靈氣 Reiki Magazin

靈氣 Reiki Magazin

AUSGABE 2/2019 · APRIL – JUNI
€ 8,50 · A: € 8,90 · CH: SFR 9,90
A 42860 · ISSN 1432-5063

Freude & Licht

✻ Reiki & Partnerschaft ✻ Die Wiederentdeckung der Spiritualität ✻ Reisen mit Reiki ✻

Das 3. Sonderheft des Reiki Magazins:

Hawayo Takata – Leben & Wirken

Hawayo Takata (1900-1980) legte den Grundstein für die weltweite Verbreitung der Reiki-Methode. Im Sonderheft wird das Leben und Wirken Takatas in bislang nicht gekannter Weise umfassend dargestellt, historisch akkurat und sehr authentisch. Zu Wort kommen Menschen, die Takata persönlich gekannt haben, sie erlebt haben, mit ihr Zeit verbrachten. Das Sonderheft wird unterstützt von Phyllis Furumoto, der Enkelin Takatas und Linienhalterin des Usui Shiki Ryoho, sowie von anderen Takata-Meistern, darunter Paul Mitchell, Wanja Twan und Rick Bockner, die alle mit eigenen Artikeln vertreten sind. Außerdem gibt es Artikel von Oliver Klatt und Justin Stein, die das Wirken Takatas aus heutiger Sicht, in zeitgemäßer Weise, reflektieren – sowie Beiträge von Mary McFadyen, Michael Hartley, Marta Getty und Mark Hosak.

Exklusiv: Viele unveröffentlichte Fotos aus dem Leben von Hawayo Takata und ein bislang unveröffentlichtes, aktuelles Interview mit Phyllis Furumoto.

Umfang: 80 Seiten!
Aktuell, informativ und inspirierend!

Preis: 11,80 Euro (inkl. MwSt.)

Sonderpreis **ab 5 Heften: 10 % Rabatt** = 10,62 Euro je Heft (inkl. MwSt).
Sonderpreis **ab 10 Heften: 25 % Rabatt** = 8,85 Euro je Heft (inkl. MwSt)

Plus Versandkosten, nach Porto und Aufwand, es gelten günstigere Versandkosten als für reguläre Reiki Magazin Shop-Bestellungen – bitte ggf. im Shop nachlesen oder nachfragen!

Bestellen Sie per E-Mail an: service@reiki-magazin.de
Oder über unseren Reiki-Shop auf: www.reiki-magazin.de
Oder per Post an den olivers Verlag, Wiesbadener Str. 14, 12161 Berlin

Reiki Convention 2019

20. Juni 2019: Meistertag
21. bis 23. Juni 2019: Praxistage
im Parimal Gut Hübenthal in Witzenhausen

Mit Workshops und Vorträgen von
Frans Stiene, Oliver Klatt, Mark Hosak, Sabine Hochmuth, Oliver Drewes, Elke Porzucek, Ageh Popat, Stefan Kanev , Bernfried Mönkemeyer u.a.

Mit Reiju & Reiki-Blessings, Reiki-Austausch, wissenschaftlicher Live-Studie, Podium, märchenhaftem Kuscheln, Specials und Lebenstanz

10 Jahre ReikiCon!
Mit Live-Musik & Lagerfeuer

Hier kannst du dich anmelden:
www.reiki-convention.de

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

immer wieder höre ich, wie viele sich darüber freuen, mit dem Reiki Magazin etwas ganz Konkretes, Dingliches in ihren Händen zu halten, das ihnen über Papier und Farbe eine direkte Erfahrung ermöglicht, ganz ohne technisches Gerät. So empfand eine Leserin beispielsweise die letzte Ausgabe „wie Vanille in den Händen ...“

Auch unser neues Sonderheft „Hawayo Takata – Leben und Wirken“ (siehe links) läuft erst zu voller Größe auf, wenn man es tatsächlich in den Händen hält. Für viele ist die wunderbare Energie darin so regelrecht spürbar. Ich freue mich, dass es uns gelungen ist, neben Mikao Usui und Chujiro Hayashi nun auch Hawayo Takata für ihr Wirken mit und für Reiki mit einem Reiki Magazin-Sonderheft zu ehren – und so umfassend, in zeitgemäßer Weise, über sie zu informieren.

Diese Ausgabe enthält wieder zahlreiche neue Impulse! Besonders zu erwähnen ist hier das inspirierende Interview mit Rupert Sheldrake (ab S. 14) sowie der Artikel über ein weiteres Senioren- und Pflegezentrum, wo Reiki seit kurzem für die Bewohner angeboten wird (ab S. 20). Auch der Berufsverband ProReiki ist einmal mehr Thema eines redaktionellen Beitrags, wobei auch kritische Themen nicht ausgespart werden.

Und noch etwas: Jahrelang war er nicht mehr erhältlich, nun hat Stempelmacher Fokke Brink eine weitere limitierte Serie davon aufgelegt: der „Ki-Stempel“ ist wieder da! Man kann ihn u.a. als Meisterstempel verwenden, zum Beispiel beim Ausstellen von Urkunden und Zertifikaten (> S. 67).

Nun wünsche ich viel Freude beim Entdecken dieser neuen Ausgabe des Reiki Magazins, das es nun schon seit 22 Jahren gibt! Im Jahr 2022, wenn die Reiki-Methode hundert Jahre alt sein wird, wird auch das Reiki Magazin seine hundertste Ausgabe herausbringen!

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

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

Vergünstigter Vorverkauf
vom 01.05. - 15.08.2019 unter
http://shop.dgh-ev.de

17. Kongress Geistiges Heilen

11. – 13.10.2019 IN ROTENBURG A. D. FULDA

Dachverband Geistiges Heilen e. V.
Tel.: 06043-9889035
www.dgh-ev.de · info@dgh-ev.de

DGH
Dachverband Geistiges Heilen e.V.

Heilen erleben, kennenlernen und verstehen

Schlank mit Reiki

30.05. - 02.06.2019

Gerd Knieps - Jikiden Reiki Practitioner
+49 2641 207 79 66 - reiki@giato.de
53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler

義阿堵 GIATO REIKI & KÖRPERINFORMATION

Inhalt

Artikel

14 **Die Wiederentdeckung der Spiritualität**
Interview mit Rupert Sheldrake – von Oliver Klatt.

20 **Reiki für Senioren**
Über „Reiki am Göttinger Luisenhof“ – von Franziska Rudnick.

24 **Partnerschaft und Reiki**
Seit einiger Zeit unterliegen die Beziehungsstrukturen in unserer Gesellschaft, was Familie und Partnerschaft angeht, großer Veränderung. Manuela Schurk-Balles, Reiki-Lehrerin und Mediatorin, gibt Impulse für ein erfüllenderes Miteinander. Lesen Sie ab S. 24.

28 **Reiki in Französisch-Polynesien**
Ein Artikel von Isabelle d’Hennezel.

36 **Wo geht es hin, ProReiki?**
Interview mit Angela Zellner – von Oliver Klatt

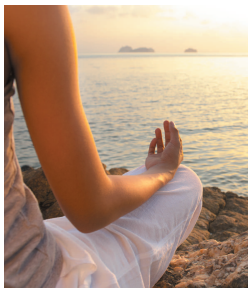
42 **Plädoyer für eine Qualitätssicherung im „Zweiten Gesundheitsmarkt“**
Ein Artikel von Prof. Dr. Hartmut Schröder.

44 **Reiki-Reise nach Bulgarien**
Ein Reisebericht, zusammengefasst von Sabine Hochmuth.

47 **Anfangen!**
Reflexion von Max Kruse.

48 **Der Gedenkstein für Mikao Usui – Teil 22**
Dr. Mark Hosak mit der weiteren Übersetzung der Inschrift des Usui-Gedenksteins.

Foto zu „Partnerschaft und Reiki“
© detailblick-foto - stock.adobe.com



Titelbild © Wachara Kireewong - 123rf.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 im Fernsehen

31 **Nachgefragt!**
11 Fragen an Ute Wehrend

32 **Rezensionen**
Drei Fachbücher

35 **Medientipps**
DVDs, CDs, Bücher

51 **Japanisches Gedicht**
„Wasserfall“

52 **Reiki-Geschichten**
„Der Reiki-Gedenkstein in Gersfeld“

54 **Rezept**
„Frischer Feldsalat“

56 **Comic**
„Lucy & Reikox“

64 **Zum Schluss**
Reflexion von Oliver Klatt

Service

57 **Reiki-Shopping**

58 **Reiki-Branchenbuch**

62 **Kleinanzeigen**

65 **Abo-Coupon & Prämien**

66 **Vorschau, Impressum**

Verbandsseite

23 **ProReiki**

Leserbeiträge

Stille

Stille, halt inne, lausche
und hör den Specht klopfen.
Er will dir etwas sagen.

Stille, halt inne, lausche
dem Rauschen des Windes.
Er will mit dir reden.

Stille, halt inne, lausche
dem Plätschern des Wassers.
Es will dir den Weg weisen.

Stille halt inne, lausche
der Melodie einer Flöte.
Sie will dein Herz berühren.

Stille, halt inne, lausche
und höre auf deine Gedanken.
Deine Seele will mit dir reden.

Stille, halt inne, deine Seele
will dir sagen wer du bist.
Spüre wie Frieden einkehrt.

Spüre das Leben.
Spüre den Frieden,
in der Stille.

Gedicht von Bernt Jürgens

Wie noch in seinen Trümmern der Buddhismus zu mir spricht

Turfan, den 13.9.2006
in der Ruinenstadt Jiaohe,
bei Umrumqui, NW-China,
Hauptstadt der Uiguren.

Buddha-Tempel, Trümmerstadt,
vom großen Stupa überragt,
Lehmwände in der Sonnenglut –
ein brennend Bild, das zu mir sagt:
Hier lag der Pilger höchstes Gut.

Hier war das heilige Geviert,
das von den Gläubigen umschritten wird,
Gebetes Trommeln um und um –
O MANI, MANI PADME HUM ...
O DU JUWEL IN DER LOTOSBLÜTE,
noch die Trümmer strahlen deine Güte.

Von allem seh'n wir hier nur Reste,
gerade das passt hier auf's Beste,
denn Buddhas Jünger auf dem Weg
durchschau'n Trug und Vergänglichkeit,
jedoch ihr harter Pilger-Steg
steigt auf zum Gipfel hoch und weit.

Achtfältig ist der Pfad,
acht Speichen hat das Rad,
das des Meisters Lehre spiegelt,
seinen Anspruch ernst besiegelt.

Buddhas Rad und Christi Kreuz
trennen Welten, trennen Weiten,
doch steh'n sie sich auch wieder nah,
wer will das im Ernst bestreiten,

bei beiden wir ein Ringen finden,
um Leid und Tod zu überwinden.

Für uns Christen kann sich's lohnen,
mehr als andern Religionen
dem Meister Buddha zu begegnen
und GOTT zu bitten, uns dabei zu segnen.

Mit Jesu Evangelium
berührt sich keiner sonst so nah
wie dieser wirklich Große –
Siddarta Buddha Gautama.

Du fragst natürlich: Inwiefern?
Ein andermal erklär ich's gern,
zuvor es um das EINE geht :
ERFAHRUNG hat Priorität !

OFFENBARUNG kann man nur *empfangen*,
entsprechend wird ein *WEG* gegangen,
NACHFOLGE heißt er dort wie hier,
denn nur mit dem *EIG'NEN LEBEN*
kann man echtes Zeugnis geben,
das wissen die Buddhisten
genau wie wir, die Christen.

Gedicht von
Pfarrer Dr. theol. Hans-Rudolf Bek

Die zwei Abbildungen sind Batikbilder von Rosemarie Bek-Ortloff (1934-2009), der Ehefrau von Pfarrer Hans-Rudolf Bek, entnommen aus: „Pilgerschaft. Religiöse Gedichte", Hans-Rudolf Bek, Abbildung mit freundlicher Erlaubnis des Autors.

Takata-Sonderheft

„Was für ein wunderbares Heft! Ich habe es am Wochenende im Zug fast vollständig gelesen und bin beeindruckt, begeistert, berührt von der Vielfalt und Tiefe – klasse!“
(Dieter Leisebein)

„Das Cover ist sehr schön zusammengestellt. Takata hätte es gefallen, sie trägt ihr Lieblingskleid, das sie von einigen ihrer Reiki-SchülerInnen geschenkt bekam.“
(Wanja Twan)

„Ein sehr gelungenes Werk. Danke dafür!“
(Isolde Betsch)

Heilung vom Guillain-Barré-Syndrom

Ich schildere hier eine weitere eigene Erfahrung zum Thema Krankheit und (Selbst-)Heilung. Vielleicht vermag dies manchen auch als Anregung dazu dienen, selbst „h(H)eiler“ zu werden. (...) Im Alter von 49 Jahren, als ich viele Jahre über beruflich sehr engagiert war und den Leistungsdruck massiv spürte, dachte ich oft bei mir: ‚Es geht schon irgendwie, es hat ja immer funktioniert‘. Wie schnell macht man sich doch etwas vor. Parallel dazu erlebte ich im Privaten eine über mehrere Jahre andauernde, sorgenvolle Zeit. Dieses „Gemisch“ führte schließlich unweigerlich zu einem Zusammenbruch. Es begann schleichend. Die ersten Symptome traten auf wie bei einer schweren Erkältung. Gliederschmerzen, besonders auch im oberen Rücken und im Nacken. In der Woche hatte ich natürlich keine Zeit zum Arzt zu gehen. Also suchte ich an einem Wochenende eine Notarztpraxis auf. Und nach zwei weiteren Arztbesuchen sollte ich mit einer Dringlichkeitsüberweisung schließlich im nächstliegenden Krankenhaus vorstellig werden. So machte ich mich auf den Weg ins Evangelische Krankenhaus Wesel, wo ich wie ein alter Bär langsam, mit schmerzenden und steifen Gliedern, vom Parkplatz ins Gebäude stapfte. Mein damaliger Hausarzt in Drevenack hatte nach meinem Besuch bei ihm bereits die Klinik über mein Kommen informiert. Noch auf der Behandlungsliege sitzend wurde ich, wie es in einer Notaufnahme üblich ist, untersucht. Zum Schluss der Aufnahmeuntersuchung setzte sich der Arzt auf einen Hocker und schaute mich an. Er hatte bereits die Verdachtsdiagnose meines Hausarztes vorliegen und wollte mich nun auf weitere Untersuchungen und auch die Einnahme von Medikamenten vorbereiten. Er sprach von einem „Ausschlussverfahren“ und einer vermuteten Krankheit mit dem Kürzel GBS (Guillain-Barré-Syndrom). Als ich danach fragte, was diese Krankheit mache oder sei, hörte ich nur noch, wie in einem Traum, etwas von mehreren Monaten Intensivstation, kompletter Lähmung, künstlicher Beatmung und Ernährung, langen Krankenhausaufenthalten, Pflegeheimen, Rollstühlen und vielleicht, mit viel Glück, in fünf Jahren wieder auf eigenen Beinen stehen. In diesem Moment wurde ich von einer inneren Ruhe erfasst. Mir war bewusst, dass ich in diesem Augenblick alles loslassen musste. Daher gab ich alle Sorgen und Ängste, die ich in mir trug, an Gott ab. Dann geschah etwas, was ich mir bis dahin nicht hätte vorstellen können: Ich sah einen Strahl Heilenergie vor meinem inneren Auge, wie er von oben in mich hineinfloss und meinen Körper erfüllte. Mit diesem Licht bekam ich klar und deutlich wie in einem Traum gesagt: Du gehst in 14 Tagen auf deinen eigenen Beinen wieder hier raus! In den folgenden vier bis fünf Tagen weitete sich diese Krankheit noch aus, bis sie schließlich zum Stillstand kam. Meine Füße und Beine waren von einer Lähmung betroffen, ebenso eine Gesichtshälfte und ein bisschen auch die Hände. Ich konnte meinen Kaffee nur mit Strohhalm trinken. Das Sprechen und insbesondere das Gehen musste ich in großen Teilen neu erlernen. Aber in mir war ein tiefes, festes Vertrauen auf die göttliche Heilung seit dem Aufnahmetag – und sobald ich allein in die Krankenhauskapelle gehen durfte, immer noch tapsend wie ein Bär, verbrachte ich wenigstens zweimal täglich für eine Stunde meine Zeit dort und betete und arbeitete mit dem Licht der Engel, wie ich es schon einmal gemacht hatte. Nach jedem Besuch in der Kapelle ging es mir ein Stück besser, leichter. Begleitend dazu nutzte ich meine Zeit im Krankenbett, mich mehrmals am Tag mit Reiki zu behandeln, was die Heilung weiter unterstützte und woraufhin die Schmerzen nachließen. Am 12. Tag nach meiner Einlieferung wurde ich entlassen und konnte auf meinen eigenen Beinen das Krankenhaus verlassen, das war im Mai 2005. Nun wurde ich wieder bei meinem Hausarzt vorstellig und erhielt Überweisungen zur Physiotherapie, welche ich gerne annahm, weil es spürbar meinen Muskelaufbau unterstützte. Meine erste Therapiestunde bei der Ergotherapeutin, eine Woche nach dem Krankenhausaufenthalt, war gleichzeitig meine letzte – da ich die sieben Tage zuvor zu Hause weiter für meine Selbstheilung genutzt hatte. Mit einer solch’ schnellen Heilung hatten auch die Ärzte nicht gerechnet.

Hermann Bonefeld
www.energiezentrum-bonefeld.de

Gedanken zur Eiszeit

Hoch sind die Minustemperaturen.
Das Eis scheint starrer als Starr.
Und doch wird die Sonne es zum Abschmelzen
bringen, wenn die Tage länger werden.
Nicht unsere Kalendertage,
sondern unsere Herzenstage.
Lang, lang waren die Nächte des Herzens.
Aber der Winter ist vorbei.
Das Herz kann wieder lachen.

Und jedes lachende Herz sorgt für längere Tage
und damit für mehr Sonne, um das starre Eis
sanft, aber stetig in Wasser zu verwandeln.
Fließendes Wasser, das
ohne Hilfe seinen Weg findet.
Lass Dein Herz hemmungslos lachen,
immer wieder und immer mehr –
und die warmen Herzenstage
verändern die Welt!
Der Starre ein Ende –
mit jedem Tropfen „Herzblut“.

Gedicht von Patricia Mönkemeyer

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!

Die 10. Reiki Convention!

Die Reiki Convention findet dieses Jahr bereits zum zehnten Mal statt, wie immer im Parimal Gut Hübenthal, in der Nähe von Göttingen. Neben den vielen Workshops und Vorträgen wird es diesmal auch besondere Events zum zehnjährigen Jubiläum geben – außerdem die beliebten Reijus & Reiki-Blessings, Open Spaces, Reiki-Austausch, Tanz und eine wissenschaftliche Live-Studie. Als Referenten sind u.a. mit dabei: Frans Stiene, Ageh Popat, Oliver Klatt, Dr. Mark Hosak, Sabine Hochmuth, Oliver Drewes, Stefan Kanev, Elke Porzucek, Bernfried Mönkemeyer und Patrick Grete. Die Inhalte der Vorträge und Workshops drehen sich u.a. um die Themen „Reiki-Symbole“, „Reiki-Einweihungen“, „Meditation“ und „Reinigungsrituale“.

Info
Praxistage 21.-23.06.2019
& Meistertag am 20.06.
www.reiki-convention.de

Neues Reiki-Treffen in Süddeutschland

Weil es südlich vom schönen Gersfeld in der Rhön kein größeres Reiki-Treffen gibt, haben sich Bettina Ziegler und Melina Tobisch dazu entschlossen, die „Reiki Nature“ im Allgäu zu orga-

nisieren. Zum ersten Mal findet dieses neue Reiki-Treffen nun in diesem Sommer statt: vom 8. bis 11. August 2019. Das Reiki-Treffen in Immenstadt im Allgäu zeichnet sich durch seinen familiären Charakter aus. Es gibt Reiki-Workshops und -Vorträge, eine Wanderung, Reiki-Austausch und viel Gemeinschaft. Das Seminarhaus liegt in den Bergen, fernab vom Alltagslärm, und bietet gute Möglichkeiten zum Entspannen, Meditieren und einen ruhigen Rückzug für ein Wochenende. Das Treffen ist offen für Reiki-Praktizierende aller Grade und Stile. Als Referenten sind in diesem Jahr mit dabei: Dr. Mark Hosak, Sabine Hochmuth, Andrea Leitold, Angela Zellner, Sylvia Pokorra-Neudel, Birgit Bärbel Block und Melina Tobisch. „Wir freuen uns auf euer Kommen und darauf, gemeinsam Reiki, den Sommer, die Natur und die wunderbare Bergwelt zu genießen“, so die beiden Organisatorinnen der „Reiki Nature“.

Info
www.reiki-nature.com

Reiki im öffentlich-rechtlichen Fernsehen

Am 6. Januar 2019 ging es in der Sendung DAS! (18:45-19:30 Uhr) im Norddeutschen Rundfunk u.a. um Reiki. Hauptthema der Sendung war der Werdegang der Schauspielerin Gerit Kling. Da sie auch Reiki praktiziert – sie ist im 1. Grad ausgebildet, – gab es einen rd. vierminütigen Beitrag über Reiki. Darin ist anfangs zu sehen, wie die Reiki-Lehrerin Regina Zipfl einer Klientin Reiki gibt. Im Anschluss daran berichtet die Klientin von ihrer Wahrnehmung, dass dadurch ihre Selbstheilungskräfte besser arbeiten. Es folgen kritische Töne in der Berichterstattung, u.a. über eine Studie zum Thema Kirlian-Fotografie und Reiki, die auf der Website des Reiki Verband Deutschland e.V. zu sehen ist, deren Präsidentin Regina Zipfl ist. Dies insbesondere bezüglich der Person Prof. Ignatov, der die Studie leitete und der auch in Reiki-Kreisen von vielen kritisch gesehen wird (siehe u.a. hier: www.reiki-land.de/artikel/wissenschaft/naturwissenschaftliche-ansaetze-zu-reiki.html). Schließlich kommt noch die Ärztin Dr. med. Petra Koch zu Wort, die u.a. mit Reiki arbeitet, ergänzend zur Schulmedizin, und die dessen Vorteile erläutert. Zu guter Letzt schließt der Kurzbericht doch eher versöhnlich mit dem treffenden Weisheitsspruch „Wer heilt, hat recht“. Überraschend, dass im anschließenden kurzen Gespräch über Reiki mit der Moderatorin Inka Schneider die Schauspielerin Gerit Kling sagt, dass sie es erlebt habe, dass, wenn sie einem anderen Menschen Reiki gebe, sie dabei müde werde – und sie führe dies darauf zurück, dass sie dabei eigene Energie abgebe. Ist dies doch, zumindest nach fachgemäßer Ausbildung in der Reiki-Methode und bei richtiger Anwendung eben üblicherweise bei einer Reiki-Behandlung gerade nicht der Fall, da dabei keine eigene Energie abgegeben wird, sondern uni-

verselle Lebensenergie durchgeleitet wird. Derzeit ist die Sendung noch in der Mediathek des NDR zu sehen.

Info

https://www.ndr.de/fernsehen/sendungen/das/DAS-mit-Schauspielerin-Gerit-Kling,dasx17164 .html

Japan-Reise zu den Kraftorten Mikao Usuis

Ins Land der aufgehenden Sonne, zu den Ursprüngen der fast 100 Jahre alten Reiki-Heilmethode des Mikao Usui zu reisen, das ist für viele Reiki-Praktizierende ein Traum, der nun wieder einmal Wirklichkeit werden kann: Bei einer weiteren Reiki-Japan-Reise können interessierte

Reiki-Praktizierende gemeinsam wunderbare Plätze in Japan und dessen Sehenswürdigkeiten besuchen. Stationen der Reise sind Kyoto (buddhistische Tempel und Gärten), Kurama (Pilgerweg, Tempel, Geburtsstätte des Reiki und heiße Quelle), Tokio (Familiengrab und Gedenkstein des Mikao Usui), Nara (der große Buddha, heilige Rehe und Medizinbuddha-Tempel) und Koyasan (Übernachtung im Shingon Tempel mit buddhistischen Meditationen und Ritualen). Diese Reise ist keine organisierte Pauschalreise, sondern eine beliebig gestaltbare Individualreise. Vor der Reise gibt es das Angebot eines Japan-Coachings von Dr. Mark Hosak, mit einer Einführung in die japanische Kultur und Spiritualität. Mögliche Reisedaten liegen in der Zeit vom 30. Mai bis 8. Juni 2019. Die Anreise kann über den Flughafen Osaka (KIX) erfolgen, die Unterbringung bzw. das Hotel ist frei wählbar, z.B. über Booking.com

Info

Bei Interesse bitte melden bei Melina Tobisch unter: mail@strahlvorglück.de

Reiki auf einem betrieblichen Gesundheitstag

Ein Bericht von Bernfried Mönkemeyer

Im August 2018 hatte ich auf einem regionalen Gesundheitstag unseres Unternehmens am Standort Göttingen zusammen mit meiner Frau, Patricia Mönkemeyer, und meinem Kollegen Olaf Rudat die Gelegenheit, anderen Kollegen die Reiki-Methode vorzustellen – theoretisch sowie auch praktisch.

Vorträge & Infostände

Auf dem von unserer Abteilung örtlich selbst organisierten Gesundheitstag wurden an einem Vormittag verschiedene Veranstaltungen angeboten. Dazu zählten in diesem Jahr Vorträge des Betriebsärztlichen Dienstes zu den Themen „Gesunde Ernährung" und „Gesund Sehen" – was bei Bildschirmarbeitsplätzen ein wichtiges Thema ist. Außerdem wurde zum Thema „Zuckerhaltige Nahrungsmittel" informiert, dabei konnte man beispielsweise anhand von Würfelzucker-Türmen vor Fertigprodukten sehen, wieviel Zucker im jeweiligen Produkt enthalten ist. Es gab verschiedene weitere Informationsstände, u.a. zu den Themen „Organspende" und „Knochenmark-Typisierung". Und auch etwas Praktisches fand statt – denn ein Dorn- und Breuss-Spezialist war ebenfalls vorort. Weiterhin gab es gesunde und leckere Smoothies für das leibliche Wohl.

Anregung der Selbstheilungskräfte

Mit etwas Praktischem wollten wir uns auch einbringen. Ich habe dabei über die Möglichkeit informiert, mit Hilfe der Reiki-Methode die Selbstheilungskräfte anzuregen. Dazu hatte ich auf dem Flur einen Stand aufgebaut, für den mich ProReiki – der Berufsverband e.V. mit Flyern und Broschüren versorgt hatte.

Der Schwerpunkt sollte aber nicht auf der Information liegen, sondern auf dem Erleben einer Reiki-Gabe. Das haben meine Frau Patricia und mein Kollege Olaf übernommen. Die beiden hatten in einem Büro eine Behandlungsliege aufgebaut. Interessierte konnten sich dort liegend oder sitzend jeweils rd. zehn Minuten Reiki geben lassen – je nach individuellen Bedürfnissen. Ich war am Stand ständig im Gespräch mit interessierten Kolleginnen und Kollegen, und im Büro hinter mir, wo die Kurzbehandlungen stattfanden, herrschte auch den ganzen Vormittag über reger Betrieb. Wir waren überrascht, was teilweise, selbst in dieser kurzen Zeit, schon an Besserungen bei

manchen eintrat, bei beispielsweise Schulterschmerzen, Knieschmerzen oder einfach nur beim Stressgefühl. Es zeigte sich wieder einmal: Reden ist gut, aber neue Erfahrungen machen ist besser! Uns hat dieser Tag jedenfalls sehr gefallen.

Reiki im betrieblichen Gesundheitswesen

Neben dem Bestreben in der Reiki-Szene, Anerkennung im Gesundheitswesen zu erlangen, sehe ich nach unseren positiven Erfahrungen eine weitere wichtige Säule für die Verbreitung der Reiki-Methode in der Gesellschaft darin, dass die Reiki-Methode im betrieblichen Gesundheitswesen in größeren Betrieben vorgestellt wird.

