu denen es in der spirituellen Welt bei manchen einige Missverständnisse gibt. Die Grundbotschaft des Buches ist ja „Wage dein Leben!". Mich hat dieses Buch sehr berührt. Sie fassen darin vieles in Worte, was ich teils bewusst, teils unbewusst, seit langem auch für mich, mitunter gegen eigene Widerstände oder gegen Widerstände von außen, als richtig erkannt habe. Was war der Antrieb für Sie, dieses Buch zu schreiben?

„Versäume nicht dein Leben!"

Pater Anselm: Es gibt zwei Aspekte dazu. Zum einen gibt es gerade bei jungen Leuten, wie ich gemerkt habe, heutzutage oft eine Tendenz, ihr Leben nicht zu wagen. Sie bleiben lieber Zuschauer. Sie haben Angst, das Leben könnte sie verletzen oder sie könnten mit ihren Grenzen in Berührung kommen. Und es gibt Menschen, die zu einem späteren Zeitpunkt in ihrem Leben das Gefühl haben: „Ich habe mein Leben versäumt, ich habe nicht richtig gelebt, ich habe nur getan, was andere von mir wollten." Das ist der eine Aspekt.

Der andere Aspekt ist der spirituelle Aspekt. Es heißt ja „Ora et labora!", also: „Bete und arbeite!" Und eine gesunde Spiritualität muss eben auch ins Leben führen, in das Gestalten des Lebens, zu einer gesunden Arbeit. Und da erlebe ich eben, dass manche die Spiritualität als Flucht in die Grandiosität missbrauchen. Dass sie sich als etwas Besonderes fühlen, Ansprüche an andere stellen. Manche benutzen die Spiritualität tatsächlich, um dem Leben auszuweichen.

Oliver Klatt: Sie schreiben in dem Zusammenhang auch von der „Heilung des Narzissmus" ... Mich hat der Hinweis von Ihnen sehr berührt, den Sie im Buch bringen: „Die göttliche Liebe ist wie Wasser, das sich immer den tiefsten Punkt sucht." Man ist also gar nicht so weit entfernt von Gott, wie man vielleicht meint, wenn man zum Beispiel in einer Krise ist, sondern man ist dann, ganz im Gegenteil, Gott sehr nahe ...

Pater Anselm: Wichtig ist eben, das Gott hinzuhalten ... dann kann eine Krise allemal dazu führen, dass man sowohl sich selbst als auch Gott näher kommt.

Oliver Klatt: Pater Anselm, im Reiki kennen wir fünf geistige Prinzipien, die für die geistige Ausrichtung von Praktizierenden dieser Methode sehr zentral sind. Wir nennen sie die „Reiki-Lebensregeln". Eines dieser Prinzipien ist: „Sei dankbar." Wie kann es aus Ihrer Sicht gelingen, zunehmend ein dankbares Leben zu führen?

Dankbarkeit ist wichtig

Pater Anselm: Dankbarkeit ist für mich auch ganz wichtig. Das deutsche Wort Danken kommt ja von Denken – also: Wer richtig denkt, ist auch dankbar. Und: Undankbare Menschen sind meist unangenehme Menschen, die nie zufriedenzustellen sind. Cicero, der römische Philosoph, sagt: „Dankbarkeit gehört zum Wesen der Humanitas." Also zum Wesen der Humanität, der Menschlichkeit. Und David Steindl-Rast sagt: „Ich bin nicht dankbar, weil ich glücklich bin – sondern ich bin glücklich, weil ich dankbar bin." Die Dankbarkeit verwandelt also auch unser Gefühl.

Und: Dankbarkeit heißt nicht, dass ich mich künstlich in ein Gefühl hinein manövriere, wie es beim Positiven Denken üblich ist, durch Selbst-Suggestion. Sondern es gibt immer Gründe dafür, dankbar zu sein, etwa für meine Gesundheit, für einen freundlichen Blick, ein gutes Gespräch, eine gute Begegnung, für die Schönheit der Natur.

Dankbarkeit bedeutet: die Augen öffnen! Und natürlich eine Änderung der Einstellung. Wenn man an allem herumnörgelt – das Wetter stimmt nicht, die Temperatur im Raum stimmt nicht, die Kleidung juckt auf der Haut –, wenn man sich ständig aufregt über alles, hilft das nicht weiter.

Dankbarkeit ist eine Form, die Realität anzunehmen und zu spüren, dass alles auch ein Geschenk ist für den Menschen.

Oliver Klatt: Vielleicht könnte man sagen: auch eine Form, ins Hier und Jetzt zu kommen?

Pater Anselm: Ja, natürlich. Dankbarkeit heißt, dass ich wahrnehme, dass ich lebe, dass ich atme, dass ich mich spüre, dass ich anderen Menschen begegne. Dankbarkeit für das, was gelingt, natürlich. Dankbarkeit befreit uns auch von dem Hochmut, dass *wir* die Heiler sind. Auch wenn durch Handauflegung Heilung geschieht, haben nicht *wir* das erzeugt, sondern es ist immer ein Geschenk.

Oliver Klatt: In den Reiki-Lebensregeln geht es noch um weitere Themen, so heißt es darin u.a. „Ärgere dich nicht“ und „Sorge dich nicht“. Wie kann es gelingen, sich zunehmend weniger zu ärgern und zu sorgen?

Den Ärger verwandeln

Pater Anselm: Ich würde nicht sagen „Ärgere dich nicht“, denn das gelingt ja eigentlich gar nicht. Es geht darum, den Ärger zu verwandeln. Und sich vom Ärger nicht bestimmen zu lassen. Im Ärger steckt auch eine Energie, und die muss von einer negativen Energie in eine positive Energie umgewandelt werden.

Ärger ist der Impuls, sich besser abzugrenzen. Und dann geht es darum, das anzupacken, anstatt sich über die Dinge zu ärgern. Und Ärger ist natürlich manchmal ein Spiegel. Ich ärgere mich vielleicht über Menschen, die das Leben führen, das ich mir verboten habe. Deswegen sagt Herman Hesse: „Was nicht in uns selber ist, das regt uns auch nicht auf.“

Und was das zweite Thema angeht, Sorge, wie man es auch bei Dale Carnegie findet, in seinem Buch „Sorge dich nicht – lebe“ ... das muss man ebenfalls etwas relativieren. Es gibt ja die gute Sorge, die Fürsorge. Ohne

Fürsorge ist das Leben nicht lebenswert. Und es gibt die ängstliche Sorge, die quälende Sorge. Wir haben im Deutschen nur ein Wort für Sorge. Im Griechischen gibt es zwei Worte: merimna, das ist die quälende Sorge, die einen belastet. Jesus sagt von dieser quälenden Sorge: „Sorgt euch nicht!“ Und dann gibt es meletao, das ist die Fürsorge. Dieses Wort heißt auch: ein Herz haben für einen andern. Diese Sorge sollten wir nicht loslassen, sondern sie üben. Sie ist Ausdruck der Liebe.

Oliver Klatt: Ja, im Englischen gibt es das schön klingende Wort „Care“, und das andere, eher dumpf klingende Wort „Sorrow“ ...

Pater Anselm: Ja, wir sollten immer wissen, von welcher Art Sorge wir sprechen. Und es geht darum, dass wir die quälende Sorge in liebende Fürsorge verwandeln.

Oliver Klatt: Aber ist es nicht eigenartig, dass wir in der deutschen Sprache das so zusammenwerfen, auch zum Beispiel in dem Wort Vorsorge, und somit auch bei Altersvorsorge, Gesundheitsvorsorge etc.? Weil: wenn ich Vorsorge in etwas betreibe, dann kann ich doch eigentlich die Sorge diesbezüglich loslassen ...

▶

„Eine gesunde Spiritualität muss auch ins Leben führen, in das Gestalten des Lebens, zu einer gesunden Arbeit.“

Pater Anselm: Eigentlich geht es hier um Fürsorge durch Liebe. Erich Fromm sagt in seinem Buch „Die Kunst zu lieben“: „Liebe ist Fürsorge, Verantwortung, Achtung und Erkenntnis.“

Viele Eltern sind ängstlich bezüglich ihrer Kinder. Auch da ist es so: Ich kann nicht einfach sagen „Mach dir keine Sorgen“, das wird nicht gelingen. Die Mönche sagen: „Wir sind nicht verantwortlich für die Gedanken und Gefühle, die in uns auftauchen. Wir sind nur verantwortlich dafür, wie wir damit umgehen.“

Umwandlung

Deswegen würde ich nicht so einen Befehl geben, sondern eher auf die Umwandlung abzielen, also: „Schau die Sorge an, und verwandle sie in Fürsorge.“

Oliver Klatt: Diese beiden Prinzipien zu den Themen Ärger und Sorge werden im Reiki auch nicht als Befehl oder gar als Dogma verstanden, sondern gelten eher als Orientierungspunkte für den Geist. Man sollte sich davon keinesfalls unter Druck setzen lassen. Ein weiteres Thema in den Reiki-Lebensregeln ist Freundlichkeit, dieses kommt zum Ausdruck in dem Satz: „Sei freundlich zu den Lebewesen.“ Können Sie dazu etwas sagen?

Freundlichkeit & Mitgefühl

Pater Anselm: Freundlichkeit hat zwei Aspekte: Zum einen steckt das Wort Freund darin, also: den Menschen ein Freund sein, ihnen eben nicht feindlich gesinnt sein. Der andere Aspekt ist: Im Buddhismus, aber auch im Christentum, spricht man von Mitgefühl, davon, mit allen mitzufühlen.

Jesus sieht das als die Grundhaltung an. In der Bibel, da, wo Gott, der Vater, barmherzig ist, wird ursprünglich das Wort oikirmon verwendet, das eigentlich „Mitfühlen“ bedeutet. Wir sollen mit allen Menschen, aber auch mit den Tieren und Pflanzen, mitfühlen.

Zum Thema Freundschaft gibt es ein schönes Wort des hl. Augustinus: „sine amico nihil amicum.“ Das heißt: „Ohne Freund kommt dir nichts freundlich vor in dieser Welt.“

Oliver Klatt: Pater Anselm, danke für die inspirierenden Einsichten in diesem Interview! ■

Anzeigen

Online Reiki Shop: www.reiki-magazin.de

Grundlagen Seminare (GLS)

Das Grundlagen-Seminar ist ein wichtiger Baustein in der Qualifizierung als Anwender oder Ausbilder von ProReiki.
Seit 2013 gibt es das Seminar in dieser bewährten Form, damit jährt es sich jetzt zum fünften Mal. Der Grundgedanke dabei ist sicherzustellen, dass immer mehr Mitglieder auf dem gleichen Wissenstand sind, um professionell ihre Reiki-Praxis führen zu können. Das Seminar hilft Mitgliedern, die dabei sind sich selbstständig zu machen, sich zu orientieren und die ersten Hürden der Gründung zu meistern. Aber auch für langjährige Reiki-Lehrer sind die angesprochenen Themen von Nutzen. Gerade Themen und Aspekte, die sonst vielleicht eher vermieden werden oder thematisch als „trocken" gelten, werden im Seminar verständlich und im Reiki-Kontext erläutert.

Die Inhalte der einzelnen Unterrichtseinheiten sind:
- Reiki und geistiges Heilen
- Recht und Reiki
- Berufsordnung von ProReiki e. V.
- Reiki-Richtungen und -Stile
- Selbständigkeit und Existenzgründung
- Versicherungen
- Die Reikipraxis
- Marketing, Selbstmanagement und Büro

Das GLS und die Qualifikation sind ein erster Schritt, Reiki als Behandlungsform ein professionelles Fundament zu geben. Frei nach dem Motto: *„Seriös statt nebulös"*.
Die Seminare finden regelmäßig im Norden, Süden, Osten, Westen und in der Mitte Deutschlands statt. Kein Seminar in der Nähe? Kein Problem. Es gibt immer die Möglichkeit, Seminare auch vorort zu organisieren.
Aktuelle Termine finden sich auf unserer proreiki.de-Website und auf unserer Facebook-Seite.
Anmeldungen und weitere Infos gibt es bei Melina Tobisch, m.tobisch@proreiki.de

Was ist ProReiki?

ProReiki ist der Berufsverband für professionelle Reiki-Praktizierende und Reiki-Meister/-Lehrer, die Reiki im Haupt- oder Nebenberuf ausüben oder es planen.
Der Verband wurde im Juli 2011 gegründet und versammelt Reiki-Praktizierende sowie Vertreter assoziierter Vereinigungen aller „Reiki-Fakultäten" (nach Usui) aus Deutschland, Österreich und der Schweiz.

Reiki-Gedenkstein in Gersfeld

Eine interessante Reise begann, als die Stadt Gersfeld mit einer Idee auf uns zu kam. Horst Mikliss von der Tourist-Information Gersfeld fragte uns, ob wir nicht gemeinsam in Gersfeld eine Replik des Reiki-Gedenksteins vom Saihoji-Tempel in Tokio aufstellen wollen. Dieser solle die Verbundenheit von Gersfeld mit der Reiki-Community darstellen. Schnell war für uns klar: Eine Replik kommt nicht in Frage. Es gibt zu viele Gefühle und traditionelle Zusammenhänge, die man dadurch verletzten könnte, und da wir als linienübergreifender Berufsverband achtsam mit allen Reiki-Traditionen umgehen, musste eine neue Idee her. Dann, kurze Zeit später, ging unsere Vorstandsvorsitzende Angela Zellner eines Tages durch Gersfeld – und sah ihn dort stehen: einen Monolithen aus Rhöner Basaltgestein, beim örtlichen Steinmetz, Fa. Stein-Vey. Es handelte sich um einen Stein aus der Region, verbunden mit der Energie des Ortes. Perfekt, auch was die Verbindung zu Japan angeht – ist doch der Basalt als Stein aus vulkanisch geprägten Gegenden bekannt, und auch die Japanischen Inseln wurden vulkanisch geformt. Das fühlte sich nun viel stimmiger an! Der Stein war gefunden – aber was sollte nun draufstehen? Eine Arbeitsgruppe bildete sich, und mit Hilfe von Ute Vetter wurde ein Kontakt zu der japanischen Kalligrafin Arakawa San hergestellt. Diese gestaltete schließlich das wunderschöne Reiki-Kanji, das nun auf dem Stein verewigt ist. Es handelt sich um das Reiki-Zeichen als Kanji, mit dem ausgeschriebenen Wort Reiki darunter. Einfache Klarheit, mit der sich jeder Reiki-Praktizierende und jede Reiki-Schule verbunden fühlen kann.

Kerzen beleuchten den Stein nach der Zeremonie. Foto: Jürgen Kindler 2018

Ebenso wichtig wie der Stein und das, was darauf zu sehen ist, ist natürlich der Standort des Monoliths. Dabei konnten Hans und Brigitte Trumpf, die in Gersfeld wohnen und die Stadt wie ihre Westentasche kennen, helfen. Mit viel energetischem Feingefühl fanden sie schließlich den passenden Ort im Gersfelder Schlosspark.
Nach anderthalb Jahren Planung war es am 19. Oktober 2018 dann endlich so weit, und der Gedenkstein wurde eingeweiht. Im Rahmen des 25. Reiki-Festivals in Gersfeld fand die Einweihungszeremonie statt, die von unserem Ehrenmitglied Don Alexander liebevoll abgehalten wurde, und zwar am Abend bei Kerzenlicht. Don sprach dabei von einer Ausstrahlung des Friedens und der Liebe, die dieser Stein, der aus der Mitte der Erde stammt, bewahren und weltweit aussenden würde.
Wir wünschen uns, dass der Gedenkstein die Verbundenheit der Reiki-Gemeinschaft mit der Stadt Gersfeld zeigt und energetisch auch zum Wohle der Stadt und ihren Bürgern beiträgt. Ebenfalls freuen wir uns über die große Ehre, dass eine Stadt so offen und für alle sichtbar ihre Sympathie für die von uns so sehr geliebte, Reiki-Methode kundtut, und wir hoffen, dass diese Offenheit sich noch viel weiter trägt und zukünftig noch mehr Türen für Reiki, alle Reiki-Praktizierenden und die Mitglieder von ProReiki e.V. öffnet.
Wir danken allen Beteiligten an diesem Prozess von Herzen, gerade auch für die eingegangenen Spenden, die halfen, dieses wunderbare Projekt zu verwirklichen.

Links ein Foto vom Stein, so wie Angela ihn entdeckt hat. An diesem Ort wartete die Basaltsäule auf ihre Bestimmung. Foto: ProReiki 2017

Rechts seht Ihr den Stein an seinem Ort im Park. Foto: Volker Wesenberg 2018

Reiki in Irakisch-Kurdistan

Im Jahr 2013 entschieden sich Joop Pols and Nicolette Honsbeek, beide Mitglied der Freiwilligen-Organisation Reiki WorldWide (RWW), in den Nahen Osten zu reisen, um dort syrischen Flüchtlingen zu helfen. Zum damaligen Zeitpunkt befanden sich mehr als eine Million syrischer Kinder auf der Flucht vor dem Krieg in Syrien.

Der Artikel wurde verfasst von Nicolette Honsbeek, in englischer Sprache. Übersetzung vom Englischen ins Deutsche: O. Klatt

Alle Fotos © Reiki WorldWide

Im Zuge ihrer Recherche entschieden Joop und Nicolette sich, nach Kurdistan zu reisen, das im Nord-Irak liegt und eine sichere, autonome Region war. So wie es mit Reiki oft läuft, fanden sie schnell heraus, dass es einen holländischen Journalisten gab, der in Erbil lebte, der Hauptstadt dieser Region. Dieser Journalist sorgte schließlich dafür, dass sie Zugang zu einem der größeren Flüchtlingslager in der Region erhielten – in jenes Camp, das *Domiz* genannt wird und das in der Nähe der Stadt Duhok liegt.

Damals beherbergte das Camp *Domiz*, mitten in einer Wüste angesiedelt, mehr als 25.000 Flüchtlinge, die Umstände waren sehr primitiv. Die psycho-soziale Betreuung wurde organisiert von professionellen Mitarbeitern des Mental Health Center in Duhok, in Zusammenarbeit mit der UPP, einer italienischen Organisation. Die Mitarbeiter des Mental Health Center entschieden, obwohl sie nichts weiter über Reiki wussten, den beiden eine Chance zu geben – und ließen sich von ihnen mit Reiki behandeln. Ihre Reaktionen waren überwältigend! Sie spürten die Energie, erfuhren Entspannung und ein allgemeines Wohlgefühl. Einige von ihnen fragten sogar gleich nach, ob sie das selbst auch lernen könnten.

Zelte bzw. Unterkünfte von Syrischen Flüchtlingen im Camp Domiz.

Grünes Licht

So gaben sie Joop und Nicolette grünes Licht dafür, Flüchtlinge im Camp mit Reiki zu behandeln. Drei Tage lang waren beide dann vorort im Camp und behandelten Menschen, die Termine zur Behandlung psychischer Probleme wahrnahmen, darunter weitere Mitarbeiter des Mental Health Centers und der UPP sowie auch zahlreiche Mitarbeiter anderer Organisationen, die im Camp präsent sind, u.a. vom Flüchtlingshilfswerk der Vereinten Nationen, von Ärzte ohne Grenzen und vom Roten Kreuz.

Die meisten dieser Mitarbeiter im Camp sind selbst Flüchtlinge. Für sie ist es großartig, helfen zu können und auf diese Weise nützlich zu sein – jedoch ist es nicht leicht für sie, mit all den Geschichten ihrer Mit-Flüchtlinge konfrontiert zu werden, die noch zu dem hinzukommen, was sie selbst auf der Flucht alles erlebt haben.

Reiki-Behandlung

Joop und Nicolette hatten einen Dolmetscher dabei, der ihnen half, Reiki und die Behandlungssituation zu er-

Portakabins im Camp Domiz, nahe der Stadt Duhok, in Irakisch-Kurdistan. (Portakabins sind modulare, transportable Gebäude mit einem Stahlrahmen, die den Bauvorschriften eines dauerhaften Gebäudes entsprechen.)

klären. Auch er wollte natürlich Reiki ausprobieren. Nach zehn Minuten endete die Behandlung, er öffnete seine Augen, schaute Joop an, und er hatte Tränen in den Augen. Er sagte, dass er lange Zeit über den Namen seines besten Freundes in Syrien vergessen hatte, doch nun, während der Reiki-Behandlung, konnte er sich wieder daran erinnern.

Er war so glücklich, dass er in den nächsten drei Tagen im Camp immer mit dabei war, wobei er den anderen erklärte, was Reiki ist, und jeden mit viel Freude und Energie unterstützte. Seine Geschichten und die anderer verbreiteten sich innerhalb des Camps und machten es möglich, dass in den drei Tagen nahezu 70 Menschen mit Reiki behandelt werden konnten.

Erneute Reise

Nachdem sie einige Anfragen zu Reiki-Ausbildungen von dort erhalten hatten, entschieden sich Joop und Nicolette 2014, erneut nach Kurdistan zu gehen. Ben und Edith, zwei weitere Freiwillige von Reiki WorldWide, stießen zum Team hinzu. Bereits bevor sie aufbrachen, wurde gemeinsam mit Mitarbeitern der UPP die anvisierte Reiki-Ausbildung im Camp *Domiz* sowie im Mental Health Center in Duhok vorbereitet, so dass die größtmögliche Anzahl von Menschen, die daran teilnehmen wollten, dies würde tun können.

Die Zusammenarbeit mit Organisationen, die in den Camps arbeiten, ist nötig, um Zugang zu den Camps zu erhalten, sowie für die Logistik, allgemeine Unterstützung, Dolmetscher etc. – und UPP hat große Hilfe dabei geleistet. Es wurden Behandlungstermine vereinbart, und am Ende der Woche hatten mehr als 150 Flüchtlinge aus acht verschiedenen Flüchtlingslagern der Region Reiki-Behandlungen erhalten, und rd. 25 Menschen waren frisch in Reiki 1 eingeweiht. Am Ende ihrer Reise, im Juni 2014, begann der sogenannte Islamische Staat den Krieg in diesem Teil der Erde.

Schutz durch die Peschmerga

Die Peschmerga, die Streitkräfte der Region Kurdistan im Nord-Irak, beschützten in der Folge diese Region vor den Kämpfern des IS, und 2016 kehrte das Team wieder dorthin zurück, um noch mehr Menschen in Reiki auszubilden – darunter auch die ersten fünf Reiki 2-Praktizierenden.

Reiki-Schulungen in Duhok und Erbil

2017 erhielt Reiki WorldWide eine Anfrage von Dr. Bayan, Mitglied der kurdischen Emma Organization for Human Development, ihr gesamtes Team in Erbil und in Duhok in Reiki auszubilden.

Dr. Bayan ist ein kurdischer Psychiater, der in den Niederlanden studiert und dort von Reiki gehört hatte. Joop und Nicolette arbeiteten vorort zusammen mit Soza, einem kurdisch-holländischen Reiki-Meister, der die ▶

Joop Pols und Nicolette Honsbeek vor dem Mental Health Center in Duhok.

Reiki-Seminarinhalte in Kurdisch und Arabisch übersetzen konnte.

Große Freude

Die Mitarbeiter der Emma Organization waren zunächst etwas zurückhaltend. Die Ausbildung war für das Wochenende geplant, jedoch war die Woche über so viel zu tun gewesen, dass ihnen die Aussicht darauf, nun auch noch am Wochenende zu tun zu haben, nicht wirklich gefiel. Nach dem Reiki-Ausbildungs-Wochenende waren sie allerdings total beeindruckt und glücklich. Sie sagten, dies sei genau das gewesen, was sie gebraucht hätten, um sich wieder besser zu fühlen.

Gefährliche Region

Sie äußerten sogar, dass sie es gut finden würden, wenn Reiki in den Grundschulen vorort gelehrt würde – weil dies den Kindern ermöglichen würde, mit dem Gefühl von Frustration besser umzugehen, das sich schon in jungen Jahren bei ihnen aufbaut. Schließlich leben sie in einer sehr gefährlichen Region, mit Eltern, die in den letzten 30 bis 40 Jahren einen oder gar mehrere Kriege miterlebt haben. So wurde der Wunsch geäußert, dass das Team von Reiki WorldWide wiederkommen solle, damit sie alle gemeinsam hieran arbeiten können.

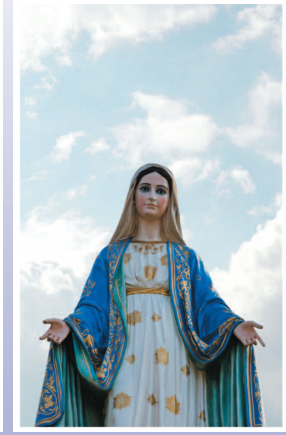
Ausblick

Aufgrund politischer Unruhen in Kurdistan, die Ende 2017 begannen, konnte das Team bislang jedoch noch nicht dorthin zurückkehren. Nun wird darauf gewartet, baldmöglichst wieder dorthin fahren zu können.

Mehrere Organisationen vorort, die mittlerweile von Reiki gehört haben, möchten ihre Mitarbeiter-Teams in Reiki ausbilden lassen. Reiki WorldWide ist zuversichtlich, schon bald noch mehr Mitarbeitern dieser Organisationen sowie Flüchtlingen Reiki-Behandlungen und -Ausbildungen zukommen zu lassen. Man hat außerdem sogar damit begonnen, den Peschmerga Reiki anzubieten. ■

Mitarbeiter/innen der Emma Organization, die am Reiki-1-Kurs 2017 in Irakisch-Kurdistan teilnahmen.

Neue Heilfolie „Maria & Guanyin“



Die Heilfolie zeigt auf einer Seite den Bodhisattva Guanyin, und auf einer Seite die Jungfrau Maria. Guanyin ist ein Bodhisattva des Mitgefühls. Im Volksglauben wird sie in ihrer weiblichen Form als Göttin verehrt. Viele nehmen ihre „sanfte Anwesenheit“ wahr, sie wirkt „still und bedächtig“, zuweilen jedoch auch „sehr entschieden“. Über die Jungfrau Maria heißt es, sie ist „erfüllt von Liebe und Güte“, „von unaussprechlicher Schönheit, Anmut und Holdseligkeit“, sie bringt uns dazu, „die Kraft des Herzens zur Entfaltung zu bringen“.

Wir kennen Guanyin als eines der Lichtwesen, das mit dem 2. Symbol des 2. Reiki-Grades in Verbindung steht. Diese Heilfolie macht Parallelen im Wirken des Bodhisattva Guanyin und der Jungfrau Maria deutlich und eröffnet diese energetisch für den Träger, die Trägerin der Heilfolie. Die Themen Gnade und Mitgefühl, Anmut, Güte, Barmherzigkeit, Schutz und Unterstützung stehen dabei im Mittelpunkt. Die Heilfolie soll helfen, zunehmend mehr Mitgefühl zu entwickeln, entsprechend der 5. Reiki-Lebensregel „Sei freundlich zu den Lebewesen“.

Format: 54 x 86 mm (laminiert), handgefertigt

Die Lieferung der Heilfolie erfolgt mit Echtheits-Zertifikat.