Reiki Wissenschaft

- Kolumne -

Studie: Reiki bei Depressionen in Pflegeheimen

Depressionen beeinflussen das körperliche, soziale, emotionale und geistige Wohlbefinden. Das Leben in einem Pflegeheim kann bei manchen Menschen Depressionen auslösen. In dieser Studie wurde untersucht, ob Reiki-Anwendungen die Lebensqualität älterer Menschen in Pflegeheimen erhöhen kann. 90 Bewohner zweier Pflegeheime in Istanbul, Türkei, wurden dazu nach dem Zufallsverfahren auf eine Reiki-, eine „Schein-Reiki"- und eine Kontrollgruppe aufgeteilt. Die Reiki-Gruppe erhielt acht Wochen lang einmal wöchentlich Reiki von einem Reiki-Meister, die Schein-Reiki-Gruppe wurde von vier Schwestern, die gar nicht in Reiki ausgebildet sind, mit Handauflegen behandelt, und die Kontrollgruppe erhielt keinerlei Behandlung. Im Ergebnis wurde ein signifikanter Depressionsrückgang in der Reiki-Gruppe gegenüber der „Schein-Reiki"- und der Kontrollgruppe festgestellt. Jene Probanden, die echte Reiki-Behandlungen erhielten, gaben an, sich sicherer, glücklicher, fried- und hoffnungsvoller zu fühlen. Darüber hinaus kam es in zwei Fällen zu einer deutlichen Verbesserung körperlicher Einschränkungen. Eine weitere Befragung nach zwölf Wochen ergab eine positive Langzeitwirkung der Reiki-Behandlungen von mindestens vier Wochen, das heißt: Teilnehmer/innen an der Studie empfanden selbst vier Wochen nach Beendigung der Reiki-Behandlungen deren Nachwirkungen noch fortdauernd als positiv.

Schlussfolgerung: Die Ergebnisse dieser Studie deuten darauf hin, dass Reiki-Behandlungen bei älteren Menschen in Pflegeheimen wirkungsvoll gegen Depressionen eingesetzt werden können.

Quelle: Zeynep Erdogan, Sezgi Cinar, The effect of Reiki on depression in elderly people living in nursing home, Indian Journal of Traditional Knowledge, Vol. 15(1), January 2016, pp. 35-40.

Christina Schlömer
Reiki-Meisterin in Ausbildung
E-Mail: Christina.Schloemer@gmx.de

Verlosung:

3x DVD „I Can Only Imagine" zu gewinnen!

Frage: In welchem Jahr wurde ProReiki - der Berufsverband e.V. gegründet?

Das Reiki Magazin verschenkt 3x den Spielfilm „I Can Only Imagine" auf DVD – ein Kinoerfolg, der weltweit Millionen Menschen begeistert. Der berührende Spielfilm basiert auf der Autobiografie von Bart Millard, dem Sänger der Band MercyMe, die mit dem Song „I Can Only Imagine" Anfang der 2000er Jahre völlig überraschend einen der erfolgreichsten spirituellen Pophits aller Zeiten landete. Die drei DVDs gehen an drei Leser/innen, die bis spät. zum 29. April 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 Stichwort: „Imagine" 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!

Nachruf

Am 29. November 2018 verstarb plötzlich und unerwartet die Reiki-Meisterin Regina Löhr im Alter von 63 Jahren. Kurz zuvor, am 1. November 2018, war sie noch mit den von ihr eingeweihten MeisterInnen zusammengekommen, zur Feier ihres 30. Meister-Einweihungstages durch Anugama H. Marg. Als Meisterin stand sie in der Einweihungslinie Usui - Hayashi - Takata - Furumoto - Marg. Regina Löhr war auf vielen Gebieten therapeutisch tätig, neben Reiki u.a. auch in der psychologischen Beratung und in der Entspannungspädagogik. Es war ihr stets ein Anliegen, Menschen „ihre unerlösten Persönlichkeitsanteile sicht- und fühlbar zu machen und ihnen bei der Integration in ihr Selbst zu helfen, bis Körper, Seele und Geist wieder im Einklang sind".

Das Zitat zu den Lebensregeln

„Stimmst du mit dem Weg überein,
durchströmt dich seine Kraft.
Dein Tun wird naturnah,
deine Art die Art des Himmels."

Lao-Tse

Online Reiki Shop: www.reiki-magazin.de

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

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

Reiki-Termine 2019

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 („Lebensweisheiten 60+“), Frans Stiene („Die Wurzeln des Reiki“), Dr. Mark Hosak („Shingon Reiki“), Marcus Nassner („Metaphysik“), Manuela Schurk-Balles („Mediation“) und Ute Vetter
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

10.-16.05.19 Reiki Mandala Center, Lüneburger Heide
Aikido-Seminar für Reiki-Praktizierende mit Paul David Mitchell
Info Irene Gelmi
E-Mail: irene.reiki.hamburg@gmail.com

30.05.-08.06.19 Kyoto, Kurama, Tokio, Japan
Japan-Reise zu den Kraftorten Mikao Usuis mit Dr. Mark Hosak (keine organisierte Pauschalreise, sondern beliebig gestaltbare Individualreise)
Info Melina Tobisch
E-Mail: mail@strahlvorglück.de

Juni

20.06.19 Parimal Gut Hübenthal, bei Göttingen
Meistertag der Reiki Convention mit Frans Stiene, Sabine Hochmuth, Dr. Mark Hosak, Oliver Klatt, Stefan Kanev, Oliver Drewes und Elke Porzucek
Info www.reiki-convention.de

21.-23.06.19 Parimal Gut Hübenthal, bei Göttingen
Reiki Convention mit u.a. mit Ageh Popat, Frans Stiene, Oliver Klatt, Dr. Mark Hosak, Sabine Hochmuth, Oliver Drewes, Stefan Kanev, Elke Porzucek, Bernfried Mönkemeyer, Patrick Grete und Falk Michael Moog – mit Open Spaces, Reiju & Reiki-Blessings, Reiki-Austausch, wissenschaftlicher Live-Studie, Podium und besonderen Events zum zehnjährigen Jubiläum
Info www.reiki-convention.de

Juli

03.-10.07.19 Samokov, Rila-Seen, Bulgarien
Reiki-Reise nach Bulgarien mit Stefan Kanev und Sabine Hochmuth
Info www.reiki-reisen.eu

August

8.-11.08.19 Seminarzentrum Riederalp, Immenstadt im Allgäu
Reiki Nature mit Reiki-Workshops und -Vorträgen, Austausch & Natur genießen, u.a. mit Sabine Hochmuth, Dr. Mark Hosak, Andrea Leitold, Angela Zellner, Sylvia Pokorra-Neudel, Birgit Bärbel Block und Melina Tobisch
Info www.reiki-nature.com

September

13.-15.09.19 Barmstedt, bei Hamburg
Reiki Mööt u.a. mit Stefan Kanev, Frans Stiene, Dr. Mark Hosak, Sabine Hochmuth, Oliver Drewes, Andrea Leitold, Regina Zipfl, Brigitte Grimberg, Dr. med. Petra Koch und Gerd Knieps
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
Reiki Convention Bulgarien 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 Tokio, Kyoto, Kurama-Berg, Japan
Reiki-Reise nach Japan mit Oliver Drewes (Holistika) und Frans Stiene (International House of Reiki)
Info www.holistika.de/seminar-reisen/reiki-japan-reise/

Dezember

ab Dez.'19 Südindien
„Touching India's Heart“, Reisen nach Südindien „mit allen Sinnen“, mit Simone Grashoff
Info www.touching-indias-heart.com

2022

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

Reiki im Fernsehen

Im öffentlich-rechtlichen Fernsehen gab es in den letzten Wochen und Monaten einige interessante Beiträge zu Reiki. Es scheint also gerade eine gute Zeit für Reiki zu sein, eine Phase, in der Reiki weiter ins Licht der Öffentlichkeit rückt.

Im Januar gab es einen „Tatort" des Hessischen Rundfunks, in dem Reiki Thema war. Kommissarin Bönisch, dargestellt von der Schauspielerin Anna Schudt, ging zu einem Reiki-Anwender, um ihre Rückenschmerzen behandeln zu lassen. Das Fazit war: Es hat geholfen! Auf der Website des hr3 gibt es einen Artikel dazu, dort erläutert Reiki-Meisterin Ute Vetter unter der Überschrift „Die Tatort-Frage danach: Wie funktioniert eigentlich Reiki?" Grundsätzliches zu Reiki.

Weiterhin gab es, ebenfalls im Januar, im Norddeutschen Rundfunk (NDR) in der Sendung „DAS!" ein längeres Interview mit der Schauspielerin Gerit Kling, die auch in Reiki eingeweiht ist. Zuvor war ein kurzer Einspieler zu sehen, mit Reiki-Meisterin Regina Zipfl, wo eine Reiki-Anwendung gezeigt wurde, die sie gibt, mit einigen Erläuterungen dazu. Auch die Ärztin Dr. Petra Koch, die ergänzend zur Schulmedizin mit Reiki arbeitet, kam zu Wort und erläuterte die Vorteile von Reiki. Eigentlich ein ganz schöner Beitrag, allerdings glänzte die Schauspielerin Gerit Kling nicht gerade mit Reiki-Wissen.

Ja, und dann gab es im letzten Jahr einen Fernsehbeitrag über Reiki im Westdeutschen Rundfunk (WDR). Ganze zehn Minuten lang, mit einem schönen Einspieler und einem Live-Interview. Das Interview durfte ich geben, und ich möchte euch ein bisschen von meinen persönlichen Erfahrungen erzählen. Vielleicht inspiriert dies ja auch den einen oder anderen, ebenfalls positiv auf etwaige TV-Anfragen zu reagieren – und eventuell selbst den Schritt zu wagen, über Reiki im Fernsehen zu sprechen. Ich finde es jedenfalls schön, wenn es noch mehr mediale Aufmerksamkeit zu Reiki gibt.

Wie kam es nun dazu? Über die Jahre hatte ich immer mal wieder Anfragen vom Fernsehen. Ich hatte eigentlich nie etwas dagegen, über Reiki im Fernsehen zu sprechen. Aber manchmal gibt es doch recht seltsame, tendenziöse Berichterstattungen darüber – und deshalb bin ich grundsätzlich eher etwas skeptisch. So frage ich auch immer vorher, für welchen Sender der Bericht erstellt werden soll, sowie für welches Format. Anfragen von privaten Sendern, vor allem für Sendungen um die Mittagszeit, sage ich immer gleich direkt ab. Ein Satz, den ich bei Antworten auf derartige Anfragen immer wieder verwende, ist: „Für eine Negativdarstellung von Reiki stehe ich nicht zur Verfügung."

Nun hat aber gerade der WDR oft recht schöne Formate und Sendungen zu den Themen Heilung, Spiritualität und auch Selbstfürsorge. Und ich erinnere mich, dass ich dies tatsächlich im letzten Jahr mehrfach in Gesprächen erwähnt hatte, in der Art: Wenn der WDR anfragen würde, dann würde ich nicht Nein sagen. Und genau das passierte schließlich Ende letzten Jahres.

Die Anfrage für die Sendung „Hier und heute" erreichte mich über meine Reiki-Kollegin Brigitte Grimberg. Denn sie war an den Berufsverband ProReiki gegangen. Brigitte verwies die Redakteurin an mich, da ich derzeit das Vorstandsamt für Öffentlichkeitsarbeit innehabe. Ich hatte mit der Redakteurin ein sehr nettes und informatives Telefonat, und mir wurde klar: Das kann ein richtig schöner Beitrag über Reiki werden! In der Sendereihe geht es allgemein um das Thema Selbstfürsorge, und es werden verschiedene Methoden vorgestellt, die die Zuschauer auch zu Hause für sich anwenden können. Zum Glück gab es schon ein paar Sendungen dieser Reihe, diese konnte ich mir in der WDR-Mediathek anschauen, was mein positives Gefühl noch verstärkte.

Ein weiterer Vorteil war, dass dieses Format eine Live-Sendung ist. Warum ist das ein Vorteil? Ganz klar: Man selbst ist die ganze Zeit dabei, man weiß was gefragt wird, wie es dargestellt wird, und es wird hinterher nicht mehr geschnitten. So können die eigenen Worte im Nachhinein nicht unpassend zusammengeschnitten oder aus dem Zusammenhang gerissen werden. Natürlich ist eine Livesendung auch besonders aufregend – gerade weil nichts geschnitten wird und nicht neu gedreht werden kann. Jedes Wort, jeder Satz wird so übernommen, wie er gesagt wird. Egal, ob man sich mal verhaspelt oder nicht.

Das Fernsehstudio liegt in Köln und ist nur einen Katzensprung von meiner Wohnung entfernt. Das war hilfreich, denn so konnte ich mir einige Tage vorher bereits einen persönlichen Eindruck vom Studio machen. So ein Studio ist schon beeindruckend, alle Beteiligten waren wirklich sehr freundlich. Ich hab mich richtig auf den Beitrag gefreut, und dann kam der Tag der Sendung. Was beschäftigt frau am meisten? Nein, nicht: „Was soll ich sagen?" – sondern eher: „Oh Gott, was ziehe ich an?". Natürlich habe ich schließlich etwas gefunden, worin ich mich auch wohlfühlte. Und ich hatte zwei, drei weitere Outfits dabei, für den Fall der Fälle. Es ist nämlich gar nicht so einfach, sich für das Fernsehen passend zu kleiden. Ich erhielt einige Vorgaben dazu, was nicht passen würde. Es hieß, meine Kleidung dürfe nicht weiß sein, aber auch nicht zu dunkel sein, sie solle am besten keine Muster, aber vor allem keine Streifen oder Karos haben. Als ich dann, wie vereinbart, drei Stunden vor Beginn der Sendung im Studio war, kam das Gespräch hinter den Kulissen schnell auf Reiki. Einige waren direkt neugierig. So hab' ich einer der Assistentinnen dort kurz die Hände auflegen können, und der Verantwortliche für Social Media erzählte mir von seinen Reiki-Erfahrungen und dass er es durch seine Mutter schon lange kenne.

Vielleicht hört sich das jetzt an, als sei das ein emotionaler Spaziergang gewesen. Doch tatsächlich war es mein erstes längeres Fernsehinterview, bei dem es um mein Herzensthema Reiki ging. Zwar hab ich schon viele Veranstaltungen abgehalten, moderiert, stand auf Bühnen und war auch schon einmal im Fernsehen – aber nicht beruflich. Mein Mund war trocken, die Hände etwas zittrig und kalt, ich musste gefühlte hundert Mal auf die Toilette, und das alles stellte sich ca. fünf Minuten vor Beginn der Sendung ein. Was mir half, nach einem Glas Wasser gegen den trockenen Mund, war, mir die Hände aufzulegen, tief durchzuatmen und mich mit Reiki und auch mit meinem Höheren Selbst zu verbinden. Ein bisschen Lampenfieber schadet ja auch nicht, sondern macht aufmerksam – und ich weiß von vorherigen Erfahrungen ähnlicher Art, dass dies nach ein paar Minuten auch wieder vorbei ist.

Dann kam das Zeichen, es blieben nur noch wenige Sekunden, und schnell nahm ich den mir zugewiesenen Platz ein. Den Einspieler sah ich dann zum ersten Mal – und war ganz positiv überrascht. Es war ein sehr schöner, insgesamt stimmiger Beitrag. Während des Einspielers kam der Moderator Stefan Pinnow zu mir, wir plauderten kurz – und los ging es! Das Ergebnis könnt ihr euch in der WDR-Mediathek oder über Links auf meiner Website und auf der ProReiki Website anschauen.

Mein Fazit: Gerne jederzeit wieder! Mir hat es sehr viel Freude bereitet, es war eine tolle Erfahrung. Ich denke, Reiki gut repräsentiert zu haben, und hoffe, dass sich viele Menschen angesprochen fühlen. Interessant wäre es zu erfahren, ob es direkt nach dem Beitrag bei manchen Reiki-Anbietern zu signifikant mehr Anwendungen oder Seminaranmeldungen kam. ■

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

Die Wiederentdeckung der Spiritualität

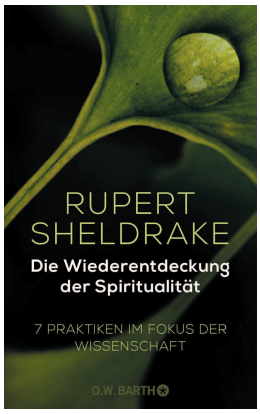
Rupert Sheldrake gehört zu den Vordenkern eines neuen, ganzheitlichen Weltbildes, das Naturwissenschaft und Spiritualität miteinander verbindet. Vielen ist er bekannt durch seine These der morphogenetischen Felder. Oliver Klatt traf ihn in Berlin und führte ein Interview mit ihm.

Das Gespräch fand im September 2018 in Berlin statt, in persönlicher Begegnung.

Übersetzung vom Englischen ins Deutsche: Oliver Klatt

Illustration S. 16-19 © carloscastilla - stock.adobe.com

Lesetipp:



Erhältlich u.a. über www.droemer-knaur.de

Oliver Klatt: Einer der Leitgedanken in Ihrem aktuellen Buch „Die Wiederentdeckung der Spiritualität" ist, dass wir heute an der Schwelle zu einer neuen Art von Spiritualität stehen. Viele Menschen lassen Religionen hinter sich und entdecken neue Formen von Spiritualität – oder werden zu Agnostikern oder Atheisten.[1] Manche der Letzteren entdecken später, dass ihnen etwas fehlt ... und holen es sich durch eigene spirituelle Suche wieder zurück. Alles in allem scheint eine neue Art von Spiritualität um sich zu greifen, die ihren Anfangspunkt in den 1970er Jahren hatte, mit der New Age-Bewegung und den vermehrt in den Westen einströmenden, spirituellen Einflüssen aus Asien. Sie gehen in Ihrem Buch auf sieben zentrale spirituelle Techniken ein, die heute große Popularität genießen, darunter Meditation, Pilgerreisen, spirituelle Rituale und die Praxis der Dankbarkeit. Was ist drin für uns, wenn wir diesen neuen Ansatz von Spiritualität leben?

Rupert Sheldrake: Es geht dabei um Erfahrung, nicht um Glaube oder um Doktrinen – das ist die Hauptsache! Dabei ging es in der Religion ursprünglich auch um Erfahrung. Aber mit der Zeit eben immer mehr auch um Doktrinen.[2] Zum Teil ist dies ein Ergebnis der Reformation. Damit wurde alles immer akademischer. Wenn man sich das Christentum in Europa im Mittelalter anschaut, fällt auf, dass es nicht sehr akademisch ausgerichtet war. Es gab Klöster und Einsiedler, es wurde meditiert und kontempliert. Die Franziskaner wanderten umher und teilten einfache Einsichten mit den Menschen. Heutzutage nun, bezogen auf das, wonach die Menschen suchen, sind beispielsweise Meditation und Yoga sehr populär, als spirituelle Praktiken.

Oliver Klatt: Mein persönlicher spiritueller Hintergrund liegt im Wesentlichen in der Reiki-Methode. Haben Sie schon einmal davon gehört?

Rupert Sheldrake: Ja.

Oliver Klatt: Als Praktizierende dieser Methode nutzen wir universelle Lebensenergie, die per Handauflegen übermittelt wird ... an uns selbst und an andere Menschen sowie Tiere und Pflanzen. In Ihrem aktuellen Buch geht es in einem Kapitel auch um das Thema Lebensenergie. Sie erwähnen Prana, Ki und Ru'ach als verschiedene Formen davon. Haben Sie persönliche Erfahrungen mit der Lebensenergie?

Universelle Lebensenergie

Rupert Sheldrake: Ich habe mehrere Menschen getroffen, die mir Heilbehandlungen angeboten haben. Einige der Methoden umfassten auch Handauflegen, andere so genannte Energiemedizin. Aber ich habe das nie selbst praktiziert. Ich erhielt einige Anwendungen, zu Zeiten als ich Schmerzen oder körperliche Probleme hatte. Ich kann sagen, dass diese Anwendungen mir manchmal gut geholfen haben, aber nicht immer. Teils haben sie mir eigentlich dadurch gut geholfen, dass sie mir Hoffnung gaben. Ich litt zum Beispiel unter Kopfschmerzen, ging zum Arzt, und der sagte zu mir: „Das muss Arthritis sein, da können wir nichts tun, das kann nur noch schlimmer werden!" Dann konsultierte ich einige Heiler – es waren keine Reiki-Heiler, sondern sie hatten einen anderen Hintergrund ... welchen, das habe ich vergessen –, und sie halfen mir einfach. Sie legten

Rupert Sheldrake

mir ihre Hände auf, ungefähr eine halbe Stunde lang. Es fühlte sich großartig an, und der Schmerz ließ nach.

Das Wichtigste dabei war für mich, dass es mir die Hoffnung gab, dass es besser werden könne. Ich fühlte mich dadurch besser. Diese Heiler gingen natürlich auch davon aus, dass gute Erwartungen und Glaube einen großen Effekt haben können, den Placebo-Effekt. Während viele Ärzte dies für Unsinn halten. Mittlerweile gibt es Studien, die zeigen, dass dies ein sehr interessantes Gebiet ist. Es wird eine Fähigkeit zur Heilung offenbar, die existiert.

Oliver Klatt: Für mich ist die Schwierigkeit bei der Diskussion um den Placebo-Effekt, dass es nicht wirklich eine klare, allgemeingültige Definition davon gibt. Manche verwenden den Begriff, um zu beschreiben, was passieren kann, wenn wirklicher Glaube, zum Beispiel an Gott, im Spiel ist. Und manche verwenden ihn, um zu beschreiben, was passieren kann, wenn beispielsweise ausschließlich Positives Denken praktiziert wird. Oft wird zwischen beidem gar nicht unterschieden.

Rupert Sheldrake: Ich würde sagen, der Begriff Placebo-Effekt ist mittlerweile ein Oberbegriff für viele verschiedene Dinge geworden, die die Schulmedizin nicht versteht. Und es gibt vieles, was sie nicht versteht.

Oliver Klatt: In Berlin gibt es ein großes, renommiertes Krankenhaus, das Unfallkrankenhaus Berlin, wo Unfallpatienten komplementär mit der Reiki-Methode behandelt werden. Viele Patienten haben dadurch weniger Schmerzen. Aus Sicht der dortigen Mediziner kommt es dazu aufgrund des Placebo-Effektes. Für die Entspannungstherapeuten dort, die u.a. die Reiki-Methode anwenden, handelt es sich dabei tatsächlich um die Übertragung universeller Lebensenergie. Letztlich fallen die Unterschiede in der Betrachtung nicht so sehr ins Gewicht, weil beide Personengruppen sehen, wie es den Patienten durch die Reiki-Behandlungen oft besser geht.

Rupert Sheldrake: Ich denke, das Wichtigste ist zu sehen, was funktioniert. Anstatt Theorien zu folgen.

Die Praxis der Dankbarkeit

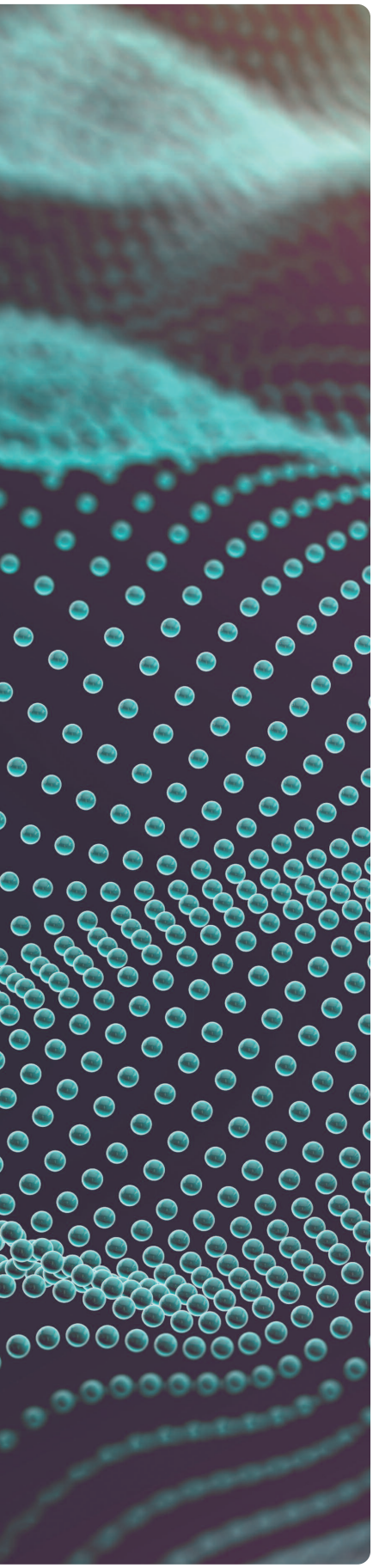
Oliver Klatt: Bei der Reiki-Methode arbeiten wir mit fünf spirituellen Prinzipien, eines davon ist: „Sei dankbar." Die Praxis der Dankbarkeit ist eines der großen Themen in Ihrem aktuellen Buch. Können Sie etwas über die Auswirkungen von Dankbarkeit sagen, aus wissenschaftlicher Sicht? Ich denke, es gab sehr viele Studien darüber, in letzter Zeit.

Rupert Sheldrake: Ja, es gab viel wissenschaftliche Forschung über die Auswirkungen von Dankbarkeit, vor allem von Vertretern der Positiven Psychologie. Auf diesem Gebiet der Psychologie geht es darum, was Menschen glücklich macht. In der Psychologie im Allgemeinen geht es weitgehend darum, was Menschen unglücklich macht. In der Positiven Psychologie geht es darum, wie man glücklicher sein und ein besseres Leben führen kann. Und Dankbarkeit ist einer der wichtigsten Punkte dabei. Wenn man dankbar ist, fühlt man sich glücklicher. Was mich betrifft, so denke ich, dass es dabei um den „Flow" geht.[3] Einer der Schlüsselsätze ▶

Anmerkungen:

1 Ein Atheist ist davon überzeugt, dass es Gott nicht gibt. Ein Agnostiker nimmt die Haltung ein: Kann sein, dass es Gott gibt – kann auch sein, dass es ihn nicht gibt.
2 Eine Doktrin ist ein System von Ansichten bzw. Aussagen, üblicherweise mit dem Anspruch auf Allgemeingültigkeit verbunden.
3 Im Flow sein = in Fluss sein.
4 Grace = Gnade, Anmut, Grazie.
5 „The Gift: Forms and Functions of Exchange in Archaic Societies", Marcel Mauss.
6 Von 1974-78 forschte Rupert Sheldrake als leitender Pflanzenphysiologe am International Crops Research Institute for the Semi-Arid Tropics in Indien. Er blieb bis 1985 für diese Institution als Berater tätig.
7 Matthäus 6,34.
8 „Läuferhoch" = ein beim Langstreckenlauf oder auch beim Radsport oder ähnlichen Betätigungen auftretendes Hochgefühl. Der Sportler erlebt dabei einen schmerzfreien und euphorischen Gemütszustand, der ihn die körperliche Anstrengung vergessen lässt und ihm das Gefühl gibt, „ewig" weiterlaufen zu können. (Quelle: Wikipedia, 7.1.19)
9 Das englische Wort ‚paranormal' wird im Deutschen mit ‚übersinnlich' übersetzt.

Foto oben © Hanna Jedrosz



der Positiven Psychologie zum Thema Glück bezieht sich darauf, in einem Zustand des „Flows" zu sein, das heißt „in Fluss" zu sein. Wenn man tanzt, kann man Glück erfahren. Wenn man durch seine Arbeit absorbiert wird, auf eine gute Weise, kann man Glück erfahren. Oder man erfährt Glück, wenn man Musik hört, ein gutes Gespräch führt ...

Oliver Klatt: Würden Sie sagen, dass es dazu kommt aufgrund einer dankbaren Grundhaltung?