Eine Heilfolie ist ein Informations- und Energieträger, der in Selbstheilungsprozessen helfen kann. Eine Heilfolie wirkt auf geistiger Ebene. Der Begriff „Heil“ in dem Wort „Heilfolie“ ist so zu verstehen, dass eine solche Folie darauf abzielt, den Träger der Folie darin zu unterstützen, „sein Heil“ zu finden. Definition von „Heil“ im Duden-Bedeutungswörterbuch: „jemandes Glück, Wohlergehen; etwas, was jemandem das ersehnte Gute bringt“.

1 Stck.: **12,80 €** 10 Stck.: **100,- €**

Bestellen Sie in unserem Reiki-Online-Shop auf www.reiki-magazin.de > „Reiki-Shop“ – oder per E-Mail an info@reiki-magazin.de, unter Tel. 030 - 89 74 60 93 oder per Post an den olivers Verlag, Wiesbadener Str. 14, 12163 Berlin.

Vollkommene Entspannung und grenzenloses Wohlfühlen

Villa Katharina
Orte der Kraft

Vitalität | Wellness | Balance

Reiki Erika Castens

- Reiki 1. / 2. / 3. Grad
- Lehrerausbildung
- Reiki-Treffen
- Reiki und Meditation

NEU!
Energetische Begradigung
Die Aufrichtung des Körpers, des Geistes & der Seele

Käthe-Kollwitz-Straße 7 • 28717 Bremen-Lesum • 0421 / 69 89 43 0 • www.orte-der-kraft-bremen.de

Europäisches Reiki-Treffen in Genf

Im September 2018 trafen sich 15 Teilnehmer der European Reiki Group (ERG) in Genf. Angela Zellner, Vorstandsvorsitzende von ProReiki - der Berufsverband e.V., war dabei und berichtet von dem Treffen.

Die European Reiki Group (ERG) ist keine Vereinigung und auch kein Verband. Deshalb gibt es auch keine Mitglieder, sondern Teilnehmer (Participants) des Netzwerks. Anstelle einer Satzung oder Statuten gibt es eine Charta. Vision, Ziel und Leitspruch der ERG ist: „The vision of ERG is to enhance coherence within the Reiki community on all levels." Das heißt: Die Kohärenz, der Zusammenklang, das Zusammenschwingen aller Reiki-Gruppierungen, -Vereine und -Verbände auf allen Ebenen soll angereichert, unterstützt und verbessert werden.

„Post tenebras lux"

„Nach der Dunkelheit kommt das Licht." So lautet die deutsche Übersetzung dieser lateinischen Maxime. Der Leitspruch stammt aus der Zeit der Reformation in Genf. Und er passte sehr gut zum ersten ERG-Treffen. Dieses fand vom 31. August bis 1. September 2018 in der „Stadt der Humanität" im „Land der Neutralität" statt. Die 15 Teilnehmer bei diesem ersten, persönlichen Treffen kamen aus Portugal, Spanien, Frankreich, den Niederlanden, Deutschland und der Schweiz (siehe Kasten links und Foto rechts). Dem Netzwerk der ERG haben sich mittlerweile zahlreiche europäische Vereine bzw. Verbände angeschlossen.

Reiki-Vereinigungen in europäischen Ländern

Die hier genannten Vereinigungen haben jeweils bis zu 2.600 Mitglieder in ihren Ländern. In Großbritannien gibt es eine Selbstregulierung für Reiki-Praktizierende durch den Complementary & Natural Healthcare Council (CNHC). Die UK Reiki Federation mit 1.400 Mitgliedern bietet auch ein Ausbildungsprogramm an.

Die älteste Vereinigung im Netzwerk ist die 1983 gegründete TRA (The Reiki Alliance, rd. 700 Mitglieder). Bislang überwiegend intern arbeitend, will sich die internationale Vereinigung nun zunehmend nach außen hin öffnen.

SwissReiki mit rd. 60 Mitgliedern versucht, von den Behörden einen 1.250 Stunden umfassenden Lehrgang zum „Diplôme fédéral de médecine alternative" anerkannt zu bekommen, also ein „Diplom für Komplementär-Therapeuten". Dies ist mit einigen Interpretations- und Verständnishürden verbunden, z.B. bezüglich der Begriffe „Einweihungen" und „religiös". Unsere Kollegen aus der Schweiz stellen eine Datenbank mit wissenschaftlichen Untersuchungen über die Reiki-Methode zur Verfügung, die durch weitere wissenschaftliche Studien erweitert werden kann.

Erstes ERG-Treffen in Europa

Am ersten ERG-Treffen in Genf im September 2018 nahmen teil:

Annie Harrington, UK Reiki Federation (GB), www.reikifed.co.uk
Erna Janisch, Leopold Spindelberger, ÖBRT (A), www.oebrt.at
Jojan Jonker, Berthy Cambier, Akademiker (NL), www.jojan.nl
Christiane Krempl, ÖBRT (A), www.imzentrum.info
Joao Magalhaes, APR (P), www.associacaoportuguesadereiki.com
Silvia Oliveira, ARCJ (P), www.arcj.pt
Marie Marin, LFRU (F), www.lafederationdereiki.org
Helma Rader, Niek Rader, TRA (Int./NL), www.reikialliance.com
Francis Vendrell, Chinta Strübin, SwissReiki (CH), www.reiki.swiss/de
René Vögtli, ProReiki (D, CH), www.reiki-international.ch
Angela Zellner, ProReiki (D), www.proreiki.de
Und zeitweise per Video-Konferenz:
John Curtin, FER (ES), www.federeiki.es
Dori Beeler, Akademikerin, www.doribeeler.net

Gruppenfoto der Teilnehmer/innen des ERG-Treffens in Genf, September 2018. Vordere Reihe (von li. n. re.): Silvia Oliveira, Annie Harrington, Berthy Cambier, Angela Zellner, Christiane Krempl, Erna Janisch, René Vögtli, Leopold Spindelberger, Helma Rader, Francis Vendrell. Hintere Reihe (von li. n. re.): Joao Magalhaes, Jojan Jonker, Niek Rader, Chinta Strübin. Im Herz eingeblendet: die Fotografin, Marie Marin.

Foto oben © ERG Francis Vendrell

Die französische FFRU (rd. 700 Mitglieder) und die seit 2009 bestehende, ebenfalls französische LFRU mit rd. 550 Mitgliedern (Praktizierende und Lehrer; rd. 50% Studenten) haben Schwierigkeiten, da sie staatlicherseits als „Sekte" eingestuft wird. In Frankreich besteht seitens vieler Reiki-Praktizierender großes Interesse an einer Zertifizierung. Die Vertreterin des LFRU, Marie Marin, hatte sich erst kurz vor dem Treffen zur Teilnahme entschlossen und war sehr froh, dabei sein zu können.

In Portugal hat die APR rd. 850 Mitglieder. Die rd. 100 wissenschaftlichen Studien, die diese Vereinigung durchgeführt hat und weiter durchführt, werden aus finanziellen Gründen mit zusätzlichen freiwilligen Reiki-Praktizierenden (Volunteers) durchgeführt. Das heißt: nicht alle an den Studien beteiligten Reiki-Praktizierenden sind Mitglied im APR, viele von ihnen arbeiten oft nur kurzzeitig in Projekten der APR mit. So besteht beispielsweise eine Kooperation mit dem Portugiesischen Roten Kreuz.

Die sehr erfolgreiche Reiki-Arbeit mit Kindern in Schulen unter Einbindung von Lehrern und Eltern wurde von Silvia Oliveira (ARCJ, Portugal) vorgestellt. Das Kinderbuch mit „Super-Reikinho", dem Reiki-Helden zur Lösung zahlreicher Probleme, fand besondere, augenzwinkernde Aufmerksamkeit bei den Teilnehmern des Treffens.

John Curtin, der Kollege aus Spanien (FER, rd. 2.600 Mitglieder), berichtete von mehr als 12.000 Reiki-Anwendungen in spanischen Kliniken. Er konnte leider aus familiären Gründen nicht nach Genf kommen – und wurde deshalb zeitweise per Videokonferenz zugeschaltet. Außerdem war die Akademikerin Dori Beeler zeitweise mit zugeschaltet. Dabei kam die Video-Plattform des ERG-Netzwerks zum Einsatz.

Der Österreichische Berufsverband der Dipl. Reiki-TherapeutInnen (ÖBRT) mit rd. 80 Mitgliedern konnte einen großen Erfolg in der amtlichen Wahrnehmung bekanntgeben. Bis vor kurzem war Reiki in Österreich als eine „religiöse Sekte" eingeordnet worden. Nun werden Reiki-Praktiker durch die Wirtschaftskammer dem anerkannten Beruf des „Human Energetikers" zugeordnet. Dieser große Erfolg der Kollegen aus Österreich wurde von allen Teilnehmern begrüßt und beklatscht. Sicherlich mit dazu beigetragen hat die jahrelange, kontinuierliche Öffentlichkeitsarbeit des ÖBRT.

Reiki als Beruf in Deutschland

Offizielle Anerkennung und Gemeinnützigkeit ist auch ein wesentliches Thema von ProReiki – der Berufsverband e.V. in Deutschland. Vielleicht sickert ja etwas von dem österreichischen Erfolg über die Grenze zu uns herüber.

Der deutsche Reiki-Berufsverband ProReiki hat derzeit rd. 550 Mitglieder. Er bietet berufsvorbereitende Qualifizierungen an sowie die Zertifizierung als Anwender bzw. als Ausbilder. Auf dem jährlich stattfindenden ▶

Wissenschaftliche Studien:
Unter der folgenden Internetadresse ist eine Auflistung zahlreicher wissenschaftlicher Studien frei zugänglich, die die Untersuchung von Reiki zum Thema haben:
www.reiki.group/science

Kongress werden Erfahrungen, Wissen und Forschungsergebnisse ausgetauscht und vorgestellt. Mit Pilot- und Kooperationsprojekten sollen Wissen und Erfahrung in Reiki-Anwendungsfeldern in Sozial- und Gesundheitsbereichen vermittelt werden. Das klinische Forschungsprojekt „Reassure", welches in Kooperation mit der Technischen Universität München und drei Kliniken durchgeführt wurde, ist im Dezember 2018 beendet. Erste Veröffentlichungen (Doktorarbeiten) dazu werden für 2019 erwartet.

Das Treffen vorort

Bereits während der Vorstellungsrunde auf dem Treffen in Genf wurden gemeinsame Fragestellungen angesprochen, und es entwickelten sich lebhafte Gespräche untereinander. Der „Funke" zur Gemeinsamkeit und zum gemeinsamen Wirken und Schaffen im Geist von Reiki sprang über.

Die hervorragende Vorbereitung des Treffens und die Durchführung im Reiki-Zentrum von Francis Vendrell (SwissReiki) sowie die achtsame Moderation durch Chinta Strübin trugen wesentlich zum Erfolg des Treffens bei. Im Vorfeld wirkten bei Konzeption und Kontaktaufbau René Vögtli (Schweizer Ratsmitglied ProReiki, Deutschland) und Angela Zellner (Vorstandsvorsitzende ProReiki, Deutschland) mit.

Jojan Jonker mit seiner Begleiterin Berthy Cambier vertrat die akademisch-geisteswissenschaftliche Sicht und konnte zu historischen Fragen sowie zu Sachfragen einiges beisteuern. Er warb zusammen mit René Vögtli für die „Reconciliation", d.h. für eine allgemeine Versöhnung unter Reiki-Praktizierenden – und für die dazu geplanten Festivitäten der „Celebration" im Jahr 2022, anlässlich des 100-jährigen Jubiläums der Reiki-Methode, in Kyoto.

Ohne „Reconciliation" in der Reiki-Gemeinschaft keine „Celebration" in 2022, wie es bereits auf dem Reiki-Festival 2017 in Gersfeld verkündet worden war. Die Vereinigungen sind dazu aufgerufen, anlässlich des 100-jährigen Jubiläums der Reiki-Methode im Mai 2022 ihre Zusammenkünfte zeitlich aufeinander abzustimmen. Jojan stellt sich dafür als Ansprechpartner zur Verfügung (> www.jojan.nl).

Herausforderungen gemeinsam meistern!

Zu Beginn des Treffens wurde den teilnehmenden Vertretern von Vereinen und Verbänden die bislang für die ERG recherchierte Vereins- und Verbandslandschaft zu Reiki in einer strukturierten Übersicht durch Francis Vendrell (SwissReiki) vorgestellt. In einer weiteren Übersicht wurden die beobachteten Entwicklungsphasen der Reiki-Methode von der persönlichen Praxis bis hin zum professionellen Einsatz durch Angela Zellner präsentiert.

Die Begriffe „Sekte", „Esoterik", „Heilslehre" und „Religion" sind in einigen europäischen Ländern in amtlichen Dokumenten Reiki zugeordnet. Allen Teilnehmern ist es wichtig, solche amtlichen und teilweise auch öffentlich publizierten Aussagen über Reiki zu ändern.

Wenn man von Anderen verstanden werden will, muss man zunächst versuchen, die Anderen zu verstehen. Francis Vendrell stellte in einem kurzen Beitrag das Beziehungsdreieck zwischen Politik, Religion und Wissenschaft vor. Es ist wichtig, dieses zu verstehen, damit innerhalb dieser Bereiche die Reiki-Methode und deren Nutzen für die Gesellschaft allen Beteiligten nahegebracht werden kann.

Da es oft sowohl in Ämtern als auch in der Öffentlichkeit Probleme gibt, die Reiki-Methode zu verstehen und einzuordnen, sollen die wichtigsten Erklärungsmodelle zu Reiki aus verschiedenen Sichtweisen gemeinsam erarbeitet werden. Mit Darstellungen in diversen „Fachsprachen" für die verschiedenen Gesellschafts- und Wissensgebiete soll die Reiki-Methode klar und transparent wahrgenommen werden können. Die Dienstleistungen von professionell Praktizierenden sollen in ihrer Nützlichkeit für viele Anwendungsgebiete aufgezeigt werden. Damit soll u.a. eine offizielle berufliche Anerkennung von professionell Praktizierenden erreicht werden. Hierzu werden Theorie und Praxis in den entsprechenden „Fachsprachen" und auch Modelldarstellungen verfasst, sowie in einem Glossar Reiki-Begriffe in diversen Sprachen, wie z. B. Amts- und Allgemeinsprache, zusammengeführt.

Großes Interesse bestand am Austausch zu wissenschaftlicher Forschung mit und über Reiki sowie an gemeinsamen Forschungsprojekten. Für die Anerkennung dieser Forschungen und ihrer Ergebnisse ist die Kenntnis und Beachtung von strengen Formen und Richtlinien notwendig. SwissReiki hat überdies eine Dokumentation von Forschungsprojekten auf der ERG-Plattform zugänglich gemacht. Zertifizierungen oder Vergleichbares werden bei den meisten der vertretenen Vereinigungen angeboten und durchgeführt. Auch hierzu gab es großen Bedarf an weiterem detaillierten Austausch zu Kriterien, Inhalten und Intentionen.

Zur Unterstützung der Kommunikation untereinander und gemeinsamen Dokumentation bietet die ERG-Plattform als Service eine Videokonferenzplattform, eine Datenbank und ein Anmeldesystem für Gruppierungen, Vereine und Verbände an. Eine Gast-Registrierung ist auch für Einzelpersonen möglich. Damit kann Einsicht in öffentlich zur Verfügung gestellte Beiträge genom-

men werden. Hauptsächlich handelt es sich hier allerdings um eine Austauschplattform für Reiki-Organisationen.

Ausblick

Am Ende dieses ersten persönlichen Treffens zogen alle Teilnehmer ein sehr positives bis enthusiastisches Fazit in der Schlussrunde. Sofern es Erwartungen gegeben hatte, waren diese sogar übertroffen worden. Vorbehalte und Befürchtungen lösten sich während des Treffens auf. Zu den Kernthemen wurden Arbeitsgruppen gebildet, und die Inhalte der Charta wurden verabschiedungsreif diskutiert.

Die Teilnehmer an diesem ersten Treffen in Genf sind hoch motiviert, die gemeinsamen Ziele im Sinne der Reiki-Praktizierenden in Europa umzusetzen. Gegenseitige Besuche wurden bereits vereinbart, um Erreichtes vorzustellen. Alle Teilnehmer sind aufgerufen, weitere Vereine und Verbände über das Netzwerk zu informieren und zur Mitwirkung einzuladen.

Das nächste Treffen soll im Herbst 2019 in Wien stattfinden. Gastgeber wird der ÖBRT sein.

Persönliches Fazit

Mein persönliches Fazit aus diesem Treffen: Der „Funke“ zum Miteinander für Reiki ist übergesprungen. Gemeinsam sind wir stark!

Das Europäische Netzwerk der Verbände, die European Reiki Group (ERG), nimmt Fahrt auf.

Angela Zellner am Genfer See.

Viele Gemeinsamkeiten bei Hindernissen, Problemen, Fragestellungen, Entwicklungswünschen und Lösungsansätzen wurden erkannt. Ein offener Informationsaustausch dazu fand statt, und weiterer Austausch wurde vereinbart. Es besteht eine sehr hohe Motivation bei den Teilnehmern, in allen Feldern kohärent zusammenzuarbeiten. Zu einigen Interessensgebieten wurden bilaterale Informationsbesuche vereinbart.

Erreichtes soll freimütig und offen zum gemeinsamen Nutzen Aller mitgeteilt werden. Die von der ERG geschaffene technische Netzwerk-Plattform bietet hierfür hervorragende Unterstützung. ■

Zur Autorin:
Angela Zellner, Vorstandsvorsitzende von ProReiki - der Berufsverband e. V. seit 2011, Reiki-Meisterin seit 2000, Vorstand von Reiki Alliance Deutschland e. V., Mitglied bei The Reiki Alliance, Ideen- und Innovationsmanagerin.

Anzeige

Neu: Reiki-Magazin-Artikel als Dateien!

Wir bieten u.a. die folgenden pdf-Dateien mit ausgewählten Beiträgen aus früheren Ausgaben des Reiki Magazins an:
Ein digitales „Best of“ aus über 20 Jahren Reiki Magazin! Erhältlich in unserem Reiki-Shop auf www.reiki-magazin.de

- **„Außergewöhnliche & bewegende Artikel:** „Erdbeben in Chile“, „Licht und Schatten in Khao Lak“, u.a. / 25 Seiten / 2,90 €
- **„Essays von Oliver Klatt zu spirituellen Themen:** „Das Gute und das Böse“, „Reiki und Geld“, „Reiki und Quantenphysik“ u.a. / 35 Seiten / 4,90 €
- **„Berührende Erlebnisse mit Reiki, erzählt von Reiki-Praktizierenden – Teil 1:** Die 15 schönsten Reiki-Erlebnis-Geschichten aus dem Reiki-Magazin-Schreibwettbewerb zum 10-jährigen Jubiläum des Reiki Magazins“ / 31 Seiten / 3,90 €

- **„Sechs Promi-Interviews rund um Reiki:** Klaus Maria Brandauer, Kristiane Backer, Margarethe von Trotta, Wladimir Kaminer, Margot Hellwig, Harry (Big-Brother-Haus)“ / 23 Seiten / 3,90 €
- **„Herausragende Artikel aus frühen Ausgaben (1997-2002) – Teil 1**, u.a. „Reiki bei der Polizei“ (Jürgen Kindler), „Mein Reiki-Schwangerschaftstagebuch“ (Pamela Blank), „Reiki-Meisterin an Bord!“ (Christa Frey) / 36 Seiten / 4,90 €
- **„Sieben Porträts rund um Lebensenergie:** Paracelsus, Franz Anton Mesmer, Samuel Hahnemann, Sebastian Kneipp, Carl Gustav Jung, Edgar Cayce, Wilhelm Reich“ / 31 Seiten / 3,90 €

Weitere Dateien und Angaben zu den Inhalten finden Sie im Reiki-Magazin-Shop. Alle Dateien sind erhältlich auf www.reiki-magazin.de, klick auf „Reiki Shop“ – dort in der Rubrik: „Artikel aus früheren Ausgaben als Dateien“. Oder per E-Mail, an: service@reiki-magazin.de

Neue Wege mit Reiki?

In einem Pamphlet mit dem Titel „Neue Wege in der Vermarktung von Reiki?“ stellt der langjährige Reiki-Lehrer René Vögtli seine Sichtweisen zum Thema vor. Das Reiki Magazin veröffentlicht einen Auszug daraus.

Die Rahmenbedingen haben sich in den letzten 20 Jahren geändert: Reiki ist Mainstream geworden, Gesetze wurden erlassen, und der Ruf nach der Formung eines Berufsbildes wird lauter. Vielerorts wird an Weiterbildungs-, Zertifizierungs- und Qualifizierungsprogrammen gearbeitet. Noch ist es ein weiter Weg, bis man Lehren absolvieren oder gar höhere Fachschulausbildungen in Sachen Reiki belegen kann. Ist eine derartige Entwicklung überhaupt erstrebenswert?

In der Reiki-Welt gibt es hierzu kontroverse Meinungen, zwischen denen es zu navigieren gilt. Einige mögen sagen, dass es unabdingbar sei, im Spannungsfeld zwischen Berufsbildschaffung und dessen Infragestellung Position zu beziehen. Dies mag stimmen, jedoch muss eine solche Position nicht zwangsläufig „Entweder-oder“ sein, sondern darf „Sowohl-als-auch“ ausgerichtet sein. Manche halten das vielleicht für naiv. Aber ich denke, hier gilt es vor allem, sich der Widersprüchlichkeiten bewusst zu sein und zu wissen, dass durchaus beides gleichzeitg möglich ist: die Bemühungen der Professionalisierung seitens der Reiki-Verbände zu befürworten und zugleich übertriebene Regulierungen bei der Berufsbildschaffung zu vermeiden.

Im Umgang mit diesen offenen Fragen den eigenen Weg zu finden, fluid und anpassungsfähig, und gleichzeitig Haltung zu wahren, erachte ich persönlich nicht nur als möglich, sondern als existentiell in Reiki.

„Laien“-Reiki

Mit den Bemühungen, ein Berufsbild zu schaffen, zeichnet sich eine Tendenz ab, Regulierungen einzuführen, nach denen Behandlungen gegen Bezahlung nur von entsprechend diplomierten Therapeuten gegeben werden dürfen. Fatal wäre es, wenn solche Diplome höhere Reiki-Grade voraussetzten – im schlimmsten Falle gar von einer monopolisierenden Instanz. Alle, die kein Diplom hätten, also reguläre Reiki-Seminarabsolventen, würden quasi als „Laien“ angesehen, deren Behandlungsfreiraum sich ausschließlich auf Familie und Freunde – und das unentgeltlich – reduzieren würde.

Die Simplizität von Reiki erlaubt jedem Kursteilnehmer, an einem Reiki 1-Seminar, bei einem solide ausgebildeten Reiki-Lehrer, „professionelle“ Reiki-Behandlungen zu erlernen. Dieser soll ein Entgelt dafür entgegen nehmen dürfen. Bemühungen, ein Berufsbild zu schaffen, sollten dies berücksichtigen. Professionalität ist nicht das Exklusivrecht eines Reiki-Profis, es darf auch vom „Laien“ in Anspruch genommen werden.

Krankenkassenrückvergütungen

In der Regel wird Reikis Anerkennung durch Krankenkassen befürwortet. Zum einen, weil dies Ausdruck gesellschaftlicher Akzeptanz von Reiki ist. Und weil Therapeuten sich erhoffen, dass damit mehr Menschen Behandlungen von ihnen wünschen. Das ist verständlich. Es birgt aber auch Risiken. Vor allem jenes, dass Reiki-Behandler und Klient gemeinsam ein Stück der Verantwortung, die sie für ihr Verhältnis zueinander haben, an eine dritte Stelle abgeben, die damit in das Verhältnis mit eintritt: an die Krankenkasse, die dann – ganz oder teilweise – für die Bezahlung verantwortlich zeichnet. Und die so einerseits den Klienten der Verpflichtung zur Bezahlung enthebt, und andererseits den Behandler der Verpflichtung, sein Honorar gegenüber dem Klienten einzufordern.

In der Realität wird jeder seinen eigenen Weg bei diesem Thema finden müssen, gerade auch weil die Bestimmungen von Land zu Land variieren, von Kanton zu

René Vögtli, seit 1992 vollberuflicher Reiki-Profi zusammen mit seiner Frau Mischa Vögtli-Egloff.

Das gesamte Pamphlet ist erhältlich unter:
https://reiki-international.ch/shop/
– dort im Bereich „Bücher“.

Kanton und von Versicherer zu Versicherer. Ich bin der Meinung, dass Behandlungen und Seminare zwar bezuschusst werden dürfen, nicht aber vollumfänglich von einer dritten Instanz (Versicherung) übernommen werden sollen. Der Kunde soll bei Reiki selbstverantwortlich einen substanziellen Betrag aus eigener Kasse begleichen. Ausnahmen sollten zwischen Anbieter und Interessenten individuell vereinbart werden. Dies trifft, wegen der Initiation, insbesondere für den Lehrer zu.

Unsere Sicht

Mischas und meine Meinung* ist es, dass Profi und Laie gleichermaßen eine Berechtigung haben. Das eine tun und das andere nicht lassen. So respektieren wir die Bemühungen um Anerkennung von Reiki, wehren uns aber gegen Monopolisierungsansprüche oder Gesetze, welche die Reiki-Praxis in ein enges Korsett schließen oder an komplizierte Bedingungen knüpfen wollen. Die Einfachheit im Umgang mit *reiki*** , dessen nicht-invasive und nichtmanipulative Eigenschaft sind uns wichtig. Detaillierte Stellung haben wir dazu in unserem Artikel zum Thema Anerkennungsbemühungen bezogen.***

Die Vermarktung von Behandlungen oder Seminaren im professionellen Sinne ist Gegenstand des vorliegenden Pamphlets. Und zwar unter der Annahme, dass eine ernsthafte und eingehende Ausbildung bereits gewährleistet ist. Damit meinen wir den Besuch im Reiki 1 für den Reiki-Therapeuten und die Ausbildung zum Reiki-Lehrer für den Seminaranbieter.

Dem Argument, dass insbesondere die im Reiki 2 unterrichtete „Mentalbehandlung“ im beruflich-therapeutischen Umfeld hilfreich sei und dass deshalb bei der Berufsbildschaffung der 2. Grad Voraussetzung sein soll, widerspreche ich. So hilfreich diese Technik in einzelnen Situationen sein mag, so sehr geht meines Erachtens das Argument an einem modernen Verständnis von Ganzheitlichkeit des Menschen und an den *reiki*-spezifischen Eigenschaften vorbei.

Der wichtigste aller Reiki Grade

Der wichtigste Grad in Reiki ist der erste, denn da wird Kontakt zu *reiki* hergestellt und das Behandeln von sich selbst und von anderen erlernt. Dabei steht die Selbstbehandlung im Vordergrund, und letztlich behandelt sich auch ein Vertreter der höchsten Stufe von Reiki selbst regelmäßig mit *reiki*.

Schließe ich mir mit dieser Aussage die Tür für weitere (Seminar-)„Verkäufe“? Nein, ganz im Gegenteil, denn ich bin überzeugt, dass die Förderung selbstverantwortlicher Mündigkeit der Kundschaft auch kommerziell nachhaltigere Wirkung zeigt als Kundenbindung und Verkaufspotential. Jeder der Reiki-Grade hat selbstverständlich in sich seine eigene Bedeutung und Berechtigung. Sie fallen auch im unternehmerischen Sinne ins Gewicht und spielen zum Beispiel bei einem Business Plan eines Lehrers eine wichtige Rolle.

© zest-marina - Fotolia.com

Energieaustausch = Entgelt

Es ist bei Reiki grundsätzlich empfohlen, den Klienten für eine Behandlung zahlen zu lassen. Einer gebührenden Wertschätzung wird damit der Boden bereitet (und dem Glaubenssystem entgegengewirkt „Etwas, das nichts kostet, ist nichts wert“).

Und es verhindert Abhängigkeitsdynamiken und macht offenkundig, wie die Hierarchie ist: der Behandler dient dem Kunden.

Das Entgelt kann über gleichwertigen Austausch abgewickelt werden, ohne, dass Geld fließen muss (oft Zeit gegen Zeit, z.B. eine Stunde Reiki gegen eine Stunde Buchhaltungsarbeit). Das wurde über die Jahre verklausuliert oft als „Energieaustausch“ bezeichnet. Vielleicht hat man so verhindert, das Kind beim Namen Mammon nennen zu müssen.

Berechtigt ist der Einwand, dass weder Geld noch Zeit „Energien“ sind und man somit heute ehrlicherweise über Bezahlung, Honorar oder Tauschgeschäft reden sollte. Dies schüfe zunehmend Klarheit und Transparenz, die dem heutigen Anspruch an Professionalität entgegenkäme. ■

„Ich bin überzeugt, dass die Förderung selbstverantwortlicher Mündigkeit der Kundschaft auch kommerziell nachhaltigere Wirkung zeigt als Kundenbindung und Verkaufspotential.“

Anmerkungen:

* Gemeint sind hier der Autor und seine Frau Mischa, die gemeinsam *„reiki-international“* bilden.

** Bei Verwendung des Begriffs Reiki meint der Autor die Lehre und Praxis, bei Verwendung desselben Begriffs in der Schreibweise *reiki* bezieht er sich auf das energetische Phänomen „aus dem Ursprung des Lebens“ (Zitat ProReiki).

*** Siehe: https://reiki-international.ch/anerkennungsbemuehungen-naehe-und-distanz/

Gut Saunstorf - Das moderne Kloster

Für Ihre Reiki Seminare, Workshops und Ausbildungen:

Drei helle und komfortable Säle (100 qm und 55 qm) sowie 62 Übernachtungsmöglichkeiten, vom Mehrbettzimmer bis zur Suite, stehen Ihnen zur Verfügung.

Unsere Klosterküche bietet Ihnen abwechslungsreiche Gerichte aus biologisch orientiertem Anbau an.

www.kloster-saunstorf.de
E-Mail: marketing@gut-saunstorf.de

SHINGON INSTITUT
DR. MARK HOSAK

REIKI, MEDITATION UND SCHAMANISMUS

ÖSTLICHE & WESTLICHE WEISHEITSLEHREN

Begründer des Shingon Reiki
Mitglied im Berufsverband ProReiki
Kalligraph und Buchautor für „Reiki in der therapeutischen Praxis“, Erschienen im Haug-Verlag, 2016.

www.shingon-institut.com
office@markhosak.com
06271-947957
Friedrichstr. 6
69412 Eberbach

Natur – Gesundheit – Harmonie

Wohlfühlklima im Heilklimatischen Kurort Gersfeld

In Gersfeld einfach loslaufen, die klare saubere Luft tief einatmen und die Wanderwelt Nr. 1, das UNESCO-Biosphärenreservat Rhön, mit allen Sinnen erleben und entdecken: Dazu lädt Gersfeld herzlich ein. Das Rhönstädtchen – direkt am Premiumwanderweg Hochrhöner gelegen – ist idealer Ausgangspunkt für Wanderungen beliebiger Länge und Schwierigkeit. Der Blick auf den umliegenden Bergen reicht bis zum Horizont, denn die Hochlagen sind größtenteils waldfrei. Der milde Reiz des Mittelgebirgs-Klimas bringt den Kreislauf wieder in Schwung und lässt die Seele schwingen. Wer heute Wert legt auf Gesundheit und Wohlbefinden durch Bewegung, Ruhe, Ausspannen, Zeit haben und umsorgt werden, wird dies bei einem Urlaub in Gersfeld erleben. Gersfeld (550m) liegt am Fuße der 950m hohen Wasserkuppe, umgeben von den schönsten Rhönbergen. Wandertouren führen zu erlebnisreichen Zielen ins Rote Moor, in die Kaskadenschlucht oder auf den Berg der Franken, den Kreuzberg, im bayerischen Teil der Rhön.

Tourist-Information
Brückenstraße 1 • 36129 Gersfeld (Rhön)
Tel.: 06654 1780 • E-Mail: tourist-info@gersfeld.de • www.gersfeld.de

Nachgefragt!

11 Fragen rund um Reiki

Auf dieser Seite erzählen Persönlichkeiten der Reiki-Szene aus ihrem Leben mit Reiki. Diesmal stellt sich Dagmar Richter, langjährige Reiki-Meisterin/-Lehrerin und ProReiki-Ratsmitglied, den elf Fragen der Redaktion.

- Name Dagmar Richter
- Beruf Dipl.-Ing. / Aufsichtsperson
- geb. 4. März 1962 in Roßlau
- Sternzeichen/Aszendent Fische/Krebs
- Erster Kontakt mit Reiki wann?/wo? 2001, in Roßlau
- Reiki-Grad Reiki-Meister / Lehrerin, Usui Shiki Ryoho
- Wirkungsort Dessau-Roßlau, meist in Sachsen-Anhalt
- Familienstand geschieden, in glücklicher Beziehung, 2 Kinder, 2 Enkelkinder

Dagmar Richter arbeitet in der Prävention bei der Unfallkasse Sachsen-Anhalt und hat dort in den Jahren 2008/09 eine Studie zum Thema „Reiki und betriebliche Gesundheitsförderung" durchgeführt. Sie ist Gründungsmitglied und Ratssprecherin von ProReiki – der Berufsverband e.V.

1. Wie bist du zu Reiki gekommen?
Meine Schwester hat Reiki in der Nähe von Bremen erlernt und behandelte mich 2001. Ich war gerade geschieden und beruflich wie privat sehr gestresst. Mein Nervensystem war angeschlagen, ich hatte Magenschmerzen und hohen Blutdruck. Es tat mir sehr gut, und ich wollte Reiki selbst erlernen. Durch Zufall – und den gibt's ja nicht – fand ich einen Reiki-Meister in meiner Nähe, bei dem ich nach und nach alle Grade erlernte. Erst brachte ich mich in Balance, dann behandelte ich Familienangehörige, Freunde, Bekannte, Kollegen. Ich wusste, das ist meine Bestimmung, und hier machst du weiter bis zum Meister und Lehrer.

2. Wie oft behandelst du dich mit Reiki?
Abends immer vorm Einschlafen, in der Früh einige wenige Minuten vor dem Aufstehen, zwischendurch an gewissen Stellen.

3. Kombinierst du Reiki mit anderen Methoden?
In besonderen Fällen reinige ich vorher die Aura, wie ich es in Prana gelernt habe. Die geistige Aufrichtung führe ich oft vor der ersten Behandlung durch. Ansonsten gebe ich mich einfach dem Reiki hin und unterrichte auch nur Reiki.

4. Wann hast du das letzte Mal Reiki angewandt?
Heute Morgen.

5. Hast du einmal ein Wunder mit Reiki erlebt?
Oh, sehr viele. Ich habe ein ganzes Heft mit Heilerfolgen voll geschrieben. Zwei beeindruckende Erlebnisse erzähle ich gern im 2. Grad-Kurs. Ein Junge (19 Jahre alt) hatte einen schweren Verkehrsunfall. Sein Kopf war zwischen Auto und Asphalt eingeklemmt, und man kann sich vorstellen, wie sein Gehirn gequetscht war. Er lag schwer im Koma, und die Ärzte wussten nicht, ob er überhaupt überlebt. Nach dem Fernreiki, das ich am Abend schickte, ist er am Morgen wieder aufgewacht. Das Gleiche passierte noch einmal mit einer 35-jährigen Mutter, die voll gegen einen Baum geprallt war. Die Nachricht des Aufwachens versetzte mir jedes Mal eine Gänsehaut und eine unendliche Dankbarkeit für Reiki. Ich sendete übrigens jeden Tag weiter Reiki, bis sie wieder aus dem Krankenhaus entlassen wurden. Wir kannten uns nicht, ich wurde nur von Freunden gebeten, Fernreiki zu senden.

6. Hat auch mal etwas mit Reiki nicht geklappt?
Ich finde, irgendetwas passiert immer. Und wenn die Menschen einfach nur gut schlafen konnten und sie sich entspannter fühlten. Auch wenn beispielsweise mal jemand mit Krebs nicht gerettet werden konnte, ich habe sein Leben um Monate verlängert und erträglicher gemacht, besonders nach einer Chemo.

7. In welcher außergewöhnlichen Situation hast du schon einmal Reiki gegeben?
Auf einem Skihang, bei einem verletzten Kind.

8. Welches ist dein Reiki-Lieblingsbuch?
Meine ersten Bücher waren die von Gabriela Hilf, aber dann kamen auch viele von Walter Lübeck, Mark Hosak, Frank Arjava Petter und Tadao Yamaguchi dazu.

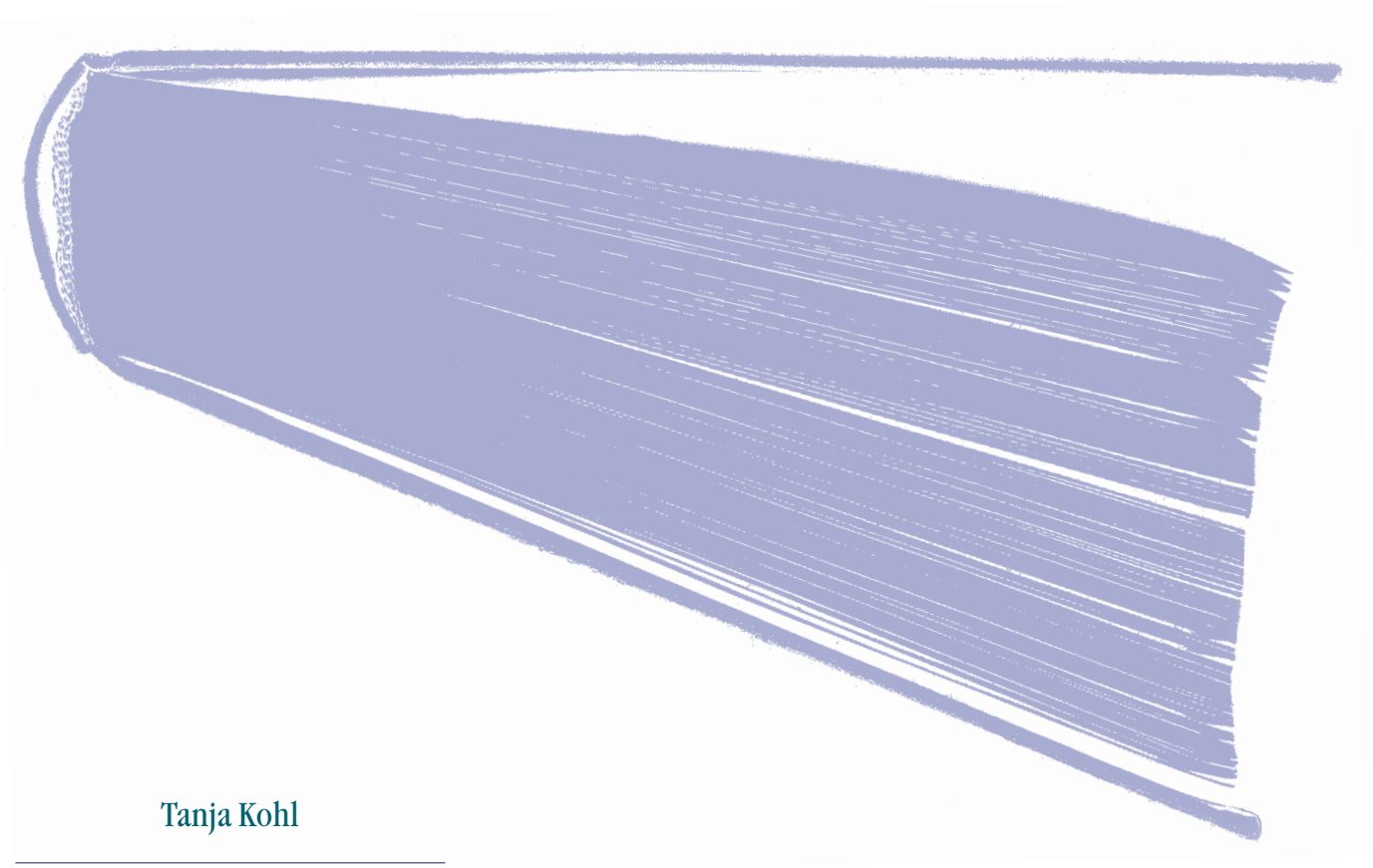
9. Welche Musik findest du, als Begleitung für Reiki-Behandlungen, besonders gelungen?
„Reiki" von Merlins Magic, oder auch der OM-Gesang (Maha Mrityunjaya Mantra).

10. Welche Person (lebendig oder verstorben) würdest du gerne mal treffen? Warum?
Es ist schwierig, sich für eine Person zu entscheiden. Vielleicht dann doch Mikao Usui. Ich würde gern mehr über sein Leben erfahren als nur das, was in den Büchern steht.

11. Was ist deine Vision mit und für Reiki?
Meine Vision ist, dass Reiki in allen Bereichen, vor allem gemeinsam mit der Schulmedizin, als selbstverständlich etabliert wird. So wie Physiotherapie verschrieben wird, sollte auch Reiki verschrieben werden – und es hilft ja für Körper, Geist und Seele. Reiki sollte überall ausgeübt werden, im Büro, im Klassenzimmer, im Kindergarten ... und es sollte auch bei den Krankenkassen und in der Politik ankommen, dass Reiki ein wunderbares Mittel zur Gesunderhaltung der Bevölkerung und für mehr menschliches Miteinander ist. ■

Rezensionen

Buch



Tanja Kohl

Reiki Erfahrungen

Dieses Buch macht einen guten ersten Eindruck. Der Umschlag ist ein Hardcover – das fühlt sich schon einmal wertiger an als ein Softcover. Die Farben sind in zartem Grün und Gelb gehalten, sie wirken frisch und harmonisch.

Es handelt sich hier nicht um ein Grundlagenbuch, sondern um ein Erfahrungsbuch. Das finde ich klasse! Denn eigene Erfahrungen aufzuschreiben und sich damit in die eigene Reiki-Praxis und in die eigenen, inneren Gedanken schauen zu lassen, dazu bedarf es Mut.

Die Schrift im Buch ist etwas größer gehalten als meist üblich. Dies wurde extra so gemacht, damit, so die Autorin, das Buch auch für Leser ohne Brille gut lesbar ist. Ich hätte mir dabei noch etwas mehr freie Fläche innen auf den Seiten gewünscht, dort wo die Seiten an die Pfalz treffen – dann wäre es aus meiner Sicht noch besser lesbar gewesen.

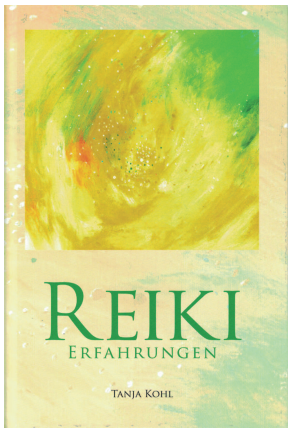
Die Autorin berichtet im Buch von ihren Erfahrungen rund um Reiki-Einweihungen und -Behandlungen, die sie gegeben hat. Da sie auch Hunden Reiki gibt, spielt die Behandlung von Tieren und Hunden im Buch eine besondere Rolle. Das finde ich interessant, da man zwar von Erfahrungen über Reiki-Behandlungen mit Menschen immer wieder hört und liest, jedoch selten etwas Konkretes über Reiki-Behandlungen mit Tieren erfährt.

Weiterhin ist im Buch auch so einiges über Reiki mit Kindern und Erwachsenen zu lesen. Dabei reichen die Themen von der Behandlung von Angstzuständen und Depressionen über Schmerztherapie, das Erlangen innerer Balance bis hin zur Sterbebegleitung. Das Spektrum der geteilten Erfahrungen ist damit sehr groß.

Die Inhalte im Buch sind chronologisch sortiert, so wie die Autorin sie erlebt hat. Eine Sortierung nach Themen hätte ich persönlich noch gelungener gefunden – vielleicht sogar mit je einem Fazit zum jeweiligen Thema, im Zusammenhang mit Reiki.

Insgesamt betrachtet handelt es sich um ein gelungenes Buch mit persönlichen Geschichten rund um Reiki von Tanja Kohl. Wer gerne Reiki-Erfahrungen liest, die andere mit Reiki gemacht haben, und es mag, auf diese Weise ein Stück weit daran zu partizipieren, findet hier ein leicht lesbares und schön geschriebenes Buch. ■

Janina Köck



Einschätzung der Redaktion:
Gelungenes Reiki-Erfahrungsbuch voller persönlicher Erlebnisse!

epubli, 160 Seiten, 16,90 €

René Vögtli

Neue Wege in der Vermarktung von Reiki?

„Ein Rundumschlag ums Geld" – so lautet der Untertitel zu diesem Pamphlet von René Vögtli (siehe auch Buchauszug ab S. 28). Dabei handelt es sich eher um ein Heft als um ein Buch. Es ist im Buchhandel nicht zu finden, ist jedoch erhältlich über den Shop der Website von *Reiki International,* optional auch als Download.

Das Cover ist einfach gehalten, darauf sind, entsprechend dem Thema, Geldscheine zu sehen. René Vögtli ist ein renommierter und international bekannter Schweizer Reiki-Lehrer. Dieser „Rundumschlag" entstand auf Basis von Reisenotizen aus dem Jahr 2018. René ist es ein wichtiges Anliegen, seinen Schülern auch den „irdisch-wirtschaftlichen Teil" der Reiki-Selbstständigkeit nahezubringen. Aufgrund seines Backgrounds als Manager und Unternehmer bringt er viel wirtschaftliche Erfahrung mit. So werden hier mehr als 70 unterschiedliche Themen rund um das Thema Geld und Geld-verdienen angesprochen.

Dabei geht René in seinem Pamphlet auch auf zahlreiche Aspekte beruflicher Selbstständigkeit im Zusammenhang mit Reiki ein. Es geht um Themen wie Reiki als Beruf, Energieaustausch, Reiki-Begrifflichkeiten (Meister, Lehrer, Therapeut etc.) sowie um marketingorientierte Themen wie Networking, Soziale Medien, Teilnahme an Messen und Franchising bis hin zu der Frage, ob die Reiki-Methode ein Schneeball- oder Pyramidensystem ist.

Unter dem Punkt „Veröffentlichungen" fällt mir auf, dass diese Rezension bereits genannt wird, obwohl ich sie ja gerade erst schreibe. Hier war der Autor besonders schnell in der Abbildung der Realität: Er nahm eine andere Publikation bereits zum Zeitpunkt der Vereinbarung hierüber mit in sein Werk auf, und nicht erst nach deren Publikation. Vielleicht ist ein solches Vorgehen ja tatsächlich sinnvoll ...?! – unter dem Gesichtspunkt von PR & Marketing, um den es ja hier essenziell geht. Wie René schreibt, könne eine solche Rezension gewissermaßen als kostenlose Werbung betrachtet werden und sei dann besonders wertvoll, wenn sie aus Fachkreisen stamme. Nun ist es allerdings so, dass man als Autor ja vorher nicht genau weiß, wie der Rezensent das eigene Werk bewerten wird – und so können Rezensionen manchmal auch ein gewisses Risiko bergen.

Insgesamt zeugt das Pamphlet von René Vögtli, wie bereits angedeutet, von breiter thematischer Vielfalt. Unter dem Topic „Freebies" fehlt mir allerdings noch eine Kleinigkeit. Für mich überraschend, beschreibt René hier überwiegend Giveaways, die dinglicher Natur sind, also beispielsweise Kugelschreiber mit Logo usw. Mehr und mehr ist dieser Begriff aber mittlerweile zu einem Synonym für Onlinegeschenke geworden. Auf diese Weise sollen über die eigene Website neue, sogenannte Leads generiert werden. Ein solches Freebie dient dann dazu, Interesse zu wecken, und es soll dermaßen interessant sein, dass Personen dafür ihre E-Mail-Adressen (Leads) hinterlassen, sodass man diese später z.B. in seinen Newsletterverteiler mit aufnehmen kann, um sie über weitere eigene Angebote zu informieren.

Etwas verwundert hat mich die Diskussion der Frage, ob Reiki ein Pyramidensystem sei. Da man ja nach einem Reiki-Kurs gar nicht zwingend mit dem Lehrer zu tun haben muss, weil man zuvor alles Nötige gelernt hat, um selbst zu praktizieren, war mir diese Frage bislang überhaupt nicht in den Sinn gekommen. Für die Bezeichnung eines Lehrssystems als Schneeball- oder Pyramidensystem würde beispielsweise sprechen, wenn Schüler verpflichtet würden, weitere Schüler für den Meister zu akquirieren – oder wenn die vom Meister ausgebildeten Lehrer von jedem Seminar (das sie nach ihrer Ausbildung selbst leiten) einen Teil der Einnahmen an ihren Meister abgeben müssten. Dies ist bei der Reiki-Methode nicht der Fall. Bei Wikipedia werden die Begriffe Schneeballsystem und Pyramidensystem definiert als „Geschäftsmodelle", die „zum Funktionieren eine ständig wachsende Anzahl an Teilnehmern benötigen, analog einem den Hang hinab rollenden und dabei stetig anwachsenden Schneeball. Gewinne entstehen fast ausschließlich dadurch, dass neue Teilnehmer in dem System mitwirken, eigenes Kapital einbringen oder erwirtschaften." Dazu ist zunächst einmal zu sagen, dass es bei der Reiki-Methode primär gar nicht um so etwas wie ein „Geschäftsmodell" geht – und im Übrigen „funktioniert" sie ihrem Wesen nach auch nicht so wie hier beschrieben.

Auch wenn das gesamte Pamphlet thematisch breit aufgestellt ist: Die meisten Themen werden tatsächlich inhaltlich nur jeweils kurz angerissen. Damit will der Text vor allem inspirieren und Themen an die Oberfläche bringen – ohne diese jedoch im Einzelnen weiter zu vertiefen. So stellt sich bei mir nach dem Lesen ein Gefühl ein von: „Interessant ... aber was jetzt ...?". Damit wirkt das gesamte Werk auf mich schlussendlich eher wie ein sehr ausführliches Glossar mit Reiki-Bezug.

Gerade auch wegen des unternehmerischen Wissens von René hätte ich mir hier gewünscht, wenn manches detaillierter ausformuliert gewesen wäre – oder es vielleicht sogar ein paar konkrete Handlungsvorschläge für Selbstständige gegeben hätte. Auch fehlen mir direkte Hinweise beispielsweise darauf, was sich in der Reiki-Tätigkeit René und Mischa Vögtlis, seiner Ehefrau, über die Jahre bewährt hat, und was vielleicht nicht. Dies blitzt zwar manchmal etwas zwischen den Zeilen auf – jedoch wären ein Weiter-Ausholen und mehr praktische Hinweise und Erfahrungsberichte sicherlich hilfreich für den Leser gewesen.

Wie schaut es denn nun mit den neuen Wegen der Vermarktung aus, die das Buch beschreiben möchte? Ich denke, wer sich bereits selbstständig gemacht hat oder hierüber nachdenkt, wird einige Marketingkanäle schon kennen. Website, Messe, Branding, Videos, Online-Kurse, Veröffentlichungen und Social Media sind, so denke ich, gängige Wege, die einem Selbstständigen schnell begegnen. Mit anderen Themen wiederum hat man sich vielleicht noch nicht so intensiv beschäftigt.

Für Neulinge auf diesem Gebiet gibt das Werk von René einen guten Überblick über die Möglichkeiten. Danach obliegt es jedem selbst, tiefer einzusteigen in die Materie – und seinen persönlichen Weg des Umgangs damit zu finden. Ich hätte mich gefreut, wenn René hier noch mehr eine Art kleines schriftliches Mentoring erstellt hätte. Das Potenzial dazu wäre da. Vielleicht lässt sich in der Zukunft noch darüber nachdenken, eventuell ein längeres Buch daraus zu machen. Der Schreibstil von René ist auf jeden Fall angenehm und eingängig, alle Themen sind verständlich und zugänglich dargestellt.

Teil des Werkes sind direkte Verlinkungen (in der Download-Version), die als Websiteangaben in der gedruckten Version erscheinen. So scheint es vielleicht sinnvoll, hier die Download-Version zu erwerben – obwohl ich sonst beim Lesen tatsächlich lieber gedruckte Bücher in der Hand halte. ■

Janina Köck

Einschätzung der Redaktion:
Bemerkenswerter Rundumschlag, der jedoch an der Oberfläche bleibt!

Reiki International, 48 Seiten, 17,50 € (Heft)

Rupert Sheldrake

Die Wiederentdeckung der Spiritualität

Spirituelle Praktiken wie Gebet, Ritual und Pilgerreisen sind gemeinsame Elemente aller großen Religionen. Diese drei und vier weitere stellt Rupert Sheldrake in seinem neuen Buch „Die Wiederentdeckung der Spiritualität" vor – und geht daran, sie wissenschaftlich zu erklären. Sein Anliegen ist dabei, darzustellen, dass Religion und spirituelle Erfahrung nicht überholt sind und dass sie von der Naturwissenschaft nicht ignoriert werden können. Doch bleibt Rupert Sheldrake nicht bei der Wissenschaft stehen: dieses Buch ist auch sein bisher persönlichstes.

Im Vorwort gibt der Verfasser einen autobiographischen Überblick. Geprägt durch seinen Vater, einen kräuterkundigen Apotheker, und die spirituelle Heimat seiner Familie im methodistischen Glauben, einer besonderen Form des Protestantismus, wollte Rupert Sheldrake, der Tiere liebte, Biologie studieren. Vor dem Studium war Sheldrake Praktikant in einem pharmazeutischen Labor – und er wusste nicht, dass es dabei um Tierexperimente ging. „Aber dann arbeitete ich in einer Art Todeslager", beschreibt er sein Entsetzen. Das Lebendige zu töten, um es zu verstehen – das schien nicht nur in diesem Labor, sondern auch später im Studium der Biologie die stillschweigende Maxime zu sein. Und obwohl Rupert Sheldrake vieles tat, um ein beinharter Materialist zu werden, was er als die Grundlage für Wissenschaftlichkeit ansah, vermochte er nicht, sich in diese Welt einzufügen. Er studierte daher Pflanzenbiologie. Das brachte ihn letztlich zu seiner Theorie der morphogenetischen Felder. In Indien, wo er jahrelang als Forscher arbeitete, lernte Sheldrake eine andere Form von Spiritualität kennen als jene, in der er aufgewachsen war und von der er sich später abgewandt hatte. Meditation sollte künftig zu einer tragenden Säule seiner persönlichen Spiritualität werden. Durch sie und den Kontakt mit dem Hinduismus bekam er einen neuen Zugang zu seiner christlichen Prägung.