Rupert Sheldrake: Dankbarkeit bedeutet anzuerkennen, dass unser Leben „in Fluss" ist. Unsere Nahrung, die Landschaft, das Wetter ... all das erzeugen wir nicht. Wir empfangen es. Wir können es auch empfangen, ohne dankbar zu sein, und es einfach für selbstverständlich nehmen. Gute Nahrungsmittel, gutes Wetter, das Land, in dem wir leben, wo Frieden herrscht. Oder wir können dankbar sein. Wenn wir dankbar sind, dann ist es, als ob wir damit etwas zurückgeben. So werden wir Teil eines größeren „Flows". Man kann sagen, dass dies mit dem „Fließen" einer Art von Energie zu tun hat. Wie auch immer man es bezeichnet. In der christlichen Tradition wird von „Grace" gesprochen.[4] Das ist das Geschenk göttlicher Energie. Wenn wir es für uns behalten, wird es nicht bleiben. Wenn wir es aber durch uns hindurch fließen lassen, hin zu anderen, dann wird es Teil des „Flows" ... und wir fühlen uns glücklicher.

Oliver Klatt: Ähnliche Vorstellungen finden wir im Prinzip in allen Religionen, in allen spirituellen Traditionen.

Im „Flow" sein

Rupert Sheldrake: Ja, es ist überall ein fundamentales Prinzip. Den „Flow" durch uns hindurch zu lassen, das ist eine der Konditionen für eine gute mentale und körperliche Gesundheit.

Oliver Klatt: Wissen Sie, wieviele Studien es insgesamt derzeit gibt, die auf positive Auswirkungen von Dankbarkeit für unsere Gesundheit hindeuten?

Rupert Sheldrake: Wahrscheinlich hunderte ... das ist ein großes Thema in der Positiven Psychologie. Aber in gewisser Weise erfahren wir damit bloß etwas, was wir eigentlich schon wissen. In jeder Religion ist daraus ein wichtiges Prinzip gemacht worden. Und es ist schlicht auch ein wesentlicher Bestandteil guter Manieren. Wir sagen unseren Kindern, dass sie Danke sagen sollen, wenn sie ein Geschenk erhalten. Ich denke, es handelt sich dabei um ein tief in der menschlichen Natur verankertes Prinzip.

Die Anthropologie zeigt, dass es in allen Kulturen ein wichtiges Prinzip ist, Geschenke zu machen, etwas zu geben. Wenn einem ein Geschenk gemacht wird, dann muss man auch etwas geben. Dabei geht es einmal mehr darum, „in Fluss" zu sein. Es gibt dazu eine berühmte wissenschaftliche Studie von Marcel Mauss.[5] Er zeigt aus Sicht der Anthropologie auf, dass dies tatsächlich in allen Kulturen so ist: Wer ein Geschenk erhält, muss etwas zurückgeben.

Oliver Klatt: Dankbarkeit ist wirklich ein großes Thema ... rein menschlich gesehen wie auch spirituell. Und die Wissenschaft kann vielleicht, wie Sie gestern in Ihrem Vortrag sagten, wissenschaftliche Rahmen für spirituelle Praktiken wie die Praxis der Dankbarkeit geben, so dass auch rein rational klar werden kann: Ja, es hilft!

Rupert Sheldrake: Was die Wissenschaft tun kann, ist, auf die Auswirkungen dieser Praktiken zu schauen. Und vielleicht kann sie auch grundlegende Prinzipien aufzeigen, die funktionieren. In der Wissenschaft geht es darum, zu analysieren und zu verstehen. Es geht nicht darum, eine Struktur für ein besseres Leben zu kreieren. Wir brauchen keine Art von Religion, die so etwas tut. Aber einige Menschen machen aus Wissenschaft eine Art von Religion. Und das ist eine sehr unattraktive Religion, die auf einigen arroganten Annahmen beruht. Es geht also sicher nicht darum, aus Wissenschaft eine Religion zu machen. Aber Wissenschaft kann viele spirituelle Praktiken erhellen.

Oliver Klatt: Das sehe ich genauso. In Ihrem aktuellen Buch geht es neben der Praxis der Dankbarkeit auch um andere spirituelle Praktiken, darunter auch um Meditation. Was lässt sich zu den Wirkungen von Meditation sagen, aus wissenschaftlicher Sicht?

Auswirkungen von Meditation

Rupert Sheldrake: Wissenschaftliche Studien zum Thema Meditation gibt es bereits seit 40 Jahren. Sie decken eine große Bandbreite ab. Untersucht wurden u.a. Auswirkungen von Meditation auf den Blutdruck, die Faszien, auf Gehirnwellen, Herzwellen etc. Dies hat gezeigt, dass Meditation im Allgemeinen eine entspannende Wirkung hat. Außerdem gibt es Studien, die Auswirkungen von Meditation auf das Alltagsleben von Menschen analysieren. Dabei hat sich gezeigt, dass Meditation im Allgemeinen zu weniger Stress führt, zu einer geringeren Anfälligkeit für Depressionen etc.

Außerdem hat sich gezeigt: Menschen, die viel meditieren, verändern ihre Nervenverbindungen. Studien mit tibetischen Mönchen, die seit vielen Jahren stattfinden, zeigen ziemlich deutlich, dass dadurch Veränderungen in der Anatomie des Gehirns bewirkt werden. Was nicht überrascht. Wenn man jeden Tag körperliche Fitness-Übungen ausführt, dann verändern sich die Muskeln. Und wenn man Übungen vollzieht, die das Gehirn mit einbeziehen, dann verändert sich das Gehirn.

Was diese Studien zeigen können, ist, was im Körper wirklich vor sich geht, wenn Menschen Erfahrungen tiefer Verbundenheit haben. Weil man mit wissenschaftlichen Mitteln das Gehirn, die Physiologie insgesamt untersuchen kann. Und auch Auswirkungen dieser Verbundenheit auf das Leben von Menschen. Das alles kann gemessen werden. Aber die Interpretation davon, zum Beispiel die Frage, ob es wirklich ein Bewusstsein gibt, das unser eigenes übersteigt ... dazu ist ein Verständnisrahmen nötig, der jenseits von Wissenschaft liegt.

Oliver Klatt: Die Sache bei der Meditation ist ja auch ... Sie erwähnen in Ihrem Buch mehrere bekannte Atheisten, die meditieren ...

Rupert Sheldrake: Ja, es gibt viele, die dies tun ...

Oliver Klatt: Und es gibt Menschen, die einen Glauben haben, zum Beispiel an Gott ... Würden Sie sagen, dass die Auswirkungen von Meditation auf Atheisten und auf gläubige Menschen im Wesentlichen dieselben sind? Oder gibt es da Unterschiede?

Rupert Sheldrake: Ich kenne keine Studien, die genau diese Frage untersucht haben. Meist geht es in solchen Studien um körperliche Auswirkungen von Meditation. Wenn man daran glaubt, dass es ein höheres Bewusstsein gibt, das über dem menschlichen Bewusstsein steht – was ich tue –, von woher das gesamte Universum kommt ... also: Bewusstein, nicht: Nicht-Bewusstsein ... dann kann man Meditation als etwas sehen, das uns verbindet mit etwas, das größer ist als wir.

Wenn man den Standpunkt einnimmt, dass dabei lediglich etwas im Gehirn passiert, dann kann man sagen: Das, was im Gehirn passiert, verringert Schmerzen etc. Ich empfinde dies als eine weniger befriedigende Weltsicht. Ich weiß, dass einige Atheisten, die begonnen haben zu meditieren, auch begonnen haben, ihre Sichtweise zu verändern.

Oliver Klatt: In Ihrem Buch erwähnen Sie einen Menschen, der eine tibetisch-buddhistische Meditationspraxis von einem hohen Lehrer der Dzogchen-Richtung erhielt – und durch deren Praxis viele positive Wirkungen erfuhr. Aber er war wohl nicht in der Lage, diese Praxis an andere weiterzugeben, weil er nicht bereit war, die spirituellen Umstände anzuerkennen, mit denen diese Praxis aus Sicht der Dzogchen-Tradition einher geht ...

Rupert Sheldrake: Er erhielt eine direkte Übertragung eines Dzogchen-Meisters, dabei geht es um die direkte Übertragung einer Art von Zustand eines allumfassenden Bewusstseins, es wird „der Zustand" genannt. Tibetische Buddhisten gehen davon aus, dass dies eine direkte Übertragung eines Bewusstseinszustandes durch einen Lehrer ist. Die Person, die diese Übertragung erhalten hatte, konnte aber nicht akzeptieren, dass so etwas möglich ist. Er war der Meinung, dass dies nur passiert sei, weil sein Lehrer ihn sehr gut unterrichtet hatte.

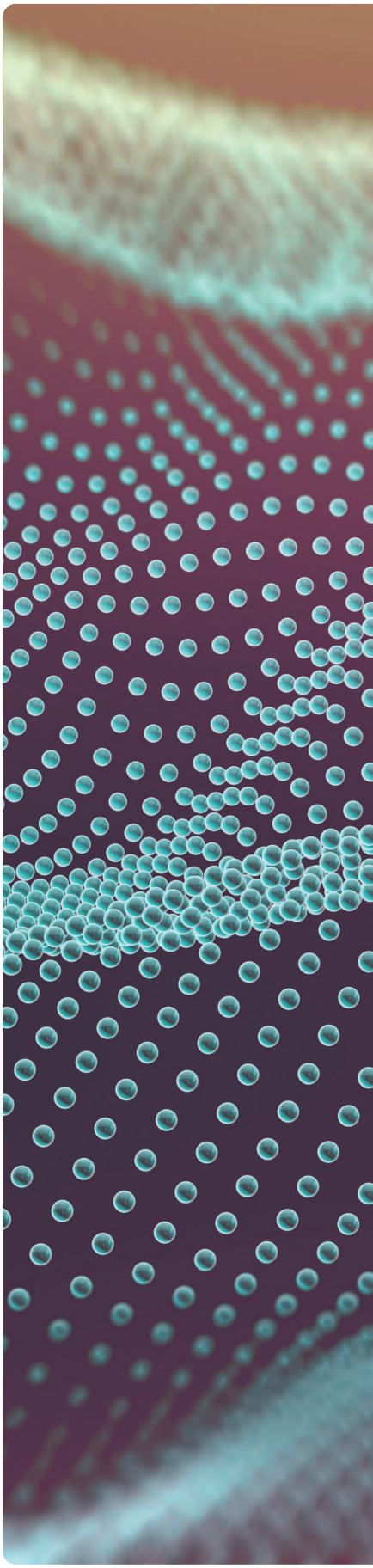
Nun, viele Atheisten, die beginnen zu meditieren, kommen im Laufe der Zeit dazu, nicht mehr Atheist zu sein. Was mich betrift: Als ich 1971 mit Meditation begann, mit Transzendentaler Meditation, war ich auch Atheist. Meine Lehrer sagten mir damals, ich müsse an nichts glauben, einfach die Meditation ausprobieren ... und schauen, was passiert. Das sprach mich an. Ich musste mich keinem bestimmten Glauben anschließen. Also probierte ich es aus – und fand es wirklich hilfreich. Ich meditierte weiter. Und je mehr ich meditierte, umso mehr wurde mir klar, dass dies die Existenz eines höheren Bewusstseins nahelegt – und dass dabei mehr involviert ist als nur das Gehirn. Meine Sichtweise hat sich also geändert.

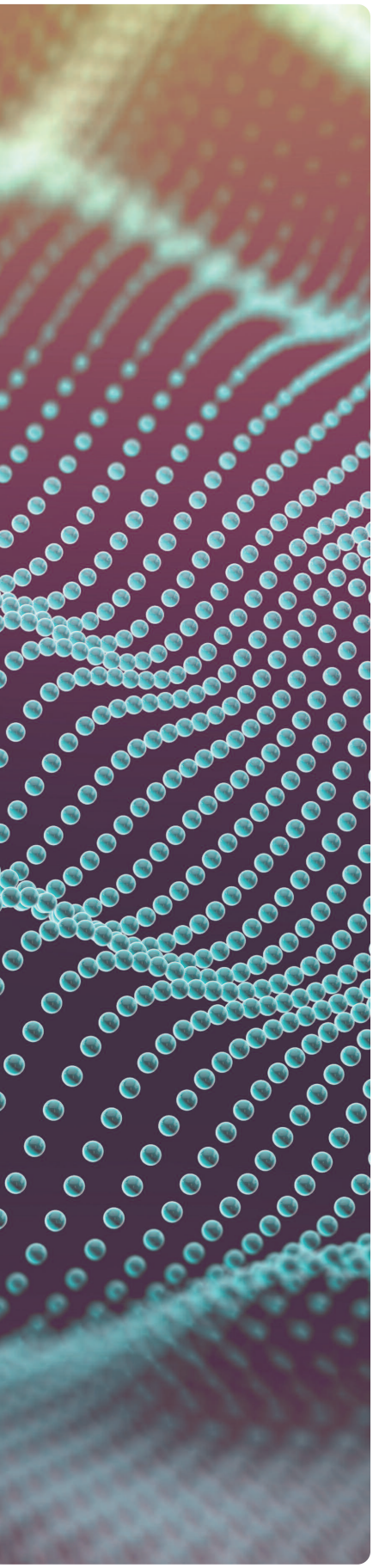
Oliver Klatt: Welches ist der Nutzen für Sie, mit einem höheren Bewusstsein verbunden zu sein? Mal ganz praktisch gesehen, bezogen auf den Alltag?

Tiefe Verbundenheit

Rupert Sheldrake: Einfach ein größeres Gefühl von Verbundenheit, von „Flow", von Zugehörigkeit, von Präsentsein. Und weniger Sorge und Angst. Für Menschen, die einer höheren Form von Bewusstsein zu vertrauen in der Lage sind, ist dies eine sehr befreiende Erfahrung. Ich lebte sieben Jahre lang in Indien. Fünf Jahre davon arbeitete ich für ein Kulturinstitut vorort.[6] Und zwei Jahre lebte ich in einem Ashram, dort schrieb ich mein erstes Buch. Etwas in Indien hat mich immer sehr beeindruckt: Man kann dort in ein sehr armes Dorf gehen, wo die Menschen fast gar nichts zum Leben haben, und man geht die Straße entlang, sieht Kinder spielen und lachen, und die Menschen sehen glücklich aus. Viele von ihnen lächeln. Es gibt vieles in ihrem Leben, worum sie sich Sorgen machen könnten, sehr viel mehr als in den Leben der meisten anderen Menschen. Aber anstatt sich zu sorgen, haben sie weniger Sorgen. Und wenn sie sterben, dann machen sie daraus auch keine so große Sache. Weil sie daran glauben, dass sie wiederkommen werden – und dann ein weiteres Leben führen werden. Eine der Aussagen von Jesus im Neuen Testament lautet: „Darum sorgt nicht für morgen, denn der morgige Tag wird für das Seine sorgen."[7] Dies ist etwas, was vielen armen Indern gut gelingt.

Ich habe einmal einen Menschen getroffen, in Indien, der Fischer war. Ihm wurde eines Tages nahegelegt, sich eine Versicherung zuzulegen – von Priestern der Katholischen Kirche, die diese Versicherung aufgelegt hatten, um westlichen Fortschritt ins Land zu bringen. Diese Versicherung hätte es ihm ermöglicht, eine ▶





bestimmte Geldsumme zu erhalten, wenn er einmal keine Fische fängt. Und dieser einfache Fischer sagte zu den Priestern: „Jesus selbst sagte doch: ‚Sorgt nicht für morgen, denn der morgige Tag wird für das Seine sorgen.' Und ihr wollt mir jetzt erzählen, dass ich eine Versicherung benötige? Nein! Mein Vater und mein Großvater haben bereits hier gefischt. Beide hatten nie eine Versicherung. Deshalb bin ich hier. Ich benötige keine Versicherung. Gott gibt uns, was wir brauchen!" (lacht)

Oliver Klatt: (lacht) Ja, ganz im Hier und Jetzt sein ... ich sehe das ähnlich wie dieser Fischer. Bei Ihrem Vortrag gestern Abend erwähnten sie auch nicht-spirituelle Praktiken, die ins Hier und Jetzt führen können, zum Beispiel Extrem-Sportarten, die diesen Effekt haben. Ich denke, dies ist auch ein interessanter Ansatz ...

Extrem-Sportarten

Rupert Sheldrake: Das ist ein Thema, zu dem ich derzeit forsche. Weil ich denke, dass Sport in der modernen Gesellschaft eigentlich eine große, bislang nicht anerkannte spirituelle Praxis ist. Die meisten Menschen denken nicht an Sport als eine spirituelle Praxis. Jedoch ist Sport für die meisten Menschen ein Hauptweg, sich mit dem Hier und Jetzt zu verbinden. Und viele Menschen erleben höhere Bewusstseinszustände, wenn sie Sport machen. So wird beispielsweise vom „Läuferhoch" gesprochen.[8] Oder davon, im „Flow" zu sein.

Bei den schnellen Sportarten wie beispielsweise Skifahren muss man sehr präsent sein. Fährt man einen Berg sehr schnell auf Skiern herunter und konzentriert sich dabei nicht von Sekunde zu Sekunde, dann würde man wahrscheinlich in eine Absperrung oder in einen Baum rasen und vielleicht tot sein. Dabei würde man sich innerlich niemals Fragen stellen wie „Habe ich diese oder jene Rechnung bezahlt?" oder „Warum habe ich dieses oder jenes nicht zu meiner Frau gesagt?". Dasselbe stimmt auch für schnelles Autofahren. Viele Menschen mögen es ja, vor allem hier in Deutschland, schnell Auto zu fahren.

Oliver Klatt: Auch weil es hier erlaubt ist, das zu tun.

Rupert Sheldrake: Ja, und in den meisten Ländern ist es nicht erlaubt. Dies ist ein Lebensbereich, in dem Deutsche mehr Freiheit erfahren als die meisten anderen Menschen. Der Nervenkitzel der Geschwindigkeit. Und Sportarten, die in diese Richtung gehen, sind Skifahren, Bergsteigen etc. Dabei muss man sehr präsent sein, im „Flow". Ein Fehler, und man ist tot. Und andere Menschen vielleicht auch.

Wenn man Fußball spielt und man kommt in Ballbesitz, dann muss man schnell überlegen, wohin man den Ball als nächstes spielt. Dabei kann man sich nicht sorgen. Man muss sich vom Spiel absorbieren lassen. Ich finde, das ist sogar so, wenn man beim Fußball zuschaut. Man sieht es in den Menschenmengen, die Emotionen gehen hoch und runter. Bei Millionen von Menschen rund um den Globus zugleich. Wenn ich in England Fußball schaue, gehe ich in einen Pub, um es dort zu schauen. Es bereitet mehr Freude, es mit mehreren Menschen gemeinsam zu schauen. Alle Anwesenden sind dann zusammen in der Gegenwart. Und wenn etwas Spannendes geschieht, sagen alle zusammen „Aaaaaaah ...". Das sind kollektive Emotionen. Ich denke, dass Sport im Leben vieler Menschen die Funktion übernommen hat, sie ins Hier und Jetzt zu bringen.

Oliver Klatt: Vielleicht könnte man sagen, dass uns dabei die äußere Welt hilft, uns zu fokussieren. Weil man sich dafür mit der Außenwelt verbinden muss.

Rupert Sheldrake: Das ist auch so beim Singen und Chanten. Darauf gehe ich in meinem aktuellen Buch ein. Und Musik ist ein bisschen wie Sport. Wenn man voll in die Musik einsteigt ... dabei kommt die Musik auch von außen. Und man kann dabei tanzen. Dann ist man im „Flow" mit der Musik. Das ist sicherlich einer der Gründe, warum Tanzen so populär ist. Schon die gesamte Menschheitsgeschichte hindurch. Es bringt den gesamten Körper in den „Flow", nicht bloß den Geist.

Oliver Klatt: Da geht es dann vielleicht auch mehr um Selbstausdruck als im Sport ...

Rupert Sheldrake: Traditioneller Tanz beispielsweise ist gar nicht so sehr auf das Selbst fokussiert. Beim Tango gibt es feste Abläufe, es gibt eine Struktur. Und im Sport ... wenn man beispielsweise Tennis spielt, dann kann man zwar bestimmte Bewegungen auf die eigene Art ausführen. Aber es gibt ebenso einige grundlegende Bewegungsabläufe – Vorhand, Rückhand, Aufschlag –, die einen festen Ablauf, eine Struktur haben.

Oliver Klatt: Ich finde es interessant, wie beliebt Extremsportarten in der jüngeren Generation sind.

Rupert Sheldrake: Ja. Und ich denke, einer der Gründe dafür ist, dass sie die Menschen an die Grenzen dessen bringen, was sie in der Lage sind zu tun. Sich selbst am Rand des Lebens oder Todes zu erfahren.

Spiritualität & Wissenschaft

Oliver Klatt: Ich habe eine letzte Frage: Für mich ist von großem Wert in Ihrer Arbeit, dass Sie sehr deutlich die Unterschiede zwischen Spiritualität und Wissenschaft aufzeigen. Und gleichzeitig den Nutzen herausstellen, den das eine wie das andere im Leben der Menschen hat ...

Rupert Sheldrake: Das rührt auch daher, dass ich selbst

spirituell praktiziere. Und ich bin Wissenschaftler. Ich verbringe viel Zeit mit wissenschaftlichen Zusammenhängen. Wissenschaft ist eine Methode, Dinge zu untersuchen, empirisch, durch Erfahrung. „Empirie“ bedeutet vom griechischen Wortstamm her: Erfahrung. In der empirischen Wissenschaft geht es darum, mittels Erfahrung auf die Dinge zu schauen bzw. zu experimentieren. Im Französischen bedeutet das Wort „Expérience“ beides: erfahren *und* experimentieren.

Ein Experiment ist eine Erfahrung. Es gibt keinen Grund dafür, dass beides miteinander in Konflikt steht. Es besteht nur dann ein Konflikt, wenn Wissenschaft Ideologien anhängt oder dem Materialismus. Wissenschaft ist eine Methode, etwas auszuprobieren, keine Ideologie. Für viele Menschen ist sie aber zu einer dogmatischen Ideologie geworden.

Ich denke, Wissenschaft sollte überlegt angegangen werden. Mein Buch „Der Wissenschaftswahn“, in dem ich dieses Thema behandle, ist nicht anti-wissenschaftlich ausgerichtet. Viele Menschen verbinden Wissenschaft mit einem materialistischen Dogma. Das ist wirklich unnötig, für die Wissenschaft. Es ist sogar schädlich. Wissenschaft ist nicht mit einer bestimmten Weltsicht verbunden. Sie sollte eine Methode sein, These – Antithese, eine Ausführung kritischen Denkens und Erfahrens. Das steht dem spirituellen Ansatz nicht entgegen. Außerdem, wenn man genau darüber nachdenkt, findet jegliche Wissenschaft innerhalb des Bewusstseins statt. Und: Spirituelle Erfahrung findet innerhalb des Bewusstseins statt. In der Wissenschaft geht es nicht um „objektive“ Fakten, sondern darum, wie wir diese Fakten interpretieren. Die Welt ist seit Milliarden von Jahren vorangeschritten, bevor der erste Wissenschaftler kam. Und sie funktionierte perfekt – ohne Wissenschaftler.

Es geht darum, wie wir die Dinge interpretieren. Wissenschaft ist in sich selbst eine mentale Konstruktion. Natürliche Phänomene geschehen auch ohne Newton. Wissenschaft ist eine Interpretation, und es ist nicht die einzige Interpretation. Einstein kam, und er hatte eine andere Interpretation als Newton. So gesehen ist Wissenschaft ein mentales Konstrukt. Und sie findet im Geist statt. Sie ist nicht unabhängig vom Geist.

Oliver Klatt: Was können wir also tun, als spirituell Praktizierende, die keine Wissenschaftler sind, um ein besseres Standing bezüglich unserer eigenen Position zu erreichen, wenn Leute beispielsweise sagen: „Aber eine wissenschaftliche Studie hat dieses oder jenes gezeigt ...“ Wie können wir der Dominanz des wissenschaftlichen Ansatzes in unserer westlichen Welt am besten begegnen?

Rupert Sheldrake: Dazu sollte man, so denke ich, materialistisch ausgerichtete Annahmen innerhalb der Wissenschaft erkennen lernen. Es handelt sich dabei um Annahmen. Es sind keine Beweise. Die Vorstellung, dass der Geist nichts anderes ist als Gehirnaktivität, ist eine Annahme. Es ist kein Fakt. Ich denke also, dass es wichtig ist, die Annahmen zu entwirren.

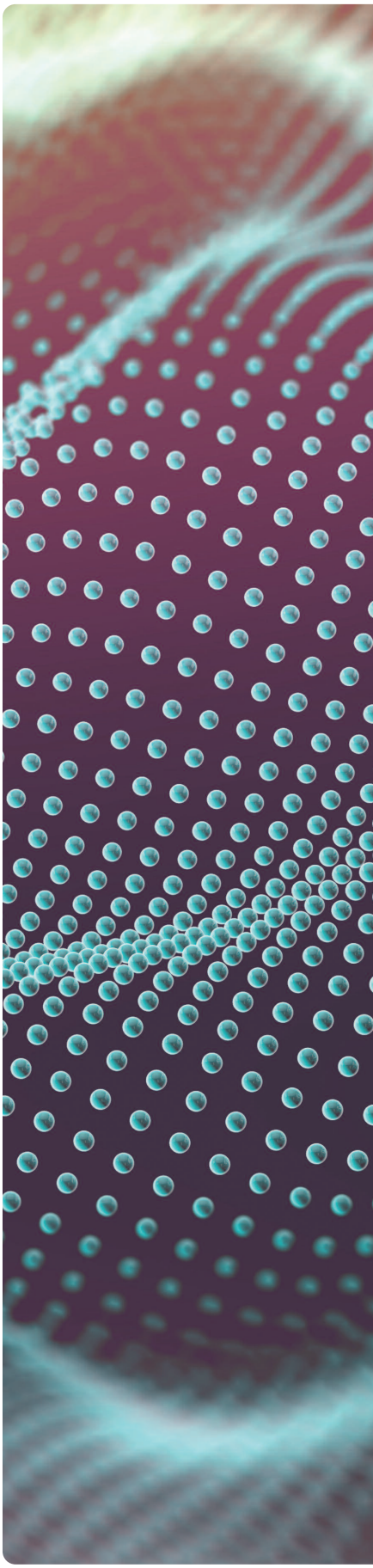
Außerdem denke ich, dass es wichtig ist, Menschen, die dogmatisch wissenschaftlich orientiert sind, auch einmal herauszufordern. Dazu ein Beispiel: Telepathie. Dieses Gebiet wurde recht oft wissenschaftlich untersucht. Vieles spricht dafür, dass es Telepathie gibt. Viele Menschen haben sie einmal erfahren. Im Zusammenhang mit Telefonaten, mit Tieren, beispielsweise Hunden, Mütter und Babies haben sie erfahren, um nur einige Beispiele zu nennen. Das geschieht einfach im Alltag der Menschen. Damit ist es normal. Es ist nicht übersinnlich, nicht „paranormal“.[9]

Die dogmatische Wissenschaft herausfordern

Ein guter Prüfstein für dogmatische Wissenschaftler ist es, wenn man in ihrem Beisein das Wort Telepathie erwähnt. Manche von ihnen werden dann schlicht ärgerlich, sagen beispielsweise „So ein Blödsinn!“ oder ähnliches. Wenn man sie nach dem Beweis für ihre Haltung fragt, wissen sie meist nichts dazu zu sagen. Die meisten von ihnen haben sich nie mit Telepathie beschäftigt. Oft sagen sie dann etwas wie: „Außergewöhnliche Behauptungen erfordern außergewöhnliche Beweise.“ Darauf antworte ich ihnen: „ Welches ist hier eigentlich die außergewöhnliche Behauptung? Wenn 80 Prozent der Menschen sagen, dass sie bereits telepathische Erfahrungen gehabt haben, dann ist der Satz ‚Es gibt Telepathie‘ keine außergewöhnliche Aussage. *Sie* sind es, die eine außergewöhnliche Aussage treffen, wenn Sie sagen ‚Es gibt keine Telepathie‘. Weil Sie damit sagen, dass 80 Prozent der Menschen mit etwas, das sie bereits erfahren haben, falsch liegen. Wo ist Ihr Beweis dafür?“ Sie haben keinen dafür.