Von seinen eigenen Erfahrungen her beleuchtet Rupert Sheldrake sieben Prinzipien der Spiritualität, die es überall auf der Welt gibt. Mit seinem Buch möchte er den Menschen zeigen, dass es möglich ist, Verbindung aufzunehmen mit einem weit größeren Bewusstsein, einer – wie er es beschreibt – „mehr-als-menschlichen Wirklichkeit". Das Universum ist für ihn ein lebendiger Organismus. Damit befindet Sheldrake sich in bester Gesellschaft: bereits im 18. Jahrhundert hat der schottische Philosoph David Hume – wohlweislich posthum – ein Buch veröffentlichen lassen, das genau diesen Gedanken entfaltet. Auch seine Leser möchte Rupert Sheldrake mit dieser Sicht der Welt vertraut machen. Er spekuliert sogar, ob die Sonne ein Bewusstsein hat, ob Galaxien ein Bewusstsein haben und ebenso das unendlich Kleine, die Atome. Denkt man diese Gedanken weiter, wäre deren logische Konsequenz, dass Bewusstsein überall und alles ist. Der wissenschaftliche Name dafür lautet: „Panpsychismus".

Tief in seinem Element ist Rupert Sheldrake, wo er über die Pflanzen schreibt. Es ist zu spüren, dass ihnen seine Liebe gilt, vor allem den Blumen. Eigentlich ist deren Schönheit nicht logisch und nicht zwingend vorgegeben. Warum, das beschreibt und begründet er. Seine Gedanken zu den Blumen und ihrer Umwelt sind inspirierend und regen dazu an, das große Leben im Kleinen zu entdecken und neu zu betrachten. Wenn alles von Bewusstsein erfüllt ist, so auch die Insekten. Nicht nur das: Rupert Sheldrake knüpft Verbindungen zwischen ihnen und ihrer Welt, die frisch und berührend sind. Vielleicht bekommen nun neben den Bienen auch die anderen Insekten, die von Blumen und Pflanzen angezogen werden, den ihnen gebührenden Platz im großen Ganzen anerkannt.

Pilgerreisen sind ein zentrales Element der großen Religionen, und Rupert Sheldrake liefert interessante Gedanken dazu, sogar mit einer Prise trockenem Humor, wenn er auf seine Heimat zu sprechen kommt, in der es uralte Pilgertraditionen gab, die mittlerweile wieder aktiviert worden sind. Seine Frage dazu lautet: „Was macht heilige Orte heilig?" Spannend die Überlegungen dazu – da sich auch zeigt, dass diese Orte und Heilungsphänomene miteinander verknüpft sein können.

Am Schluss des Buches summiert der Verfasser seine Gedanken zur Rolle spiritueller Bräuche in der Gegenwart.

Jedes Kapitel beendet Rupert Sheldrake mit Anregungen, die dem Leser dabei helfen sollen, das, was er zuvor beschrieben und von verschiedenen Seiten her beleuchtet hat, selbst nachvollziehen zu können. Sie wollen Anregungen sein, und so bleibt es jedem, der das Buch liest, selbst überlassen, ob und wie sie oder er diese umsetzen möchte.

Ein Effekt beim Lesen und Nachsinnen könnte sein, dass sich ein Begreifen oder zumindest ein Ahnen davon einstellt, wie alles miteinander in diesem Kosmos verbunden ist – vom unendlich Kleinen hin zum unendlich Großen. ■

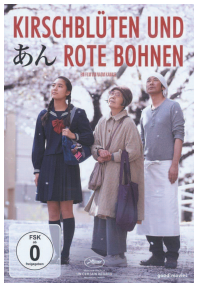
Franziska Rudnick

Einschätzung der Redaktion:
Inspirierend, weitreichend & hochaktuell!

O.W. Barth, 288 Seiten, 19,99 €

Medientipps

DVD: „Kirschblüten und rote Bohnen“ good!movies



In einem kleinen Imbiss in Japan stellt der Besitzer täglich von neuem ein traditionelles Gebäck her, mit süßer Paste aus roten Bohnen – und verkauft dieses an die Passanten. Eines Tages kommt eine ältere Frau zu ihm, und sie vermag das Gebäck in sehr viel gelungener Weise herzustellen als er. Der Besitzer lässt sie bei sich mitarbeiten, er lässt sich von ihrer Herangehensweise inspirieren, und nun findet das Gebäck zunehmend reißenden Absatz. Der Imbiss blüht auf. Aber natürlich ist nicht alles „heile Welt“, und es tauchen dunkle Wolken am Horizont auf. Denn die ältere Frau scheint ein Geheimnis zu haben, das alles über den Haufen werfen könnte. Ein berührender Spielfilm aus Japan, basierend auf einem Roman des Autors und Musikers Durian Sukegawa. Dabei geht es vor allem auch um die Kunst, „den Dingen ihre Zeit zu lassen“. Sehr sehenswert! OK

Länge: 109 min
Erhältlich überall im Handel.

DVD: „Der Landarzt von Chaussy“ Alamode Film

Ein Landarzt in der französischen Provinz ist seit über 30 Jahren in seiner Dorfgemeinschaft sehr beliebt, er hat für jeden stets ein offenes Ohr. Als er plötzlich selbst erkrankt, ist er gezwungen eine Vertretung einzustellen. Diese kommt in Gestalt einer attraktiven und selbstbewussten Frau. Nun geht es darum, ein Miteinander zu finden – und dabei eine Balance zwischen Altem und Neuem, zwischen jahrzehntelanger Erfahrung und neuen Ansichten. Ein subtiler, humorvoller Spielfilm aus Frankreich, mit dem „Ziemlich beste Freunde“-Star François Cluzet und Marianne Denicourt in den Hauptrollen. Letztere ist nach einer Pause von 15 Jahren erstmals wieder in einem Mainstream-Kinofilm zu sehen. Intelligent, feinfühlig, authentisch! Unbedingt sehen! OK

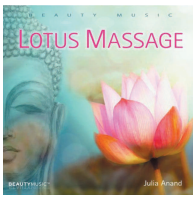
Länge: 100 min
Erhältlich überall im Handel.

CD: „The Royal Albert Hall Concert“ Ludovico Einaudi

Ludovico Einaudi ist ein italienischer Komponist und Pianist. In den 1990er Jahren begann er mit Solo-Klavierprogrammen, dabei orientierte er sich stilistisch an Ryuichi Sakamoto, Philip Glass und Eric Satie. Einem größeren Publikum ist er bekannt seit seiner Filmmusik zu dem Erfolgsfilm „Ziemlich beste Freunde“. Seine minimalistische Musik ist sehr besonders, öffnet Räume und weite Sphären – und berührt. Dieses Werk enthält insgesamt zwei CDs und eine DVD. Das beeindruckende Live-Konzert ist in zwei Teile gegliedert. Im ersten Teil spielt Einaudi eigene Stücke mit kleinem Ensemble, im zweiten Teil dann mit komplettem Ensemble. Ein Meisterwerk! OK

Erhältlich überall im Handel.

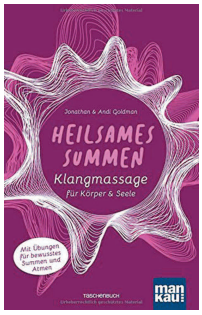
CD: „Lotus Massage“ Julia Anand



Aus der Reihe „Beauty Music“ von Julia Anand gibt es verschiedene CDs, u.a. auch „Reiki Healing“, die hier bereits vorgestellt wurde. Die CD „Lotus Massage“ ist ähnlich gelungen, ein sphärischer Klangteppich, teils mit feinen Flötenmelodien, teils mit sanftem Meeresrauschen verwoben. Die drei Stücke der CD „Follow the Sun“ (22:35), „Here and Now“ (29:20) und „Touch of Love“ (12:05) wirken wie aus einem Guss – so wird anhaltende Entspannung und Heilung möglich. Ruhige, softe Klänge, die sich auch als Hintergrundmusik für Reiki-Behandlungen gut eignen. Ein besonderer Vorteil: Diese Musik ist gemafrei! OK

Erhältlich über www.silenzio.com

Buch: „Heilsames Summen “ J. & A. Goldman



Einer der einfachsten und zugleich tiefsten Klänge, den die menschliche Stimme erzeugen kann, ist das sogenannte Summen. Wenn man dies „richtig“ tut, entstehen positive Effekte, die Heilung und Wohlsein unterstützen. Darum geht es in diesem bemerkenswerten Buch. Wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass durch Summen erzeugte Vibrationen helfen können, den eigenen Puls und Blutdruck zu senken, Stress zu reduzieren und den Schlaf zu verbessern. Außerdem regt das Summen die Produktion wichtiger neurochemischer Botenstoffe an. Die beiden Autoren des Buches sind erfahren in der Thematik: Jonathan Goldman ist preisgekrönter Musiker, Komponist und Experte für Klangheilung, laut der *Watkins Review* gehört er zu den hundert spirituell einflussreichsten Menschen der Welt. Andi Goldman ist approbierte Psychotherapeutin und Co-Direktorin der *Sound Healers Association.* Der bekannte Neurobiologe Bruce Lipton empfiehlt dieses Buch – und das „Heilsame Summen“. Ein umfassend informatives und zugleich sehr praxisnahes Werk. Sehr gelungen! OK

Erhältlich über www.mankau-verlag.de

Buch: „Die Welten verbinden“ sirtaro bruno hahn

Bei der imagami-Methode werden durch die Verbindung mit einer heiligen geometrischen Struktur Fotos in eine neue Ordnung gefügt, in der sie wie Kraftfelder wirken. imagami-Bilder sind „Portale, die in das Ursächliche hinter den Naturerscheinungen führen“, so sirtaro bruno hahn, der Schöpfer der Methode. Dabei entstehen wundersame, beeindruckende Bilder, die bereits in mehreren gelungenen Büchern dieser Serie zu sehen sind (siehe Website unten). Das neueste Buch dieser Art hat zum Thema: „Die Welten verbinden“. Hier geht es darum, wie beispielsweisedie die zwölf Tierkreiszeichen, die sieben Hauptchakren oder die Vier Elemente „aus imagami-Sicht“ aussehen. Damit entstehen weitere Verbindungen zwischen bereits bestehenden, spirituellen Systemen und der imagami-Methode. Sehr beeindruckend und inspirierend! Auch zu eher speziellen Themen wie z.B. „Bosnische Pyramiden“ und „Heilige Asche“ gibt es im Buch imagamis, die ihrerseits die dahinter stehenden Energien sichtbar machen – mit wunderschönen, im wahrsten Sinne des Wortes einleuchtenden Bildern, die aufhorchen lassen und die Einsicht in die Natur der Dinge fördern. Sehr kreativ und bereichernd! OK

Erhältlich über www.sonnenblau.com

Glück als Einstellung?!

Meine Reise zum Glück

Mikao Usui, der Begründer der Reiki-Methode, nannte die Reiki-Lebensregeln „die geheime Methode, das Glück einzuladen“. Was ist das Geheimnis glücklicher Menschen? Steffi Salchow ist dieser Frage nachgegangen – und teilt ihre Erfahrungen, Gedanken und erhaltene Antworten.

Seit Anbeginn der Zeit scheint das Streben nach Glück ein universelles Ziel der Menschen überall auf der Welt zu sein. Fragt man im Freundeskreis oder in der Gesellschaft nach, ob ein jeder glücklich sein möchte, ist die Antwort meist ganz selbstverständlich: „Ja natürlich!“ Dennoch stelle ich mir die Frage, ob es eigentlich selbstverständlich ist zu wissen, was Glück bedeutet? Studiert, philosophiert und medial ausgepresst wurde dieses Thema in den vergangenen Jahren bereits zur Genüge. Nun frage ich mich, ob wir tatsächlich begriffen haben, was Glück bedeutet. Und, wenn ja: Wie kann ich glücklich werden, sein und bleiben?

Ich hinterfrage das Geheimnis des Glücks und begebe mich auf meine eigene Reise zum Glück. Auf diesem Weg treffe ich den Philosophen Albert Kitzler und die Happiness-Managerin Wibke Regenberg. Beide beschäftigen sich nicht nur mit dem Thema Glück, sie leben ihr Glück. Ob sie mir mehr über das „Geheimnis des Glücks“ verraten können?

Kann man Glück beschreiben?

Schon die Definitionen im Duden und bei Wikipedia deuten an, dass das Thema gar nicht so leicht zugänglich ist. Es gibt nicht nur verschiedene Arten, Formen und Zustände des Glücks – man kann das Glück auch noch unter neurobiologischen, medizinischen, soziologischen, philosophischen und psychotherapeutischen Gesichtspunkten betrachten.

Vom glücklichen Zufall bis hin zum friedvollen Lebensglück: Glück bietet in seiner Definition ein enorm breites Spektrum. Hinzu kommt, dass es der Welt nicht an Glücksberatern, Glückstrainern und Glücksforschern mangelt. Auch nicht an Glücksbüchern, Seminaren und Workshops, in denen man Glücklichsein angeblich lernen kann.

Kann man Glück messen?

Und dennoch werde ich das Gefühl nicht los, dass gerade in der heutigen Zeit, wo das Glücksangebot am größten zu sein scheint, es den meisten Menschen schwerfällt, wirklich glücklich zu sein. In einer Gesellschaft, in der Wohlstand herrscht und die Medizin sehr fortschrittlich ist, scheint es mir, als würde es vielen dennoch an innerer Zufriedenheit und Glück mangeln. Trügt der Schein?

Laut aktuellem „World Happiness Report“ befindet sich Deutschland im „Ranking of Happiness“ auf Platz 15 der glücklichsten Länder der Welt. Das wäre als Schulnote ausgedrückt eine Zwei. Gar nicht so schlecht?! Vor Deutschland sind viele skandinavische Länder platziert, in denen Menschen angeblich noch glücklicher sind. Auch weit vorne sind Australien und die Schweiz. Doch was braucht es, um in einem Ranking des Glücks ganz weit vorne zu sein? Einen schönen Strand? Ein sicheres Einkommen? Viel Kunst und Kultur? Was macht das Leben eines glücklichen Menschen aus? Kann man Glück wirklich nach objektiven Kriterien messen?

Sicherlich ist es in Ländern, wo kein stabiler Frieden herrscht, schwieriger, glücklich zu sein. Oder in Ländern, wo Extreme herrschen, überhaupt die Zeit zu fin-

Steffi Salchow ist zertifizierte Yogalehrerin und unterrichtet in Neubrandenburg, in Mecklenburg-Vorpommern. Sie ist Reiki-Praktizierende und bietet auch Reiki-Behandlungen an.

Kontakt:
Tel.: 0177-6005920
E-Mail: mail@mayana-yoga.de
www.mayana-yoga.de

den, über das Glück nachzudenken. Nimmt man einmal lebensnotwendige Bedürfnisse wie Essen, Trinken und ein Dach über dem Kopf aus, die man für ein gutes Leben braucht, dann ist es doch tatsächlich schon ein ziemliches Privileg, sich überhaupt mit diesem Thema auseinandersetzen zu können. Oder ist genau das unserer Problem: dass wir krampfhaft versuchen, glücklich zu sein?

Persönliche Erfahrung

Mich hat die Suche nach meinem Glück relativ spät erfasst. Bis dahin tat ich in meinem Leben das, was ich eben tat, einfach so – unreflektiert. Ich hatte nicht gelernt, das Thema Glück zu hinterfragen. Im Gegenteil: Ich hatte das Gefühl, dass ich aus einem Umfeld kam, in dem sich die Menschen mehr mit dem Unglück und dem Unglücklichsein beschäftigten als andersherum. Entweder war das Wetter schlecht oder die Hüfte tat weh, der Staat war schuld, oder sie hatten einfach nur schlecht geschlafen, weil es ja plötzlich Ende Mai schon so warm war, nachdem es Monate lang ewig so kalt gewesen war. Es war wie ein Wettbewerb: Wem geht es am schlechtesten? Und das nervte! Es musste doch auch noch etwas anderes geben. Doch wo fange ich an? Wie werde ich glücklich, und was bedeutet Glücklichsein? Ich stand vor einem Dschungel an Möglichkeiten, etwas über das Glück zu erfahren.

Brauchen wir das Unglück zum Glück?

Der Ursprung meiner Reise zum Glück begann im Grunde am 16. März 2009, in der dunkelsten Zeit und am tiefsten Punkt meines bisherigen Lebens. Erst in dem Moment, als ich in ein Krankenhaus eingeliefert wurde und dachte, ich werde es nie wieder verlassen können, hatte ich das Gefühl aufzuwachen. In dem Moment als mir bewusst wurde, dass dies das Ende meines Lebens sein könnte, stellte sich ein innerer Monolog ein, der mir klar machte, wie unzufrieden ich mit meinem Leben war. Ich begann zu begreifen, dass sich etwas radikal ändern musste. Und das ich jetzt nicht sterben konnte. Denn es fühlte sich an, als hätte ich mein Leben noch gar nicht richtig gelebt. Dass nichts von alldem, was ich bis dahin tat, mich wirklich glücklich machte, war eine harte Erkenntnis.

Ich lese und höre oft, dass Menschen erst durch bestimmte Ereignisse oder gewisse Schicksalsschläge dazu angeregt werden, ihr Leben zu prüfen oder bestimmte Dinge zu hinterfragen. Ich vermute heute sogar, je intensiver die Erfahrung ist, desto nachhaltiger ist auch das Bedürfnis, wirklich etwas verändern zu wollen im eigenen Leben. Doch das ist leichter gesagt als getan. Rückblickend gab es viele kleine Hinweise, die mich schon längst darauf hätten aufmerksam machen müssen, dass etwas in meinem Leben nicht stimmt. Dass ich nicht glücklich war. Brauchen wir also irgendwie das Unglück zum Glücklichsein?

Das Bewusstsein der eigenen Endlichkeit als Glücksbringer?

Mir wurde plötzlich bewusst, dass all der Luxus, all die glorreiche Arbeit, die prestigereichen Projekte, die vielen schönen Handtaschen und der ach so einflussreiche „Bekanntenkreis“ in diesem Moment völlig bedeutungslos waren. Es ging nicht darum, wie erfolgreich ich in meinem Leben bisher gewesen war, wen ich alles kannte, auf welchen Events ich einst war, sondern darum, ob ich glücklich dabei war, mit dem was ich tat. Und das war ich ehrlicherweise nicht.

Mein Frust fing damals mit dem Aufstehen an und endete mit dem Zubettgehen. Da war keine Leichtigkeit mehr, keine Lebensfreude. Alles erschien mir schwer und kompliziert. Mir wurde bewusst, dass ich all die Jahre einem Phantom meines Glücks hinterher gelaufen war. Ich glaubte damals den Bildern in der Zeitung, dass die Menschen mit den strahlenden Gesichtern glücklich sind. Und ich eiferte ihnen bis dahin nach, nahm an, wenn ich mich gleich verhalte, werde ich es auch eines Tages sein. Dann werde ich endlich glücklich sein! Diese Erkenntnis war niederschmetternd. Und gleichzeitig fühlte es sich in diesem Moment so einfach an, endlich etwas in meinem Leben zu verändern. Ich war entschlossen wie nie zuvor, ehrlich mit mir und meinem Leben zu sein. ▶

„Wo fange ich an? Wo wird die Reise enden? Wie lerne ich, die Schönheiten von Himmel und Erde zu genießen und aufzuhören, auf andere zu schauen?“

„Wer die Schönheiten von Himmel
und Erde genießen kann,
der beneidet nicht den Luxus der Reichen,
denn er ist reicher als sie."
Seneca

Worum geht es wirklich im Leben?

Zunächst stellte ich mir die Frage: Was würde ich in meinem Leben ändern, wenn ein Wunder geschehen und ich das Krankenhaus wieder gesund verlassen könnte? Erstaunlicherweise waren es nur ganz kleine Wünsche. Ich träumte von einem unbeschwerten, leichten Leben. Ich wollte noch einmal Kirschen unter'm Kirschbaum essen, in einem See im Wald baden gehen, meine Haare beim Fahrradfahren durch die Lüfte wehen sehen. Ich wollte schon immer einem Hund aus dem Tierheim ein schönes Zuhause geben und mit ihm gemeinsam die Natur erkunden. Ich hatte so große Sehnsucht nach einem Leben, das ganz anders war, als alles was ich bisher gelebt hatte.

Plötzlich waren da so viele Wünsche, die nichts mit Prestige oder Geld zu tun hatten. Es ging um simple Momente im Leben, in denen ich Zeit gefunden hätte, das Leben zu genießen, Zeit gehabt hätte, zu fühlen, was mich glücklich macht. Denn all das hatte ich nie getan. Ich erlaubte mir das Leben nicht, aus Angst den Anschluss zu verlieren oder andere zu enttäuschen.

Glücklicherweise konnte ich das Krankenhaus verlassen, wurde gesund und begann mein Leben radikal zu verändern. Nach vielen Kullertränen nahm ich meinen Kopf endlich aus dem Sand und beschloss, glücklich zu werden. Mein Leben so zu leben, dass ich eines Tages rückblickend viel von dem getan haben werde, was mich glücklich macht. Doch wo fange ich an? Wo wird die Reise enden? Wie lerne ich, die Schönheiten von Himmel und Erde zu genießen und aufzuhören, auf andere zu schauen? Ein Sprichwort sagt: „Wer die Vergangenheit nicht versteht, kann die Zukunft nicht gestalten."

„Wer die Vergangenheit nicht versteht, kann die Zukunft nicht gestalten."

Was andere über das Glück sagen ...

Auf meinem Weg zum Glück sind mir viele Menschen, Meister und Lehrer begegnet, von denen ich viel lernen konnte und immer noch kann. Ich habe zunächst mit Yoga begonnen. Über Yoga fand ich zum Reiki, und durch die Veränderungsprozesse, die regelmäßiges Üben und Praktizieren mit sich bringen, hatte ich immer mehr das Bedürfnis, meinen Geist zu nähren.

Es stellte sich eine ungewöhnliche Zufriedenheit ein, sich mit einer Philosophie zu beschäftigen, in der Körper, Geist und Seele zusammenfinden. Das tat mir so gut! Und einmal abgesehen von dem Geschenk der Reiki-Behandlungen, der körperlichen Übungen im Yoga, dem Segen der Meditation und der heilsamen Wirkung der Atemübungen entwickelte ich durch Yoga und Reiki die Liebe zur Weisheit.

So stellte ich fest, dass es mir und meinem Geist gut tat, über die Dinge zu reden, zu lesen, mich auseinanderzusetzen mit mir und meinem Leben. Ich begann das Studium der alten Schriften, der Bhagavad Gita, des Patanjali Yoga Sutra und der Shiva Samhita. Und ich hatte das Glück, auf einer meiner Yoga-Reisen in die Toskana dem deutschen Philosophen und Buchautor Albert Kitzler zu begegnen.

Unter dem Namen „Maß und Mitte" hat er eine philosophische Schule für antike Lebensweisheiten gegründet. Seine Bücher, unter anderem „Wie lebe ich ein gutes Leben?" und „Leben lernen – ein Leben lang", habe ich verschlungen. Sie halfen mir, das Thema Lebensglück zu entwirren. Es tat mir gut, meinem Geist eine Version der antiken Philosophen vom Glück nahezubringen. Albert Kitzler versteht es wie kein anderer, die oft komplexen Gedanken der alten Philosophen alltagstauglich wiederzugeben. Und so komme ich nicht umhin, ihn zum Thema zu befragen.

Finde dein Glück in der Philosophie!

Albert, du hast dein Glück in der Philosophie gefunden. Was können uns die alten Gelehrten zum Thema Glück verraten?

Albert Kitzler: Zunächst einmal, dass es zwei Arten von Glück gibt: das äußere, zufällige, kurzlebige Glück, das nicht selten in Katerstimmung endet oder Belastungen im Schlepptau hinter sich herzieht. Und das innere,

nachhaltige Glück, für das wir selbst sorgen können, wenn wir unser Seelenleben in Ordnung bringen. Das erste „hat" man (oder auch nicht: „Pech gehabt!"), das zweite „ist" man (oder auch nicht): es ist ein Seelenzustand. Ich fühle mich gut, glücklich. Vom ersten sollten wir unser inneres Glück nicht abhängig machen, denn sonst überlassen wir es dem Zufall. Für das zweite sollten wir alles tun, das heißt konsequent und beharrlich an unserer seelischen Verfassung arbeiten: Selbsterkenntnis und Selbsterziehung. Das geht, braucht aber – wie regelmäßiger Sport – viel Übung, modern gesprochen: mentales Training.

Laut der Gehirnforschung sind fast 50 Prozent unseres eigenen Glücks genetisch veranlagt. Hingegen können wir angeblich mehr als 40 Prozent unseres Glücks über unsere Gedanken und unser Verhalten beeinflussen. Ist das auch dein Gefühl? Wie ist deine persönliche Erfahrung?

Freude am Leben

Albert Kitzler: Eine antike Spruchweisheit sagt: „Eine Frau stemmte jeden Morgen ein Kälbchen, am Ende einen ganzen Ochsen." Ich glaube, dass wir im Hinblick auf unser inneres Glück alles in der Hand haben, dass aber genetische Veranlagungen und mehr noch pränatale, frühkindliche und spätere Prägungen und Erfahrungen es vielen Menschen äußerst schwer, ja manchmal unmöglich machen, dieses Potential auszuschöpfen. Wenn wir glücklich leben wollen, das heißt viel Freude am Leben haben und wenig leiden wollen, müssen wir bewusst und zielstrebig unsere Persönlichkeit entwickeln, hin zu einer guten und wohltuenden Lebensweise. Das setzt voraus, dass wir eingefleischte Gewohnheiten, die uns nicht gut tun, aufgeben oder ändern oder uns neue antrainieren.

Um diesen Transformationsprozess in Gang zu setzen, durchzuziehen und erfolgreich zu bewältigen, bedarf es Einsicht, Entschlossenheit, eines starken Willens und Beharrlichkeit. Je mehr wir davon haben, umso weiter kommen wir. Leider ist bei vielen Menschen die Trägheit und Unwissenheit stärker, und die genannten Eigenschaften im Hinblick auf eine Selbstkultivierung sind nur schwach ausgeprägt. Schließlich werden die Techniken einer gesunden Persönlichkeitsentwicklung kaum irgendwo vernünftig gelehrt und unterrichtet.

Den Seelengarten beackern

Viele Menschen sind davon überzeugt, dass gerade das, was sie nicht haben, am meisten zu ihrem Glück beitragen würde. Deshalb sind sie vermeintlich nicht so glücklich wie sie sein könnten. Zum Beispiel: Wer nicht gesund ist, möchte natürlich Gesundheit, wer Single ist, wünscht sich eine Partnerschaft, und wer kein oder wenig Geld hat, braucht Geld zum Glücklichsein. Gibt es eine Art Ausrede, um nicht glücklich zu sein? Warum schaffen es so wenige Menschen, zu tiefer inniger Glückseligkeit zu gelangen? Und worin unterscheiden sich Zufriedenheit und Glücklichsein?