Ich denke, es ist wichtig, wissenschaftlichen Dogmatismus herauszufordern. Und: Tatsächlich sind die wenigsten Wissenschaftler so dogmatisch. Viele von ihnen hatten selbst schon einmal telepathische Erfahrungen. Im Privaten sind sie üblicherweise sehr viel offener dafür über so etwas zu sprechen als in der Öffentlichkeit. Weil sie Angst haben, dass ihre Reputation beschädigt werden könnte, wenn sie öffentlich über so etwas sprechen. Ich denke, das Beste ist es, über solche Themen mit Wissenschaftlern im Privaten zu diskutieren – und dies von einer gemeinsamen Erfahrung ausgehend zu tun. Das ist besser, als öffentlich darüber zu sprechen, ausgehend von Ideologien.

Oliver Klatt: Besten Dank für das anregende Interview!



Reiki für Senioren

Reiki am SenVital Senioren- und Pflegezentrum Göttingen Luisenhof

Im Norden Göttingens, zwischen dem Evangelischen Krankenhaus und der Universitätsklinik, liegt das SenVital Senioren- und Pflegezentrum Luisenhof. Diesem könnte jetzt eine Schlüsselstellung nicht nur in der Stadt, sondern in der gesamten Region zukommen – denn hier setzt sich ein Vorgang fort, der in Hamburg bereits begonnen hat: Reiki als festes Angebot in Senioreneinrichtungen. Wie das erlebt wird und aussehen kann, zeigt sich bei einem Ortstermin im Hause.

Das Senioren- und Pflegezentrum Luisenhof in Göttingen gehört zu einem von acht SenVital-Häusern, die zur Victors Unternehmensgruppe gehören. Insgesamt werden über 120 Pflege- und Wohneinrichtungen und mehrere Business-Hotels von ihr betrieben. Falk Ostermann, Geschäftsführer der SenVital-Gruppe, ist überzeugt von der Idee, Reiki als permanentes Angebot in Seniorenheimen der Unternehmensgruppe anzubieten. Damit setzt sich das Projekt, das 2017 in einem SenVital-Haus in Hamburg begann, nun in zweiter Etappe fort: am Luisenhof in Göttingen.

Wolfgang Bernhardt, einer der Bewohner des Göttinger Luisenhofs, in seinem Zimmer.

„Himmlisch!“

Reiki-Lehrerin Elke Klante ist Heilpraktikerin für Psychotherapie. In Hamburg hat sie Reiki bereits den Bewohnern und Mitarbeitern des SenVital-Hauses am Barmbeker Markt nahegebracht.* Drei der dortigen MitarbeiterInnen wurden von ihr in Reiki ausgebildet, diese führen jetzt die Reiki-Arbeit dort fort.

Mittlerweile ist Elke Klante im Luisenhof in Göttingen und arbeitet auch hier wieder im soziokulturellen Dienst. Von ihren Fähigkeiten profitieren nicht nur die Bewohner, sondern auch ihre Kolleginnen.

„Himmlisch!“ So summiert Edelgard Preiß ihren ersten Kontakt mit Reiki. Sie leitet den soziokulturellen Dienst im Luisenhof. An ihren Arbeitstagen begleitet sie ihr Hund Henry, er ist täglich im Hause dabei und bekommt Streicheleinheiten von den Bewohnern. Zu den Aufga-

* Das Reiki Magazin berichtete über „Reiki am SenVital-Haus am Barmbeker Markt in Hamburg“ in Ausgabe 3/2018.

ben von Edelgard Preiß gehört auch die Organisation von Events für die Bewohner, darunter Spiele, Gedächtnistraining und Chorproben. Das sind oft lange Tage.

„Ich hatte noch nie zuvor von Reiki gehört, hier im Hause das erste Mal.“ So bekam sie auch ihre erste Reiki-Behandlung von Elke Klante. Wie es war? „Himmlisch! Abends bin ich manchmal müde und kaputt, wenn ich von der Arbeit nach Hause komme. Doch diesmal hat Elke mir vorher Reiki gegeben – und ich war ...“, sie sucht nach Worten, „ich war frisch und überhaupt nicht müde. Das war großartig!“

Edelgard Preiß kann sich vorstellen, künftig öfter von Kollegen Reiki-Behandlungen zu bekommen: „Reiki in den Einrichtungen, das wäre eine gute Sache für das Gesundheitsmanagement der Mitarbeiter.“

Loslassen und entspannen

Die Leiterin des Hauses, Sindy Ritter-Birnbach, erinnert sich, wie das war, als sie von ihrer neuen Mitarbeiterin eine Reiki-Behandlung angeboten bekam: „Mir fällt es eher schwer, so etwas wie eine Massage zuzulassen, oder beispielsweise Autogenes Training, das ist erst recht nichts für mich ...“ Doch auf Elke Klante und Reiki konnte sie sich einlassen. „Es war interessant: Wir waren in dem Raum neben der Kantine, ich hörte die Geräusche, die mich normalerweise ablenken ... doch das war in dem Moment kein Problem für mich. Ich habe sie gehört, aber konnte loslassen – und es war sehr entspannend“, resümiert sie ihre erste Erfahrung mit Reiki.

Sie lacht, als sie sich an ihre Bedenken erinnert, Reiki in das Angebot des Luisenhofes aufzunehmen: „Ich hatte eigentlich mit viel mehr Zweifeln seitens der Bewohner und Mitarbeiter gerechnet, aber ...“, sie hält kurz inne, spricht dann weiter, „dem war gar nicht so. In Hamburg ist bereits gute Vorarbeit geleistet worden!“

Reiki bei Demenzerkrankung

Von den 296 Bewohnern des Luisenhofs werden etwa 70 von Elke Klante regelmäßig mit Reiki behandelt. Auch zwölf der an Demenz Erkrankten profitieren davon. „Es ist allerdings schwer, hier einen Verlauf zu beobachten. Es kommt vor allem auf das jeweilige Stadium der Demenz an – und ich muss jedes Mal neu den Kontakt mit ihnen aufnehmen,“ erläutert Elke Klante ihre Arbeit.

„Sie sind sehr sensibel gegenüber Berührungen,“ fährt sie fort, „die Rolle von Berührungen ist jedes Mal neu auszutesten, da kann ich keine langen Ganzbehandlungen geben. Hier reicht es oft, wenn ich ihnen die Hand auf die Schulter lege oder ihre Hand eine Weile halte.“ Sie nickt nachdenklich: „Ja, diese Menschen leben gewissermaßen in ihrer eigenen Welt, man muss sehr vorsichtig und sensibel sein.“

Waltraud Fette, mit Elke Klante (rechts), in ihrem Zimmer im Göttinger Luisenhof.

Drei der Bewohner, denen Elke Klante einmal wöchentlich im Rahmen des Luisenhofer Angebots Reiki gibt, sprechen über ihre Erfahrungen mit Reiki.

„Jetzt sind die Schmerzen weg!“

Waltraud Fette ist eine der ersten, die wöchentlich Reiki bekommen. Sie sitzt im Rollstuhl in ihrem Dachzimmer, auf einem Schrank steht eine Dackelfigur. „Ich liebe Dackel!“, ruft die alte Dame aus, ihre dunklen Augen blitzen, „ich hatte drei!“ Der Blick aus ihrem Dachzimmer geht zu den Gebäuden in der Nachbarschaft. In der Universitätsklinik hat sie gearbeitet, als Sekretärin. Mit 84 hatte Waltraud Fette Krebs. Darüber reden möchte sie nicht: „Der ist weg,“ konstatiert sie.

Waltraud Fette ist Schmerzpatientin. Sie wurde viermal am Rücken operiert und bekommt dauerhaft Morphinpflaster auf den Nacken. Dennoch fühlt sie Schmerzen im linken Bein. Wie es der 93-jährigen mit Reiki geht? Sie beugt sich vor und fasst an ihr linkes Bein: „Die Schmerzen im großen Zeh sind weg, die mich nachts immer geweckt haben!“ Sie reibt das Bein und lacht: „Die Nerven dort sind jetzt besser, das durfte man vorher nicht so anfassen! Und jetzt sind die Schmerzen weg! Einfach so!“ Sie freut sich. „Ich weiß nicht, wie lange das so bleibt,“ sagt sie und zuckt mit den Achseln und lacht: „Jetzt ist es weg. Jetzt genieße ich das, es ist wunderschön!“

▶

Alle Fotos © Franziska Rudnick, Reiki Magazin

Edelgard Preiß, Sindy Ritter-Birnbach, Cornelia Buhle und Elke Klante (v. li. n. re.), vor dem SenVital Senioren- und Pflegezentrum Göttingen Luisenhof.

Bessere Werte

Wolfgang Bernhardt hat seine positiven Erfahrungen mit Reiki dokumentiert. Er ist seit über 40 Jahren Diabetiker. Reiki kannte der 89-jährige nicht. Aber von Elke Klantes Fähigkeiten ist der ehemalige Textilobermeister überzeugt: „Sie hat begnadete Hände und eine wunderbare Art." Daher fiel es ihm leicht, sich ihr anzuvertrauen.

„Mein Nervenkostüm ist durch den langen Diabetes sehr angegriffen", sagt er ruhig, „und der Erfolg an der ganzen Sache ist bisher: Ich kann wunderbar entspannen und habe während der Reiki-Behandlung keine Krämpfe im Bauch."

Der größte Clou aber sei: „Ich messe jeden Tag meine Diabeteswerte, morgens und abends," erzählt er und blickt Elke Klante an: „Jedes Mal nach der Behandlung waren am nächsten Morgen die Werte überraschend niedrig." Wolfgang Bernhardt fügt hinzu: „Leider nur für einen Tag." Aber er nickt, als Elke Klante bestätigt: „Einen ganzen Tag lang."

1x wöchentlich Reiki

Erna Othmer bewohnt ein Doppelzimmer, die Zimmernachbarin ist gerade nicht anwesend. Erna Othmer sitzt auf ihrem Bett, mit großen Augen betrachtet sie ihr Gegenüber langsam und forschend. Ihr Blick ist warm dabei. Elke Klante setzt sich neben sie und hält Erna Othmers Hand.

Die ehemalige Gastwirtin hat die Parkinson-Krankheit und bekommt seit Anfang Mai einmal wöchentlich Reiki. Wie es ist, Reiki zu bekommen? Erna Othmer spricht leise, die Antwort ist kaum zu verstehen, doch es bricht aus ihr heraus: „Es ist mein Zuhause!"

„Reiki ist ausgleichend."

Auch die Mitarbeiter im Göttinger Luisenhof profitieren von Reiki. Annette Schulze arbeitet als Alltagsbegleiterin im Hause. Sie ist Betreuungskraft für 34 Bewohner eines Wohnbereichs. Sie geht mit den Bewohnern zum Arzt, sie begleitet sie bei Ausfahrten, zu den Veranstaltungen im Haus, zum Training, zu den Liederabenden oder bei Spielen. Für sie bedeutet das, im Schnitt „mindestens zwölf Kilometer am Tag zu laufen". Sie nickt energisch.

Das erste Mal bekam sie Reiki nach ihrem Urlaub, gleich am ersten Arbeitstag. „Der Wechsel vom Urlaub zurück in den Arbeitsallag ist immer recht abrupt", betont sie. Aber die Behandlung durch Elke Klante ließ sie den Stress vergessen. „Reiki ist total ausgleichend", empfindet Annette Schulze, und sie ergänzt: „Ich kann innerlich Licht sehen, bei der Behandlung. In meiner Wahrnehmung ist es strahlend weißes Licht, das sich im Körper verteilt. Und die Kopfposition entspannt total!"

Reiki-Schulungen

Zwei Mitarbeiterinnen des Luisenhofes sind mittlerweile von Elke Klante im 1. Reiki-Grad ausgebildet worden. Durch sie wird das Reiki-Angebot in Göttingen fortgeführt. Denn Elke Klante reist weiter: Sie setzt ihre Arbeit demnächst in einem dritten SenVital-Haus fort, im Senioren- und Pflegezentrum Kleinmachnow Am Rathausmarkt, bei Berlin.

Cornelia Buhle arbeitet im soziokulturellen Dienst des Luisenhofes. Reiki hat sie durch Elke Klante kennengelernt, und sie war eine der Mitarbeiterinnen, die sich darum bewarben, das Reiki-Angebot im Hause fortzuführen. Genehmigt sind zwei Stellen. Im September wurde Cornelia Buhle durch Elke Klante im 1. Reiki-Grad ausgebildet. Die Eindrücke sind noch frisch, doch eines weiß sie schon jetzt: „Es ist ein Schatz, Reiki zu haben", sagt sie mit ruhiger Stimme.

Soziokultureller Dienst

Mit Thi Duc Hanh Nguyen („Wir nennen sie alle Hanni") hat Elke Klante außerdem eine weitere Mitarbeiterin vom soziokulturellen Dienst im Luisenhof in Reiki ausgebildet. So kann der Same, den Elke Klante im Luisenhof gesetzt hat, Wurzeln schlagen und weiterwachsen. Und wer weiß, vielleicht folgen andere, an weiteren Stellen im Lande, so dass Reiki als festes Angebot in Senioreneinrichtungen in Deutschland schon bald eine ganz normale Sache sein wird? ■

Zur Autorin: Franziska Rudnick ist Redakteurin des Reiki Magazins und Autorin des Buches „Heilende Begegnung". Als Heilpraktikerin wendet sie in ihrer Praxis Klassische Homöopathie, Reiki und andere energiemedizinische Methoden an.
Info: www.praxis-rudnick.de

Der ProReiki Kongress 2019 steht ganz im Zeichen des Themas „Vielfalt von Reiki“

So vielfältig wie Reiki sind auch unsere Mitglieder. Gemeinsam ist uns allen Reiki und die Liebe zu dieser Methode und Energie. Wie wir Reiki anwenden hat ja auch immer etwas mit unseren Erfahrungen und der eigenen Lebenswelt zu tun. Unsere Referenten spiegeln das dieses Jahr ganz stark wider. Wir haben Beiträge von den Wurzeln des Reiki bis zur Metaphysik und einigem dazwischen.
Eine Besonderheit dieses Jahr sind die AktiveParts. Die Themen der Vorträge werden hier nochmal vertieft und teilweise praktisch umgesetzt. Ihr könnt euch nicht für einen AktivePart entscheiden? Kein Problem, die AktiveParts vom Samstag werden am Sonntag wiederholt. So kann sich jeder eines von drei Themen intensiv anschauen.
Frans Stiene ist ein international bekannter Reiki-Lehrer, er nennt seinen Stil „Usui Reiki Ryoho“. Durch sein Buch „Die Wurzeln des Reiki“ wurde Frans auch in Deutschland bekannt. Vormals in Australien beheimatet ist er nun wieder nach Holland gezogen. Wie toll, dass es jetzt zu unserem Kongress nur noch ein Katzensprung für ihn ist. Frans wird uns mit einem Vortrag über die Wurzeln des Reiki begeistern und sein Wissen mit uns teilen.
Dr. Mark Hosak dürfte jedem bisherigen ProReiki Kongress Besucher (und darüber hinaus) bekannt sein. Sein letztes Buch „Reiki in der therapeutischen Praxis“ ist im medizinischen Fachverlag Karl F. Haug in Stuttgart erschienen. Seit einigen Jahren praktiziert er seinen eigenen Stil „Shingon Reiki“, der geprägt ist von der buddhistischen Geistheilung. Auf dem diesjährigen Kongress wird er uns mehr über Shingon Reiki erzählen.
Wir sind erfreut, dass unser Ehrenmitglied Horst Günther, uns an seiner Lebenserfahrung teilhaben lässt. Sein neues Buch „60+ und ein bisschen weise“, das er uns vorstellen wird, ist ein Streifzug durch das Leben im Allgemeinen und durch ein Leben mit Reiki. Der Vortrag verspricht ein Quell an Lebensweisheiten zu sein, die auch für unsere Alltags-Praxis nützlich sein können.
Die MSB-Methode von Manuela Schurk-Balles kombiniert Reiki mit u.a. geistiger Heilung und systemischer Arbeit. Manuela geht in den AktiveParts besonders auf ihre Methode und auf die Behandlung bei Phobien ein. Als Mediatorin erklärt sie, was Mediation ist und wie sie für uns nützlich sein kann. Sie zeigt Kommunikationsstrategien, die bei Konfliktlösungen helfen und erläutert, wie man faire Lösungen untereinander finden kann. Als Reiki-Lehrer oder -Praktiker kommen wir ja auch oft in die Situation bei Lösungen von Konflikte zu helfen.
Marcus Nassner ist seit 25 Jahren Reiki-Lehrer und beschäftigt sich mit Metaphysik, einer spirituellen Wissenschaft jenseits des Physikalischen“.
Nach hunderten von Symptomstudien realisierte er, wie oft sich Erkenntnisse von Wahrheit, Illusion und erlösenden Heilungen bei uns allen wiederholen. Von diesen Studien wird er uns u. a. in seinem Vortrag erzählen. Darüber hinaus werden uns Marcus und fünf weitere Musiker am Samstagabend ein Konzert geben und uns zum gemeinsamen Mantra-Singen einladen.
Natürlich wollen wir euch etwas von uns als Berufsverband erzählen und euch an unserer „Vision 2020“ teilhaben lassen. Kurz nach der Gründung von ProReiki wagten wir damals schon einen „Blick in die Zukunft“. Welche Visionen das waren und was davon bis heute Formen und Ausdruck angenommen hat, wird uns Brigitte Grimberg in einem Vortrag nahebringen.
Außerdem möchte Ute Vetter mit drei wunderbaren Meditationen unseren Geist zur Ruhe kommen lassen. Ein wunderbarer Ausgleich neben den Vorträgen, Workshops und Gesprächen.
Neben dem interessanten Programm gibt es ja einen wichtigen Punkt, warum es sich IMMER lohnt zum Kongress zu kommen – die Menschen. Um Reiki in Präsenz mit anderen Praktizierenden und Lehrenden zu erleben und zu spüren und um sich auszutauschen. Das ist für die eigene Praxis wichtig. Man unterschätzt manchmal, welche Synergien hier entstehen können. Buch- und Seminarkooperationen oder auch neue Inspirationen ergeben sich ganz oft, wenn so viele Reiki-Praktizierende zusammenkommen.

Anmeldungen und weitere Informationen unter: https://proreiki.de/jahreskongress/jahreskongress-2019

Abschlussfeier für die Behandler der Reassure-Studie

Die aktive Phase der Reassure-Studie ist abgeschlossen. Zu einer Abschiedsfeier für die Behandler hatten Isabella Petri und Angela Zellner nach München eingeladen. Viele Behandler sind dieser Einladung gefolgt, ebenso drei der vier Doktorantinnen und der wissenschaftliche Leiter der Studie Dr. Rudolf Napieralski. Ebenso anwesend war Brigitte Grimberg als Vorstand für Qualifizierung und Zertifizierung. Den Behandlern wurde eine Urkunde von ProReiki überreicht, die bescheinigt, dass das Mitglied an der Studie teilgenommen hat. Alle, die in den mehr als vier Jahren der Dauer der aktiven Phase der Studie in der Münchner Praxis ihren Dienst getan haben, bekamen außerdem eine ProReiki-Tasche mit einem selbst genähten Herzkissen, einer Freikarte für den ProReiki-Kongress und einem herzlichen Dankeschön geschenkt. Einen ausführlichen Bericht über die Feier gibt es in unserem ProReiki Newsletter.
An diese aktive Phase schließt sich jetzt die Auswertungsphase an, die dann in die Veröffentlichungen einfließt.

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.

Partnerschaft und Reiki

Seit einiger Zeit unterliegen die Beziehungsstrukturen in unserer Gesellschaft, was Familie und Partnerschaft angeht, großer Veränderung. Manuela Schurk-Balles, Reiki-Lehrerin und Mediatorin, gibt Impulse für ein erfüllenderes Miteinander.

Ich glaube, wir Menschen brauchen Menschen. Wenn dieses „Brauchen“ negativ ausgelegt wird, dann benehmen wir uns in unseren Beziehungen *unterbewusst* wie bedürftige Kinder gegenüber unseren Eltern. Wenn's dumm läuft, ein Leben lang. Dann kommen wir in ein partnerschaftliches Muster der Art „Wenn du dich änderst, geht es mir gut“ oder „Du musst doch wissen, was mir fehlt (auch wenn ich es selbst grad' nicht weiß)“.

Das Unterbewusstsein

Das Unterbewusste ist der Speicher unseres Erlebens – etwa ab der Zeugung, während der Schwangerschaft, der Geburt und der ersten Lebenszeit bis zu einem Alter von etwa sechs Jahren. Über alles, was das Kind in dieser Zeit erlebt, „schreibt“ es eine Art Drehbuch und spult den entsprechenden Film dazu unterbewusst in den nächsten Jahrzehnten immer wieder ab. Die Drehorte wechseln, andere Schauspieler sind beteiligt – aber die emotionale Empfindung bleibt dieselbe, weil der Hauptdarsteller derselbe bleibt. Und das läuft so lange, bis er oder sie sich dessen bewusst wird, was diese gespeicherte, gefühlsmäßige Ladung mit ihm oder ihr macht und wie sie ihn oder sie beeinflusst.

Das ungefilterte Überlebensprogramm des Unterbewusstseins bewirkt auch nach Jahren und Jahrzehnten immer noch, dass wir „glauben“, wir müssten sterben, wenn „unsere Mama weggeht“. Dass wir mittlerweile 40 Jahre alt sind und unseren Partner mit der Mama verwechseln, ist dem Inneren Kind in uns jedoch nicht klar. Der Partner soll uns jetzt versorgen, er soll für uns da sein und so weiter. Wenn wir unsere Wünsche tiefer erkunden, werden wir feststellen, dass sich hinter all dem immer der Wunsch des Babys nach Überleben verbirgt, der eigentlich an die Eltern gerichtet ist. Ein Baby braucht tatsächlich die Aufmerksamkeit der Eltern, um zu überleben. Versucht nun jedoch in einer Liebesbeziehung ein Partner, die Wünsche des Anderen zu befriedigen, wird es ihm niemals gelingen, die Erwartungen dessen bedürftigen Inneren Kindes zu erfüllen, das ja eigentlich nach Papa und Mama verlangt. Der Partner kann uns „nur“ mit seiner Partnerliebe beschenken, denn er oder sie ist nun mal kein Elternteil. So kann für beide der Eindruck entstehen, es würde immer ein kleines Stück zum Glück fehlen. Es ist, als laufe man auf den Horizont zu und käme doch nie an.

Erst wenn wir uns dieser Dynamik in Beziehungen bewusst werden, können wir unserem Inneren Kind gewissermaßen erklären, dass wir mittlerweile erwachsen sind und uns selbst versorgen können. Wir können selbst atmen, selbst den Kühlschrank öffnen, selbst essen, trinken, uns bewegen, auf die Toilette gehen, Geld verdienen und so weiter. Mittlerweile sind unsere Gestaltungsmöglichkeiten riesig, denn wir sind kein drei Monate altes Baby mehr. Unser Speicher braucht nur eine konkrete neue Information: Wir sind erwachsen und überleben heute durch uns selbst! Dann wird es auch viel ruhiger in unserem Herzen, und das destruktive Denkmuster „Du musst doch wissen, was ich mir wünsche!“ erübrigt sich. Dieses Muster macht viele Paare in ihrer Beziehung unglücklich – denn wer es damit zu tun bekommt, der kann sich auf den Kopf stellen und mit den Beinen wackeln und hat doch niemals auch nur die kleinste Chance, die Bedürfnisse seines Herzblattes zu befriedigen, da er nun einmal nicht die Mama ist.

Manuela Schurk-Balles begann 1997 mit Reiki. Sie ist seit 2005 Reiki-Lehrerin und seit fast drei Jahrzehnten als Mediatorin und Juristin sowie in der alternativen Medizin und Körperarbeit tätig. Dabei arbeitet sie als selbstständiger Beziehungs- und Visionscoach in Einzel- und Gruppengesprächen, bietet Seminare rund um das Thema Beziehungen sowie ganzheitliches Wissen an und vermittelt und findet Lösungen für gewaltfreie und lebensdienliche Kommunikation zwischen Konfliktparteien. Buchveröffentlichung: „Erste Hilfe für die Liebe, Handbuch für Beziehungen“.

Info:
www.reiki-bayern-hessen.de

Nehmen Sie als Erwachsener Verbindung zu dem Kind auf, das Sie einmal waren. Fragen Sie Ihr Inneres Kind, wie es ihm geht. Das ist ein Akt der Selbstliebe und der Selbstannahme. Gerade dann, wenn Sie innerlich aufgewühlt sind, hilft es Ihnen, wahrzunehmen, was in Ihnen gerade passiert. Nehmen Sie sich am besten jeden Tag für Reiki Zeit, legen Sie Ihre Hände auf Ihren Bauch oder Brustbereich und hören Sie hin, was Ihr Inneres Kind zu sagen hat. Geben Sie ihm Sicherheit und Geborgenheit. Seien Sie einfach da!

Manchmal mag auch viel Geduld nötig sein, bis Ihr Inneres Kind Ihnen wieder vertrauen kann und sich wirklich gehalten fühlt. Daher sollten Sie es auf keinen Fall „zusammenscheißen". Daran ist es ja meistens schon gewöhnt, wenn Sie zum Beispiel innerlich zu sich so etwas sagen wie: „Jetzt reiß dich aber mal zusammen!" oder: „Nun stell dich nicht so an!" Wenn Ihr empfindlicher innerer Teil ständig so behandelt wird, entzieht er sich und sabotiert Ihre Entwicklung und Ihr Vorankommen. Aus Angst und Unsicherheit „bockt" dieser Teil oder reagiert mit (Selbst-)Aggression. Es geht einfach nicht weiter. Dabei handelt es sich im Grunde um die Verzweiflung Ihres Inneren Kindes!

Es ist wichtig, die Macht des eigenen Unterbewusstseins zu kennen und damit verständnisvoll und konstruktiv umzugehen, anstatt es zu bekämpfen und zu verteufeln. Statt gegen den eigenen Drachen zu kämpfen, lernt man so, mit ihm zu fliegen! Damit werden Herausforderungen und Sabotage in produktive Energie umgewandelt, die man für sich selbst nutzen kann.[1]

„Wie ich mir, so ich dir ..."

Im Laufe der Jahre habe ich immer wieder festgestellt, dass sich Menschen gegenüber ihrem Partner oder ihrer Partnerin genauso benehmen, wie sie sich auch sich selbst gegenüber benehmen. Wenn wir uns also selbst nicht achten, haben wir die Tendenz, auch unser Gegenüber nicht zu achten. Oder wir bekommen dies durch unseren Partner gespiegelt, der uns vielleicht nicht respektvoll behandelt ...

Wie komme ich also mit mir selbst und dem Anderen klar? Durch Erkenntnis, Verständnis und Kommunikation mit mir selbst und dem Anderen. Ich nenne es: Verbindung machen. Dafür helfen Werkzeuge wie die Reiki-Methode. Ich sehe es, bildlich gesprochen, so: Wenn ich jemandem Reiki gebe, geht Reiki zunächst durch mich hindurch, füllt mich auf – und wenn ich voll bin, geht die Energie zum Anderen. Dadurch macht Reiki Verbindung.

Für mich ergibt sich der folgende Zusammenhang: Wenn ich meine Hände außen auf meinen Körper lege, *spüre* ich mein *inneres* seelisches Empfinden, dann

© ricardoferrando - stock.adobe.com

kümmere ich mich um mich, ich halte mich, bin achtsam und präsent für mich selbst ... dann ist das Unterbewusste zufrieden und „satt", und es klappt mit der Partnerschaft, weil ich dann nicht mehr so „hungrig" auf die Aufmerksamkeit des Anderen bin. Wenn ich mit mir zufrieden bin, brauche ich nicht den Anderen, um zu überleben. Dann kann es sein, dass man alleine tanzen kann – aber mit dem Anderen zusammen ist es vielleicht schöner. Und darum geht's aus meiner Sicht bei einer Partnerschaft: Wenn ich gut drauf bin, rocke ich – egal was gerade ansteht – und ich bin geschmeidig zum Anderen!