„Jeder von uns hat seinen Seelengarten, aus dem Glück hervorsprießen kann."

Albert Kitzler: Die Menschen, von denen du sprichst, haben noch nicht verstanden, dass das Glück, nach dem sie sich sehnen, nicht in äußeren Gütern liegt, sondern „in der eigenen Seele", wie es der griechische Philosoph Demokrit gesagt hat. Jeder von uns hat seinen Seelengarten, aus dem Glück hervorsprießen könnte. Diesen Seelengarten hat er zu beackern: umgraben, Unkraut jäten, gute Samen pflanzen, bewässern, entwässern, vor Schädlingen schützen, ihn kontinuierlich pflegen und hegen. Sprich: Er hat seine negativen Gefühle wie Neid, Zorn, Ärger, Ängste, Sorgen etc. abzubauen und die positiven wie Zugewandtheit, Selbstvertrauen, Liebe, Ausgeglichenheit und Gelassenheit zu nähren und zu fördern.

Je besser wir es verstehen, ein guter Gärtner unseres Seelengartens zu sein, umso reicher die Frucht, umso schöner die Blumen in unserem Garten, kurz: umso glücklicher und zufriedener wird unser Leben sein. Zufriedenheit ist, wenn der Garten in Ordnung gehalten wird, sprich: wenn unsere Grundbefindlichkeit ▶

heitere Gelassenheit ist. Glück sind die Blumen und Früchte, die je nach Jahreszeit aus diesem Grundgefühl der Zufriedenheit zeitweise aufblühen. Und auch wieder verblühen, aber nur, um neuen Blumen und Früchten Platz zu machen.

Konfuzius sagte einst: „Die Weisen sind die Meister allen Glücks und die Herren der Götter und Geister!“ Was bedeutet das?

Albert Kitzler: Gewiss hat Glück wie auch Weisheit, die zu einem glücklichen Leben führt, nichts mit bloßer Bildung und Belesenheit zu tun. Ich kenne glückliche und weise Menschen, die nie ein Buch über diese Themen gelesen haben. Aber immer fand ich bei ihnen ein tiefes Verständnis für das Menschliche, ihre eigene Seele und für die Gesetzmäßigkeiten des Lebens, die sie wach, aufgeschlossen und neugierig der Natur und dem Leben selbst abgelauscht haben. Die Fähigkeit dazu mag man Klugheit nennen – Lebensklugheit. Das braucht es wohl schon.

Hindernisse auf dem Weg zum Glück

An meinem Glück arbeiten wie an einem Garten?! Diszipliniert und kultiviert?! Auch ich habe die Erfahrung gemacht, dass es nicht den einen Weg gibt, der dann für immer zählt, der mir auf ewig das Glück verspricht. Alles verändert sich, wandelt sich, und wir mit. Doch was mir wirklich geholfen hat, ist das Wissen um die Dinge. Dass es „normal“ ist, wenn nicht immer alles Sonnenschein ist.

Aus dem Yoga kenne ich diese Hindernisse, die uns auf dem Weg des Glücks begegnen können. Hindernisse wie Krankheit, Trägheit, Zweifel, Gleichgültigkeit, Faulheit, Verlangen nach Vergnügen, Täuschung, die Unfähigkeit zur Konzentration und Ruhelosigkeit des Geistes können den Weg zum Glück oft sehr beschwerlich machen. Sie werden „Kleshas“ genannt. Sie verhalten sich wie störendes Unkraut im Garten, wachsen von alleine, während man die guten Charaktereigenschaften, die unser glückliches Leben fördern, immer wieder pflegen muss. Ein erstaunliches Phänomen.

Der Weg zum Glück ist also eher wie ein Tango zu betrachten: Mal nähere ich mich einem glücklichen und vollkommenen Leben an, und dann gibt es wieder Zeiten, da denke ich, nichts hat sich verändert. Ich falle in eine alte Gewohnheit zurück. Oder ich hadere mit unschönen Situationen zu lange. Dann habe ich zwei Möglichkeiten: Entweder stecke ich meinen Kopf in den Sand, oder ich versuche weiterzumachen, dran zu bleiben. An mir zu arbeiten und das, was mich von meinem Glück abhält, abzustellen.

Praktisch am Glück arbeiten

Dabei habe ich die Erfahrung gemacht, dass es hilfreich sein kann, um Unterstützung zu bitten, wenn man mal nicht weiter weiß. Der Blick von außen auf unseren inneren blinden Fleck durch eine andere Person kann manchmal richtig erhellend sein. Eine solche Person ist Wibke Regenberg. Sie ist Happiness Managerin und arbeitet als Bewusstseins-Coach. Sie begleitet Menschen auf der Suche nach ihrem privaten und beruflichen „LebensGlück“. Von ihr will ich wissen, wie das geht.

Das Thema Glück ist ja ein großes Thema in deinem Leben. Meine erste Frage: Was ist Glück überhaupt für dich?

Wibke Regenberg: Für mich ist Glück, wenn ich mein Leben lebe. Ich bin somit glücklich, wenn ich meinem individuellen Lebensruf und Lebenstraum folge. Meine Erfahrung ist, dass die meisten Menschen häufig ein Leben leben, welches nicht wirklich ihren eigenen Bedürfnissen gerecht wird. Sie leben dann eher für andere oder kopieren ein Lebensmodell, das nicht wirklich zu ihnen selbst passt. Diese Lebensweise macht auf Dauer unzufrieden und unglücklich.

Woher weiß ich denn, was mein Lebensruf ist und was mich wirklich glücklich macht?

Wibke Regenberg: Was einen selbst glücklich macht, liegt in einem selbst. Da gibt es kein Allgemeinrezept. Was das individuelle Glück angeht, mache ich bei meinen Klienten folgende Erfahrungen: Entweder kommt ein Klient mit ganz konkreten Vorstellungen, was für sein persönliches Glück noch fehlt, jedoch scheitert es an der Umsetzung. Dann arbeite ich mit dem Klienten daran, dass er erkennt, wie er sich selbst blockiert, um den eigenen Mechanismus bewusst zu machen. Denn erst wenn dieser bewusst ist, kann der Klient in die Umsetzung des eigentlichen Zieles – nämlich sein Lebensglück zu leben – gehen.

Es kann allerdings auch sein, dass diese sehr konkreten Vorstellungen, was es zum Glück braucht, gar nicht die wirklichen Bedürfnisse des Klienten sind. Dann geht es erst einmal darum, herauszufinden, was derjenige tatsächlich braucht, um glücklich zu sein. Dann liegt der Schwerpunkt eher darauf, verborgene Wünsche zu erforschen und zu entdecken sowie sich selbst zu erlauben, diese auch wahr werden zu lassen.

Welcher Typ bist du denn, und wie hast du dein Glück gefunden?

Wibke Regenberg: Ich gehöre zum zweiten Typus. Ich dachte viele Jahre lang zu wissen, was mich glücklich macht. Durch eine Krise, ein Burnout, durfte ich mich

Weitere Infos zur „Schule für Antike Lebensweisheit“ von Albert Kitzler: www.massundmitte.de

Buchtipp: „Wie lebe ich ein gutes Leben? Philosophie für Praktiker“, Albert Kitzler, Pattloch

Weitere Infos über Wibke Regenberg und die von ihr begründete LESA®-Methode: www.wibke-regenberg.com

Blog von Wibke Regenberg: https://hallo-burnout.de

Redaktioneller Lesetipp: „Glück & Leiden“, OM C. Parkin advaita media

und mein Lebenskonzept sehr detailliert betrachten und neu aufstellen. Ich habe mich damals sehr intensiv mit mir selbst auseinandergesetzt und bin zu der Erkenntnis gekommen, dass mein individuelles Glück mit folgenden Faktoren zusammenhängt: Der Bewusstwerdung meines eigenen Musters sowie der Balance der sieben Lebenssäulen: Job, Geld, soziales Umfeld, Gesundheit, Freizeit, Werte, Lebensentwurf. Erst nachdem ich meine Lebenssäulen neu ausgerichtet und immer wieder überprüft hatte, ob die Gewichtung einer Lebenssäule auch aus mir selbst herauskommt, also meinen inneren Bedürfnissen entspricht, habe ich für mich mein wahres Lebensglück gefunden. Sowohl im privaten als auch im beruflichen Bereich.

Nur ich kann wissen, was mich glücklich macht!

Das Wort Glück ist so abstrakt, wirkt so bedeutungsvoll. Ich kann Ratschlägen folgen, Rituale ausprobieren oder Seminare besuchen – doch was den einen glücklich macht, muss noch lange nicht für den anderen gelten.

Wenn ich eines gelernt habe, dann dass ich im Endeffekt immer nur mich selbst glücklich machen kann. Erst als ich erkannte, wie sehr ich allein für mein Glück verantwortlich bin, dass ich mich verbindlich um meine Bedürfnisse kümmern muss, konnte ich den Weg zu meinem Glück angehen. Erst als ich bereit war, aus meiner Vergangenheit zu lernen, lernte ich, wie ich Krisen meistern kann und was ich brauche, wenn es einmal nicht so gut läuft. So kann ich gestärkt aus Krisen hervortreten, statt gebrochen oder gar verbittert zurückzubleiben. Ich habe verstanden, dass es nichts nützt, die Welt kennenzulernen, wenn ich nicht einmal weiß, wer ich eigentlich bin und was mich im Tiefsten meines Inneren zusammenhält.

„Wer sein Herz kennt,
den kennt das Glück.
Wer sanft mit gutem Charakter ist,
schafft sich selbst sein Glück."
Altes Ägypten

Glück als Einstellung wählen

Und so studiere ich mein Glück weiter, denn ich habe verstanden, dass diese Reise der Weg sein wird. Ich habe begriffen, dass ich mich um mein Glücklichsein kümmern muss. Und wenn dann plötzlich wieder der Moment kommt, wo ich merke, dass ich absolut unglücklich bin, dann besinne ich mich und denke an die ganz kleinen, praktischen Hinweise, die ich auf meinem Weg gelernt habe und die man jeden Tag in sein Leben einbauen kann. Ganz gleich was es ist – das Lesen alter Schriften, das Rezitieren von Mantren, das Meditieren. Oder ich schaue mir die fünf Reiki-Lebensregeln von Mikao

Usui an, die das Glück jeden Tag neu in mein Leben einladen, die „geheime Methode, das Glück einzuladen":

Gerade heute:
Ärgere dich nicht.
Sorge dich nicht.
Sei dankbar.
Widme dich deinem Karma.
Sei freundlich zu den Lebewesen.

Zu wissen, dass dieses Gefühl des Unglücklichseins wieder vergeht, ist Glück für mich. Und so kommt und geht das Glück – ganz begreifen werde ich es vielleicht nie. Aber das muss ich auch gar nicht. Denn sollte es wieder einmal soweit sein, dass ich das Gefühl habe, aus dem Leben zu scheiden, dann kann ich wenigstens behaupten: Ich habe es geschafft, mein Glück wertzuschätzen. Ich war so oft ich konnte glücklich! Ich habe Kirschen unter'm Kirschbaum gegessen, habe eine so wunderbare Hundefreundin aus dem Tierheim, die mein großes Glück ist, und ich versuche jeden Tag dort anzuknüpfen, wo ich gestern mit meinem Glücklichsein zu Bett ging. Diesen Weg gehe ich weiter, mit Sanftmut und Geduld, in Vertrauen und voller Hoffnung.

Dauerhaftes Glück?

Und so endet mein Text mit einem, wie ich finde, sehr schönen Zitat von Seneca:

„Nur ein allmählich
sich entwickelndes Glück
ist dauerhaft
bis ans Ende."

„Wer sein Herz kennt,
den kennt das Glück."

Reiki auf dem 1. Reha Symposium der BG Kliniken 2018

Auf dem deutschlandweiten ersten Reha Symposium der medizinischen Einrichtungen der gesetzlichen Unfallversicherung gab es einen Vortrag zum Thema „Reiki im klinischen Alltag – Brücke zwischen Geist und Körper“ von Marc Bendach. Die ProReiki-Vorstandsvorsitzende Angela Zellner war dabei – und berichtet für das Reiki Magazin.

Angela Zellner
- Vorstandsvorsitzende seit 2011 von ProReiki - der Berufsverband e. V.
- Reiki-Meisterin seit 2000
- Vorstand von Reiki Alliance Deutschland e. V.
- Mitglied bei The Reiki Alliance
- Ideen- und Innovationsmanagerin

Kontakt:
E-Mail: a.zellner@proreiki.de
Info: www.proreiki.de

Seit einigen Jahren ist die Reiki-Methode am BG Klinikum Unfallkrankenhaus Berlin (ukb) eine feste Größe (das Reiki Magazin berichtete*). Das ukb gehört zur Unternehmensgruppe der BG Kliniken. Die BG Kliniken sind spezialisiert auf die Akutversorgung und Rehabilitation schwerverletzter und berufserkrankter Menschen.

„Alternative“ Therapien

Am 20. und 21. September 2018 fand nun ein deutschlandweites Symposium für Vertreter von Berufsgenossenschaften und Unfallkassen, Ärzte und Therapeuten stationärer und ambulanter Reha-Einrichtungen sowie zahlreicher Mitarbeiter der BG Kliniken in Murnau statt. Dabei gab es u.a. unter dem Oberbegriff „ ‚Alternative' Therapien“ Vorträge zu den Bereichen Yoga, Osteopathie, Faszientraining – und zur Reiki-Methode.

Marc Bendach, der am ukb eine führende Rolle bei der Integration der Reiki-Methode in die Entspannungstherapie im dortigen Reha-Bereich spielt, hielt den rd. 15-minütigen Vortrag zum Thema „Reiki im klinischen Alltag – Brücke zwischen Geist und Körper“. Im Vortragssaal waren rd. 120 Personen anwesend, einige mussten stehen. Der Vortrag wurde deshalb in einen zweiten Saal übertragen.

Präsentation zu Reiki

Beginnend mit allgemeinen Erläuterungen zu Reiki, einer „energetischen Behandlungsmethode mit Handauflegen“, setzte Marc Bendach seine Präsentation vor dem Fachpublikum mit den wichtigsten Erfahrungen im ukb seit März 2009 fort. Nach anfänglichen Diskussionen über die aus Japan stammende Behandlungsmethode und auch zu möglichen Heilreaktionen hatten am ukb schließlich die Ergebnisse aus einer Patientenbefragung überzeugt: 87 Prozent der Patienten gaben an, dass ihnen Reiki am besten von allen erprobten „alternativen“ Methoden geholfen habe. Die Anwendung von Reiki in allen Bereichen der Reha habe mittlerweile, so Marc Bendach, insgesamt zu einer deutlichen Reduktion von Schmerzen und Spastiken bei den Patienten geführt.

Interdisziplinäre Zusammenarbeit

In interdisziplinärer Zusammenarbeit von Ergotherapie, Sporttherapie, Physiotherapie und physikalischen Anwendungen wurde am ukb eine Entspannungstherapie entwickelt, die sich vor allem bei Stress, Burnout, Depressionen, chronischen Verspannungen u.v.m. bewährt habe, so Bendach. Um einen positiven Umgang

Foto © Angela Zellner

mit Stress zu erlernen, haben sich Entspannung und Bewegung als wichtige Bausteine erwiesen. Hier spiele u.a. die Reiki-Methode eine wesentliche Rolle.

Die Reduktion von Stress führe oft zu schnellerer Selbstheilung und unterstütze die Reha-Maßnahmen und -Therapien. Eine wesentliche Erfahrung im ukb sei es, dass keine andere Methode so schnell zur Tiefenentspannung führe wie die Reiki-Methode.

Großes Interesse

Im Betrieblichen Gesundheitswesen des ukb seien die angebotenen Reiki-Anwendungen für Mitarbeiter auf Monate ausgebucht, so Bendach.

Dem Fachpublikum wurde Reiki zusammengefasst als „spirituelles System zur Entwicklung und Vervollkommnung des Geistes“ vorgestellt. Wichtigste Inhalte seien Meditation, Atemübungen, Handauflegemethode, geistige Lebensregeln, Selbstreflektion und Achtsamkeitsübungen.

Überblick zu Wirkungen von Reiki

Zusammenfassend schloss der Vortrag mit den folgenden Antworten auf die Frage „Was bewirkt die Reiki-Behandlung?“:

- Tiefenentspannung
- Lösen von Verspannungen
- Unterstützung der Selbstregulationsmechanismen
- Unterstützung von funktionellen Therapien
- Hilfe zur Selbsthilfe (z.B. Selbstbehandlung, die in Kursen erlernt werden kann)
- Bewusstwerdung des Ineinandergreifens von psychischen und physischen Spannungen und Beschwerden

ProReiki – der Berufsverband e.V.

Zu Ende des Vortrags war bereits die Mittagspause angebrochen, so blieb für Fragen keine Zeit mehr. Hierzu verwies Marc Bendach auf ProReiki – der Berufsverband e. V. ■

Zum Foto oben: Das Symposium fand bei strahlendem Herbstwetter statt. Die Pausenterrasse des Weiterbildungsbereichs war gut besucht, und beim Ausblick auf die Ammergauer Alpen fiel es so manchen Teilnehmern nicht einfach, in die Vortragsräume zurückzukehren.

Anmerkung:

* U.a. in den Ausgaben 2/12, 4/12 und 2/16. Die zwei Beiträge aus dem Jahr 2012 sind auf unserer Website kostenlos lesbar, zu finden bei Eingabe der Stichworte „ukb“ und „Reiki“ in der Suchfunktion der Website.

Zu den Wurzeln des Reiki

Eine Reise nach Japan

Über die Ostertage 2018 fuhr Reiki-Meister/-Lehrer Volker Höh mit einer Reiki-Reisegruppe unter Leitung von Frank Arjava Petter in das „Land der aufgehenden Sonne". Für das Reiki Magazin berichtet er von seinen Eindrücken aus dem Ursprungsland der Reiki-Methode.

Traditionelles Reinigungsritual an der Kannon-Statue.

„Zum Frühstück kamen immer alle im Kimono ..."

Nach einem inspirierenden Gespräch mit Ute Vetter auf einem ProReiki-Treffen sagte sie zum Abschluss zu mir: „Übrigens, wir fahren zur Kirschblüte nach Japan und machen eine Reise zu den Wurzeln von Reiki, mit Arjava Petter als Reiseleiter. Die Reise war eigentlich schon ausgebucht, aber gerade ist wieder ein Platz frei geworden. Wenn du mitfahren möchtest und mir morgen früh bescheid gibst ...!?"

Meine spontane Antwort war: „Unser Haus haben wir auch samstags besichtigt und sonntags gekauft. Warum also nicht? Wenn meine Frau einverstanden ist, dass ich die Urlaubskasse plündern darf!?"

Und meine Frau sprach den nachdenkenswerten Satz: „Ich weiß, du wirst verändert zurückkommen, aber dieser Platz ist für dich, und du solltest fahren!"

Auf nach Japan!

Das hatte ich mir schon lange gewünscht: Den Kurama-Berg besteigen, die Zen-Klöster besuchen und dort meditieren. Ich hatte mehrfach viel darüber gelesen, gehört und in Filmen gesehen. Aber das alles am eigenen Leib erfahren zu können ... das „alte Japan" erleben, erfühlen zu dürfen – ein Traum, der schon lange vor Reiki in mir war, sollte nun in Erfüllung gehen!

Also hieß es: Koffer packen, und auf zur Kirschblüte nach Japan, zusammen mit 20 Gleichgesinnten aus den USA, Kanada, Holland und Deutschland! Eine bunte Truppe, die vom ersten bis zum letzten Moment an super miteinander harmonierte.

Wir flogen von Frankfurt nach Osaka, wo uns die amerikanischen Teilnehmer schon erwarteten und die Klein-

busse bereit standen, um uns direkt zum Kurama-Onsen-Hotel zu fahren. Erwartungsvoll schaute ich die ganze Fahrt aus dem Fenster und war erst einmal enttäuscht: Nichts als Beton und Autos. Diese waren zwar alle blitzblank geputzt (was auch überall und die ganzen zwei Wochen so blieb) – aber weit und breit war nichts zu sehen von Tempeln und Samurais. Doch dann plötzlich änderte sich das Landschaftsbild, und wir waren in der Bergregion von Kurama: Natur pur! Ein Aufatmen ging durch die ganze Gruppe. Im Hotel galt es nur noch schnell, Kimono-Größen zu checken und sich auf die Gruppenzimmer zu verteilen. Danach gab es kein Halten mehr:

KURAMA, WIR KOMMEN!

Reinigungsrituale und heiße Quellen

Auf dem Weg dorthin gab es die ersten Erläuterungen von Arjava, der uns überall mit seinen Kenntnissen half, diese Welt etwas besser verstehen zu lernen. Andachtsvoll begannen wir mit dem traditionellen Reinigungsritual an der Kannon-Statue (der omnipräsenten Figur für Liebe und Mitgefühl) am Eingang der Tempelanlage. Und dann auch schon ein erstes Mal auf den Energieplatz vor dem Haupttempel! Dass „ich" jetzt „hier" stand, war immer noch ein total unwirkliches Gefühl. Doch selbst wenn ich mich zwickte, wachte ich nicht aus einem Traum auf, sondern stand hier und jetzt, ziemlich lebendig: *Gerade heute!*

Die ersten Tage ging es dann gleich zur Sache, mit meinem Traum vom „alten Japan": Schlafen auf dem Futon und Essen mit Stäbchen auf dem Boden im Knien (oder mit sonstigem Beine-verknoten). In unserem Männerzimmer fiel das Wort vom „Chaos-Camping" – aber alle überstanden die ungewohnten Herausforderungen mit guter Laune und Humor: *Ärgere dich nicht!* (z.B. über schnarchende Mitbewohner – aber die Frage bleibt: Wieso hört man eigentlich immer nur die anderen schnarchen, und nie sich selbst?)

Zur „Belohnung" ging es dann jeden Abend in die heißen, mineralstoffreichen Quellen – ein wunderbares Entspannen unter freiem Himmel!

Nächtlicher Vollmond

Diese ersten Tage vergingen wie im Fluge. Zum Frühstück kamen immer alle im Kimono ... ein herrliches Bild! Anschließend wieder auf den Kurama. Über 20 Tempel und Schreine, das Museum, Zeremonien und Meditationen – alles wurde förmlich von mir aufgesogen, und ich konnte nicht genug bekommen. Und einmal noch nachts bei Vollmond – die Zedern dufteten unnachahmlich, der Mond leuchtete strahlend über ▶

Auf dem Kurama-Berg, in der Gegend, wo Mikao Usui wohl eine erleuchtende Erfahrung hatte.

„Zum Abheben schön ..."

Wunderschöne Tempel, Gärten und Plätze.

Auf dem zentralen Energieplatz am Kurama-Berg.

Alle Fotos dieses Artikels © Volker Höh, außer Foto hier rechts © Anja Mays und Foto S. 47 unten © Ikuko Hirota.

dem ganzen Berg, und ich stand ganz allein auf dem Energieplatz. Zum Abheben schön!

Nur waren im Hotel Ausflüge bei Nacht offenbar nicht vorgesehen. Als ich zurückkam, war der Eingang über der Brücke mit einem Tor und einer Eisenkette verschlossen. Aber das hielt mich nicht ab: *Mach dir keine Sorgen!* Scheinbar hatte ich vom Meditieren Flügel bekommen und konnte unbeschadet über alle Hindernisse hinwegklettern.

Unterwegs in Kyoto

Nun ging die Reise weiter nach Kyoto. Hier erwartete uns ein modernes Hotel mit Einzelzimmern. Auch konnte man erstmals einigermaßen die Koffer auspacken – obwohl, angesichts der Größe der Zimmer, Schränke auch hier offenbar nicht vorgesehen waren. Die Schuhe mussten am Eingang nicht mehr ausgezogen werden, und es gab normale Betten und Frühstück auf Stühlen, in unserer gewohnten Kleidung. Ach, wie langweilig!

Aber das Programm war genau das Gegenteil und brachte uns zum Staunen. Und Müdigkeit schien es nicht zu geben, bei all den schönen und immer wieder überraschenden Plätzen, Tempeln und Gärten. Überall halfen die profunden Erklärungen von Arjava, dem keine Frage zu keiner Zeit zu viel war. Und erstaunlich war es, immer wieder Zusammenhänge darin zu erkennen, warum, weshalb und wozu wir in unserem Reiki viele Dinge tun, die sich aus der japanischen Kultur und der damaligen Zeit her erklären. Ich habe vieles neu verstanden und einordnen gelernt, und ich fühle mich mit diesem Wissen bestätigt und angereichert in meinem Leben mit Reiki.

Dazu trug auch ein (freiwilliges) Vier-Tage-Seminar im Jikiden Reiki Institut von Tadao Yamaguchi bei. Shoden (1. Grad) und Okuden (2. Grad) konnten so erlernt bzw. wiederholt werden. Für mich stellte das eine gelungene Ergänzung zu meiner westlichen Ausbildung als Meister und Lehrer dar.

Einer der Höhepunkte der Reise war für viele die angeleitete Zen-Meditation im Kennin-Ji Tempel ... die Zeit verging wie im Fluge.

„Sehen Sie Ryoanji ...“

Und endlich: der Ryoanji Garten! Darüber hatte ich zu einem früheren Zeitpunkt schon einmal eine Komposition auf CD eingespielt, die 1996 von dem englischen Komponisten David Graham für die New Yorker Sängerin Christina Ascher und mich komponiert worden war: „Sehen Sie Ryoanji“ (CD 2009-1, Aurea Vox). Seit dieser Zeit wollte ich dorthin ...

In diesem Meditationsgarten liegen insgesamt 15 Steine, und, egal aus welchem Blickwinkel man sie anschaut: immer sieht man nur 14. Ein wunderbares Gleichnis für jeden und vieles in unserer eigenen Wirklichkeit. Ein weiteres kleines Juwel: der Glücksbrunnen „Tsukubai", das Handwaschbecken vor der Teezeremonie. Frei übersetzt ist darauf zu lesen: „Wenn du Zufriedenheit lernst, bist du reich." *Sei dankbar und tue alles, was du tust, mit ganzem Herzen.*

Neben stilisierten Schwertkämpfen durften wir eine Teezeremonie der besonderen Art im Iwashimizu Hachimangu Tempel erleben: Eine der fünf am kaiserlichen Hof zugelassenen Geishas zelebrierte im Klosterhof eine Tanzeinlage und die Matcha-Tee-Zubereitung. Lecker! Wahnsinn! Oder besser: Sugoi!

„Der Zugang zur japanischen Kultur fällt hier leicht."

Taniai – Usuis Geburtsort

Am vorletzten Tag fuhren wir nach Taniai, dem Geburtsort von Mikao Usui. Die Zeremonie in dem Tempel, der damals zugleich auch Usuis Schule war, schaffte es, eine innige Rückverbindung zu ihm herzustellen.