Aus meinem Überlebensfilm und dem Brauchen des Partners kann ich aussteigen, wenn ich im Hier und Jetzt bin. Und wie lebe ich im Augenblick? Mit allen Sinnen wahrnehmen, was tatsächlich ist. Und, nicht zu vergessen: Durch unseren Atem und das Händeauflegen haben wir immer einen Anker für die Gegenwart bei uns. Dabei können wir uns fragen: Wie fühle ich mich in diesem Augenblick? Was geschieht jetzt gerade wirklich? Wie fühlt es sich an?

So wie eine Speise verschiedene Geschmacksnuancen hat, so haben auch unsere Gefühle verschiedene Nuancen. Wir müssen uns nicht aus unseren Gefühlen „herauskatapultieren", indem wir uns betäuben oder befriedigen, nur weil es stimmig erscheint, sich gut zu fühlen. Es ist genauso stimmig, sich auch mal schlecht zu fühlen. Es ist nur wichtig, die gesamte Bandbreite unserer Gefühle zu fühlen. Wenn wir das verstehen, können wir vieles erfahren. So liegt beispielsweise in einer Trauer auch die größte Sanftmut, die das Fühlen zu bieten hat. Wenn ein Mensch in seine tiefste Trauer hinabsteigen kann, dann findet er dort die Sanftmut – und ▶

„Bei Patchwork-Familien gilt: Ein dazu kommender Partner sollte achten, was vor ihm da war und was der Andere mitbringt."

Anmerkungen:

1 Selbsthilfetipps dafür sind in meinem Buch „Erste Hilfe für die Liebe, Handbuch für Beziehungen", dort im Kapitel „Werkzeuge für Zufriedenheit" unter „MSB-Methode", zu finden.

2 Zum Beispiel: Eva Pierrakos, Bereit sein für die Liebe, 1. Auflage 1997, Synthesis Verlag Essen, S. 33 ff.

3 Mit „Generationenschaukel" ist hier gemeint, dass unsere Erbinformation, unsere DNS, mit unseren Vorfahren in Verbindung steht und gespeicherte Informationen seit langer Zeit in sich trägt, die jeweils an die Nachkommen weitergegeben werden.

Abb. S. 26/27 © vulcanus - stock.adobe.com

ganz tief zu sich selbst und zu seinem göttlichen Ursprung.

Aber es gibt verschiedene Wege, und nicht jeder Weg ist einfach. In Mythen und mystischen Berichten ist oft von „steinigen Wegen" die Rede. Wenn wir selbst an diesen Punkt kommen, zu den „Steinen" auf dem Weg unserer Entwicklung, dann nehmen wir gerne einen Umweg. Wir können jedoch auch versuchen, den Weg *trotz* der Steine zu gehen – und dabei vielleicht feststellen, dass dies einfacher ist, als wir zunächst dachten. Wir können experimentieren und erkennen: Das Leben ist ein Spiel. Wenn es ein Paradies gibt, dann ist es hier und jetzt! Lassen Sie uns das Leben zelebrieren!

„Lass Reiki dich lehren": Partnerschaft & Reiki

Männliche und weibliche Kräfte sind von Natur aus gleich stark und in der ganzen Schöpfung gleichermaßen enthalten. Deshalb kann es auch keinen Sieg der einen über die andere Kraft geben. Nur wenn beide Kräfte in Achtung und gegenseitiger Anerkennung *miteinander* wirken, ist die höchste Form der Vereinigung möglich – und damit geschieht etwas Neues. Schließlich ist die Frage, welche Energie die bessere sei, ungefähr so sinnvoll wie die Überlegung, ob das linke oder das rechte Auge wertvoller sei. So wie jede Form, jede Erfahrung und jede Handlung einen männlichen und einen weiblichen Aspekt beinhaltet, so trägt auch jeder Mensch *beide* Energien in sich – ob Mann oder Frau.

Der männliche Aspekt beschreibt hauptsächlich Aktivität, Einsatz, Konfrontation und Handeln – im Guten wie im Schlechten. Aber einseitig und stets nur aktiviert zu sein, hieße, unsere Körperchemie in andauerndem „Kriegszustand" zu halten. Dann kann es sein, dass wir brutal werden, uns ausagieren, womöglich vor unserer eigenen Kraft Angst haben und diese in uns selbst unterdrücken.

Der weibliche Aspekt beschreibt vor allem, für andere zu sorgen und selbst versorgt werden zu wollen. Eine Überbetonung der passiven Sorge wirkt sich meist destruktiv aus, es entsteht beispielsweise ein sogenanntes „Helfersyndrom" oder persönliche Unselbstständigkeit. Das passiert häufig in Verbindung damit, dass die eigene Lebensaufgabe nicht angenommen wird und andere dafür verantwortlich gemacht werden.

Zwei Aspekte

Was beide Aspekte betrifft, so ist es übrigens egal, ob ein Mann oder eine Frau die jeweilige Energie einseitig interpretiert und ausbildet. Natürlich ist das Spektrum und die Komplexität der geschlechtsspezifischen Unterschiede weitaus größer, als ich es hier in aller Kürze darstelle. Viele meiner Kollegen haben sich den Grundlagen und Wirkungsweisen des männlichen und weiblichen Prinzips bereits ausführlich gewidmet.[2]

Für funktionierende Beziehungen ist es aus meiner Sicht wichtig, dass der Ausgleich von Geben und Nehmen gewährleistet ist. Kommt es zu einer Schieflage, werden früher oder später die Bedürfnisse von *beiden* Seiten kaum oder nicht mehr erfüllt. Interessant zu beobachten finde ich dabei immer wieder, wie ein „System Mensch" böse wird, wenn es zu viel Gutes bekommt. Ja, es ist wahrhaft eine Kunst, für sich und andere die Waage zu halten. Dankbarkeit gegenüber den Eltern für das Geschenk unseres Leben hilft dabei, und Erfahrungen und Fehler sind dabei nützlich.

Insofern ist Reiki in einer Partnerschaft eine wertvolle Basis für eine gleichwertige und kraftvolle Beziehung. Die Partner genießen entspannter ihre Zweisamkeit und unterstützen sich gegenseitig in ihrer Entwicklung. Und ganz nebenbei verbindet Reiki, heilt die Partnerschaft und lässt sie harmonischer verlaufen, weil die Partner durch Reiki in der Regel miteinander synchronisiert werden. Das bewirkt ein Zusammenwachsen als Paar und ermöglicht eine erfüllende und harmonische Liebesbeziehung. Ohne Ver-bindung gibt es aus meiner Sicht keine Be-ziehung! Reiki macht Verbindung. Und wenn Mann und Frau sich locker machen, kann viel passieren.

Patch works!

Mittlerweile trennen sich etwa 40 Prozent aller Paare. Bei den Patchworkfamilien – Familien, die nach einer Trennung aus mehreren Teilen einer Familie bestehen – scheitern mehr als die Hälfte. Der Erwartungs- und Erfolgsdruck ist hier besonders hoch, und oft sind das Chaos und das menschliche Drama vorprogrammiert.

Gerade deshalb ist aus meiner Sicht die Kenntnis von Mechanismen und Dynamiken in einer (Patchwork-)Familie für ein harmonisches Zusammenleben einfach not-wendig. Wenn praktische Grundregeln beachtet werden, profitieren alle. Auch aus eigener Erfahrung weiß ich um wichtige „Automatismen" und „Schalter" für das Gelingen einer Patchworkfamilie:

„Wer zuerst kommt, mahlt zuerst."

Grundsätzlich bei Familie gilt, dass Mann und Frau zuerst da sind – und dann kommen, erst in zweiter Linie, die Kinder. Das vergessen die Partner oft. Auch wenn es nicht immer leicht zu verwirklichen ist, sollte ein Paar nach der ersten Elternzeit sich dann wieder als Paar finden. Sie beide tragen zusammen das „Familiengebäude" und sind auch sonst existentiell miteinander verknüpft und lebenslang als Eltern verbunden. Die Paarbeziehung bildet die Basis der Familie. Vergessen wir

uns und unsere Beziehung, kippt die existenzielle Grundlage der gesamten Familie. Letztendlich tun wir unseren Kindern nichts Gutes, wenn wir uns *ausschließlich* auf sie konzentrieren. Nach der verständlichen Konzentration auf das Kleinkind sollte im optimalen Fall wieder das Paar den Mittelpunkt der Familie bilden.

Bei Patchwork-Familien gilt: Ein dazu kommender Partner sollte achten, was vor ihm da war und was der Andere mitbringt. Meint er dagegen, dass er beim Partner an erster Stelle stehen muss, bringt dies meist Chaos, Missgunst, Streitereien ... eben „Unordnung" und Stress mit sich.

Ich sage nicht, dass dies leicht ist. Vielmehr erfordert es viel Verständnis und Weisheit seitens des dazu kommenden Partners. Und manchmal kann es auch passieren, dass er/sie sich wie das fünfte Rad am Wagen fühlt. Dies wird als unbefriedigend erlebt, man nimmt sich als Außenstehender wahr – und möchte einfach auch dazu gehören. Das ist menschlich vollkommen verständlich und eine wichtige Familiendynamik! Aber dennoch wird einem in einer Patchworkfamilie letztlich das „Hintenanstehen" zugemutet, damit muss man leider rechnen. Dieses Risiko geht man ein, wenn man Patchwork lebt – was keinesfalls bedeuten muss, dass man weniger geliebt wird. Im Gegenteil! Auch wenn die Bindung von Partner zu Partner geringer wird, kann die Liebe größer sein als bei vorangegangenen Beziehungen. Selbstverständlich gibt es auch Fälle, bei denen alles geschmeidig abläuft, weil das Herz intuitiv menschliche Mechanismen beachten konnte. Umso besser!

Mit Sicherheit ist es für die ganze Familie eine mittlere Katastrophe, wenn jemand in eine bestehende Familie „reingrätscht" und meint, dass von da an alles nach seinem Kommando gehen soll. In den „Versorger-Ehen" ist dies zwar oft das Muster, aber moderne Paarbeziehungen „funktionieren" meist anders – nicht mehr so sehr nach Mustern, wie sie traditionell und gesellschaftlich verankert sind bzw. waren. Ganz ursprünglich hat Religion die Formate des Zusammenseins und der Familie bestimmt – einen Status quo, bei dem der Einzelne, Mann wie Frau, als Individuum mitunter auf der Strecke bleibt.

Massive Veränderungen

Unsere Beziehungen sind in den letzten Jahrzehnten dabei, sich massiv zu verändern und zu verwandeln. Überkommene Strukturen, die oft genug Energieverlust bedeuten, weil zwei zutiefst Bedürftige aufeinandertreffen, brechen zunehmend auf und beginnen, hinter neueren, kreativeren Möglichkeiten des Zusammenlebens zu verblassen. So auch in einer Patchworkfamilie: Wenn jeder seinen neuen Platz gefunden hat, kann es Ruhe und Frieden geben. Dann entstehen Beziehungen, in denen sich beide Partner gegenseitig fördern, was für den Einzelnen stärkend wirkt. Gemeinsam wird etwas Neues geschaffen, das sozusagen über die „Summe seiner Teile" hinausgeht.

Reiki besänftigt die Gemüter

Und hier kommt Reiki hilfreich und nachhaltig ins Spiel: Reiki besänftigt die Gemüter, hilft den Egos, nicht das Gesicht zu verlieren. Vielmehr hilft es, Brücken zu bauen und wieder Verbindung zum eigenen Wohl und dem der anderen zu machen. Lass' Reiki dich lehren ... Insgesamt betrachtet lässt sich zum Thema Patchworkfamilie sagen: Paar- und Familienharmonie sind dabei nicht möglich ist, wenn die „Ordnung verletzt ist". Aber wie superschön ist es, wenn es funktioniert ...! So können beispielsweise neue Strukturen für derartige Familienverbünde ein gutes Muster für die zukünftige Kinderbetreuung sein. Damit sind sie eine echte Chance für alle Beteiligten. In meiner Praxisarbeit als Mediatorin und aus eigenem Erleben sehe ich seit vielen Jahren, dass das richtig gut sein kann –und dass Patch works!

Aus meiner Perspektive gelingt uns Liebe und Partnerschaft, wenn wir uns mit Reiki gut um uns selbst kümmern, damit wir eine gute Verbindung zu unserem eigenen Speicher haben – und das Ganze mit einer kräftigen Brise Auflösung von Familienaltlasten würzen. Denn in überkommenen (Familien-)Verbindungen gibt es viel zu heilen, was immer wieder in unsere jetzigen Beziehungen mit hineinspielt.

Meiner Beobachtung nach bellen und knurren vier Schweinehunde umeinander, wenn zwei Liebende im Bett liegen und schmusen. Jeder der beiden trägt seinen eigenen und den seiner Herkunftsfamilie in sich. Kein Wunder, dass es manchmal schwierig ist, liebevoll miteinander verbunden zu sein und zu bleiben.

Ein anderes Bild für die Wirkungsweise unseres (Familien-)Bewusstseins ist für mich die biblische Geschichte der Vertreibung von Adam und Eva aus dem Paradies. Die Schlange symbolisiert für mich den (Familien-)Speicher, der die Menschen verführt. Durch die Einflüsterungen der Schlange – das heißt alle unterbewussten Denkmuster – und durch das Hören auf diese Muster verlieren Mann und Frau ihr gemeinsames Paradies der Beziehung.

Liebe ist aus meiner Sicht wie die Sonne, die immer da ist, aber manchmal durch Wolken verdeckt ist und dann nicht gesehen werden kann. Deswegen habe ich die „Generationenschaukel"[3] entwickelt, damit „die Sonne wieder scheint". Und Reiki hilft mir, die Liebe fließen zu lassen – jeden Tag. Mein Tipp: Bleiben Sie dran! Vielleicht *machen* wir manchmal etwas nicht richtig, aber wir SIND immer richtig! ■

Reiki in Französisch-Polynesien

Association Reiki Polynésie

Französisch-Polynesien ist ein französisches Überseegebiet im Südpazifik, das sich über eine Länge von mehr als 2.000 Kilometern erstreckt und mehr als 100 Inseln umfasst. Isabelle d'Hennezel, Präsidentin des polynesischen Reiki-Verbandes, berichtet über Reiki in Polynesien – insbesondere auf den beiden größeren Inseln Tahiti und Moorea.

Ich gebe zunächst eine kurze Zusammenfassung der Geschichte des polynesischen Reiki-Verbandes. So wird nachvollziehbar, welchen Weg Reiki möglich gemacht hat, in diesem hintersten Winkel der Erde, mitten im Pazifischen Ozean.

Tahiti und Moorea

Im August 2015 wurde durch einen Impuls von Eric Fruneau[1] auf Tahiti und Moorea der polynesische Reiki-Verband[2] gegründet. Das Hauptziel des Verbandes ist es, eine größere Anzahl von Menschen mit dieser Methode bekannt zu machen. Auch soll über die Wirkungen und Vorteile von Reiki informiert werden, und Reiki-Praktizierende auf diesen beiden kleinen polynesischen Inseln sollen zusammengebracht werden.

Tatsächlich ist ‚Mana' (der Begriff für ‚Energie' in Polynesien) sehr präsent hier, und er wird von vielen Menschen anerkannt. Das hat auch damit zu tun, dass die hier lebenden Menschen ihrer Kultur und der Natur insgesamt sehr nahe sind. Deshalb war es wichtig, den Unterschied klar zu machen zwischen der Reiki-Energie und der Energie, die die Magnétiseure hier verwenden, um die Lehren Usuis und seine Linie in voller Klarheit weitergeben zu können.

Durch vermittelnde Aktionen, gegenseitige Begegnungen und Vorträge mit praktischen Teilen (wie bei einer Veranstaltung der Organisation Alterniba[3] oder am Tag der Offenen Tür des hiesigen Militärregiments RSMA[4]) konnten die Vorteile dieser Energie vielen Menschen vorgestellt werden.

Tiefes Vertrauen

Als ich in Französisch-Polynesien ankam, nahm ich zunächst an einer NLP-Schulung teil, was mir noch heute hilft, meine Klienten nach Reiki-Behandlungen weiter zu begleiten (für jene, die das Erfahrene hinterher teilen möchten).

In Reiki habe ich ein Loslassen und ein Vertrauen gefunden, eigentlich ein „Bewusstsein des Reiki", einfach in fortdauernder Beobachtung der Ergebnisse, die in Behandlungen von Klienten erzielt wurden. Und ich bin immer wieder von neuem verwundert darüber, was meine Klienten berichten und wozu sie nach den Behandlungen fähig sind.

Schmerztherapie

Aufgrund von Erfahrungen nach Reiki-Behandlungen

Zur Autorin: Isabelle d'Hennezel ist die Präsidentin des polynesischen Reiki-Verbandes (frz.: Association Reiki Polynésie) und Usui-Reiki-Meisterin auf Tahiti.
Facebook: www.facebook.com/Association-reiki-polynesie

von Personen, die Motorradunfälle hatten, bin ich fest davon überzeugt, dass Reiki seinen Platz in der Medizin hat. Diese Personen, Angehörige des Militärs, haben erfahren, dass ihre Schmerzen sich verringerten. Sie haben bestmögliche Heilung und Gesundung erlangt, dank der Energie, die ihnen zur Verfügung gestellt wurde. Sie haben Schmerzmittel, die ihre Schmerzen zwar verringert, jedoch bei einigen auch Bauchschmerzen verursacht hatten, reduzieren oder ganz weglassen können – selbstverständlich im Zuge weiterer medizinischer Begleitung.

Obwohl sie zunächst skeptisch gegenüber der Methode waren, jedoch zugleich offen dafür, sie anwenden zu lassen, waren *sie* es, die mich nach der jeweils ersten Reiki-Behandlung anriefen, um Termine für weitere zu vereinbaren. Und sie berichteten mir davon, dass sie direkt nach der Behandlung mit Reiki heiterer, gelassener und schmerzfrei waren. Ich habe sogar bemerken können, dass das „Bewusstsein des Reiki" weit darüber hinaus ging: es berührte die Emotionen der Klienten und versöhnte sie mit alten Traumata. Außerdem belebte es ihr Selbstvertrauen neu, ermöglichte ihnen mehr positives Denken und eröffnete ihnen ein weites Feld an Möglichkeiten, die ihnen zur Verfügung stehen.

Palliativmedizin

Weiterhin haben Aktionen, die im Palliativzentrum des zentralen Krankenhauses von Tahiti[5] durchgeführt wurden – beispielsweise an Personen, die von Eric Fruneau begleitet wurden –, gezeigt, dass Reiki auch hier in die Pflege eingebracht werden kann, so wie es bereits in vielen anderen Ländern geschieht. Es scheint heutzutage zunehmend selbstverständlich und normal zu sein, Reiki anzuwenden, so wie Entspannungstherapie und Hypnose, die bereits vermehrt als komplementäre Methoden angewendet werden und zunehmend Akzeptanz finden.

Im August 2016 wurden im Pflegezentrum der Klinik von Taravao, auf der Halbinsel von Tahiti, Reiki-Behandlungen integriert. Dies geschah dank eines Mediziners, der überzeugt davon ist, dass eine alternativ- und komplementärmedizinische Behandlung von Vorteil für die Patienten ist. Nach einem Informationstag für das Pflegepersonal vorort fand sich eine Handvoll Freiwillige – Mitglieder des Verbandes –, die fortan wöchentlich den Patienten dort Reiki-Behandlungen gaben.

Etwa einen Monat später brach Eric Fruneau wieder zurück nach Frankreich auf, um sich neuen Herausforderungen zu stellen, und überließ mir die Präsidentschaft des polynesischen Reiki-Verbandes. Die Motivation für das Wirken vorort aber blieb, und so behandelten wir während acht Monaten die Patienten in der Klinik von Taravao. Mittlerweile sind einige der Krankenschwestern dort sehr interessiert daran, den 1. Reiki-Grad zu erlernen.

© bygimmy - Fotolia.com

Polynesische Inseln, rd. 3.000 Kilometer südlich von Hawaii, mitten im Pazifischen Ozean.

Trotz der sehr positiven Auswirkungen für die Patienten haben wir jedoch mittlerweile mit den Behandlungen dort aufhören müssen, da der Weg in die Klinik für alle sehr weit ist – und irgendwann war bei dieser Freiwilligenarbeit einfach etwas „der Dampf raus".

Da ich überzeugt davon war, dass wir unser Wirken fortsetzen könnten und bereichert durch die Erfahrungen an der Klinik von Taravao, begab ich mich schließlich auf die Suche nach Pflegezentren, die näher bei Papeete liegen – nach wie vor ausgehend von meinem Herzen, verbunden mit dem Wunsch, Dienst am Nächsten zu üben, zu dessen Wohlsein.

Reiki in der Reha

Im August 2017, nach einem Informationstag mit praktischen Teilen vor Medizinern und Pflegepersonal, öffnete das Rehabilitationszentrum in Te Tiare, nahe Papeete, uns seine Türen, damit wir den dortigen Reha-Patienten die Reiki-Methode vorstellen konnten. Nach ärztlicher Verschreibung erhalten seitdem jene Patienten in der Orthopädie, die dies möchten, zweimal wöchentlich eine Reiki-Behandlung. (Ich bedanke mich bei allen Freiwilligen, die daran teilgenommen haben oder noch teilnehmen, für diese Übertragung der Reiki-Energie.)

Dieses Projekt ist wirklich sehr interessant, und die Umfrage, die auf Wunsch der Direktion des Zentrums bei jenen Patienten durchgeführt wird, die Reiki-Behandlungen mit einer Länge von 30 bis 40 Minuten erhalten haben, gibt uns einmal mehr Aufschluss über die Wirkungen von Reiki: ▶

Anmerkungen:

1 Er ist mein einweihender Reiki-Meister im Usui-Reiki, dem ich von Herzen danke für die Einweihungen, die ich erhalten habe.
2 Originalname des Verbandes in französischer Sprache: Association Reiki Polynésie.
3 Organisation, die gegründet wurde, um den Herausforderungen durch den Klimawandel zu begegnen.
4 RSMA = Régiment du Service Militaire Adapté de Polynésie Francaise
5 Gemeint ist das CHP = Centre Hospitalier de Polynésie

- Angenehme Entspannung
- Heilsamer Schlaf, mit Veringerung von Schmerzen
- Balsam für die Seele bei traumatischen Unfällen
- Unbestreitbare Fortschritte bei der Arbeit der Physiotherapeuten für Patienten, die parallel Reiki erhielten, bei der Heilung von Operationswunden und bei Amputationen

Informationstage

Außerdem konnten wir zwei halbtägige Informationstage für das Pflegepersonal der Intensivstation des Krankenhauses in Papeete durchführen. Von den 23 Personen, die teilnahmen, ging es 21 Personen danach erheblich besser. Sie fühlten sich „wie in einem Kokon voller Liebe und Ruhe“, während die anderen beiden keine Worte für ihre Gefühle fanden, aber meinten, „das Schlimmste, was mit Reiki passieren könne“ sei, dass „nichts passiere“.

Reiki-Marathon

Ich gebe im Folgenden einen Text einer Patientin wieder, für die wir auf ihren Wunsch hin einen Reiki-Marathon organisierten (sie war wegen Leukämie im Krankenhaus):

„Ich möchte allen Beteiligten des Reiki-Marathons danken. Es geht mir tatsächlich sehr gut, trotz meiner medizinischen Behandlung, die sehr heftig ist. Trotz meiner beiden Chemos gestern und den dreien von heute spüre ich überhaupt keine Nebenwirkungen.
Ich weiß, dass Sie für etwas da sind – denn ich spüre diese Energie, und es geht mir sehr gut, trotz meines Zustandes. Außerdem haben mich das Wissen und das Gefühl, unterstützt zu werden, sehr aufgebaut. Könnten Sie bitte damit fortfahren – da ich morgen drei weitere Chemos erhalten werde, und ebenso an den Folgetagen.
Ich möchte Ihnen meinen außerordentlichen Dank ausdrücken für die Zeit, die Sie dem Marathon gewidmet haben. Ich liebe Sie. Auf dass Ihr Tag lebendig und voller Liebe sei!“

Ausblick

Die Kliniken öffnen sich zunehmend für komplementäre Methoden, wie sie auch hier in Polynesien bereits angewendet werden. Ich bin sicher, dass sich bald weitere Türen auf unserer Insel für Reiki öffnen werden, zum Wohle der Patienten.

Das allgemeine Bewusstsein erhebt sich, angesichts der Notwendigkeit, auf menschliches Leid zu reagieren. Und vor allem steigt das Interesse der Menschen, ihre wahren Bedürfnisse kennenzulernen und sich entsprechend auszurichten – was wiederum der Reiki-Energie erlaubt, ihren Weg zu gehen, zum bestmöglichen Wohl aller Beteiligten.

Und vergessen wir nicht, dass jegliche Arbeit für den eigenen, persönlichen Frieden dazu beiträgt, Frieden und Wohlsein in die Welt zu bringen. ■

Dieser Artikel erschien zuerst in der französischsprachigen Reiki-Zeitschrift „La Lettre Reiki“, im Sommer 2018, unter dem Titel „Reiki en Polynésie“. Übersetzung und Abdruck (auch des Verbandslogos) erfolgen mit freundlicher Erlaubnis des Herausgebers Nita Mocanu und der Autorin.

Übersetzung aus dem Französischen ins Deutsche: Oliver Klatt

Anzeigen

Online Reiki Anbieterverzeichnis: www.reiki-magazin.de

Nachgefragt!

11 Fragen rund um Reiki

Auf dieser Seite erzählen Persönlichkeiten der Reiki-Szene aus ihrem Leben mit Reiki. Diesmal stellt sich Ute Wehrend, seit fast 30 Jahren in Reiki eingeweiht, den elf Fragen der Redaktion.

- Name Ute Wehrend
- Beruf Rentnerin, früher Reiki-Lehrerin, Gestalttherapeutin, Vedanta- und Yogalehrerin, Autorin
- geb. 27. Februar 1953 in Plön, Holstein
- Sternzeichen/Aszendent Fische/Fische
- Erster Kontakt mit Reiki wann?/wo? 1989 in Nordfriesland
- Reiki-Grad Reiki-Lehrerin
- Wirkungsort Plön & weltweit
- Familienstand Single, mit 4 erwachsenen Kindern und 3 Enkelkindern

Ute Wehrend ist seit 27 Jahren Reiki-Lehrerin und Reiki-Buchautorin. Ausbildungen im Usui Shiki Ryoho, im Gendai Reiki ho nach Hiroshi Doi und im Usui Reiki Ryoho nach Frans Stiene sowie Reisen nach Japan vertieften ihren Zugang und ihr Verständnis vom Reiki-System in all seinen Facetten und Möglichkeiten. Heute bezeichnet sie sich gerne als „Reiki-Rentnerin" und gibt Seminare und Workshops auch im Einzelunterricht, nur noch auf Anfrage.

1. Wie bist du zu Reiki gekommen?
Durch einen Vortrag in einem kleinen Ort in Nordfriesland. Vorher hatte ich schon einmal eine Reiki-Anwendung bekommen, ohne zu wissen, dass es sich dabei um Reiki handelte. Das sollte sich für mich erst später herausstellen.

2. Wie oft behandelst du dich mit Reiki?
Seit nunmehr fast 30 Jahren mindestens einmal täglich als Ganzkörperbehandlung und zwischendurch immer mal.

3. Kombinierst du Reiki mit anderen Methoden?
Ja, mit meinem ganzen „Werkzeugkasten", wie Quantenheilung nach Dr. Kinslow, The Work nach Byron Katie, gestalttherapeutischen Methoden, Meditationen usw. Allerdings immer gerne einfach auch mal „nur" Reiki pur.

4. Wann hast du das letzte Mal Reiki angewandt?
Wenn wir unter Reiki hier mal das reine Handauflegen verstehen, dann heute Morgen, noch vor dem Aufstehen.

5. Hast du einmal ein Wunder mit Reiki erlebt?
Sooo viele, da könnte ich jetzt stundenlang erzählen ... beispielsweise Reiki für einen seit Jahren an den Rollstuhl gebundenen Freund, der dann durch Reiki wieder laufen konnte. Reiki für einen auf der Intensivstation liegenden, als „nicht mehr zu rettender Fall" geltenden, jungen Mann, der von dem Moment an, als ich meine seit 25 Jahren bestehende „Reiki-Notfallkette" aktivierte, stündlich mehr genas und heute ein ganz normales, gesundes Leben führt. Usw. ...

6. Hat auch mal etwas mit Reiki nicht geklappt?
Das ist schwer zu sagen und eine Frage der Betrachtungsweise. Vielleicht ist es manchmal wichtig, dass etwas so ist, wie es gerade ist. Und vielleicht gibt es manchmal Effekte, die nicht so leicht wahrnehmbar sind und sich dann erst im Nachhinein zeigen. Für mich hat eine Reiki-Behandlung eine sehr hohe Qualität und Tiefe, wenn ich das Ergebnis der Behandlung einer höheren Macht überlasse, d.h. mich, mein Ego mit seinen Wünschen und Erwartungen, komplett heraus halte.

7. In welcher außergewöhnlichen Situation hast du schon einmal Reiki gegeben?
Oh, zu dieser Frage fallen mir gleich ein paar Erlebnisse ein. Aber ich möchte da nicht gerne werten und diese Ereignisse als „besonderer" als alle anderen betrachten. Ich habe Reiki bei Geburten und bei Sterbevorgängen, beim Lachen und beim Weinen gegeben – und in allen möglichen Situationen dazwischen.

8. Welches ist dein Reiki-Lieblingsbuch?
Natürlich mag ich meine beiden Reikibücher besonders gerne, sonst hätte ich sie ja gar nicht geschrieben. Daneben habe ich in meinem Bücherschrank nur noch die Lieblings-Reikibücher, und zwar von Hiroshi Doi, Oliver Klatt und Frans Stiene.

9. Welche Musik findest du, als Begleitung für Reiki-Behandlungen, besonders gelungen?
Ich bin eine große Liebhaberin der Stille. Wenn es gerade passt, mag ich auch sehr tibetische Klangschalen.

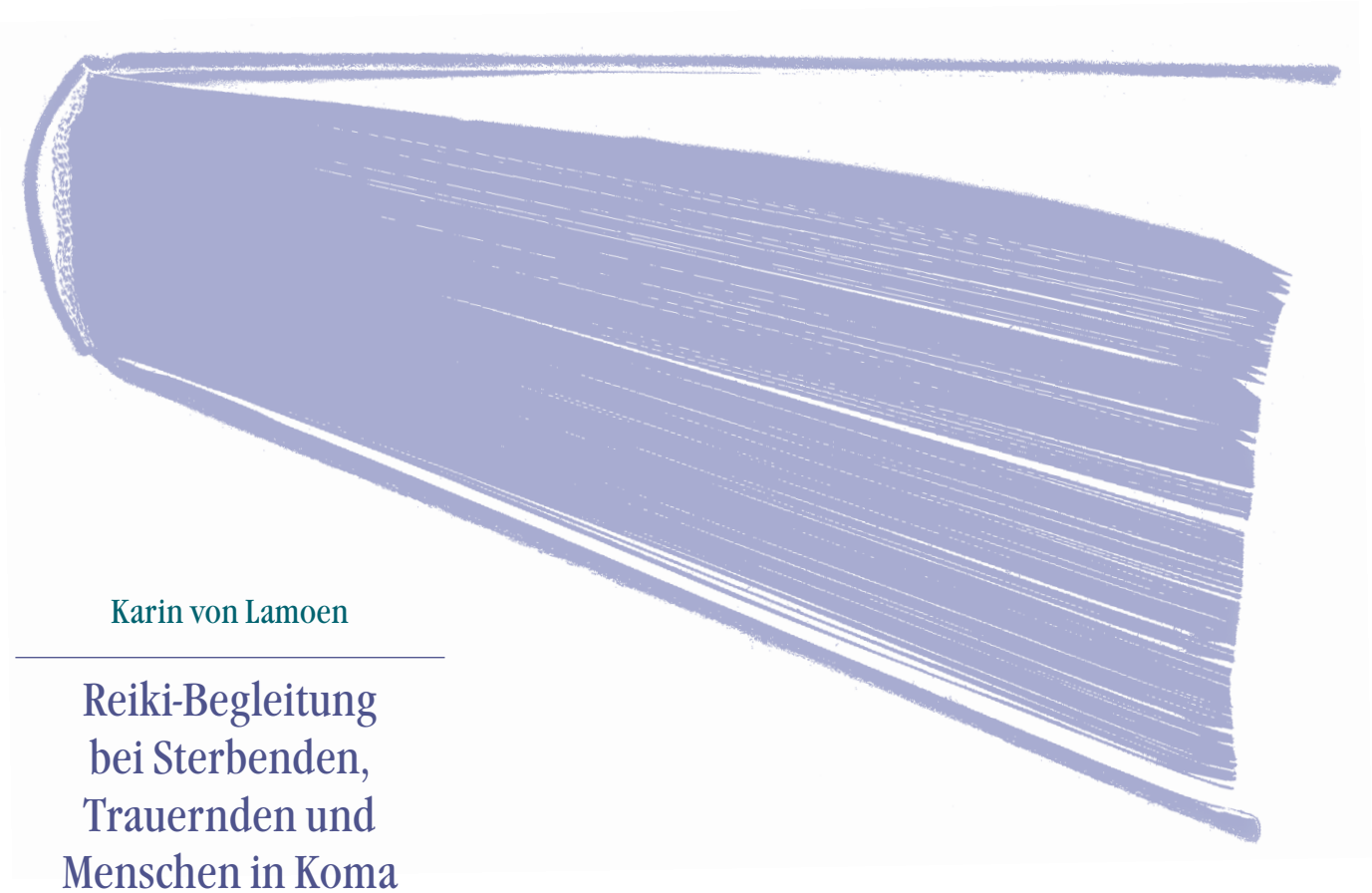
10. Welche Person (lebendig oder verstorben) würdest du gerne mal treffen? Warum?
Mehrere, und ich kann mich jetzt nicht für einen davon allein entscheiden.
Buddha, Jesus, Shankara, Ramana Maharshi und Nissargadatta Maharaj. Es wäre wundervoll, allein in ihrer Energie sein zu können – und mit ihnen dann auch noch reden zu können, das wäre noch viel toller

11. Was ist deine Vision mit und für Reiki?
Es ist eine schöne Vorstellung, dass Reiki so selbstverständlich wie das Zähneputzen in jeder Familie praktiziert werden würde. ■

In der kommenden Ausgabe stellt sich Patrick Lankau, Reiki-Lehrer seit 2012 und Vorstandsmitglied von ProReiki, den elf Fragen der Redaktion.

Rezensionen

Buch



Karin von Lamoen

Reiki-Begleitung bei Sterbenden, Trauernden und Menschen in Koma

Es gibt viele Bücher über Reiki, aber ich kann mich nicht erinnern, je ein Buch über Reiki in der Sterbebegleitung rezensiert zu haben. Sterbebegleitung ist ein Feld, das sehr viel Einfühlungsvermögen benötigt. Und es gibt einige Menschen und Reiki-Praktizierende, die hier eine wunderbare Arbeit leisten. Die Autorin dieses Buches, Kaja von Lamoen, gehört dazu. Sie beschäftigt sich schon sehr lange mit diesem Thema, und so freue ich mich, dass es nun ein Buch mit ihren Erfahrungen darüber gibt.

Der erste Eindruck ist schon einmal ansprechend. Das Cover ist in Weiß gehalten, mit einem Gemälde in Lila sowie der Schrift ebenfalls in Lila. Im Buch gibt es einige farbige Bilder, die einzelne Kapitel zieren. Für ein selbstgestaltetes Buch im Book-on-Demand-Verfahren ist es insgesamt ganz gut gelungen.

Anfangs gibt es eine wirklich kurze Einleitung über Reiki.

Das Hauptaugenmerk des Buches liegt natürlich auf der Begleitung von Sterbenden und Menschen, die im Koma liegen. Ich finde es gut, dass Kaja sich mit diesem Buch voll und ganz auf dieses Thema konzentriert.

Über die Jahre hat sie viele Erlebnisse und Erfahrungen in Hospizen sammeln können. An einigen davon lässt sie uns im Buch teilhaben.

Mit jeder Zeile wird deutlich, wieviel Herzblut sie in die Behandlung mit Reiki steckt. Die Lebens- oder Sterbegeschichten sind wunderbar geschrieben – und voller Respekt für die jeweilige Situation und alle Beteiligten.

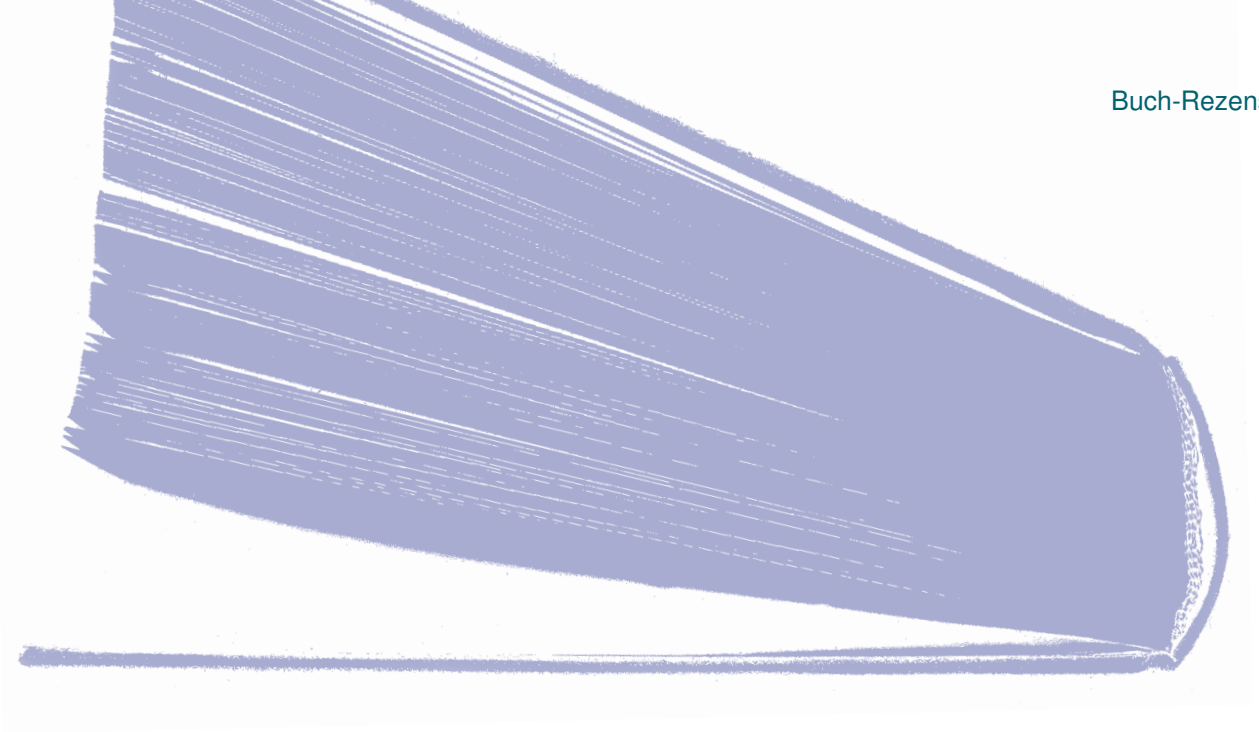
Ich habe mich bislang mit Reiki in der Hospizarbeit noch nicht sehr viel auseinandergesetzt. Und dennoch: Auch für mich, die wenige Berührungspunkte mit dem Thema hat, sind die Erzählungen sehr berührend. Die Freude der Autorin darüber, was Reiki alles bewirken kann im Prozess des Loslassens, ist durchaus ansteckend. Ich finde vor allem die Geschichte von Theo, der im Koma lag, sehr berührend. Herzerwärmend!

Es ist ein wunderbares Buch, für Menschen, die selbst Reiki praktizieren und sich überlegen, Reiki bei Sterbenden oder Menschen, die im Koma liegen, anzuwenden. Auch wenn man gerade in seinem familiären Umfeld mit dem Tod konfrontiert wird, kann es einem Mut machen, Reiki anzuwenden. ■

Janina Köck

Einschätzung der Redaktion:
Einfach berührend!

Pro Business digital, 98 Seiten, 21,- €



Barbara Simonsohn

Reiki – Innere Heilung und spirituelles Wachstum

Barbara Simonsohn ist eine der bekanntesten Reiki-Buch-Autorinnen in Deutschland. Sie hat bislang rd. 30 Bücher zu verschiedenen Gesundheitsthemen geschrieben, u.a. über Reiki, die Fünf Tibeter und SuperFoods.
Das Format des Buches ist etwas kleiner als sonst üblich für ein Taschenbuch – so kann man es auch mal in die Handtasche stecken. Das Cover ist wirklich wunderschön gestaltet! Schon auf den ersten Blick wird ersichtlich, dass hier Profis am Werk waren. Der Unterschied in Gestaltung und Haptik zwischen einem Buch wie diesem, hier aus dem Schirner Verlag, und den meisten im Book-on-Demand-Verfahren erschienenen Büchern ist immens. Auf dem sehr gelungenen Cover mischen sich Rosa- und Blautöne mit Lila, und eine schöne, etwas zurückgenommene Lotusblume schwebt dezent über zwei Händen.
Gleich im Klappentext ist eine überraschende Formulierung zu finden: „Barbara Simonsohn, die vor 30 Jahren die Reiki-Welle auslöste …". Nun, da frag ich mich doch: Ist es wirklich so, dass *sie* die „Reiki-Welle" hierzulande auslöste? Da fallen mir auch noch andere Reiki-Lehrer ein, die Mitte der 1980er Jahre Reiki in Deutschland populär gemacht haben, u.a. Brigitte Müller und Mary McFadyen.
Der Stil, den Barbara Simonsohn praktiziert und lehrt, nennt sich „authentisches Reiki", er ist in sieben Grade unterteilt. Zu Anfang des Buches werden diese Grade im Einzelnen kurz beschrieben, auch mit Bezug auf deren spirituelle Dimensionen. Den Chakren wird hier eine essentielle Rolle zugeteilt. Zu jedem Grad wird das passende Chakra mit einbezogen und erläutert.
Im Weiteren geht die Autorin auf die Handpositionen der Ganzbehandlung ein, mit der Fragestellung, wie diese einen spirituell voranbringen können. Die einzelnen Positionen werden mit schönen Fotografien anschaulich verbildlicht.
Darüber hinaus geht es im Buch um spirituelle Themen, und Barbara Simonsohn lässt den Leser an ihren Gedanken dazu teilhaben. Themen dabei sind u.a. „Bedingungslose Liebe", „Grenzenloses Mitgefühl", „Bedingungslose Freude", „Im Einheitsbewusstsein mit allem verbunden", „Erwachte Beziehungen leben" und „Spiritueller Coach sein". Außerdem geht es um sehr konkrete Themen, wie beispielsweise darum, wie man mit den richtigen Lebensmitteln die spirituelle Entwicklung fördern kann. Hier empfiehlt sie u.a. Nahrungsergänzungsmittel, die aus ihrer Sicht eine positive Wirkung haben.
Immer wieder werden Zitate und kleinere praktische Übungen in die Kapitel eingestreut. Bei den Zitaten bedient sich die Autorin der Aussagen anderer Weisheitslehrer wie Chris Griscom, Eckhart Tolle usw. Bei den Übungen und Meditationen greift sie nicht nur auf Reiki, sondern auch auf andere spirituelle Disziplinen, Philosophien und Schulen zurück. Manchmal gibt sie kurze Hinweise, beispielsweise dass eine Azidose-Massage sinnvoll sei, geht aber dann nicht weiter darauf ein bzw. verweist auf frühere Publikationen von ihr zum entsprechenden Thema. An diesen Stellen hätte ich mich mehr konkrete Anleitungen direkt in diesem Buch gewünscht.
Zugleich wird so natürlich auch ihr weitreichendes Wissen deutlich, das sie immer wieder auch mit Reiki in Verbindung bringt. Für eine Aussage hätte ich allerdings gerne einen handfesten Beweis gehabt: Sie erwähnt, sie hätte das 3. Reiki-Symbol in einem ägyptischen Tempel an der Decke gesehen (S. 121).
Insgesamt ist dies ein nettes kleines Büchlein über Reiki. Es gibt kleinere Übungen, die man schnell und einfach ausprobieren kann. Auch werden wichtige Themen angesprochen, die einem auf dem spirituellen Weg begegnen. Die Texte sind allgemein schön aufgearbeitet – auch wenn sie durch ihre Kürze meist eher an der Oberfläche der doch tiefgründigen Themen kratzen. ■

Janina Köck

Einschätzung der Redaktion:
Interessant & vielseitig!

Schirner Verlag, 144 Seiten, 9,95 €

Eben Alexander

Tore ins unendliche Bewusstsein

Der amerikanische Neurochirurg Eben Alexander lag aufgrund einer schweren Hirnhautentzündung eine Woche lang im Koma, niemand rechnete damit, dass er dies überleben, geschweige denn gesund sein würde. Doch er kehrte zurück. Ein Wunder für alle, die seine Krankheit miterlebt haben. Und er berichtete von einer Reise durch eine jenseitige Welt, in deren Verlauf er Gott begegnet sei. Mehrere Bücher hat Eben Alexander mittlerweile veröffentlicht, in denen er über seine Erfahrungen berichtet und seine Gedanken mitteilt, die dieser Prozess in ihm ausgelöst hat. Die Reise ins Jenseits brachte den Neurochirurgen auf eine weitere Reise: er ist seither auf unterschiedlichen Ebenen unterwegs, um zu verstehen, was er damals erlebt hat. Und er möchte herausfinden, wie er diese, seine Erfahrungen anderen Menschen zugänglich machen kann. Der ehemals skeptische Naturwissenschaftler und Mediziner hat eine Wandlung erlebt und einen komplett anderen Blick auf das Leben und das Universum erlangt.

Sein neuestes Buch „Tore ins unendliche Bewusstsein: Die Grenzen der Realität überwinden und die wahre Natur des Lebens entdecken“ ist durchdrungen von seiner Überzeugung, dass es weitaus mehr Bereiche des Bewusstseins gibt, als angenommen wird. Dies gipfelt in seiner Schlussfolgerung: „Wir sind geistige Wesen, die in einem geistigen Universum leben.“

Den Weg zu diesem Wissen zeigt Eben Alexander in seinem Buch. Doch er versteht sein neuestes Buch nicht allein als einen „Versuch, Wissenschaft und Spiritualität zu verbinden“, sondern es hat den Charakter eines Appells, einer Botschaft für die Menschheit. Denn Eben Alexander ist sich dessen bewusst geworden, dass die derzeit vorherrschende Sicht auf die Welt zu den Problemen beigetragen hat, mit denen die Menschheit konfrontiert ist. Seine Erfahrungen und seine Nachforschungen haben ihm einen Schlüssel gegeben, wie diese Sicht geändert werden könnte, sowohl zum Wohle des Einzelnen als damit auch der Welt.

Eben Alexander hat eine Fülle an Material in „Tore ins unendliche Bewusstsein“ zusammengetragen. Die neuesten Erkenntnisse der Hirnforschung und der Erforschung des Herzens sind hier ebenso versammelt wie Berichte über Kinder, die sich an ihre vergangenen Leben erinnern. Wer kennt es nicht, dass selbst die Kleinsten unerklärliche Phobien haben, die sich bei ihnen hartnäckig halten? Eine Erklärung für diese Ängste könnte darin liegen, dass es Erinnerungen an ein zuvor gelebtes Leben sein könnten. Doch auch Berichte über Nahtoderfahrungen anderer Menschen, Leserbriefe, die Eben Alexander nach Erscheinen seines ersten Buchs bekommen hat, sind ebenfalls in diesem vielschichtigen Buch enthalten. Eben Alexander erzählt des weiteren sehr persönlich, wie er erlebt hat, dass Verstorbene den Kontakt mit ihren Angehörigen aufnahmen und wie diese reagierten. Die Schleier zwischen den Welten scheinen manchmal sehr dünn, manchmal heben sie sich – davon weiß Eben Alexander viel zu erzählen. Die „Tore ins unendliche Bewusstsein“ können unvermittelt weit offen stehen, mitten im Leben.

Zugleich berichtet der Verfasser, wie er danach suchte, in jenen Zustand zurückzukehren, den er während seines Komas erlebt hat. Es gibt verschiedene Wege, und sein persönlicher Weg führt über das Hören spezieller Musik. Eben Alexanders Partnerin, Karen Newell, Koautorin von „Tore ins unendliche Bewusstsein“, ist Gründerin eines Unternehmens, das mithilfe spezieller Klangtechnologien dem Hörer ermöglichen soll, in andere Sphären des Bewusstseins zu reisen. Auf diese Klangtechnologien kommt Eben Alexander immer wieder in seinem Buch zurück, so dass der Eindruck entstehen kann, dies wäre der beste oder zuverlässigste Weg zur Kontaktaufnahme und Verbindung mit dem All-Bewusstsein. Doch es gibt noch eine Reihe anderer Wege, Meditation etwa, die vom Verfasser neben vielen weiteren Techniken zur Erweiterung des Bewusstseins genannt wird. Wichtig ist Eben Alexander auch Achtsamkeit, die Beobachtung des eigenen Geistes und das Gewahr werden davon, wie dieser vor sich hindenkt. Es gibt viele Wege und für jeden, der sucht, einen passenden.

„Tore ins unendliche Bewusstsein“ enthält Einsichten und Erkenntnisse, die vielleicht schwer verdaulich anmuten mögen, doch sie laden dazu ein, sie zu umkreisen und über ihnen zu sinnieren. So schreibt Eben Alexander: „Quantenphysikalische Versuchsergebnisse ... zeigen, dass das gesamte beobachtbare Universum samt übrigem Kosmos, der überall und jederzeit existiert, offenbar aus dem Bewusstsein hervorgeht.“ Und das sei nur die „Spitze des Eisbergs“, wie er später hinzufügt.

„Täuschen Sie sich nicht,“ mahnt Eben Alexander seine Leser, „die bevorstehende Revolution des menschlichen Denkens, um die es in diesem Buch geht, ist bereits in vollem Gange.“ Eine Revolution der Liebe, könnte man sagen, denn Eben Alexander ist davon überzeugt, dass die Information, die unserem Universum zugrunde liegt, „aus reiner bedingungsloser Liebe“ zu bestehen scheint.

Für ihn ist das Wichtigste, dass die Leser seines Buches begreifen, dass sie selber in diesem Prozess der Bewusstseinsveränderung und der Erkenntnis eine entscheidende Rolle spielen. Die Veränderung beginnt in jedem Einzelnen, und sie wirkt auf die ganze Welt. ■

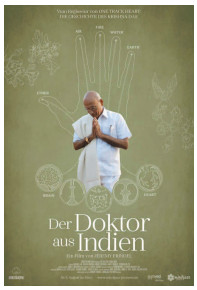
Franziska Rudnick

Einschätzung der Redaktion:
Weitreichendes, inspirierendes Werk!

Ansata Verlag, 432 Seiten, 22,- €

Medientipps

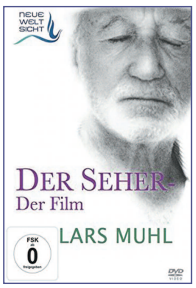
DVD: „Der Doktor aus Indien“ — Mindjazz Pictures



Ein gelungener Dokumentarfilm über einen der großen Ayurveda-Experten unserer Zeit: Dr. Vasant Lad. Der Film erzählt die beeindruckende Geschichte von der Mission eines Mannes, der die indische Heilkunst Ayurveda Ende der 1970er Jahre in den Westen bringt. Ein eindringliches Porträt eines Pioniers des Ayurveda – von Jeremy Frindel, der bereits für den gelungenen Dokumentarfilm über das Leben und Wirken von Krishna Das („One Track Heart“) verantwortlich zeichnet. Dr. Vasant Lad stammt aus einfachen Verhältnissen. Im Laufe seines Lebens entwickelt er große Passion und Kraft, die vedischen Heilweisen langfristig erfolgreich anzuwenden – und sie zu lehren. Zunächst in Indien, und später in der westlichen Welt. Auch der bekannte Ayurveda-Experte Deepak Chopra taucht kurz im Film auf und gibt seine Einschätzung zur Dimension des Wirkens von Dr. Lad. Ein sehenswerter, in weiten Teilen packender Dokumentarfilm – mit vielen „spirituellen Momenten“! OK

Länge: 89 min (+ Bonusmaterial 60 min)
Erhältlich über: www.mindjazz-pictures.de

DVD: „Der Seher“ — Neue Weltsicht



Calle de Montsegur, der „Seher“, war ein Mann mit außergewöhnlichen Begabungen. Er konnte Fernheilungen geben, Gedanken lesen und bewegte sich in feinstofflichen Ebenen wie andere in der Alltagsrealität. Der Autor Lars Muhl war von 1999 bis 2003 Schüler des Sehers, heute ist er selbst Heiler und spiritueller Lehrer. Dieser Dokumentarfilm zeigt authentische Aufnahmen des mittlerweile verstorbenen Sehers, so nimmt man hautnah an Szenen aus seinem Leben teil. Darüber hinaus geht es um die Lehren und Einsichten des Sehers, so wie Lars Muhl sie auch in seiner erfolgreichen Buch-Trilogie „Der Seher“, „Magdalena“ und „Der Gral“ wiedergibt. Der Seher war ein außergewöhnlicher Heiler, dessen besondere Energie in den Filmaufnahmen spürbar wird. Feinstoffliche Ebenen werden hier regelrecht greifbar – im Verhalten, den Bewegungen und Aussagen des Sehers. Sehenswert! OK

Länge: 103 min (+ Bonusmaterial)
Erhältlich über: www.neue-weltsicht.de

CD: „Reminiscence“ — Aukai

Einmal mehr hat Multi-Instrumentalist und Komponist Markus Sieber hier ein brillantes Werk voller akustischer Tiefe geschaffen. In zehn minimalistischen Stücken kreiert er berührende Klanglandschaften verschiedenster Art, ganz im Stile eines Ludovico Einaudi. Musik, die Kontemplation unterstützt, in die innere Weite führt und demutsvoll macht. Sehnsuchtsvolle Klänge gepaart mit einer tief in sich ruhenden Kraft voll stiller und poetischer Schönheit. OK

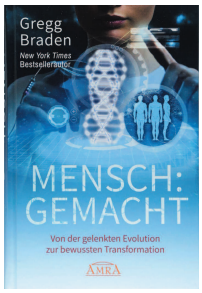
Erhältlich über: www.silenzio.com

CD: „The Compassion Suites“ — De Groot

Musik und Malerei vermischt, in eins: Der international tätige Künstler De Groot verbindet zwölf von ihm komponierte Klavierstücke mit zwölf seiner Gemälde – in den kürzlich erschienenen „Compassion Suites“. Bekannt für seinen expressionistischen Malstil, schuf er, wie als Gegenpol dazu, zwölf überwiegend sanfte, introspektive Stücke mit Titeln wie „Inner Reflections“, „Duality“ und „Incarnation“. „Compassion“ bedeutet Mitgefühl – in diesem Geist sind spürbar auch die zwölf berührenden Klavierstücke entstanden. In den Gemälden von De Groot herrschen kräftige Schwünge vor, in seiner Musik kommt die Kraft eher „fein von innen“. Ein bemerkenswertes, direkt aufeinander bezogenes Miteinander von Musik und Malerei. Die CD ist erschienen bei Records Gramophonique, mit einem sehr wertigen Cover. Die einzelnen Klavierstücke sind auch über Download-Portale erhältlich. Sehr besonders! OK

Weitere Infos: www.notes-by-de-groot.com

Buch: „Mensch: Gemacht“ — Gregg Braden



Gregg Braden stellt in seinem aktuellen Buch „Mensch: Gemacht“ eine kühne These auf: Der moderne Mensch ist nicht durch Evolution entstanden, sondern wurde vor ca. 200.000 Jahren durch Verschmelzung zweier Gene gezielt erschaffen. Der Meinung des Verfassers nach macht diese Manipulation den Menschen zu einem „Wunder an Macht und Materie“, wie er Ray Bradbury zitiert. Gregg Braden zeigt, was für ein Wunder der Mensch ist, über was für ein Potential – auch zur Heilung – er verfügen kann und weckt dieses Staunen bei der Lektüre. Vertieft werden kann es durch fünf Übungen und insgesamt 46 Leitsätze.