Sei nett zu deinen Mitmenschen wurde vom Veranstalter Frank Arjava Petter und der Organisatorin Gudrun Bielefeld wunderbar gelebt. Ein großes Dankeschön für diese unvergesslichen Tage! Ob und wie mich diese zwei Wochen nun spürbar verändert haben, müsst ihr meine Frau fragen! Sicher weiß ich: Mich hat die Reise mit Reiki verändert – und wird es weiterhin tun. Wie heißt es in einer japanischen Werbung: Nichts ist unmöglich!

Ich kann nur sagen, dass ich schon zu sparen angefangen habe, damit die Reisekasse beim nächsten Mal für meine Frau und mich gemeinsam reicht 😊

Gruppenfoto mit Geisha

Volker Höh, professioneller Gitarrist, Reiki-Meister/-Lehrer, Mitglied bei ProReiki – der Berufsverband e.V. Seit seiner frühen Jugend interessiert er sich für Musik und ZEN. Ersteres wurde für ihn zum Beruf, letzteres zur Passion, die sich heute für ihn vor allem in seiner Reiki-Arbeit zeigt. Er ist in beiden Bereichen international tätig, u.a. als Kulturbotschafter für das Goethe-Institut. Zusammen mit Michaela Weidner veröffentlichte er 2017 die CD „Meditationen für dich".

Kontakt & Info:
www.reiki-montabaur.de

Der Gedenkstein für Mikao Usui

In der neuen, aktuellen Übersetzung der Gedenksteininschrift von Dr. Mark Hosak geht es in dieser Ausgabe um einen weiteren wichtigen Satz der Inschrift:

遠近來り乞ふ者履戸外に滿つ
Enkin kitari, kofu mono kutsu kogai ni mitsu

Nach Gründung einer Akademie für organisierte Zusammenkünfte (Gakkai) und nachdem Usui mit Behandlungen und dem Unterricht der Reiki-Heilmethode begonnen hatte (vgl. letzte Ausgabe des Reiki Magazins), geht es in der heutigen Übersetzung um Usuis Erfolg dabei, der in der Gedenksteininschrift auf einfache und bildhafte Weise erklärt wird.

Um die Möglichkeiten der Übersetzung aus dem Japanischen nachvollziehen zu können, wird zunächst der folgende Satz analysiert, indem jedes einzelne Wort, die Schriftzeichen und die Grammatik erklärt werden. Dies ist hilfreich, weil sich daraus tiefere Bedeutungsebenen ergeben können und, wie schon bei einigen Sätzen zuvor, wichtige Hintergrundinformationen über Reiki, Usui und die japanische Kultur zu Tage kommen können. Zum einfacheren Verständnis werden diese in den Erläuterungen zum Inhalt vorgestellt.

Textanalyse

Der Satz beginnt mit dem Begriff *enkin*, der sich aus den Kanji *en* und *kin* zusammensetzt. *En* bedeutet entfernt, fern und weit. *Kin* steht für ähnlich, bald und nahe. *Enkin* in Kombination bedeutet: nah und fern, weit und breit, hüben und drüben.

Es folgt das erste Verb *kitari*. Das Kanji davon ist eine heute nicht mehr gebräuchliche und gleichzeitig seltene Schreibweise und bedeutet: kommen, hervorbringen, verursachen, beruhen auf und kommend bzw. nächst und seit. Die Endung *ri* am Ende von *kitari* zeigt, dass ein weiterer Hauptsatz folgt, der mit diesem in direktem Zusammenhang steht. Folglich findet darin so etwas wie eine Aufzählung statt.

Das folgende Wort *kofu* ist ebenso ein Verb und bedeutet: anflehen, bitten, ersuchen und das Vorbringen eines Wunsches, Anliegens oder Ansuchens.

Mono bedeutet Person. Es ist eines der Kanjis, die im Fernkontakt-Symbol des 2. Reiki-Grades enthalten sind.

Kutsu ist eine Fußbekleidung.

Togai setzt sich aus den Kanji *to* und *gai* zusammen. *To* bedeutet Tür und Haushalt, und *gai* steht für draußen. In Kombination steht *togai* für: draußen vor der Tür oder am Außeneingang.

Ni ist ein ortsbezogenes Partikel.

Mitsu ist das abschließende Verb dieses Satzes und bedeutet: voll werden, sich füllen, eine räumliche und zeitliche Grenze erreichen, erfüllen, einen Wunsch erfüllen, zufrieden stellen, füllen, zunehmen und steigen.

Übersetzungsmöglichkeiten

Der gesamte Satz kann damit in folgenden Variationen übersetzt werden:

Von nah und fern kamen sie herbei, um ihn zu ersuchen. Draußen sammelten sich die Schuhe vieler Menschen.

Von weit und breit kamen sie herbei, um ihre Wünsche und Anliegen vorzubringen. Durch das Ansammeln vieler Schuhe vor seiner Haustüre ist sein Wunsch in Erfüllung gegangen.

Erläuterungen zum Inhalt

Heute bezeichnet man eine Fußbekleidung *(kutsu)* als

Dr. Mark Hosak
Spiritueller Lehrer
Shingon Reiki Meister
Meister-Kalligraph und Buchautor
Übersetzer und Dolmetscher für Japanisch
Schwerpunkt akademischer Forschung in buddhistischer Symbologie und Ostasiatischer Kunstgeschichte

Kontakt:
Reiki-Do Institut Rhein-Neckar
Friedrichstr. 6, 69412 Eberbach
Tel.: (06271) 947957
E-Mail: office@markhosak.com
www.reiki-do-institut.com

Schuhe. Zu Usuis Zeiten war das Tragen von Schuhen im westlichen Sinne noch ungewöhnlich. Zwar wurde damals die westliche Kleidung mit Anzug, Krawatte und Halbschuhen aus dem Westen übernommen, doch gehörte dies nicht zum normalen Alltag.

Traditonelle Fußbekleidungen in Japan sind beispielsweise flache Sandalen aus Reisstroh *(zori).* Das ist das Material, aus dem auch Tatami-Matten hergestellt werden. Am großen Eingangstor zum Kurama-Tempel hängen solche Sandalen von Pilgern. In diesem Tor befinden sich nämlich buddhistische Wächter, die den Tempel bewachen. Gleichzeitig glaubt man in Japan, dass wer seine Sandalen dort aufhängt, von diesen Wächtern auf dem eigenen Weg beschützt wird. Dazu sollte man vorher mit diesen Sandalen den Kurama-Berg im Rahmen einer kurzen Pilgerreise besteigen, damit der eigene energetische Magnetismus auf die Sandalen übergeht und auf diese Weise eine Verbindung aufgebaut wird.

Dann gibt es auch noch die hölzernen Sandalen *(geta)*. Diese sind bei Regen geeignet, weil sie hoch genug sind, damit das Regenwasser unten durchfließen kann. Auf beiden Arten dieser Sandalen gibt es traditionelle Schnüre, durch die der Fuß auf der Sandale gehalten wird. Passend dazu gibt es auch sogenannte Tabi-Socken. Darin ist der große Zeh einzeln, sodass in den Zwischenraum zwischen dem großen Zeh und dem folgenden Zeh die Schnur der Sandale geschoben wird, damit die Sandale nicht verloren geht. Sandale und Tabi-Socken gehören zur traditionellen japanischen Bekleidung wie etwa Kimono oder Yukata (ein leichter sommerlicher Kimono), die heutzutage noch zu Festlichkeiten und in Hotels getragen werden.

Große Bekanntheit Usuis

In Japan ist es Sitte, vor der Haustür die Schuhe auszuziehen. Es ist eher eine Seltenheit, dass sich an einem Ort viele Schuhe sammeln. Wenn nun vor Usuis Praxis bzw. Akademie für Zusammenkünfte sich die Schuhe vieler Menschen sammelten, lässt sich daran erkennen, dass er Schüler und Kunden aus allen Bevölkerungsschichten anzog und dass er regen Zulauf hatte. „Von nah und fern“ bedeutet außerdem, dass er nicht nur an seinem Wohnort, sondern auch überregional bekannt war und als großer Heiler und Meister angesehen war.

Durch die besondere Bedeutung des Verbes *mitsu* soll hier zudem zum Ausdruck gebracht werden, dass Usui bis über seine Kapazitäten hinaus Zulauf hatte und dass damit sein Wunsch erfüllt wurde.

Von daher ist dieser Satz ein Inbegriff dafür, dass er einen Höhepunkt seines Erfolges erreicht hat. ■

© yokofoto - Fotolia.com

Japanische Sandalen aus Reisstroh.

Anzeige

Reiki-Baumwolltasche

Helle Baumwolltasche, 38 x 42 cm (+ Henkel), mit Reiki-Symbol & Reiki-Schriftzug in Bordeaux-Rot und kl. Hinweis auf das Reiki Magazin.

100 Prozent Baumwolle, mit "Global Organic Textile" Standard Siegel – Herstellung nach umfassenden Richtlinien für eine ökologische und sozial verantwortliche Textilproduktion.

1 Stck.: **2,80 €** 10 Stck.: **22,- €**

Bestellen Sie auf: www.reiki-magazin.de – Klick auf „Reiki-Shop"!
Oder per E-Mail an: service@reiki-magazin.de – Telefonisch: 030 - 89 74 60 93

Seminare: Gendai Reiki Hô nach Hiroshi Doi, Mitglied der Usui Reiki Ryôhô Gakkai

In Japan wird zwischen dem durch »Usui Reiki Ryôhô Gakkai« bewahrten traditionellen japanischen Reiki und dem nach Westen überlieferten Reiki (wie z. B. Usui-Shiki Reiki) unterschieden und dieses westlich und jenes traditionell genannt. Zunächst erlernte Hiroshi Doi westliches Reiki. Später gelang es ihm, Mitglied der nur schwer zugänglichen »Usui Reiki Ryôhô Gakkai« (der von Usui-Sensei selber 1922 gegründeten Gesellschaft) zu werden. Erstaunt über die teils wesentlichen Unterschiede zwischen westlichem und traditionellem Reiki und über die Tatsache, dass viele jap. Techniken und Übungen nicht in den Westen überliefert wurden, entwickelte er das **»Gendai Reiki-Hô«** (Methode des modernen Reiki), indem er die praktischen und vorteilhaften Elemente des westlichen Reiki mit denen des traditionellen Reiki kombinierte. Es beruht damit einerseits auf wichtiger Essenz des traditionellen Reiki und richtet sich andererseits an den Bedürfnissen des heutigen (modernen) Menschen aus.

Energieübertragungslinie unter www.reikischulekoeln.de

1. Grad (Shoden) / € 220,- / Dauer: 2 Tage
2. Grad (Okuden) / € 290,- / Dauer: 2 Tage
3. Grad (Shinpiden/Meistergrad) / € 395,- / Dauer: 2 Tage
4. Grad (Gokuikaiden/Lehrergrad) / € 1.090,-

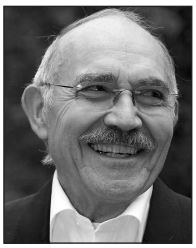
Offenes Reiki-Austausch-Treffen mit Reiju (Energieübertragung) in Köln

Spezial-Kurs für diejenigen, die bereits Reiki-Lehrer/innen sind: 1. - 4. Grad / € 1.270,- / Dauer 3 Tage / Termin auf Anfrage
Inhalt: Einweihungen von 1. - 4. Grad, jap. Behandlungstechniken, Hintergrundinformationen über Symbole und Mantras, Übungen zur Verstärkung des Energieflusses nach Usui-Sensei und Doi-Sensei, Meditationsübungen, Die Lehre und Philosophie von Usui-Sensei, Methode der Einweihungen, Reiju usw.

Hiroko Kasahara
Eckdorferstr. 20
50321 Brühl

Seit 2002 Lehrerin der Gendai Reiki-Hô

Tel.: (02232) 94 18 72
hiroko-kasahara@live.de
www.reikischulekoeln.de



Josef Hilger

1988 - 2002 Reikilehrer des westl. Reiki
2003 Reikilehrer der Gendai Reiki-Hô
www.reikischulekoeln.de

Thürmchenswall 61, 50668 Köln
Telefon 0221-12 44 64

Mond

Der Mond der Herbstnacht ist

seit jeher unverändert.

Doch gibt es immer mehr Menschen,

die diese Welt verlassen haben.

秋の夜の月は昔に変らねど
世になき人の多くなりぬる

Kommentar von Hiroko Kasahara:

Gegenüber dem seit jeher unverändert am Himmel stehenden Mond stellt der Meiji-Kaiser hier klagend fest, dass viele Menschen, die er gekannt hat, längst nicht mehr da sind. Der Herbst gilt in Japan als jene Jahreszeit, in der man sentimental wird, wo Traurigkeit oder Einsamkeit spürbarer sind als sonst. Außerdem ist es in Japan so, dass der Mond im Herbst als am schönsten gilt. Der Mond, der seit jeher am Himmel steht, blickt auf die unbeständige Menschenwelt herunter. Wir Menschen schauen auf den immerselben, unveränderten Mond am Himmel – und auf Veränderungen in dieser Welt. Je älter man wird, umso deutlicher werden einem diese Veränderungen bewusst. Je älter man wird, umso mehr Todesfälle erlebt man in seiner Familie und im Freundes- und Bekanntenkreis. In letzter Zeit habe auch ich einige liebe Menschen aus meiner Familie und meinem Freundes- und Bekanntenkreis verloren. Der Tod erscheint mir nun viel deutlicher als vorher – und somit auch die Unbeständigkeit dieser Welt. Die Welt verändert sich – und meine direkte Umgebung auch. Wahrscheinlich muss auch ich mich ändern.

Erläuterungen zur Wahl des Gedichtes:

Der berühmte Meiji-Kaiser, der Japan in der Zeit von 1868-1912 regierte, soll mehr als 100.000 Gedichte verfasst haben. Von diesen wählte Mikao Usui 125 Gedichte aus, die in seiner Lehre des Reiki Ryoho eine wichtige Rolle spielten. Das oben stehende Gedicht ist eines davon.

Text und Kalligraphie: Hiroko Kasahara
Graphik © DouDou - Fotolia.com

Hallo ihr Lieben,

immer wieder erfahre ich, wie hilfreich und schmerzlindernd Reiki sein kann. Im folgenden Fall durfte ich meiner Mutter mit Reiki-Fernbehandlungen helfen.

Mein Vater befand sich im April 2016 nach einer Hüft-Operation in einer Reha. Die Zeit seiner Abwesenheit wollte meine Mutter nutzen, um einen gründlichen Frühjahrsputz zu machen. Anfangs lief alles super! Sie berichtete mir in den ersten zwei bis drei Tagen davon, was sie schon alles geschafft hatte. Meinen Einwand, sie solle es nicht übertreiben und langsam tun, überhörte sie ...

Dramatischer Vorfall

Schließlich kam es zu einem dramatischen Vorfall: Am 28. April, einem Donnerstag, erhielt ich am Spätnachmittag einen Anruf an meinem Arbeitsplatz. Folgendes hatte sich zugetragen: Meine Mutter hattte im Heizungskeller den Lichtschacht des Kellerfensters reinigen wollen. Dazu hatte sie sich auf einen Hocker gestellt, um den Schacht besser zu erreichen. Sie selbst konnte es nicht mehr richtig nachvollziehen, vielleicht war ihr einen Moment lang schwindelig geworden. Jedenfalls war sie schlimm gestürzt. Danach lag sie zwei Stunden auf dem kalten Betonboden, hatte große Schmerzen und konnte sich kaum bewegen. In dieser Zeit rief sie ständig um Hilfe.

Eigentlich hatte mein Bruder an diesem Nachmittag vorbeikommen wollen, um ihr bei der Arbeit zu helfen. Meine Mutter hatte deshalb die Hoffnung, dass er ihr bald zu Hilfe eilen würde. Das Telefon lag weit entfernt auf der Kellertreppe. Als dieses klingelte, konnte sie nicht rangehen. Was sie zu diesem Zeitpunkt nicht wusste, war, dass mein Bruder statt direkt vorbeizukommen zunächst anrufen wollte, um zu fragen, wann er denn kommen solle. Da niemand an den Apparat ging, dachte er, es sei wohl nicht so eilig und blieb noch zu Hause.

So rief meine Mama weiterhin verzweifelt um Hilfe, bis schließlich das 7-jährige Nachbarskind die Schreie hörte. Die Kleine rief ihren Papa, der sofort herbeieilte. Da das Kellerfenster glücklicherweise offen stand, erfasste er die Situation sogleich und rief schnell den Notarzt sowie einen weiteren Nachbarn zu Hilfe. Der Nachbar kletterte dann durch das kleine Fenster in den Keller hinein und konnte so für die Helfer die Haustür öffnen.

Nachdem ich den Anruf erhalten hatte, beendete ich sofort meine Arbeit und fuhr zum Haus meiner Eltern. Dort waren inzwischen nicht bloß der Notarzt, sondern auch ein Krankenwagen und ein Polizeiauto vorort. Bei solchen Vorfällen wird wohl immer die Polizei hinzugezogen, um Fälle von häuslicher Gewalt auszuschließen.

Nachdem ich ein paar Fragen beantwortet hatte und die Polizisten gegangen waren, konnte ich endlich zu meiner Mutter, die noch immer im Heizungsraum auf dem Boden saß. Mehrere Helfer waren um sie herum versammelt, sie bekam Schmerzmittel verabreicht. Ihre Schmerzen waren wohl sehr groß. Die Notärztin war davon überzeugt, dass die rechte Schulter ausgekugelt sei. Diese wollte sie unbedingt gleich einrenken und drückte mit Kraft auf dem Gelenk herum, was meiner Mama weitere Schmerzen verursachte. Das Einkugeln klappte im Keller nicht. Die Ärztin erklärte mir, dass sie es nochmals im Krankenwagen versuchen würde. So wurde meine Mama mit schmerzverzerrtem Gesicht nun endlich auf einer Liege aus dem Keller nach oben und dann in den bereitstehenden Krankenwagen gebracht. Die ganze Aktion war ziemlich heftig für mich, weil ich in dem Moment nicht richtig helfen konnte. Beim erneuten Versuch die Schulter einzukugeln durfte ich nicht zusehen. Die Tür des Krankenwagens wurde zugeschoben, und ich musste warten. Schließlich öffnete sich die Tür wieder, und die Ärztin erklärte erneut, dass es nicht funktioniert habe. Nun sollten das die Ärzte im Sigmaringer Krankenhaus erledigen.

Fahrt ins Krankenhaus

Nachdem ich schnell ein bisschen Wäsche und sonstige Utensilien für den Krankenhaus-Aufenthalt gepackt hatte, fuhr ich ebenfalls nach Sigmaringen ins Krankenhaus. Nach einer gründlichen Untersuchung stellte sich heraus, dass die Schulter gar nicht ausgekugelt war. Meine Mutter hatte einen Oberarmbruch. Die Knochen waren, ich vermute, zusätzlich durch den mehrmaligen Druck der Notärztin beim Einrenkversuch, verschoben worden. Die Operation sollte am folgenden Tag stattfinden.

Meine Mutter war ziemlich verzweifelt und überlegte, wie sie diesen Unfall meinem Vater, der weit weg war, erklären sollte. Mit seiner frisch operierten neuen Hüfte konnte er ihr schließlich nicht zur Seite stehen. Vielleicht würde er vor lauter Schreck mit ihr schimpfen, so ihr Gedanke, weil sie alleine diese eher unwichtige Rei-

Michaela Weidner ist seit 1995 in Reiki eingeweiht. Nebenberuflich führt sie eine Energetische Heilpraxis und gibt Seminare in Reiki und Energetische Aufrichtung. Neben den seit 2001 erscheinenden Reiki-Geschichten im Reiki Magazin sind mehrere Bücher, u.a. „Das Reiki-Buch für Kinder“, im Buchhandel oder bei der Autorin erhältlich.

Kontakt:
Lerchenweg 2, 72514 Inzigkofen-Vilsingen
E-Mail: michaela.weidner@reiki-fit.de
www.reiki-fit.de

nigungsarbeit hatte durchführen wollen. Ich versuchte sie so gut es ging zu beruhigen und erledigte für die Krankenhaus-Aufnahme alles Behördliche. Bevor ich mich auf den Heimweg begab, fragte sie mich, ob ich Reiki schicken könnte, damit sie nicht ständig an dieses für sie sehr furchtbare Ereignis denken müsse. Die Bilder und Ängste quälten sie sehr.

Viele Telefonate

Zuhause angekommen telefonierte ich zunächst einmal mit meinem Vater. Nun musste ich auch ihn beruhigen. Vor lauter Angst um meine Mutter wollte er sofort die Reha abbrechen. Es brauchte einiges an Überredungskunst, ihm das auszureden. Schließlich bekam er die Telefonnummer vom Krankenhausbett meiner Mutter, und die beiden waren wenigstens telefonisch miteinander verbunden.

Nun überlegte ich, wie ich meiner Mutter mit Reiki helfen könnte. Ich hatte gelernt, dass man bei nicht eingerichteten Brüchen kein Reiki geben soll, weil die Knochen falsch zusammenwachsen könnten. Das wollte ich auf jeden Fall vermeiden. Allerdings hatte meine Mutter dringend um Reiki gebeten. Selbst wenn ich nicht direkt auf den gebrochenen Oberarm Reiki schicken würde, so dachte ich, kommt Reiki doch automatisch dort an, wo es benötigt wird, oder?

Schließlich entschied ich mich dafür, meiner Mutter mit Reiki Ruhe und Gelassenheit zukommen zu lassen. Dafür verwendete ich entsprechende Affirmationen und visualisierte sie fröhlich und gesund. Auch mein Vater erhielt zur Beruhigung eine Fernbehandlung, wobei er sowieso für die Genesung seiner Hüfte ständig mit Heilenergie versorgt wurde. Danach sendete ich noch Reiki auf die erfolgreiche Oberarm-OP am kommenden Vormittag.

Die Fernbehandlung war erfolgreich! Meine Mutter war nun total ruhig und entspannt. Die schlechte Nachricht war allerdings, dass die geplante Operation am Freitag nicht stattfinden konnte, weil mehrere Notfälle reinkamen, die offenbar dringender waren. Erst drei Tage später, am Montag, sollte operiert werden. Da meine Mutter nun völlig entspannt und schmerzfrei war, schickte ich ihr übers Wochenende kein Reiki. Lediglich auf die Operation sendete ich am Sonntagabend noch einmal Heilenergie.

Nachdem der Bruch endlich eingerichtet war, bekam der Oberarm täglich Fernreiki zur schnelleren Heilung. Die Energie floss meist sehr intensiv. Meine Mutter brauchte keinerlei Schmerzmittel, die ganze Zeit über hatte sie keine Schmerzen. Die behandelnden Ärzte und Schwestern waren sehr erstaunt darüber. Die Bettnachbarin, die einen ähnlichen Bruch erlitten hatte,

© rgbspace - Fotolia.com

benötigte nach der Operation Medikamente, die ihr mal mehr, mal weniger gegen die Schmerzen halfen.

Drei Tage später, am Donnerstag, einem Feiertag, besuchte ein Teil unserer Familie meinen Vater in der Reha, während ich mit meiner Mutter im Park des Krankenhauses spazieren gehen konnte. Ihr ging es recht gut. So konnte sie am Folgetag entlassen werden.

Die Sehnsucht war groß! Deshalb begleitete mich meine Mutter dann am Sonntag in die Reha zu meinem Vater. Wir konnten ein paar schöne Stunden bei strahlendem Sonnenschein genießen und waren glücklich, dass mit Hilfe von Reiki doch alles relativ gut verlaufen war.

Bewältigung

Selbstverständlich ist es nicht einfach, sich mit einem frisch operierten rechten Oberarm alleine zu Hause zu versorgen. Deshalb war es ziemlich ungünstig, dass mein Vater noch weitere zwei Wochen nicht daheim sein konnte. Da meine Geschwister und ich berufstätig sind, konnten wir nicht immer vorort sein. Dennoch haben wir es irgendwie geschafft, diese schwierige Zeit zu überstehen.

Ich bin unglaublich dankbar dafür, dass Reiki mich bereits seit über 23 Jahren begleitet und ich immer darauf vertrauen darf. Alles geschieht zum höchsten Wohl.

Genießt einen kuscheligen Winter und habt weiterhin viel Freude mit Reiki!

Eure Michaela

Leckere Hefebutter

„Reiki ist mein ‚Wunder voller' Weg, Glück zu teilen. Dazu Kochen mit Salsa und Samba und gemeinsam mit Lieblingsmenschen essen :-) Glück pur. Seit meiner ersten Teilnahme an der Reiki Convention im Jahr 2013 ist die dort zum Frühstück gereichte Hefebutter einer meiner großen Favoriten. Sie ist ein leckerer Brotaufstrich und eignet sich auch zum Aromatisieren von Speisen. Ich liebe die Hefebutter mit Baguette beim Picknick am Meer."

Zutaten für die Hefebutter à la Reiki Convention / Parimal Gut Hübenthal:

250 gr Butter (weich)
6 EL Hefe-Flocken (aus dem Reformhaus)
4-6 EL Sojasauce
evtl. noch etwas Salz
evtl. 2-3 EL Kräuter

Guten Appetit!

Bine Borchers, Reikilehrerin, Hypnoseausbildung mit Schwerpunkt Direkte Kommunikation mit dem Unterbewusstsein, Leben mit Reiki seit 2002. "Ich lebe in Heide, in Schleswig-Holstein, mit Nähe zum Meer, und bin beruflich als Justizbeamtin tätig." E-Mail: bi.bo471@gmx.de

Kostenlose Probe Soli-Öl erhältlich direkt vom Hersteller gegen Einsendung dieses Original-Coupons

Naturreine ätherische Öle

sind das flüssige Gold der Pflanzen – sie konzentrieren in sich die Kraft der Sonne, des Lichts und der Natur.

Diese Kraft wird gebündelt in einer altbewährten Mischung der wertvollsten naturreinen ätherischen Öle: Soli-Chlorophyll-Öl S 21.

Vor über 75 Jahren schon entwickelte der Heilkundige Erich Reinecke diese wirkungsvolle Kräuterölmischung, die Selbstheilungskräfte anregt und entspannend und ausgleichend auf den ganzen Organismus wirkt. Energiebahnen werden geöffnet, energetische Blockaden gelöst. Damit wird das Öl zu einem unverzichtbaren Begleiter bei inneren und äußeren Verspannungen. Es lockert und löst von innen heraus und intensiviert Massage-Behandlungen.

Soli-Chlorophyll-Öl S 21 ist erhältlich in jeder Apotheke unter der Pharma-Zentral-Nummer (PZN) 07364099

Soli-Chlorophyll-Öl S 21

Stärken Sie Ihre Vitalkräfte, indem Sie jeden Morgen einen Tropfen Soli-Chlorphyll-Öl S 21 in Ihren Händen verreiben und das Öl in 10 bewussten Atemzügen direkt aus Ihren Händen tief einatmen.

Das Soli-Öl ist durch seine engergetische Wirkung ein wertvoller Begleiter durch den ganzen Tag und bei vielen Unpässlichkeiten des Alltags wie Verspannung, Erschöpfung, Konzentrationsschwäche oder Erkältungsgefahr. Man kann es einreiben, einatmen, als Badezusatz und Saunaaufguss verwenden oder auch im Raum verdampfen.