Franziska Rudnick

Erhältlich über: www.amraverlag.de

Buch: „Mit den Händen sehen“ — H.-W. Müller-Wohlfahrt

„Mein Leben und meine Medizin“, darüber berichtet hier der renommierte Sportmediziner Dr. Müller-Wohlfahrt. Er war Mannschaftsarzt des FC Bayern München und der deutschen Fußball-Nationalmannschaft. Weiterhin betreute er zahlreiche Spitzensportler, u.a. den Sprint-Weltmeister und achtfachen Olympiasieger Usain Bolt. In diesem autobiographischen Werk gibt Müller-Wohlfahrt auf über 300 Seiten ganz persönliche Einblicke in sein Leben – mit vielen Fotos. Daneben erzählen viele prominente Unterstützer und „Patienten“, u.a. Herbert Grönemeyer, Franz Beckenbauer und Joachim Löw, mit ihren eigenen Worten vom heilsamen Wirken des berühmten Sportarztes, dessen Credo lautet: „Heilen, ohne zu schaden.“ Weltweitweit bekannt ist Müller-Wohlfahrt für den besonderen Tastsinn seiner Hände, ihm werden „magische Kräfte“ nachgesagt. In weiten Teilen des Buches geht es konkret um „seine Medizin“, d.h. um die von ihm angewandten Heilmethoden und die Werte, denen er stets treu geblieben ist. Ein persönliches und zugleich informatives Werk „hinter den Kulissen der Sportmedizin“. Sehr lesenswert! OK

Erhältlich über: www.suhrkamp.de

Wo geht es hin, ProReiki?

Der Berufsverband ProReiki existiert seit fast acht Jahren. Zeit für ein ausgiebiges Zwischenresümee, finden Oliver Klatt, Herausgeber des Reiki Magazins, und Angela Zellner, Vorstandsvorsitzende von ProReiki. In ihrem ausführlichen Interviewgespräch sparen sie auch kritische Themen nicht aus.

Oliver: Der Berufsverband ProReiki wurde im Sommer 2011 gegründet. Manches wurde seitdem umgesetzt, vieles steht noch aus. Welche Ziele hat ProReiki für die kommenden Jahre?

Qualifizierte Ausbildung

Angela: Zunächst geht es weiterhin um die Umsetzung der Ziele und Aufgaben, die wir uns selbst in unserer Satzung gestellt haben. Dabei können wir auf den Erfahrungen aufbauen, die wir in den vergangenen Jahren gemacht haben, durch verschiedene Projekte und Themen, die wir bereits angegangen sind.

Oliver: Welche Aufgaben und Ziele sind es, die in der Satzung von ProReiki stehen?

Angela: Da geht es zum einen um das Thema Ausbildung, also darum, dass wir Mitglieder für den Einsatz in professionellen Feldern qualifizieren. Und es geht um Projekte, die diese Ausrichtung unterstützen, wie die klinische Studie, die wir in Zusammenarbeit mit dem Klinikum rechts der Isar der TU München und zwei weiteren Kliniken durchführen. Außerdem um Kooperationen mit anderen Trägern in Sozial- und Gesundheitsbereichen, also in Bereichen, bei denen viele der Auffassung sind, dass der Einsatz von Reiki dort sehr gut hineinpasst.

Oliver: Meinst du zum Beispiel Reiki in Kliniken, Reiki in Pflegeeinrichtungen ...?

Angela: Ja, in der Altenpflege, in der Arbeit mit behinderten Menschen und auch in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen – also querbeet im gesamten sozialen Bereich sowie im Gesundheitsbereich. Voraussetzung dafür ist natürlich eine entsprechende Anerkennung von Reiki in diesen Bereichen. Und die ist bislang nicht gegeben. Es gibt Aussagen beispielsweise von Finanzämtern, die Reiki als „esoterische Heilslehre" bezeichnen, deren Wirksamkeit wissenschaftlich nicht bewiesen sei.

Oliver: Obwohl ProReiki auch schon viel dafür getan hat, um genau dem entgegenzuwirken – und diese Einstufung nicht dauerhaft gelten zu lassen, oder?

Angela: Das ist richtig. Und dies ist eines der großen Ziele von ProReiki, die wir nicht alleine stemmen können. Dazu benötigen wir die „Freunde der Reiki-Kultur" an unserer Seite ...

Oliver: Was sind das für „Freunde", die du da erwähnst?

Anerkennung von Reiki

Angela: Es gibt seit kurzem einen kleinen, aber feinen Verein namens „Freunde der Reiki-Kultur e.V.". Dieser wurde im Rahmen der von ProReiki begleiteten klinischen Studie in München gegründet, auch um Spenden für diese Studie zu ermöglichen. Reiki wird derzeit noch nicht als gemeinnützig anerkannt. Deshalb sind wir eine Kooperation mit dem Verein der „Freunde der Reiki-Kultur" eingegangen, der hierfür Pate steht. Es geht um die Anerkennung von Reiki, also darum aufzuzeigen, dass Reiki dem Gemeinwesen nützt. Eine Mitgliedschaft ist für jedes ProReiki-Mitglied kostenlos möglich. Nicht-ProReiki-Mitglieder können für 60,- Euro im Jahr Mitglied werden. Auch eine Fördermitgliedschaft ist möglich, mit einem Jahresbetrag nach Wahl, ab 100,- Euro aufwärts. Für Spenden können Spendenquittungen ausgestellt werden.

© ProReiki

Der Vorstand von ProReiki (v. li. n. re.): Patrick Lankau (Vorstand für Kommunikation), Brigitte Grimberg (Vorstand für Qualifizierung und Zertifizierung), Angela Zellner (Vorstandsvorsitzende), Claudia Greich (Vorstand für Finanzen), Isabella Petri (Vorstand für Wissenschaft), Gerd Knieps (stellvertretender Vorstandsvorsitzender), Viola Roth (Vorstand für die Geschäftsstelle). Außerdem im Vorstand, jedoch nicht mit auf dem Foto: Janina Köck (Vorstand für Öffentlichkeitsarbeit).

Oliver: Das ist sicherlich eine gute Möglichkeit, die „Sache Reiki" in Deutschland zu unterstützen. Angela, in letzter Zeit gab es zum Thema Kommunikation seitens ProReiki durchaus manches Lob, aber auch viel Kritik. Dies bezog sich sowohl auf die interne Kommunikation von ProReiki, also zum Beispiel zwischen dem Vorstand und den Mitgliedern, wie auch auf die externe Kommunikation, also Pressemitteilungen, Öffentlichkeitsarbeit etc. Was kann ProReiki in diesen Bereichen noch besser machen?

Verbesserungen in der Kommunikation

Angela: Zunächst einmal sind wir dankbar für jede Kritik, die wir von Mitgliedern dazu bekommen, die uns sagt: So passt es uns nicht – das hätten wir lieber gern so! Und es gibt da ein grundsätzliches Problem, das nicht so leicht zu lösen ist. Wenn man zu detailliert informiert, oder auch zu häufig, zum Beispiel in Newslettern, dann wird es von vielen nicht mehr gelesen. Wir lernen gerade dazu. Seit ein, zwei Jahren kümmern wir uns verstärkt um bessere Antworten auf die Frage: „Was ist die richtige Form der Kommunikation?". Das betrifft auch die Einbeziehung sozialer Medien, beispielsweise Facebook.

Oliver: ProReiki hat, soviel ich weiß, eine eigene Facebookseite, die seit kurzem auch noch aktiver ist als früher. Und darüber hinaus gerät auch einiges in Bewegung gerade ...

Angela: ...ja, wir versuchen durch Umfragen bei unseren Mitgliedern herauszufinden: Was wünschst du dir als Mitglied? Wie sollen wir dich informieren? Soll es im Newsletter auch Links geben, über die ein Thema vertieft werden kann, bei Interesse? Soll es gar kleine Filme geben? Oder ein Online-Diskussionsforum? Es gibt vielfältige Möglichkeiten. Außerdem haben wir mittlerweile zwei Vorstandsämter zu den Themen Öffentlichkeitsarbeit und Kommunikation, nachdem beide Themen vorher jahrelang in einem Vorstandsamt zusammengefasst waren. Derzeit kümmern sich also zwei Vorstandsmitglieder intensiv um dieses Thema.

Oliver: Das klingt gut. Wie steht es eigentlich aktuell um die Mitgliederzahl?

Angela: Wir liegen derzeit bei über 500 ...

Oliver: ... das ist schon eine beeindruckende Zahl ....

Angela: ... die aber noch gesteigert werden kann. Es wäre schön, wenn wir bald die 1.000 knacken. Weil ein Verband ab tausend Mitgliedern von den Ämtern üblicherweise viel ernster genommen wird – wodurch dann auch die Verbandsziele besser umsetzbar werden. Sicher gibt es viele Menschen, die uns einfach nur unterstützen wollen, ohne selbst aktives Mitglied sein zu wollen. Zum günstigen Jahresbeitrag von derzeit nur 25,- Euro gibt es für diese Menschen die Möglichkeit einer Fördermitgliedschaft bei ProReiki. Mit wenig Geld und zeitlichem Aufwand kann man so schon einiges bewirken.

Möglichkeit der Fördermitgliedschaft

Oliver: Für eine solche Fördermitgliedschaft muss man also selbst gar nicht unbedingt Reiki praktizieren?

Angela: Genau. Jeder Mensch, der die Ziele von ProReiki, also zum Beispiel die Anerkennung von Reiki und die qualifizierte Ausbildung von Reiki-Praktizierenden, ▶

unterstützen möchte, kann dies für 25,- Euro im Jahr mit einer Fördermitgliedschaft tun. Ob er nun selbst Reiki praktiziert oder nicht.

Oliver: Das klingt wie eine gute Möglichkeit für alle Reiki-Fans, auf einfache Weise konkret etwas zu bewirken.

Angela: Ja. Und wer aktiv mit Reiki unterwegs ist, für den ist die aktive Mitgliedschaft das richtige. Diese kostet derzeit 120,- Euro im Jahr und beinhaltet automatisch eine Berufshaftpflichtversicherung, die ja Pflicht ist in Deutschland für alle, die beruflich mit Reiki arbeiten. Und wer als Mitglied weitere Methoden in seiner Praxis anbietet, für den sind diese anderen Methoden dann mit der Berufshaftpflichtversicherung auch meist gleich mit abgesichert, wie beispielsweise Yoga, Tai Chi, Kinesiologie, Shiatsu, Wellness-Massagen, Tarotlegungen, schamanische Tätigkeiten ... und vieles mehr. Auf der ProReiki-Website gibt es eine Liste – im Bereich „Kooperationspartner", bei „Berufshaftpflichtversicherung" – wo alle aktuell rd. 40 mitversicherten Methoden aufgelistet sind.

Oliver: Soweit ich weiß, kostet bei manchen Versicherungsanbietern eine solche Berufshaftpflichtversicherung allein schon mehr als der jährliche Mitgliedsbeitrag bei ProReiki.

Angela: Ja, das ist so.

Oliver: Und diese Liste mit den mitversicherten beruflichen Tätigkeiten ist sogar erweiterbar, oder?

Angela: Ja, das stimmt.

Oliver: Wenn also jemand ProReiki-Mitglied ist und etwas in seiner Praxis anbietet, was noch nicht mit auf dieser Liste steht, dann kann er oder sie bei ProReiki anfragen ... und die Chancen stehen gut, dass diese Tätigkeit dann auch mit in die Liste aufgenommen wird?

Angela: Ja. Und es gibt noch eine Menge weiterer Vorteile für aktive Mitglieder. So gibt der Verband beispielsweise eine Hilfestellung für Gründerinnen und Gründer.

Oliver: Danke, Angela, für diesen kurzen Überblick einiger wirklich guter Gründe für eine ProReiki-Mitgliedschaft. Ich möchte noch zu einem weiteren Thema kommen, das vielleicht etwas durchwachsener ist – und damit auch einen weiteren Punkt ansprechen, den manche kritisch sehen. Es geht um das, was ProReiki die „Charakterisierung" von Reiki-Stilen nennt. Dazu gab es in letzter Zeit so manche Kritik, aber auch Missverständnisse. Manche denken, dass es sich hier um eine Art Anerkennung von Reiki-Stilen seitens ProReiki handelt. Was hat es mit dieser „Charakterisierung" auf sich?

Charakterisierung von Reiki-Stilen

Angela: Erst einmal möchte ich dazu sagen: ProReiki erkennt grundsätzlich alle Reiki-Stile und -Ausbildungen an, die sich auf Mikao Usui zurückführen lassen. So steht es in der Satzung von ProReiki, in der Präambel. Wenn nun jemand Mitglied bei uns werden möchte, müssen wir diesen Punkt natürlich irgendwie prüfen. Dazu schauen wir uns die Einweihungslinie an, die der Antragsteller angibt. Diese muss lückenlos auf Mikao Usui zurückzuführen sein. Dies ist eines von mehreren Prüfkriterien. Gibt es dazu Fragen oder vielleicht Unstimmigkeiten, bieten wir in Einzelfällen auch Unterstützung an, um bei der Lösung behilflich zu sein.

Wir möchten so beispielsweise vermeiden, dass jemand Mitglied wird, der vielleicht lediglich eine „Ferneinweihung" erhalten hat – weil wir solche Einweihungspraktiken prinzipiell nicht anerkennen. Einweihungen müssen in persönlicher Präsenz stattgefunden haben, damit ProReiki sie als solche anerkennt.

Im Rahmen des Aufnahmeprozesses von Mitgliedern hat sich nun mit der Zeit herausgestellt, dass es Reiki-Stile und damit auch Einweihungslinien gibt, die relativ viele verschiedene Antragsteller miteinander teilen – und über die auch relativ viel bekannt ist. Dazu gehören sowohl traditionelle wie auch neuere Reiki-Stile.

Um das vorliegende Wissen hierüber zu bündeln, festzuhalten und damit auch den Aufnahmeprozess zu vereinfachen, haben wir schließlich begonnen, Reiki-Stile, aus denen relativ viele Antragsteller stammen, zu „charakterisieren", das heißt: mit einer Kurzbeschreibung die Umstände und Eigenschaften des jeweiligen Stils zusammenzufassen. Gibt nun jemand, der Mitglied werden möchte, diesen Stil bzw. diese Linie an, reicht für die Person, die den Aufnahmeantrag bearbeitet, ein kurzer Blick, und die Prüfung der Einweihungslinie ist erledigt – da bereits mehrfach genau so in der Vergangenheit geprüft.

Oliver: Aha ... so fing das also an, mit der Charakterisierung.

Angela: Die Charakterisierung von Reiki-Stilen ist ursprünglich ausschließlich als ein internes Arbeitsmittel gedacht gewesen, um die Aufnahme von Mitgliedern mit denselben oder ähnlichen Einweihungslinien zu beschleunigen. Bei diesen ist dann diesbezüglich keine Einzelfallprüfung mehr nötig.

Oliver: Aber warum sind die charakterisierten Stile dann Thema im ProReiki-Grundlagenseminar – einem Seminar, das man als Mitglied absolvieren kann, um mehr über die berufliche Anwendung von Reiki zu erfahren?

Und das im Übrigen ja auch Pflicht ist, wenn man sich durch ProReiki zertifizieren lassen möchte?

Das Miteinander in ProReiki

Angela: Mit dem Grundlagenseminar verfolgen wir das Ziel, dass wir unsere Mitglieder alle auf einen Wissensstand bekommen, unter anderem was rechtliche Grundlagen angeht. Aber eben auch, was die verschiedenen Reiki-Stile angeht, die unsere Mitglieder praktizieren und die sich auf Mikao Usui zurückführen lassen. Es geht hier auch darum, dass die Mitglieder einmal „über den Gartenzaun schauen" und kennenlernen, was es neben „ihrem Reiki" noch so alles gibt. Denn wenn man sich unter Kollegen trifft, im Rahmen von ProReiki, dann ist es hilfreich, wenn man ein bisschen von dem weiß, was andere Mitglieder im Rahmen ihrer Praxis und Lehre des Reiki tun.

Oliver: Es geht also einfach darum, das Miteinander innerhalb von ProReiki bewusster und achtsamer zu gestalten?

Angela: Ja. Und vielleicht ist bei einem Stil, den man zuvor noch nicht kannte, ja sogar mal etwas dabei, was einen interessiert und was man kennenlernen möchte. Wir möchten innerhalb von ProReiki nicht, was noch in den 1990er Jahren international recht verbreitet war: dass sich die unterschiedlichen Reiki-Richtungen eher bekämpfen als gegenseitig respektieren. Es geht hier um ein Miteinander. Und eine wichtige Basis für ein Miteinander ist gegenseitiges Verständnis.

Oliver: Das sehe ich auch so. Angela, ich möchte dich noch zu einem weiteren Kritikpunkt befragen, der in letzter Zeit aufkam. ProReiki hat in München Räumlichkeiten angemietet, im Zusammenhang mit der Durchführung der klinischen Studie – wobei für manche auch ein Zusammenhang dazu besteht, dass du in Bayern lebst und, so lautet ein Vorwurf, der zu hören war, du möglicherweise persönliche Annehmlichkeiten oder Vorteile dadurch hast. Ist dem so?

Die ProReiki-Räume in München

Angela: Gerne gehe ich auf diesen Punkt ein, für mehr Klarheit dazu. Vor einiger Zeit ergab sich die Gelegenheit, zusammen mit der Technischen Universität München eine klinische Studie anzugehen. Dies war eine große Chance für uns, an einer wissenschaftlichen Studie solchen Ausmaßes und solcher Provenienz teilzunehmen, auch um die Anerkennung von Reiki voranzubringen.

Oliver: Es handelt sich also um eine groß angelegte, wissenschaftliche Studie, deren Ergebnisse, auch international betrachtet, viel wert sein werden, wenn sie fertiggestellt ist, aufgrund der sehr seriösen Begleitumstände? Also eine „Studie in Sachen Reiki", die bedeutende Auswirkungen haben könnte? Kann man das so sagen?

Angela: Vereinfacht gesagt ja. Und was nun die Anmietung der Räumlichkeiten in München angeht: Leider hatten wir nicht die Möglichkeit, die zur Durchführung der Studie nötigen Räume innerhalb des Universitätskrankenhauses zu bekommen. Zum Zeitpunkt des Studienbeginns gab es dort einen Raummangel, dies vor allem aufgrund baulicher Maßnahmen. Ein anderer Aspekt war, dass wir fanden, dass es für die Teilnehmerinnen an der Studie schöner wäre, die Reiki-Anwendungen, die sie erhalten, nicht direkt im klinischen Umfeld stattfinden zu lassen.

Oliver: Warum? Es gibt doch schon die eine oder andere Klinik in Deutschland, wo erfolgreich Reiki-Anwendungen stattfinden?

Angela: Nun, hier vor allem wegen der insgesamt eher unruhigen Situation vorort durch die baulichen Maßnahmen, also wegen des Baulärms. Wir hätten die Studie tatsächlich nicht durchführen können, wenn wir nicht selbst die Räumlichkeiten dafür angemietet hätten. Also haben wir uns umgesehen, wo wir passende Räume finden können, die vor allem für die Teilnehmerinnen der Studie verkehrsgünstig liegen. Diese stammten schließlich von drei verschiedenen Kliniken im Münchner Raum, also nicht bloß vom Klinikum rechts der Isar, sondern im weiteren Verlauf der Studie ebenso vom Rotkreuzklinikum München und vom Klinikum Harlaching in München. So hat sich als Standort das Zentrum von München angeboten. Wir hatten großes Glück, dass wir die Räumlichkeiten im Altheimer Eck 11 bekommen haben. Diese Räume waren dann für die Dauer von vier Jahren sozusagen die „Heimat der Studie".

Oliver: Die Motivation, diese Räumlichkeiten anzumieten, bestand also zuallererst darin, Patientinnen, die an dieser bedeutsamen klinischen Studie teilnehmen, Reiki-Anwendungen geben zu können, im Rahmen der Studie, damit diese durchgeführt werden kann?

Angela: Ja, das war die Maßgabe. Und wir haben in den Räumen dann natürlich auch die Ausbildungen für die Reiki-Anwender/innen durchgeführt, die sich zur Teilnahme an der Studie zur Verfügung gestellt haben. Es gab einen zweitägigen Einführungskurs für alle Beteiligten, in dem es um die folgenden Fragen ging: Wie ist eine solche Studie aufgebaut? Warum wird diese Studie durchgeführt? Was ist bei den Reiki-Anwendungen im Rahmen der Studie zu beachten? Etc.

▶

Oliver: Und jetzt wurden diese Räume wieder gekündigt?

Angela: Ja, zu Ende November 2018 konnten wir sie wieder abgeben. Am 28. November fand die letzte Reiki-Anwendung im Rahmen der klinischen Studie statt, die nun beendet ist. Jetzt sind wir gespannt auf die Auswertungen zur Studie.

Oliver: Wann erfährt man mehr darüber?

Die wissenschaftliche Studie

Angela: Auf dem ProReiki-Jahreskongress im Mai 2019 in Gersfeld, ein Bericht dazu ist gerade in Vorbereitung. Man hat bisher so wenig darüber gehört, weil die Studie bis vor kurzem noch lief. Und weil mehrere Doktorarbeiten darüber geschrieben werden, insgesamt vier. Deshalb darf über die Ergebnisse der Studie detailliert erst dann berichtet werden, wenn diese Doktorarbeiten veröffentlicht sind. Damit rechnen wir frühestens ab Mitte 2020, weil der praktische Teil der Studie mit den dazu benötigten Daten erst Ende 2018 abgeschlossen wurde.

Oliver: Es gibt also Studenten, die ihren Doktortitel machen möchten, und die diesen Titel mit einer Doktorarbeit über diese Studie erlangen wollen? Handelt es sich dabei um Medizinstudenten, die Ärzte werden wollen?

Angela: Diejenigen, die ihre Doktorarbeiten über diese Studie anfertigen, sind bereits Ärzte. Sie haben sich, um zusätzlich noch den Doktortitel zu erlangen, dann ein wissenschaftliches Thema gesucht, wie es üblich ist. Und dieses Thema haben sie, alle vier, in unserer klinischen Studie gefunden. Wobei jede der vier Doktorarbeiten sich um verschiedene Teilaspekte der Studie dreht.

Oliver: Aha. Es wird also zukünftig vier Doktorarbeiten zum Thema Reiki geben, in denen die Ergebnisse dieser Studie veröffentlicht werden. Und dann sind diese Ergebnisse öffentlich zugänglich, und wir kennen sie dann alle?

Angela: Ja.

Oliver: Das klingt spannend!

Angela: So ist der übliche Verlauf im Zusammenhang mit solchen wissenschaftlichen Arbeiten, und man darf einfach vorher noch nichts darüber veröffentlichen, weil sonst diese Doktorarbeiten gewissermaßen gegenstandslos werden.

Oliver: Ich danke dir für diese Erläuterungen zur Studie. Angela, ein weiterer Kritikpunkt, den ich kurz ansprechen möchte, rankt sich um die Tatsache, dass die größeren von ProReiki durchgeführten Veranstaltungen alle in Gersfeld stattfinden. Und zugleich finden dort ja auch andere Reiki-Veranstaltungen regelmäßig statt, wie das Reiki-Festival, immer im Herbst, der alljährliche Workshop des Reiki Verband Deutschland im Frühjahr sowie die Treffen der Reiki Alliance Deutschland.

Der Vereinssitz in Gersfeld

Angela: Bei der Gründung eines Verbandes bzw. eines Vereins stellt sich stets die Frage: Wo liegt der Vereinssitz? Nun ist es so, dass die meisten der Mitbegründer von ProReiki die Stadt Gersfeld als „Reiki-Heimat“ in Deutschland empfinden. Auch weil dort seit 25 Jahren das deutschsprachige Reiki-Festival stattfindet. Außerdem kommt hinzu, dass die Menschen vorort uns „Reikianern“ gegenüber sehr aufgeschlossen sind. Das fängt beim Bürgermeister an, geht über die Tourist-Information Gersfeld und die örtlich ansässigen Vereine bis hin zu den Bürgern. Und das geht sogar so weit, dass sich manche sehr für uns einsetzen, beispielsweise einmal im Zusammenhang mit einer Anfrage seitens des Sektenbeauftragten des Bistums Fulda. Da gab es mal eine Anfrage der Art, was es denn mit „diesem Reiki eigentlich auf sich habe“ und warum man die Reiki-Praktizierenden „in Gersfeld so gewähren lasse“. Und dem ist man seitens der Gersfelder Verantwortlichen dann in einer Weise begegnet, die sehr deutlich machte, dass alles, was in Sachen Reiki in Gersfeld stattfindet, Hand und Fuß hat. Es gibt also insgesamt eine recht große Unterstützung für Reiki in Gersfeld, auch was beispielsweise Kooperationen mit örtlichen Stellen und Einrichtungen angeht. Wir haben so gesehen bei den Gersfeldern gewissermaßen einen „Stein im Brett“ ...

Oliver: ... wo du gerade von „Stein“ sprichst ... es gibt ja seit Herbst 2018 im Gersfelder Schlosspark sogar einen offiziellen Reiki-Gedenkstein, der dort öffentlich sichtbar errichtet wurde. Dazu musste extra eine Erlaubnis seitens des Denkmalamtes in Fulda eingeholt werden. Und das Ganze geht ursprünglich sogar auf eine Idee seitens der Tourist-Information Gersfeld zurück.

Angela: Ja, es handelt sich um einen sehr schönen Gedenkstein aus Rhöner Basalt, der kürzlich dort errichtet wurde. Und aus der Summe all dieser Gründe wurde entschieden, dass der Verbandssitz von ProReiki in Gersfeld sein soll. Und deshalb finden auch die ProReiki-Jahreskongresse in Gersfeld statt.

Oliver: Mich verbinden mit Gersfeld auch viele schöne Reiki-Erinnerungen, ich bin immer wieder gerne dort. Ich freue mich schon darauf, den Reiki-Gedenkstein im Mai aufzusuchen, wenn ich zum ProReiki-Jahreskongress in Gersfeld sein werde. Angela, abschließend noch eine letzte Frage: Welche Vision hat ProReiki für die kommenden Jahre? Wie geht es weiter, auch per-

Die Teilnehmer/innen des ProReiki-Jahreskongresses 2017 im Schlosspark Gersfeld.

sonell gesehen? Werden zum Beispiel ausreichend jüngere Reiki-Praktizierende in die Verbandsarbeit eingebunden?

Die zukünftige Entwicklung

Angela: Weiterhin wird es vor allem um die Themen Anerkennung und qualifizierte Ausbildung für professionelle Berufsfelder gehen. Dabei wollen wir unseren Mitgliedern zunehmend ermöglichen, spezifische, vorbereitende Ausbildungen für verschiedene Berufsfelder zu erhalten – und dafür dann auch Zertifikate ausstellen. Zum Beispiel für die Anwendung und Lehre von Reiki in Altenheimen oder in Jugendeinrichtungen oder in Kliniken, speziell auch in Reha-Kliniken, in der Palliativmedizin oder in Hospizen.

Oliver: Die Grundidee dabei ist: Wenn ich mit Jugendlichen mit Reiki arbeite, sollte ich andere Dinge beachten, als wenn ich mit älteren Menschen mit Reiki arbeite? Oder mit schwerkranken Menschen?

Angela: Genau. Und auf die jeweils besonderen Umstände eines Berufsfeldes soll im Rahmen dieser ProReiki-Ausbildungen vorbereitet werden. Dabei gibt es unter anderem Unterstützung von der Stadt Gersfeld, wo es ja, ebenso wie überall in Deutschland, Einrichtungen der verschiedensten Art gibt.

Oliver: Das klingt spannend!