Sitzende Tätigkeiten und Computer-Arbeit führen bei immer mehr Menschen zu Verspannungen von Schultern, Nacken und Rücken. Eine ausgleichende Gymnastik ist wichtig. Zusätzlich kann Soli-Chlorophyll-Öl S 21 die betroffene Muskulatur durch seine Tiefenwirkung erfrischen, lockern und beleben.

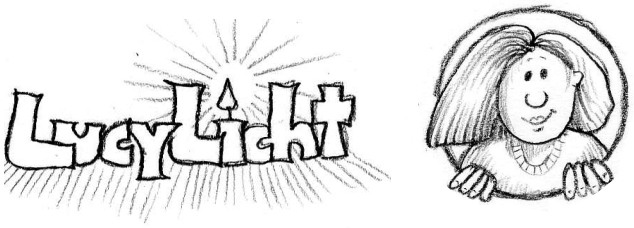
Massieren Sie das Öl mehrmals täglich sanft ein und, wenn möglich, halten Sie die betroffenen Stellen anschließend warm. Besonders effektiv ist die regelmäßige Anwendung vor dem Schlafengehen, weil die Bettwärme die Wirkung des Öls intensiviert.

Bei Erschöpfung und Konzentrationsproblemen können Sie Ihre Lebensgeister wieder wecken, indem Sie sich Stirn, Schläfen und Nacken mit Soli-Chlorophyll-Öl S 21 einreiben.

Gönnen Sie sich Verschnaufpausen, in denen Sie Körper, Geist und Seele z. B. mit Meditation oder Yoga wieder zueinander führen. Soli-Chlorophyll-Öl S 21 unterstützt Sie dabei, indem es Energien leichter fließen lässt. Verdampfen Sie dazu das Öl im Raum oder geben Sie einen Tropfen auf Stirn und Brust.

Viel Freude und Entspannung mit dieser wundervollen Kräuterölmischung wünscht Ihnen

Karin Ziegler
SOLIFORM Erich Reinecke GmbH
Oberstr. 73 a
45134 Essen
Tel.: 0049-(0)201-473626
www.soliform.de
info@soliform.de



„Lucy fährt Schlittschuh"

Zeichnung/Idee: Janine Warmbier

Ausgewählte Produkte!

Winter-Shopping

Auch im Internet: www.reiki-magazin.de

Originalgröße

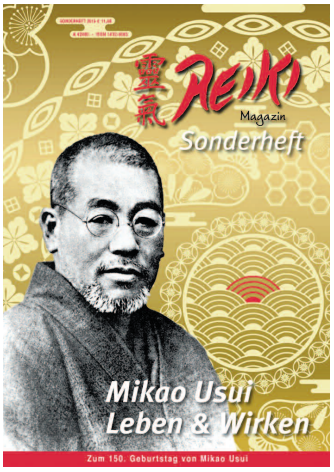
Reiki-Anstecker

– Letzte volle Sets jetzt erhältlich! –

Zum Preis von je **3,20 €**
in den Farben rot, grün, dunkelrot, blau, pink, altrosa, gelb, orange, braun, violett, türkis und schwarz

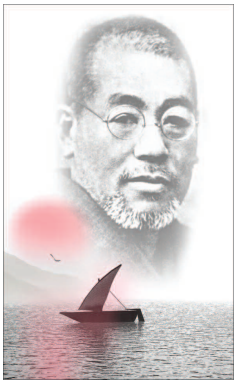
Das komplette Anstecker-Set (12 Stück in 12 Farben) für insgesamt nur **26,- €**

Mikao Usui-Sonderheft



1 Expl.: **11,80 €**

Heilfolie „Mikao Usuis Lebensregeln“



Energetisierte Folie, in Gedenken an Mikao Usui. Die Folie wirkt auf geistiger Ebene und unterstützt energetisch die Umsetzung der Inhalte der Reiki-Lebensregeln im Alltag. Hierfür die Folie dabei haben, z. B. in der Hosentasche oder im Portemonnaie, dann kann sie ihre Wirkung dauerhaft entfalten!

Format: 54 x 86 mm (laminiert)
Handgefertigt von Oliver Klatt, mit Echtheitszertifikat.
Vorderseite: Mikao Usui, Rückseite: Reiki-Lebensregeln, in der Ich-Form formuliert, in kalligraphischer Schriftart

1 Stck.: **12,80 €** 10 Stck.: **100,- €**

▶ mehr dazu im Reiki-Shop auf www.reiki-magazin.de

Ch. Hayashi-Sonderheft

1 Expl.: **11,80 €**

▶ mehr dazu im Reiki-Shop auf www.reiki-magazin.de

Heilfolie „Reiki - Spirituelle Lebensenergie“

Energetisierte Folie, mit Reiki-Schriftzeichen. Die Folie wirkt auf geistiger Ebene und unterstützt energetisch das Fließen von Reiki. Die bei der Herstellung angewandten Prinzipien stehen im Einklang mit den Prinzipien der Informationsmedizin.

Format: 54 x 86 mm (laminiert)
Handgefertigt von Oliver Klatt, mit Echtheitszertifikat.
Vorderseite: Reiki-Schriftzeichen von Mark Hosak, Rückseite: Übersetzung der Reiki-Schriftzeichen ins Deutsche, als: Spirituelle Lebensenergie.

1 Stck.: **12,80 €** 10 Stck.: **100,- €**

▶ mehr dazu im Reiki-Shop auf www.reiki-magazin.de

Alle Preise inkl. Mwst., zzgl. Versandkostenpauschale: Inland: 5,80 € / EU-Ausland: 11,80 € / Sonstiges Ausland nach Aufwand

---

Ja, ich bestelle:

..... Sonderheft/e Mikao Usui

..... Sonderheft/e Chujiro Hayashi

..... Heilfolie(n) „Mikao Usuis Lebensregeln“

..... Heilfolie(n) „Spirituelle Lebensenergie“

..... Reiki-Anstecker, in den Farben:

.....

.....

..... Reiki-Anstecker-Set, 12 Stück

.....

Bitte einsenden an: olivers Verlag, Wiesbadener Str. 14, 12161 Berlin

Ich bezahle per:

❏ Überweisung nach Rechnungserhalt

❏ Lastschrift/nach Erhalt der Rechnung (derzeit nur für Konten in Deutschland)

Wenn Sie sich für das **Lastschriftverfahren** entscheiden und uns bislang noch kein entsprechendes SEPA-Lastschriftmandat von Ihnen vorliegt, senden wir Ihnen nach Erhalt dieses Coupons ein Formular – SEPA-Lastschriftmandat – zu. Dieses bitte ausgefüllt an uns zurücksenden, per Post, Scan oder Fax. Nach Erhalt des Mandats werden wir Ihre Bestellung dann schnellstmöglich bearbeiten.

Für Neukunden:

❏ Vorauskasse / Überweisung auf das Konto:
IBAN: DE47 1007 0024 0426 7050 00
BIC: DEUTDEDBBER
Kontoinhaber: Oliver Klatt

Bitte Artikel und Rechnung an:

Name: .....

Straße: .....

PLZ/Ort: .....

Land: .....

Reiki-Branchenbuch

Österreich

PLZ 1000

Freiraum - Institut für ganzheitliche Entwicklung OG
Andreas Rainer
1090 Wien, Türkenstr. 8 / 2
(Liechtensteinstr. 10A)
Tel.: (+43) 01 / 236-09-99
EMail: mail@reiki.or.at
Reiki-Ausbildungen, Einzelsitzungen, Einweihungen, Selbsterfahrungs-seminare, Yoga-Ausbildungen und mehr als 50 Hatha-Yoga-Einheiten in Form von Drop-In-Classes (ohne vorherige Anmeldung).

Sisan-Reiki-Haus, Ha-Wei
Siegfried Süss (Reiki-Alliance)
1140 Wien, Loudonstr. 39
Tel/Fax: 01-9795078
Traditionelle Reiki-Ausbildung und Wegbegleitung/Austauschabende

PLZ 6000

Praxis für ganzheitliche Beratung und Unterstützung
Mag. Susanne Huber
6322 Kirchbichl
Bruggerstraße 25
Tel.: 0043-6769165997
EMail: susanne-huber@gmx.at
www.reikiundedelsteine.at
Reiki-Seminare, Behandlungen, offene Treffen, Edelsteine, Meditationen

Deutschland

Bundesweit

Reiki Alliance Deutschland e.V

Mitgliedschaft für Reiki Meister und Reiki Praktizierende im Usui Shiki Ryoho

www.Reiki-Alliance-Deutschland.de

Geschäftsstelle bei:
Drechsel Helga
Wilhelm Weindler Str. 31
85435 Erding
Tel. 08122/85205

PLZ 00000

Reikipraxis Leipzig
Renate Krugmann
04509 Delitzsch
August-Fritzsche-Straße 10
Tel.: 0341-9985825
EMail: RenateKrugmann@Reikipraxis-Leipzig.de
R.-Behandlungen, R.-Einstimmungen in alle Grade, Kinder-Seminare, Wirbelsäulenaufrichtung, monatl. R.-Treffen

Praxis für geistiges und energetisches Heilen
Klinik im LEBEN
Karin Haun, Reiki-Meisterin, Reiki-Lehrerin, schamanische Heilmethoden
07973 Greiz
Gartenweg 6
Tel.: 03661-689870
EMail: info@klinik-imLeben.de
Reikibehandlungen, Reiki-Einweihungen 1.-4. Grad, Chakren-Therapie, Schamanismus (Time Line/ Stammbaumheilung/Seelenrückholung/ indianische Chakrenheilung/Krafttiersuche/schamanischer Bodycheck), Meditation – Entspannung, Aromatherapie, Lebensberatung, Mentalfeldtherapie

PLZ 10000

Reiki-Meisterin, HP
Ashara Kuckuck
10827 Berlin, Erdmannstr. 6
Tel.: 030-7883645
Fax: 030-78955052
EMail: reiki@asharakuckuck.de
www.asharakuckuck.de
Beratung, Behandlung und Ausbildung, alle Grade

Jürgen Kindler
10969 Berlin
Alte Jakobstr. 48
EMail: hallo@reiki-in-berlin.com
www.reiki-in-berlin.com
Reiki-Kurse für den 1. und 2. Grad

Seminarzentrum Klatt
Oliver Klatt, Reiki-Meister/-Lehrer
12161 Berlin
Wiesbadener Str. 14
Tel.: 030-85731646
EMail: info@seminarzentrum-klatt.de
www.einfach-nur-reiki.de
Reiki-Seminare, Meisterausbildung, Reiki-Behandlungen, Lebensberatung mit Tarot und Astrologie

Brigitte Ernst
Reiki-Meisterin / -Lehrerin
Ort: Berlin-Britz
Tel.: 030-60082013
www.reiki-berlin.jimdo.com
Reiki-Einweihung in 1. bis 4. Grad, Einzelanwendung und Beratung

Heilpraxis Birgit Grobbecker
Einzelbehandlungen & Seminare
12623 Berlin, Erich-Baron-Weg 14
Tel.: 030-63379133
EMail: info@heilpraxis-grobbecker.de
www.heilpraxis-grobbecker.de
Reiki-Seminare, Behandlungen, monatliche Treffen, Ausbildung, Inhouse-Schulung und Seminare für Entspannungstherapie, Stressbewältigung, Aromatherapie, Massagen

Mayana Praxis für Reiki, Yoga und Personal Coaching
Steffi Salchow
Friedrich-Engels-Ring 40
17033 Neubrandenburg
Tel.: 01776005920
mail@mayana-yoga.de
www.mayana-yoga.de
tägliche Yoga-Kurse, Reiki-Behandlungen, Mediations-Workshops, Coaching zur Persönlichkeitsentwicklung und Lebensberatung
Im Einklang mit Körper, Geist und Seele!

Ruppiner Reiki-Zentrum
Dieter Leisebein
16827 Alt Ruppin
Heimburger Straße 109b
Tel.: 03391-4020252
EMail: dieter.leisebein@ruppiner-reiki-zentrum.de
www.ruppiner-reiki-zentrum.de
Reiki- Seminare, Behandlungen, offene Treffen

Siegfried Süss

REIKI-Meister
Mitglied der REIKI-Allianz

Sisan Reiki-Haus
Loudonstraße 39
A-1140 Wien-Haderdorf
Tel. & Fax: ++43 - 1 - 979 50 78

Traditionelle Reiki-Ausbildung und Wegbegleitung / Austauschabende

wenn doch einmal die Technik streikt ...

Individuelle Hilfe bei allen Problemen mit Computer, Telefon und Internetanschluss

- Konfiguration und Unterstützung bei Störungen
- technische Hilfe bei Computeranwendungen
- Pflege und Administration von Internetseiten

Dieter Leisebein
Tel.:0170-4212422
www.dlei.de

Reiki-Seminare

in Berlin

Oliver Klatt, Reiki-Meister/-Lehrer seit 2001,
Gründungsmitglied ProReiki, Buchautor, Hrsg. Reiki Magazin

Behandlungen, Lebensberatung
Meister- & Lehrer-Ausbildung

Seminarzentrum Klatt • Tel.: (030) 85 73 16 46 • www.Einfach-nur-Reiki.de

PLZ 20000

shangrila
Denia Rositzki
20535 Hamburg, Stoeckhardtstr. 37a
Mobil: 0171-3151222
EMail: Shangrila@littletemple.de
Reiki (Reiki-Alliance), Meditation

ORT DER STILLE
Selima D. Launhardt
21244 Buchholz-Holm Seppensen
Am Gehölz 4
Tel.: 04187-1401, Fax: 04187-1461
EMail: Selima-D@gmx.de
www.selima-crystal.de
Reiki-Meisterin (The Reiki Alliance), Lebenskristall®-Meister. Reiki- und Kristallbehandlungen, Sport- und FRZ-Massagen, energetische Heilsitzungen, Monatliche Reiki-Treffen, Lebenskristall®-Einweihungen, Ausbildung zum Lebenskristall-Meister

Barbara Simonsohn 7. Grad
Lehrerin seit 1984 für alle 7 Grade d. Authentischen Reiki
22607 Hamburg, Holbeinstr. 26
Tel.: 040-895338
info@barbara-simonsohn.de
www.Barbara-Simonsohn.de
Vorträge, Seminare und Gruppenbehandlungen in HH und bundesweit a. f. Quereinsteiger. Lehrerausbildungen IIIB, VB, VIIB. Meine Lehrerin Dr. Ray wurde direkt von Frau Takata eingestimmt. Bestseller u.a. "Das authentische Reiki", "Reiki f. Fortgeschrittene" (Goldmann) u. "Reiki" (Ansata). 100-Seiten-Handbuch i. I.Grad .

Traditional Reiki Network
Frauke Bankosegger, Reiki-Meisterin
22587 Hamburg, Kahlkamp 15
Tel/Fax: 040-865436
Seminare, Behandlungen, Fortbildung

Uluru-Reiki Zentrum
Simone Grashoff
22769 Hamburg
Eimsbütteler Str. 25
Tel.: 040-4301198
Fax: 040-4306341, EMail:
welcome@touching-indias-heart.com
Reiki Seminare, regelm. Austauschabende

Praxis Institut Einfach glücklich leben
Doris Krohn
23730 Neustadt i.H.
Hochtorstraße 24
Tel.: 04561-4024500
Reiki Meisterin, Mentaltrainerin, Imperial Feng Shui Consultant, Betriebswirtin, Gesundheitstherapeutin

Reikimeisterin (Usui-Furumoto)
Ute Heuer
25421 Pinneberg, Ludwig-Meyn-Str. 18
Tel.: 04101-513228
Fax: 04101-513248
EMail: rei.kiute@pinnau.com
Einweihungen in allen drei Graden, Reiki-Treffen

Bremer Reiki-Ausbildungszentrum und Reiki-Praxis
Sigrid Fuhrmann, RM seit 1989
28195 Bremen, Contrescarpe 120
Tel.: 0421-3509503
www.ReikiBremen.de
Reiki-Ausbildung in allen Graden, Reiki-Behandlungen, regelmäßige Austauschabende

PLZ 30000

REIKI-PADERBORN
Christine Lanicca, Reiki-Meister/Lehrerin, Usui Shiki Ryoho seit 1979
33178 Borchen, Bäumerweg 5
Fon: 05251-23792
Fon 2: 0173-5379629
info@reikipaderborn.de
www.reikipaderborn.de
Reiki-Seminare - Meisterausbildung, regelmäßige Austauschabende, Reiki-Weisheitstraining - werde Meister/in deines Lebens, Mediale Lebensberatung - das Alte darf vergehen um dem Neuen Platz zu machen.

Mandala-Institut für bewusstes Leben
Christa-Maria Gerigk
38518 Gifhorn, Fasanenweg 8
Tel.: 05371-56660, Fax: 05371-17862
www.Mandala-Institut.de
Aus- und Weiterbildung, alle Grade

der GRÜNE Treff, Renate Grüne
Reiki-Meisterin (The Reiki Alliance)
38640 Goslar, Hoher Brink 31
Tel.: 05321-42666
Fax: 05321-313591
www.der-gruene-treff.de
EMail: info@der-gruene-treff.de
Gesundheitsberaterin + Fastenleiterin

PLZ 40000

Gerlinde Wittler
Reiki-Meisterin, Gesundheitspraktikerin (BFG)
40627 Düsseldorf, Naumburger Str. 17
Tel.: 0211-277350, EMail:
post@reiki-corner-duesseldorf.com
www.reiki-corner-duesseldorf.com
Seminare, Anwendungen, Austauschtreffen

Reiki-Meister, Frank Doerr
42929 Wermelskirchen
Irlenweg 18
Tel.: 06021-9219399
EMail: info@reikiland.de
www.reiki-taunus.de
Alle Grade

PLZ 50000

GESUNDHEITSPRAXIS
Theresia Wenzel-Koch, Heilpraktikerin
50935 Köln, Dürener Str. 252
Tel.: 0221-464046
Alle Grade, Homöopathie, Shiatsu

GIATO - Reiki & Körperinformation
Gesundheit durch Bewusstsein
Gerd Knieps - Jikiden-Reiki Practitioner
Behandlung, Ausbildung, Seminare
53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler
Niederhutstraße 68
Fon +49 2641 207 79 66
mail@giato.de - www.giato.de

Die Geistige Aufrichtung®
Sabine Grimm
55262 Heidesheim am Rhein
Im Dechand
Tel.: 0170-2842607
Fax: 06132-4368077
mail@sabinegrimm.de
www.geistheilung-heute.de
Seminare, Behandlungen, Reiki & Ausbildung für das Geistige Heilen

PLZ 60000

Praxis für Entspannung & Beratung
Shanta Nicole Richter B.A.
Heilpraktikerin (Psychotherapie),
Reiki-Meisterin/-Lehrerin
60433 Frankfurt, Im Geeren 121
Tel.: 069-612194
Mobil: 0176-51575308
info@shanta-richter.de
www.shanta-richter.de
Reiki-Seminare aller Grade, Psychologische Beratung, Familienstellen, Heilkreise, Frauenkreise

Bettina Pilz
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Ganzheitliche lösungsorientierte Therapie und Reiki
Jikiden Reiki: Behandlungen, Seminare, Ausbildung
Lutherstr. 2, 61231 Bad Nauheim
Tel.: 06031-770298
www.reiki-coach.com

Studio für Tiefenentspannung
Dieter Schwemler
63456 Hanau, Darmstädter Str. 126
Tel.: 06181-62721
Fax: 06181-9691588
Ausbildung trad. Reiki 1-3 (max. 3 Pers.), monatl. Reikitreff, Einzelsitzungen

Naturheilpraxis Diana Dörr
Reiki-Lehrerin, Heilpraktikerin
61350 Bad Homburg, Saalburgstr. 95
Tel.: 06172-937231
Fax: 06172-937228
EMail: info@dianadoerr.de
www.dianadoerr.de
Reiki-Seminare und Behandlungen, Kinderkurse, Reiki-Treffen, Rückführungen, Schamanische Reise und Heilrituale, Signaturzellheilung, Geistiges Heilen.

Naturheilpraxis Martina Bott
Heilpraktikerin/ Reiki-Meisterin
63755 Alzenau, Rannenbergring 15
Tel.: 06023-999320
www.naturheil-praxis-bott.de
Ausbildung trad. Reiki 1-3 (max. 3 Pers.), monatl. Reiki-Treffen, Bachblüten, Bioresonanz, Craniosakrale Therapie, Dorn, klass. Homöopathie, Astrologie

Naturheilpraxis
Anita Bind
64807 Dieburg
Friedrich-Ebert-Straße 38
Tel.: 06071-6043700
EMail: anita.bind@gmx.de
www.anita-bind.de
1. und 2. Grad

Praxis Lust-zu-Leben
Sabine Hochmuth
65191 Wiesbaden, Parkstraße 101
Tel.: 0173-6545961
EMail: info@lust-zu-leben.de
Reiki-Coaching sowie Reiki-Aus- und Fortbildungskurse jeweils für Erwachsene und Kinder

Reiki-Do Institut Rhein-Neckar
Mark Hosak
Reiki Meister/Lehrer, Begründer des Shingon Reiki
69412 Eberbach, Friedrichstr. 6
Tel.: 06271-947957
EMail: office@markhosak.com
www.markhosak.de
Seminare, Ausbildungen, Beratungen

PLZ 70000

Reiki-Meisterin und -Lehrerin
Sonja Carabelli
70567 Stuttgart
Alfred-Dehlinger-Str. 8
Tel.: 0711-712796
Fax: 0711-7170603
EMail: sonja.carabelli@googlemail.com
www.reiki-sonja-carabelli.de
Einweihungen in alle 3 Grade, Energiearbeit, Clearing und Rückführungsintegration

Das 2. große Sonderheft des Reiki Magazins:

Chujiro Hayashi – Leben & Wirken

Erhältlich im Reiki-Shop auf: **www.reiki-magazin.de**

Wiederverkäufer können die **Konditionen/Rabatte** erfragen unter: service@reiki-magazin.de

Meditationen für dich – Heilungsmeditation und Lichtmeditation

Auf dieser gemafreien Audio-CD hören Sie zwei geführte Meditationen, gesprochen von **Michaela Weidner**. Musik von **Volker Höh** (Somachord und 12-string Steel Guitar) und **Wolfgang Wendel** (Xiao-Flöte, Querflöte und Bass-Querflöte).
Bonus: Eine instrumentale Improvisation.
Gesamtlänge: 71.32 min • Preis: 16,50 Euro incl. 19 % MwSt

Bestellmöglichkeit & Hörproben: **www.reiki-kinderbuch-und-mehr.de**

Michaela Weidner
Reiki-Meisterin/Lehrerin

Lerchenweg 2
72514 Inzigkofen-Vilsingen
Tel.: 07571/14922
e-Mail:
michaela.weidner@reiki-fit.de
Internet: www.reiki-fit.de

霊気

Grad I-III, Kinderkurse, Chakreneinweihungen
Reiki-Treffen jeden 1. Donnerstag im Monat

www.lebensenergie-oase.de

Ein besonderer Platz im Alpenvorland in herrlicher Natur!

Seminarhaus für Ihre Intensivseminare
mit max. 10 Teilnehmern
Gerne Selbstversorger oder
Verpflegung nach Wunsch
Ferienwohnungen für
2 bis 9 Personen (ab 3 Ü)

Angela Zellner • Reiki-Meisterin und -Lehrerin • Tel. 08862-8147
Email: angela.zellner-reiki@arcor.de
Enzianweg 18, 86984 Prem - Gründl bei Lechbruck • Oberbayern/ Ostallgäu

ALL-EINS Akademie - Zentrum für Energiearbeit
Julia Weitzenegger
72108 Rottenburg am Neckar
Gelber Kreidebusen 42
Tel.: 07472-440464,
EMail: jtweitzenegger@hotmail.com
www.all-eins-akademie.de
Einweihung in alle Grade, Prana-Reiki, Engel-Reiki, Crystal-Reiki & Schamanisches Reiki. Reiki DVD "Reiki and More ..." Ausbildung zum Heil- und Seelenberater

Energetische Heilpraxis
Michaela Weidner
Reiki-Meisterin/Lehrerin
72514 Inzigkofen-Vilsingen
Lerchenweg 2
Tel.: 07571-14922
EMail: michaela.weidner@reiki-fit.de
www.reiki-fit.de
Grad I-III, Kinderkurse, Chakreneinweihungen, Reiki-Treffen

Praxis für psychologische Psychotherapie
Margarete Schweizerhof
Dipl.-Psych., Dipl.-Soz.
75417 Mühlacker, Herrenwaag 6
Tel.: 07041-8180288
Fax: 07041-8180289
Alle Reiki-Grade, offene Reiki-Treffen, Behandlungen, Krisenintervention

Reiki-Institut Freiburg
Benjamin Maier
79110 Freiburg, Windausstr. 12
Tel.: 0761-1552526
EMail: info@schamanischer-heiler.de
www.reiki-institut-freiburg.de
Reiki lernen: 1. Grad, 2. Grad, Meister/Lehrer Ausbildung (3. Grad) - kostenlose Probesitzung

PLZ 80000

Die Geistige Aufrichtung®
Carolin & Alexander Toskar
81679 München
Tel.: 089-35899269
www.geistige-aufrichtung.com
Seminare, Reiki und geistiges Heilen

Seminarzentrum Isabella Petri
83370 Seeon, Wattenham 33
Tel./Fax: 08624-2817
EMail: IsabellaPetri@aol.com
www.IsabellaPetri.de
Reiki 1. Grad bis Lehrerausbildung
Tradit. Reiki-Ausbildung des Usui-Systems; Mitglied Reiki-Alliance Deutschland e.V.;
Reikitreffen und Behandlungen;
Bewusstseinsarbeit in Einzelsitzungen, Intensivseminaren und als Firmentraining

Angela Zellner
86984 Prem-Gründl
Enzianweg 18
Tel./Fax 08862-8147
www.lebensenergie-oase.de
1. und 2. Grad, offene Abende

PLZ 90000

Ausbildung – Seminare – Workshops
Klaus X. Ruhland, anerk. Heiler d. DGH e.V., Schamane, Coach, Reha-Sport Trainer in München, Straubing und Graz (A)
94330 Geltolfing
Flughafenweg 12
Ausbilder für Geistige Heiler, Reiki Meister/Lehrer, schamanische Begleiter
Energetische, geistige, spirituelle Heiltechniken; Selbstfindung/-heilung
Bewusstseinsentwicklung, Erfolgs-Coaching,
www.sei-die-einheit.de &
www.heilungswege-bayern.de

>>> Eintrag im Reiki-Branchenbuch:

vier Ausgaben in Folge
für nur 90,- € / Jahr
(15% Rabatt bei Doppeleintrag Heft + Website im 1. Jahr)

Datenannahme:
Dorit von Wilcke
E-Mail: info@reiki-magazin.de
Tel.: 030 - 89 74 60 93
+ über unsere Website:
www.reiki-magazin.de
dort: „Reiki-Anbieter-Verzeichnis“
dort: „Eintrag in die Druckausgabe des Reiki Magazins“

15 Reiki Magazine zum Super-Sonderpreis!

Für nur 29,80 Euro erhalten Sie 15 frühere Ausgaben des Reiki Magazins voller interessanter Reiki-Geschichten, Artikel, Interviews und Meldungen – zeitlos spannend und berührend!

▶ Bitte bestellen Sie online im Reiki-Shop, in der Kategorie „Reiki Magazine“, oder per E-Mail an info@reiki-magazin.de oder per Post (Adresse siehe S. 66).

Kleinanzeigen

Gesundheit

Hochwertige Nahrungsergänzung
Algen, Darmgesundheit, Omega-3
OPC, Vitalpilze uvm.
Gute Gesundheit – Gute Preise
Tel.: 06124 – 72 69 154
www.feine-algen.de

Stressbewältigung, Elektrosmog, Wasseradern
Hochwirksame Lebensraum-Harmonisierung von Baubiologen u. Anwendern bestätigt
Hamoni®Harmonisierer
www.elektrosmoghilfe.com
www.erdstrahlenhilfe.com
Tel.: 0043 680 237 1908

Ihr Naturheilmittel aus Russland
Ideal für Verdauung, Diabetes, Allergien,
Asthma und Hautprobleme.
Plus Anwendung als hochwirksamer
Wasserfilter. 0043 680 237 19 08
www.heilschungit.com

Urlaub/Reisen

REIKI, KLANG & WELLNESS in Südschweden. 12.08.2019-19.08.2019 im einfachen Ferienhaus (3DZ) in naturschöner Lage mit Badesee in unmittelbarer Nähe.Bei eigener Anreise beinhaltet diese Erlebniswoche für 4-6 Personen: 7x Übernachtung/ Frühstück, Reiki, Klang-/Wellnessmassagen, Bogenschiessen & Meditation. Info/Kontakt:
staack.ka@gmail.com oder 0151-28453721

Retreats & Auszeit: www.LittleParadise.Hamburg

Urlaub »meditativ–kreativ–inspirativ«
Auftanken in ungezwungener Atmosphäre, Baden im kristallklaren Wasser, in die Tiefe gehen mit Gleichgesinnten. Inside Travel vermittelt Reisen, die anders sind. Intensivkurse zu spirituellen & therapeutischen Themen, Wüsten- & Delfin-touren sind ebenso zu finden wie offene, frei wählbare Kurse im Kreativ- und Meditativbereich in Griechenland, Spanien, Türkei.
Tel : +49-8071-2781, www.inside-travel.com

Spirituelle Reisen für Lebensgenießer! In einer inspirierenden Umgebung mit liebevoller und kompetenter Unterstützung ist eine Auszeit und stille stehen bei Lebensfragen plus Urlaub möglich.
Fokke Brink & Maria Kumb, Tel.: +30-27320-66188, Mobil: +30-693-8685879, EMail: reiki4u2@otenet.gr, www.fokkebrink.info

Urlaub/Reisen

"Touching India's Heart" Reisen mit allen Sinnen erleben. - Jetzt unter neuem Namen! - Eintauchen in die verzauberte tropische Landschaft Südindiens, Keralas. Lass Dich berühren auf allen Ebenen, durch Ayurveda-Massagen, Yoga, Meditation, Reiki, exotische Küche und das "Einfach nur sein". Inspirierende Ausflüge zum Tempel, Ashram, Hausboot-Tour in die Backwaters, Elefanten füttern, Bergtour mit Dschungel und Teeplantagen und einiges mehr erwartet Dich, um einzutauchen in eine Andere Welt und zu Dir. Special Angebot: Palmblattlesung (Bangalore) sowie Nordindien-Tour (Delhi, Varanasi).
Info und Anmeldung: Simone Grashoff
Tel.: 0049-(0)176-20801555
Email: welcome@touching-indias-heart.com
www.touching-indias-heart.com

500 Fasten-Wanderungen überall
Früchte mögl., Woche ab 330 €
Tel. 0631-47472
www.fastenzentrale.de

Verschiedenes

Retreats & Auszeit: www.LittleParadise.Hamburg

Brauchen Sie eine Webseite? Ivan macht den Meister Grad. Den Weg dorthin pflastert er finanziell durch Erstellung von Webseiten. Er macht sie klein oder groß, maßgeschneidert nach Ihren Wünschen. Schauen Sie auf seine Homepage für Beispiele und für Kontaktdaten www.ivan.eu

Mein Weg 2019? Astrologischer Rat für alle Fragen des Lebens www.sternen-balance.de

Licht- & Naturmedizin
Sonnenhellprodukte, Heilerseminare,
www.hygeianaturheilpraxis.de

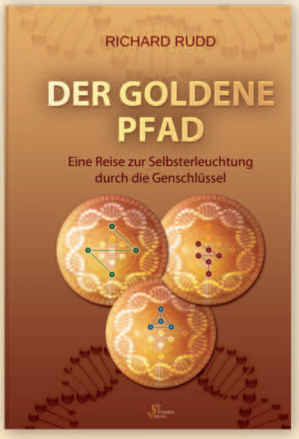
Sie möchten hier inserieren?

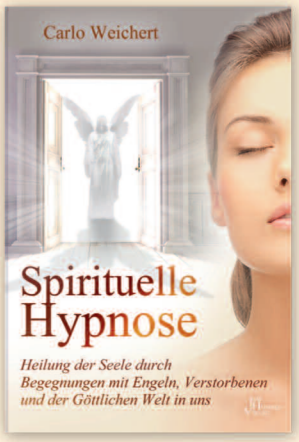
Kleinanzeigen privaten Charakters sind für unsere Abonnenten kostenlos (eine Anzeige pro Ausgabe). Weitere private wie auch gewerbliche Kleinanzeigen kosten 5,- Euro je angefangene 50 Anschläge und werden gegen Vorkasse veröffentlicht. Der Anzeigenschluss für die Ausgabe 2/19 ist am 22.02. 2019.
Bitte senden Sie Ihre Kleinanzeige an den: olivers Verlag, Wiesbadener Straße 14, 12161 Berlin – oder tragen Sie den Text online ein, auf: www.reiki-magazin.de, bei Stichwort „Netzwerk“, dort: „Kleinanzeigen“.

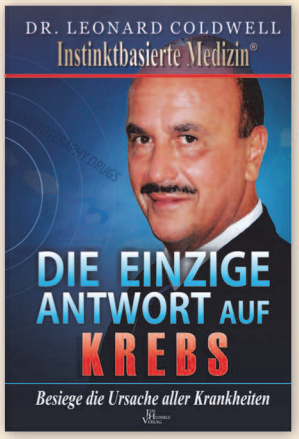
Sie möchten einen Eintrag im Reiki-Branchenbuch?

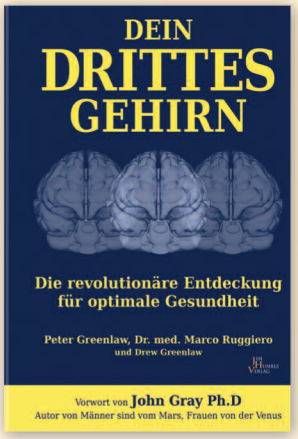
Sie können im Reiki-Branchenbuch (S. 58-61) einen Adresseintrag schalten, für Ihr Reiki-Zentrum, Ihre Reiki-Praxis! Für vier Ausgaben in Folge, für 90,- Euro im Jahr (inkl. MwSt.).
Wenn Sie einen Eintrag sowohl im Heft als auch auf unserer Website schalten möchten (Info zum Adresseintrag online siehe S. 8!), erhalten Sie 15% Rabatt für beide Einträge, im ersten Jahr.
Schicken Sie uns den Text Ihres Reiki-Adresseintrags an: info@reiki-magazin.de – oder rufen Sie uns an: Tel.: (030) 89 74 60 93 – oder geben Sie Ihren Eintrag direkt online, auf unserer Website, ein: www.reiki-magazin.de, dort unter: „Reiki-Anbieterverzeichnis“, dort: „Eintrag in die Druckausgabe des Reiki Magazins“.
Bei Fragen kommen Sie gerne auf uns zu:
Tel.: 0170-421 24 22 (Dieter Leisebein).

Bestseller aus dem Jim Humble Verlag









JIM HUMBLE VERLAG

Aufklärung.
Gesundheit.
Bewusstsein.

www.jimhumbleverlag.com
info@jimhumbleverlag.com

© zolotareva_elina - Fotolia.com

Zum Schluss

Muster

Von Oliver Klatt

Im Oktober hatte ich die Möglichkeit, Rupert Sheldrake zu interviewen. Er war für einen Tag in Berlin, anlässlich seines Vortrags an der Urania zum Thema seines neuen Buches: „Die Wiederentdeckung der Spiritualität“.* Rupert Sheldrake ist vielen durch seine These der morphogenetischen Felder bekannt. Er gehört zu den Vorreitern eines neuen, ganzheitlichen Weltbildes, das Naturwissenschaft und Spiritualität miteinander verbindet.

In seinem aktuellen Buch geht er auf sieben Praktiken ein, die in spirituellen Zusammenhängen wie auch in wissenschaftlichen Studien gut abschneiden. Das heißt: Diese Praktiken haben in vielerlei Hinsicht eine sehr positive Wirkung auf Menschen, die sie praktizieren. Zu diesen Praktiken gehören u.a. Meditation, bewusste Dankbarkeit, Pilgerreisen – und spirituelle Rituale.

Rituale & Gewohnheiten

Im Buch, im Kapitel „Rituale und die Präsenz der Vergangenheit“, stellt Sheldrake u.a. fest: „In Gewohnheiten werden vorherige Muster unbewusst wiederholt. In Ritualen werden sie bewusst wiederholt. In Gewohnheiten ist die Präsenz der Vergangenheit unbewusst. In Ritualen ist sie uns bewusst.“

Diese Sätze finde ich insofern bemerkenswert, da sie einen direkten Zusammenhang herstellen zwischen zwei Bereichen, die uns beim Praktizieren der Reiki-Methode ab dem 2. Grad begegnen. Dabei werden wesentliche Unterschiede zwischen beiden Bereichen deutlich.

Bei einer zentralen Technik des 2. Grades geht es u.a. darum, Gewohnheiten zu heilen. Gewohnheiten – d.h. die unbewusste Wiederholung vorheriger Muster – werden als nicht hilfreich für die spirituelle Entwicklung angesehen. Sie sollen geheilt werden. Dies gilt insbesondere für „schlechte Gewohnheiten“. Die Art, wie die Vergangenheit in ihnen präsent ist, wird als nicht zuträglich betrachtet.

Ganz anders bei Reiki-Einweihungen: In diesen werden ebenfalls vorherige Muster wiederholt. Hier handelt es sich jedoch um Rituale, nicht um Gewohnheiten. Durch den einweihenden Meister werden vorherige Muster wiederholt – jedoch nicht unbewusst, sondern vielmehr sehr bewusst.

Ein spirituelles Ritual, d.h. die bewusste Wiederholung vorheriger, spiritueller Muster, wird als hilfreich für die spirituelle Entwicklung angesehen (bei der Reiki-Methode u.a. vor dem Hintergrund, dass das Geben von Einweihungen Praxis auf der Meisterebene ist). Die Art, wie die Vergangenheit in diesen Mustern präsent ist, wird als zuträglich betrachtet.

Kontinuität

In Reiki-Einweihungen lebt die initiale Erfahrung Mikao Usuis auf dem Kurama-Berg immer wieder von neuem auf. Reiki-Einweihungen verbinden mit dem Ursprung der Reiki-Methode, wie Usui sie empfangen und praktiziert hat. Sie bilden für den neu eingeweihten Schüler die Basis seiner Praxis. Für den einweihenden Meister sind sie Praxis auf der Meisterebene.

Dies ist einer der Gründe, warum eine spirituelle Linie zurück bis zu Usui von vielen Reiki-Praktizierenden als so bedeutsam erlebt wird. ■

* Das Interview mit Rupert Sheldrake wird in der Frühjahrsausgabe des Reiki Magazins erscheinen.

Das Reiki Magazin Abo

Wir freuen uns, wenn Sie Abonnent/in des Reiki Magazins werden und unsere Arbeit für die deutschsprachige Reiki-Gemeinschaft damit unterstützen! Für ein Neu-Abonnement und/oder für ein Geschenk-Abo erhalten Sie eine Abo-Prämie. Wählen Sie aus:

Abo-Prämie 1

Reiki-Anstecker

Ohne Zuzahlung

Sie sparen 3,20 € im Vgl. zum Kaufpreis.

Die Reiki-Anstecker gibt es in insgesamt zwölf Farben (siehe S. 57). Als „Abo-Prämie 1“ senden wir Ihnen *einen* Anstecker in einer Farbe *unserer* Wahl kostenlos zu.

Ihre Vorteile als Abonnent/in:

- Sie erhalten das Reiki Magazin frei Haus
- Sie erhalten eine Abo-Prämie
- Sie können eine Kleinanzeige privaten Charakters je Ausgabe (auch auf der Website) kostenlos schalten

Abo-Prämie 2

„Die Reiki-Systeme der Welt“

Mit Zuzahlung von 5,- €

Sie sparen 9,80 € im Vgl. zum Kaufpreis.

Das Buch „Die Reiki-Systeme der Welt“ ist das Standardwerk zur Geschichte des Usui-Systems des Reiki und zu den verschiedenen, anerkannten Reiki-Stilen weltweit. 270 Seiten. Von Oliver Klatt. Erschienen bei Windpferd. www.windpferd.de

WINDPFERD

Abo-Prämie 3

Reiki-Baumwolltasche

Ohne Zuzahlung

Sie sparen 2,80 € im Vgl. zum Kaufpreis.

Helle Baumwolltasche, ca. 38 x 42 cm (Breite x Höhe) plus Henkel, mit Reiki-Symbol und Reiki-Schriftzug in Bordeaux-Rot und Hinweis auf das Reiki Magazin. 100 Prozent Baumwolle, mit "Global Organic Textile" Standard Siegel. Waschbar.

Bestellcoupon für Abonnement und/oder Geschenk-Abo

Rechnungsempfänger:

Name, Vorname

Straße

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Ich zahle auf folgende Weise (Zahlungsempfänger: O. Klatt):

☐ per Überweisung ☐ per Lastschrift/nach Erhalt der Rechnung

Wenn Sie sich für das **Lastschriftverfahren** entscheiden und uns bislang noch kein entsprechendes SEPA-Lastschriftmandat von Ihnen vorliegt, senden wir Ihnen nach Erhalt dieses Coupons ein Formular – SEPA-Lastschriftmandat – zu. Dieses bitte ausfüllen und an uns zurücksenden (per Post, Fax oder als Scan per E-Mail!). Nach Erhalt des Mandats werden wir Ihre Bestellung dann schnellstmöglich bearbeiten.

Alternativ können Sie auf unserer Website www.reiki-magazin.de das für ein Abonnement nötige **SEPA-Lastschriftmandat downloaden** (siehe www.reiki-magazin.de/abonnement.html) und dieses ausgefüllt beilegen.

☐ Ja, ich möchte das REIKI MAGAZIN abonnieren.

☐ ab dieser Ausgabe ☐ ab der nächsten Ausgabe ☐ ab Ausgabe .....

Zunächst für ein Jahr (vier Ausgaben) zum Preis von derzeit jährlich € 34,- inkl. Porto und Versand A + CH: € 38,- inkl. Porto und Versand. Sonstiges Ausland: € 39,- inkl. Porto und Versand.

Das Abonnement verlängert sich jeweils um ein weiteres Jahr zu den gültigen Bedingungen, wenn es nicht 6 Wochen vor Ablauf des Bezugszeitraumes, beginnend mit dem Erscheinungsdatum der ersten Ausgabe, die Sie erhalten, gekündigt wird.

Ich wähle

☐ Prämie 1: Reiki-Anstecker - (ohne Zuzahlung) Lieferung in einer Farbe unserer Wahl

☐ Prämie 2: Buch „Die Reiki-Systeme der Welt“ - (mit Zuzahlung von 5,- Euro)
Achtung: bei Versendung ins Ausland + 6,00 € Porto- und Verpackungspauschale / im Inland kostenlos

☐ Prämie 3: Reiki-Baumwolltasche - (ohne Zuzahlung)
Achtung: bei Versendung ins Ausland + 4,00 € Porto- und Verpackungspauschale / im Inland kostenlos

☐ Ich bestelle ein Geschenk-Abonnement* für eine/n Reiki-Freund/in! = Reiki Magazin-Abo ein Jahr: € 34,- (in CH + A: € 38,-) / Sonst. Ausl.: € 39,-

Die Abo-Prämie meiner Wahl habe ich oben angekreuzt.
Die Prämie soll gehen ☐ an mich ☐ an meine/n Reiki-Freund/in

Keine automatische Verlängerung; es sei denn, dies ist Ihr Wunsch - dann kontakten Sie uns bitte!

Name u. Adresse der beschenkten Person:

Senden Sie diesen Coupon an:

Deutschland & Schweiz:
olivers Verlag
Wiesbadener Str. 14, D-12161 Berlin
Fax: 030 - 89 74 60 94

Österreich:
Siegfried Süss
Loudonstr. 39, A-1140 Wien
Fax: 01 / 979 50 78

* Ein Geschenk-Abo können Sie für eine /n Reiki Freund/in bestellen. Sie bezahlen, er/sie erhält für ein Jahr das Reiki Magazin. (Wenn Sie eine automatische Verlängerung wünschen, kontakten Sie uns bitte dazu!) Die gewünschte Prämie erhalten Sie ODER Ihr/e Reiki-Freund/in (bitte entsprechend ankreuzen). Andere Verfahrensweisen sind leider nicht möglich.

REIKI MAGAZIN

Ausgabe 02 / 2019

Rupert Sheldrake im Interview

Rupert Sheldrake wurde durch seine These der morphogenetischen Felder international bekannt. Er gehört zu den Vorreitern eines neuen, ganzheitlichen Weltbildes, das Naturwissenschaft und Spiritualität miteinander verbindet. Oliver Klatt führte in Berlin ein Interview mit ihm.

Reiki in Französisch-Polynesien

Französisch-Polynesien ist ein französisches Überseegebiet im Südpazifik, das sich über mehr als 2.000 Kilometer erstreckt und mehr als 100 Inseln umfasst. Isabelle d'Hennezel, Präsidentin des polynesischen Reiki-Verbandes, berichtet über Reiki in Polynesien.

Die Erscheinungstermine der drei kommenden Ausgaben des Reiki Magazins (für Ihre Planung) sind:

- Ausgabe 2/2019: Erscheinungstermin in der 13. Kalenderwoche 2019, Ende März 2019 (Anzeigenschluss: 18. Februar 2019 / für Kleinanzeigen & Adresseinträge: 19. Februar 2019)
- Ausgabe 3/2019: Erscheinungstermin in der 26. Kalenderwoche 2019, Ende Juni 2019 (Anzeigenschluss: 20. Mai 2019 / für Kleinanzeigen & Adresseinträge: 21. Mai 2019)
- Ausgabe 4/2019: Erscheinungstermin in der 38. Kalenderwoche 2019, Mitte September 2019 (Anzeigenschluss: 12. August 2019 / für Kleinanzeigen & Adresseinträge: 13. August 2019)

Verlag:
olivers Verlag
Inhaber: Oliver Klatt
Wiesbadener Str. 14, 12161 Berlin
Tel.: 030 - 89 74 60 93
Fax: 030 - 89 74 60 94
E-Mail: info@reiki-magazin.de
www.reiki-magazin.de

Herausgeber:
Oliver Klatt (V.i.S.d.P.)

Redaktion:
olivers Verlag - Oliver Klatt
Devrientweg 15a, 12207 Berlin
Tel.: 030 - 85 73 16 40
E-Mail: redaktion@reiki-magazin.de

Freie Mitarbeiter/innen:
Frank Doerr, Prem Simone Grashoff, Janina Köck, Franziska Rudnick, Michaela Weidner, Steffi Salchow

Anzeigenbetreuung:
Dieter Leisebein
Tel.: 0170 - 421 24 22
Fax: 030 - 89 74 60 94
E-Mail: anzeigen@reiki-magazin.com

Anzeigenpreise:
siehe Media-Mappe Nr. 3

Kundenservice:
Dorit von Wilcke
Tel.: 030 - 89 74 60 93
E-Mail: verlag@reiki-magazin.de

Gestaltung & Satz:
Janine Warmbier, Hamburg

Re-Design 2005:
Nina Schiller

Druck:
Divyanand Verlags-GmbH, Herrischried

Einzelpreis:
€ 8,50 • A: € 8,90 • CH: SFR 9,90

Jahres-Abo (4 Ausgaben):
D: € 34,- / A + CH: € 38,-
Sonstiges Ausland: € 39,-

Bankverbindung:

• Deutschland:
olivers Verlag
Deutsche Bank
IBAN: DE47 1007 0024 0426 7050 00
BIC: DEUTDEDBBER

Abonnentenverwaltung:

• Deutschland
Dorit von Wilcke
Tel.: 030 - 89 74 60 93
Adresse siehe Verlag

• Österreich:
Siegfried Süss
Loudonstr. 39, 1140 Wien
Tel. & Fax: 01 / 979 50 78

• Schweiz
siehe Verlag

Copyright Texte: Alle Rechte vorbehalten; Copyright olivers Verlag, Berlin, oder bei den AutorInnen. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Verlages. Die namentlich gekennzeichneten Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandtes Material übernimmt der Verlag keine Gewähr. Die Beiträge sind von den AutorInnen und dem Verlag sorgfältig erwogen und geprüft. Jegliche Haftung der AutorInnen bzw. des Verlags ist dennoch ausgeschlossen. Die Anzeigeninhalte entsprechen nicht immer der Auffassung der Redaktion.

Copyright Fotos: siehe im jeweiligen Beitrag

ISSN 1432-5063

Vertriebskennzeichen:
Pressepost A 42880

Das Reiki Magazin erscheint quartalsweise seit Januar 1997.

Hinweis zur ProReiki-Verbandsseite:
Für die Inhalte der Verbandsseite von ProReiki – der Berufsverband e.V., die in jeder Ausgabe des Reiki Magazins erscheint, ist der Verband selbst vollumfänglich verantwortlich.

Wichtiger Hinweis:
Die in diesem Heft beschriebenen Methoden und Empfehlungen sollen ärztlichen Rat und medizinische Behandlung nicht ersetzen. Alle Informationen sind sorgfältig recherchiert und werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Dennoch übernehmen die Autoren und der Verlag keinerlei Haftung für Schäden irgendwelcher Art, die direkt aus der Anwendung oder Verwendung der Angaben in diesem Buch entstehen. Die Informationen im Reiki Magazin, die im Zusammenhang mit Behandlungsmethoden und -empfehlungen stehen, sind für Interessierte zur Weiterbildung gedacht.

Adresseinträge:
Für die Schaltung eines Adresseintrags im Reiki Magazin und auf der Reiki-Magazin-Website besuchen Sie bitte unsere Website www.reiki-magazin.de, Stichwort „Reiki-Anbieter" - oder senden Sie eine E-Mail an: info@reiki-magazin.de

Bei Umzug:
Bitte teilen Sie uns mindestens zwei Wochen vor einem Umzug Ihre neue Adresse mit. Nachsendeanträge für Briefpost gelten leider nicht für die Zusendung von Zeitschriften.

SEPA-Lastschriftmandate:
Unsere SEPA-Lastschriftmandate stehen online zum Download bereit auf:
www.reiki-magazin.de/abonnement.html
(für Abonnements)
www.reiki-magazin.de/eintrag-druckausgabe.html
(für Adresseinträge)

Reiki-Urkunden & Stempel

- Serie C -

- Serie D -

- Serie A -

Urkunden für 2,- € pro Stück

- Serie B -

Neue, handgefertigte Reiki-Meister-Stempel aus Stein von „Stempelmacher" Fokke Brink in zwei verschiedenen Versionen (Unikate mit dem japanischen Zeichen für „Ursprung, Original", in Yin- oder Yang-Version)
– limitierte Auflage –
für nur 98,- Euro/Stück (inkl. MwSt.)

Meisterstempel Symbol „Ursprung"!

Bestellen Sie entweder die Yin-Version dieses Stempels (unten rechts, roter Hintergrund) oder die Yang-Version (unten links, weißer Hintergrund). Oder gleich beide (= ein „schönes Paar"). Mitgeliefert wird ein Echtheitszertifikat je Stempel + Erläuterungen.

Siehe auch im Reiki-Shop:
www.reiki-magazin.de

Zum Zeitpunkt wo ein Reiki-Meister ganz in seine Kraft kommt, legt er sich nach traditioneller Lehre einen original-handgefertigten Meisterstempel zu. Fortan tragen die Urkunden, die er an seine Seminarteilnehmer ausgibt, „seinen" Stempel. Stempelmacher Fokke Brink hat limitierte Serien solcher Meisterstempel exklusiv für die Reiki Magazin-Leserinnen und -Leser angefertigt. Jeder Stempel ist ein Unikat und handgearbeitet.

Das Meister-Set!

Meisterstempel (nach Wahl)
+ Stempelkissen + 17 Urkunden
(Serie nach Wahl / 10 x 1. Grad, 5 x 2. Grad und je 1 x Lehrer und Meister)
für insges. 119,- €

Urkunden-Kennenlern-Sets!

„Set 1 - gemischt"
(1 Urkunde je Serie/4 Stück) für 7,50 €

„Set 2 - gemischt"
(je 1 Urkunde aller vier Grade der drei Hochformat-Serien + 1 Urkunde der Querformat-Serie/13 Stück) für 23,50 €

Ja, ich bestelle:

- ○ ein Urkunden-Kennenlern-Set „Klein" für 7,50 €
- ○ ein Urkunden-Kennenlern-Set „Groß" für 23,50 €
- ○ einen Meister-Stempel „Ursprung/Yin" für 98,- €
- ○ einen Meister-Stempel „Ursprung/Yang" für 98,- €
- ○ ein kompl. Meister-Set für 119,- €

Urkunden-Serie ..... Meister-Stempel .....

..... Urkunden „1. Grad" der Serie .....

..... Urkunden „2. Grad" der Serie .....

..... Urkunden „Lehrer-Grad" der Serie .....

..... Urkunden „Meister-Grad" der Serie .....

Ich bezahle per:

❏ Überweisung nach Rechnungserhalt

❏ Lastschrift/nach Erhalt der Rechnung (derzeit nur für Konten in Deutschland)

Wenn Sie sich für das **Lastschriftverfahren** entscheiden und uns bislang noch kein entsprechendes SEPA-Lastschriftmandat von Ihnen vorliegt, senden wir Ihnen nach Erhalt dieses Coupons ein Formular – SEPA-Lastschriftmandat – zu. Dieses bitte ausgefüllt an uns zurücksenden, per Post, Scan oder Fax. Nach Erhalt des Mandats werden wir Ihre Bestellung dann schnellstmöglich bearbeiten.

Für Neukunden:

❏ Vorauskasse / Überweisung auf das Konto:

IBAN: DE47 1007 0024 0426 7050 00
BIC: DEUTDEDBBER
Kontoinhaber: Oliver Klatt

Bitte Artikel und Rechnung an:

Name: .....

Straße: .....

PLZ/Ort: .....

Land: .....

„Das Wunder besitzt genügend Klarheit für die,

die bereit sind zu glauben,

und genügend Dunkelheit für die,

die es nicht wollen.“

Blaise Pascal

© Romolo Tavani - Fotolia.com