Angela: Und dazu benötigen wir Menschen, die all dies durchführen. In dem Zusammenhang haben wir vor zwei Jahren damit begonnen, jüngere Reiki-Praktizierende, die sich hierfür interessieren, an die Vorstandsarbeit heranzuführen. Dabei handelt es sich um Vorstandsreferenten.

Oliver: Was bedeutet diese Bezeichnung, und was umfasst sie?

Angela: Ein Vorstandsreferent ist jemand, der in ein Arbeitsgebiet, für das ein ProReiki-Vorstandsmitglied verantwortlich ist, von diesem darin eingearbeitet wird. Und die Vorstandsreferenten werden auch insgesamt in die Vorstandsarbeit mit eingebunden – dies mit dem Ziel, dass sie später selbst entsprechende Verantwortung übernehmen können. Das alles geschieht im Sinne von ProReiki, der ProReiki-Mitglieder und der Anliegen, die wir als Verband haben!

Oliver: Angela, ich danke dir für dieses Interview, und ich wünsche dir, den Vorstandsmitgliedern und -referenten sowie dem Rat von ProReiki ein gutes und erfolgreiches Wirken für Reiki in Deutschland in den kommenden Jahren! ■

Copyright Fotos S. 39 & 41 © ProReiki – der Berufsverband e.V.
Copyright Illustrationen S. 30-41 © gudrun - stock.adobe.com

Plädoyer für eine Qualitätssicherung im „Zweiten Gesundheitsmarkt“

Komplementäre Methoden zur Gesundheitsförderung sind zunehmend nachgefragt. Was gilt es nun für die Akteure zu beachten? Und: Welche Rolle spielen die einzelnen Berufsverbände? Prof. Dr. Hartmut Schröder gibt einen Ausblick.

Prof. Dr. Hartmut Schröder ist Inhaber des Lehrstuhls für Sprachgebrauch und Therapeutische Kommunikation an der Europa-Universität Viadrina in Frankfurt (Oder) und war dort Initiator des ersten universitären Masterstudiengangs für Kulturwissenschaften und Komplementäre Medizin. Zusammen mit seiner Frau Marlen Schröder hat er in Berlin das Therapeium – Zentrum für Natur- und Kulturheilkunde gegründet.

Kontakt:
Therapeium – Zentrum für Natur- und Kulturheilkunde
Hohenzollernstr. 12, 14163 Berlin
E-Mail: h.schroeder@therapeium.de
www.therapeium.de

Prävention, Gesundheitsförderung, komplementäre Medizin und Methoden etc. bilden einen Teil des „zweiten Gesundheitsmarktes“ und zeichnen sich durch hohe Wachstumsraten sowie wachsende Akzeptanz aus. Der Umbruchprozess birgt neben den Chancen aber auch Risiken für die Entwicklung, da mangelnde Transparenz und fehlende Qualitätskriterien den Ruf nach Regulierung lauter werden lassen.

Von großer Bedeutung sind daher Maßnahmen für eine freiwillige Qualitätssicherung und die Schaffung von Standards in der Ausbildung. Einerseits können dabei ein sinnvolles Qualitätsmanagement und die Etablierung eines Qualitätssiegels wichtige Instrumente sein; andererseits wird eine akademische Absicherung, d.h. die Einrichtung qualifizierter Studiengänge an Hochschulen, für die vielen neuen Gesundheitsberufe eine große Rolle spielen.

Hohe Wachstumsraten

Der „Gesundheitsmarkt“ stellt heute einen außerordentlich wichtigen Wirtschaftsfaktor dar und verzeichnet auch in Krisenzeiten hohe Wachstumsraten. Eine besondere Dynamik lässt sich dabei im sogenannten „zweiten Gesundheitsmarkt“ feststellen, zu dem die privat finanzierten Produkte und Gesundheitsleistungen gehören. Geht es im „ersten Gesundheitsmarkt“ um die medizinische Normalversorgung auf der Basis des alten mechanistischen Modells von Krankheit, so steht im „zweiten Gesundheitsmarkt“ die Salutogenese* im Mittelpunkt.

Die Zukunft gehört ohne jeden Zweifel diesem „zweiten Gesundheitsmarkt“, der sich im Gegensatz zum „ersten Gesundheitsmarkt“ eines außerordentlich positiven Image erfreut, den „ersten Gesundheitsmarkt“ durch die Orientierung auf Prävention entlastet und insgesamt positiv zur Wertschöpfung der Gesundheitswirtschaft beiträgt.

Großes Volumen

In Deutschland hat der „zweite Gesundheitsmarkt“ ein Volumen von mehr als 60 Milliarden Euro erreicht, wobei – so bereits eine Studie der *Roland Berger Strategy Consultants* aus dem Jahr 2007 – die Nachfrage höher als das Angebot ist.

Große Bedeutung hat in dieser Hinsicht auch der gesamte Bereich der komplementären Therapien. So belegt eine Untersuchung des Instituts für Demoskopie Allensbach, dass der Bedarf in der Bevölkerung sehr hoch ist und Komplementärmedizin in Deutschland schon von mehr als 50 Prozent der Bevölkerung in Anspruch genommen wird. Die Akzeptanz steigt stetig, und 80 Prozent der Frauen bzw. 60 Prozent der Männer in Deutschland wünschen sich komplementärmedizinische Angebote.

Fast alle komplementären Angebote sowie die Maßnahmen der Gesundheitsförderung gehören zu den „Individuellen Gesundheitsleistungen“, d.h. zu den medizinisch im „ersten Gesundheitsmarkt“ als nicht notwendig angesehenen Leistungen, die individuell zu bezahlen sind. Dass dieser Bereich sowohl von den Patienten gewünscht wird als auch auf eine entsprechende Kaufkraft stößt, zeigt die Allensbacher Befragung. Danach wünschen Patienten sich mehr Differenzierung, und 93 Prozent geben an, dass sie durchaus vom Standardangebot abweichende Tarife mit zusätzlichen Leistungen wählen würden.

Produkte und Leistungen

Die Gesetzlichen Krankenkassen haben diese Entwicklung mittlerweile erkannt und stellen sich auf die neue Situation ein, indem über Wahltarife auch Produkte und Leistungen der besonderen Therapierichtungen durch Kassenpatienten in Anspruch genommen werden können. Auf diese Weise verschmelzen der erste und zweite Gesundheitsmarkt zunehmend miteinander, und Forderungen nach mehr Transparenz, Vergleichbarkeit und Qualitätssicherung der komplementären Angebote werden von den Akteuren geäußert.

Die Nachfrage im Zweiten Gesundheitsmarkt ist so groß und differenziert, dass sie durch die alten Gesundheitsberufe (Ärzte, Physiotherapeuten etc.) nicht mehr gedeckt werden kann.

Umbruchprozess

In diesem Umbruchprozess wird eine vernünftige Form von interner Qualitätssicherung mit darüber entscheiden, ob sich die insgesamt positive Entwicklung der komplementären Angebote weiter fortsetzt und eine Integration in die Normalversorgung durchgesetzt werden kann oder ob sie durch Versuche der Regulierung und Reglementierung von außen gehemmt bzw. sogar gestoppt wird.

Obwohl das Thema Qualitätssicherung und Qualitätsmanagement durch die sozialgesetzliche Verpflichtung der Ärzte im „ersten Gesundheitsmarkt“ in den letzten Jahren viel Unmut und Widerstand hervorgerufen hat, sollten die derzeitigen Chancen eines sinnvollen Qualitätsmanagements nicht ungenutzt bleiben.

Der „zweite Gesundheitsmarkt“ blieb zwar bislang weitgehend von einer gesetzlichen Verpflichtung der externen Qualitätssicherung verschont, als Preis dafür bleibt er aber für die Patienten in vielen Bereichen intransparent und für die Kassen und Versicherungen hinsichtlich erstattungsfähiger Leistungen nur schwer zu durchschauen.

Interne Qualitätssicherung

Angesichts der zunehmenden Bedeutung des „zweiten Gesundheitsmarktes“ kann damit gerechnet werden, dass es über kurz oder lang Versuche der Akteure der Gesundheitswirtschaft geben wird, eine Reglementierung dieses Bereichs von oben nach unten durchzusetzen. Diese Reglementierung wird dabei umso tiefgreifender sein, je unregulierter die einzelnen Segmente erscheinen.

Eine überzeugende interne Qualitätssicherung, die von Berufs- und Fachverbänden in Zusammenarbeit mit den Anbietern freiwillig, eigenständig und selbstverantwortlich betrieben wird, dürfte daher strategisch außerordentlich wichtig sein, um Qualitätskriterien und Qualitätsmanagementsysteme mitgestalten zu können. ■

„Eine Untersuchung des Instituts für Demoskopie Allensbach belegt, dass Komplementärmedizin in Deutschland schon von mehr als 50 Prozent der Bevölkerung in Anspruch genommen wird. Die Akzeptanz steigt stetig, und 80 Prozent der Frauen bzw. 60 Prozent der Männer in Deutschland wünschen sich komplementärmedizinische Angebote.“

Anmerkung

* Bei dem Konzept der Salutogenese geht es um die „Entstehung von Gesundheit“: *Salus* bedeutet Gesundheit, und *Genese* Entstehung. Die Salutogenese sucht gezielt nach jenen Faktoren, die Körper und Seele gesund erhalten.

Redaktioneller Hinweis: Dieser Artikel wurde zuerst veröffentlicht in der Zeitschrift CO.med, in der Ausgabe Juli 2018. Wir danken der CO.med-Redaktion und dem Autor für die Erlaubnis zum Nachdruck, hier in gekürzter Form. Die Zwischenüberschriften wurden hier redaktionell hinzugefügt.

Foto oben © Coloures-Pic - Fotolia.com

Reiki-Reise nach Bulgarien

Im Sommer 2018 fand die erste deutsch-bulgarische Reiki-Reise statt. Sabine Hochmuth, eine der beiden OrganisatorInnen, fasst für das Reiki Magazin die Reiseberichte dreier TeilnehmerInnen zusammen.

Redaktioneller Hinweis: Dieser Reisebericht wurde zusammengefasst von Sabine Hochmuth, auf Basis von Reiseberichten der Reise-TeilnehmerInnen Sandra Braner, David Profit und Pamela Stelzer – mit deren freundlicher Genehmigung.

Es gibt viele gute Gründe für europäische Reiki-Begegnungen, und dennoch finden sie (noch) wenig statt. Neben der Möglichkeit, sich als Teil der weltweiten Reiki-Gemeinschaft zu erleben, gehören dazu auch der interkulturelle und stilübergreifende Austausch sowie die Vergewisserung, dass wir alle mit der „einen Kraft" wirken.

Großes Interesse

Das Interesse an einem anderen Land, seiner Kultur und Menschen ist auch ein guter Grund. Und wir können gemeinsame berufspolitische Interessen entdecken, wie sie durch die kürzliche begründete European Reiki Group[1] auch bereits gebündelt werden.

Der Wunsch, die Reiki-Praxis mit einer Urlaubsreise an außergewöhnliche Orte zu verbinden, war für den bulgarischen Reiki-Meister Stefan Kanev und mich der Grund, erstmals gemeinsam eine Reiki-Gruppenreise ins Rila-Gebirge anzubieten. „Essenz" lautet deren Titel, und darum geht es auch: In einer kleinen Gruppe Gleichgesinnter gehen die Mitreisenden intensiv in Verbindung mit Reiki, mit den Naturkräften, mit Land und Leuten, mit den Mitreisenden und mit sich selbst. Herzberührende Begegnungen, persönliche Weiterentwicklung und besinnliche Lebensfreude entstehen dabei wie von selbst. Über ihre Erfahrungen auf der Reise berichten drei der TeilnehmerInnen:

Die Reiki-Reisegruppe im Rila-Kloster.

Erste Schritte

„Wir starteten unsere Erlebnisreise am Frankfurter beziehungsweise Berliner Flughafen in Richtung Sofia, wo uns die beiden Reiseleiter Sabine und Stefan gleich mit einem Rundum-Sorglos-Paket empfingen: Während der einstündigen Busfahrt gab es frisches Wasser gegen den Durst und, obwohl wir spät im Hotel ankamen, servierte uns die Chefin des Hauses noch ein hervorragendes Abendessen nach Hausmannsart.

Unseren ersten Tag in der kleinen westbulgarischen Stadt Samokov, am Nordhang des Rila-Gebirges, begannen wir mit einem gemeinsamen Frühstück und einer Kennenlernrunde. Mit verschiedenen Übungen stimmten uns Sabine und Stefan auf das ein, was vor uns lag. Beeindruckend war die Wirkung der Meditation, die Stefan auf Bulgarisch führte, zeigte sie doch, dass Energiearbeit keine Sprache benötigt, sondern sich die Schwingungen auch dann übertragen, wenn man kein Wort versteht.

Den Nachmittag nutzten wir für einen Besuch des Nonnenklosters vorort[2] und machten dort die ersten energetischen Wahrnehmungsübungen, die wir dann an den zahlreichen Energieplätzen in der Innenstadt fortsetzten.

Berührend war auch der Besuch einer kleinen Kirche, die wir nach einer kurzen Wanderung am zweiten Mor-

gen erreichten.[3] Sie liegt umgeben von zauberhaften Bäumen etwas außerhalb der Stadt. Die Energien dort, ebenso wie die an der nahe gelegenen, eingefassten Quelle, deren Wasser wir probierten, beeindruckten uns alle. Als wir uns dann mit Reiki und untereinander in einem Energiekreis um eine alte Birke verbanden, wuchsen wir, die wir uns zuvor nicht oder nur wenig kannten, noch mehr zusammen. In Samokov lernten wir auch schnell die bulgarische Küche zu schätzen. Unser Dauerbrenner war der Chopska-Salat aus Gurken, Tomaten und Paprika, über den sogenannter 'weißer Käse' gerieben wird."

Das Rila-Gebirge und die sieben Seen

„Das Highlight der Reise, unser dreitägiger Ausflug zu den mystischen sieben Rila-Seen, verzögerte sich aufgrund des unerwartet schlechten Wetters um einen Tag. Alle waren aufgeregt und voller Vorfreude, als wir uns am Samstagmorgen endlich ins Gebirge aufmachten. Angekommen bei der Bergbahn, wurde der Regen leider wieder stärker, und so kehrten wir nach der Fahrt erst einmal in der Berghütte ein, um uns zu trocknen.

Dort empfing uns Musik, und unsere bulgarischen Reiki-Freunde begannen sofort Volkstänze zu tanzen. Die Stimmung war ausgelassen und fröhlich, und auch ein paar von uns tanzten mit. Guter Laune, und dank dem Kaminfeuer auch wieder trocken, begannen wir den Aufstieg zur Hütte, die am zweiten See liegt und unser Basislager für die nächsten beiden Tage sein sollte.

Ist die Bergwanderung zu den Seen bei Sonnenschein ein schöner, einstündiger Spaziergang, verwandelte sich der Weg diesmal in eine Wasserpiste mit Nebelsicht zum Teil unter zehn Metern. Zwei Mal mussten wir durch den Regen neu entstandene Bäche überqueren, wobei sowohl unsere innere Balance als auch unser Selbstvertrauen trainiert wurden. Das war aufregend, und einige erfahrene bulgarische Mitwanderer brachten die Gruppe sicher und fast trocken auch über diese Abschnitte.

Das Gebirge zeigte uns, dass es seinen Namen nicht ohne Grund trägt: Rila bedeutet „sehr viel Wasser." Zwar war der Aufstieg für uns alle eine Herausforderung, doch die Gruppengemeinschaft und Reiki ließen uns gesund und munter an der Hütte ankommen. Hier wärmten wir uns am Holzofen, trockneten unsere Kleidung, und die Hüttenwirtin sorgte mit Tee und leckeren Suppen für unsere innere Wärme.

„Das Highlight der Reise war ein dreitägiger Ausflug zu den mystischen sieben Rila-Seen."

Morgenhimmel

In der Nacht wandelte sich das Wetter grundlegend, so dass schon ab ein Uhr der See und die Berge im Vollmondlicht leuchteten. Und der Sonnenaufgang zum 1. Juli ließ den Morgenhimmel in den schönsten Farben erstrahlen (der sogenannte „July Morning" ist in Bulgarien eine Tradition aus der Hippie-Zeit).

Die Natur lieferte uns ein atemberaubendes Spektakel, und wir verstanden, wieso diese Region als einer der außergewöhnlichsten Orte der Welt gilt. Das Panorama bestehend aus Fels, Wasser, Grün, Schnee und klarstem Himmel öffnet die Herzen und hebt sowohl die Stimmung als auch die Schwingungen an. Die Einfachheit unserer Hütte am Rande des Sees, dem sogenannten „Fisch", ergänzte diesen Eindruck perfekt.

Nach einem stärkenden Frühstück machten wir uns beschwingt auf den Weg, um die anderen der sieben Seen zu erkunden. Schnell wurde allerdings klar, dass wir, obwohl der Himmel nun strahlte, nicht zu allen vordringen konnten, da der Regen den Weg zu den oberen Seen versperrt hatte. Als wir jedoch am dritten See, dem „Dreiblatt" ankamen, spielte das schon keine Rolle mehr – denn wir spürten, welch ein besonderer, energiereicher und kraftvoller Ort dies ist.

Als wir uns am Rande des kristallklaren Wassers verteilt hatten, leitete Stefan eine Meditation zum Thema Dankbarkeit an. Dabei stieg die herzöffnende Energieempfindung weiter an – eine wunderbare Erfahrung für uns alle!

▶

Anmerkungen:

[1] Siehe Artikel über die European Reiki Group (ERG) in der letzten Ausgabe des Reiki Magazins (1/2019).
[2] Devitscheski Manastir „Pokrov Pr. Bogoriditzi", in Samokov.
[3] Belyova-Kirche, bei Samokov.

Alle Fotos © Sandra Braner

Meditation am Bergsee

Spiritueller Kraftplatz

Ähnlich intensiv, doch energetisch anders, waren die inneren Erfahrungen am vierten See, dem „Zwilling". Auch hier setzten wir uns in die Meditation und gingen in Verbindung mit der beeindruckenden Natur um uns herum. Stefan erklärte uns, dass jeder der sieben Rila-Seen eine eigene esoterische Bedeutung habe und jeder für sich ein einzigartiger spiritueller Kraftplatz sei. Die Gletscherseen sind stufenweise zwischen 2.095 und 2.535 Metern über dem Meeresspiegel gelegen und untereinander mit kleinen Bächen verbunden, die wunderschöne Wasserfälle und Kaskaden bilden. Die Gegend wird auch als das „Kristallherz von Bulgarien" bezeichnet, und man sagt, sie sei eine der stärksten Energiequellen der Erde.

Wir spürten alle, dass es sich hier um sehr kraftvolle Orte handelt, und bei einigen von uns zeigte sich dies auch in Form von leichtem Kopfschmerz oder Schwindel. Doch wir waren bestens versorgt, da wir mit Stefan gleich die ärztliche Betreuung dabei hatten. Beeindruckt und erfüllt machten sich die meisten von uns in Stille auf den Rückweg zur Hütte, um noch ein kleines Mittagessen zu genießen und sich langsam wieder auf den Abstieg vorzubereiten. Nur ein kleines Grüppchen wollte es wirklich wissen und machte sich unter Anleitung der erfahrenen bulgarischen Wanderer doch noch auf den Weg zu den drei höher gelegenen Seen namens „Niere", „Auge" und „Träne". Als auch sie schließlich zufrieden zurückkamen, machten wir uns in Richtung Bergbahn und Bus auf, die wir diesmal alle trockenen Fußes erreichten. Der Blick in die leuchtenden und lächelnden Gesichter zeigte, dass alle trotz der Wetterkapriolen glücklich waren."

Das Rila-Kloster und die Einsiedelei von Iwan Rilski

„Nach einem Tag Erholung führte uns ein weiterer besonderer Ausflug zum Kloster und zur Einsiedelei des Heiligen Iwan Rilski. Das Rila-Kloster ist das größte und bedeutendste christlich-orthodoxe Kloster in Bulgarien, und es gehört zum UNESCO-Welterbe. Ein eindrucksvoller Bau! Sehr beeindruckend fanden wir die Berggegend in der Nähe des Klosters, wo Iwan Rilski vor der Klostergründung lange Jahre im Wald gelebt hatte. Dort gibt es auch eine Höhle, von der die Legende sagt: Wer es schafft, durch den Höhlenausgang nach oben ins Freie zu gelangen, sei frei von Sünden. Diese Gelegenheit ließen wir uns natürlich nicht entgehen, und so quetschten sich alle mit viel Spaß hindurch. Ganz in der Nähe der Höhle befindet sich eine Quelle, deren Wasser köstlich schmeckt und, so erklärte uns Stefan, heilkräftig sei. Wir wuschen also unsere Augen und tranken für die innere Reinigung. Eine gemeinsame Meditation Hand in Hand an der Quelle und in Verbindung mit Reiki rundete unseren Tag ab."

Der Kreis schließt sich

„Diese Reiki-Reise war für uns alle etwas Neues, und diese wertvolle Erfahrung hat uns alle verändert. Viele selbstgesteckte Grenzen wurden verschoben. Die Dynamik und die Energie, die unsere Gruppe durchflutete, war erstaunlich, und nicht nur der Regen hat uns zu einer deutsch-bulgarischen Einheit zusammen geschweißt. Auch wenn unterschiedliche Reiki-Stile und Vorgehensweisen diskutiert wurden, so war das Ganze doch harmonisch.

Sabine und Stefan haben es uns ermöglicht, das Land auf eine Art und Weise kennenzulernen, wie es uns mit keiner anderen Reise gelungen wäre. Kulturell, kulinarisch und spirituell konnten wir alle unsere Sinne mit Land und Leuten verbinden. Und die Betreuung war so allumfassend, dass wir jederzeit gut umsorgt und aufgehoben waren. Ihre Idee, in einer Gruppe zu kraftvollen Orten zu reisen und dort den Austausch zwischen zwei Ländern und Reiki-Welten zu ermöglichen, hat eine kleine gemeinsame Welt für uns alle geschaffen. Dafür sagen wir Danke." ■

Info & Anmeldung:
Die nächste Reiki-Reise nach Bulgarien findet statt vom 3.-10. Juli 2019. Weitere Infos und Buchung: www.reiki-reisen.eu

Anfangen!

Inspirierende, kontemplative Texte von Max Kruse, bekannt durch seine Kinderbücher wie „Urmel aus dem Eis“, finden sich in seinem neuen Büchlein „Das Alphabet der kleinen Freuden“. Gleich im 1. Kapitel geht es dabei um’s Anfangen:

Im Grunde ist es so oder es sollte doch so sein:

Wir beginnen jeden Tag das Leben neu. Das klingt so einfach und selbstverständlich, ist es aber leider nicht.

Anfangen ist eine Kunst. Es bedeutet, dass man fähig ist, das Vergangene vergangen sein zu lassen, dass man es hinter sich wirft, keinen Gedanken mehr daran verschwendet, den Blick nur nach vorn richtet.

Nur dann, wenn man diese Kunst wirklich beherrscht, liegen alle Möglichkeiten wieder vor einem.

Im Anfang liegt jede Chance

Nichts ist verloren, verschüttet, was wir früher getan und geleistet haben. Es hat uns geformt. Es hat uns reifer und fähiger gemacht. Es ist uns zugewachsene Erfahrung und erworbenes Können. Eine große, reiche Substanz, aus der wir schöpfen.

Im Übrigen aber ist alles neu.

Nichts war vertan, verfahren, vergeblich. Im Anfang liegt jede Chance.

Alle Möglichkeiten

Im Immer-wieder-neu-beginnen-Können liegen alle Möglichkeiten des Lebens, Tag für Tag und Stunde für Stunde. Es ist so, als ob man ein Buch zu schreiben beginnt. Alle Seiten sind leer. Sie sind weiß. Jede Möglichkeit liegt vor uns. Nun kommt es darauf an, welches das erste Wort ist, das wir schreiben. Es bedeutet noch wenig. Die Reise kann überall hingehen, ins Weite, Freie. Es kommt nicht mehr darauf an, was hinter uns liegt. Die Zukunft wird immer neu entschieden. Und immer heute.

Im Neubeginn liegt die Kraft. Anfangen können, ohne an frühere Fehlschläge zu denken, nein, überhaupt ohne jede Bedenken immer wieder neu zu beginnen, darin liegt das Geheimnis eines erfolgreichen und glücklichen Lebens. Es darf uns nicht mehr kümmern, was gewesen ist. Wir beginnen, indem wir einen großen roten Strich unter das Vergangene ziehen.

Klar & ungetrübt

Jetzt ist der Blick wieder klar und ungetrübt. Wir wissen, wir haben jede Möglichkeit.

Jetzt.

In diesem einen, wunderbaren Augenblick. ■

Nachdruck des ersten Kapitels dieses Buches mit freundlicher Genehmigung von Sanssouci in der Thiele & Brandstätter Verlag GmbH, München und Wien.

Foto links © Romolo Tavani – 123rf.com

Lesetipp:

„Das Alphabet der kleinen Freuden“
Max Kruse
Erhältlich über www.thiele-verlag.com

Der Gedenkstein für Mikao Usui

Dr. Mark Hosak übersetzt die Gedenksteininschrift für Mikao Usui neu. Diesmal geht es um die Auswirkungen des großen Erdbebens von Tokio im Jahr 1923.

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

十二年九月大震火災起
り創傷病苦到る
Jûninen kugatsu taishin kasai okori,
sôshô byôku itaru.

Nachdem sich Usui mit Reiki-Behandlungen und Reiki-Unterricht in seiner Akademie für organisierte Zusammenkünfte (Gakkai) nach und nach erfolgreich etablieren konnte (vgl. letzte Ausgabe), geht es in der heutigen Übersetzung um das große Erdbeben und Feuer in Tokio aus dem Jahre 1923.

Um die Übersetzungs-Möglichkeiten aus dem Japanischen nachvollziehen zu können, wird der diesmalige Satz zunächst 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 treten können. Zum einfachen Verständnis werden diese in den Erläuterungen zum Inhalt vorgestellt.

Auch in diesem Satz zeigt sich, dass mit wenigen Worten eine enorme Informationsdichte zu Tage tritt, betrachtet man nicht bloß die Übersetzung, sondern wie hier beispielsweise auch die historischen Hinweise mit.

Textanalyse

Der Satz beginnt mit der Jahres- und Monatsangabe *Jûninen kugatsu* mit der wörtlichen Bedeutung: neunter Monat im zwölften Jahr. Umgerechnet auf unseren Kalender handelt es sich um den September 1923.

Der dann folgende Begriff *taishin* setzt sich aus den Kanji *taii* und *shin* zusammen. *Tai* bedeutet groß, weit und bedeutend. Eine geläufigere Aussprache für *tai* ist *dai*, wie es aus dem Reiki-Meister-Symbol bekannt ist. *Shin* kommt von dem Verb *furueru* und bedeutet zittern, beben. In Kombination bedeutet *taishin* großes Beben oder großes Erdbeben.

Kasai setzt sich aus den Kanji *ka* und *sai* zusammen. *Ka* bedeutet Feuer und Dienstag. *Sai* steht für ein Unheil oder ein Unglück. In Kombination ist *kasai* ein Feuer, Brand oder eine Feuersbrunst.

Es folgt das erste Verb *okori* mit der Bedeutung passieren, aufstehen, beginnen, sich ereignen, erwachen, entstehen, aufdecken, verursachen, aufrichten und umgraben. Die Endung *ri* am Ende von *okori* zeigt, dass ein weiterer Hauptsatz folgt, der mit diesem in direktem Zusammenhang steht. Folglich findet so etwas wie eine Aufzählung oder ein Relativsatz statt.

Sôshô setzt sich aus den Kanji *sô* und *shô* zusammen. *Sô* bedeutet Verletzung, Verwundung, Anfang, Ursprung und erschaffen. *Shô* ist eine Verletzung oder eine Wunde. Als Verb geht es von diesen Bedeutungsebenen aus weiter in die Tiefe und bedeutet beschädigt werden, schmerzen, seelischen Schmerz verspüren, und verderben (bezogen auf Lebensmittel).

Auch der Begriff *byôku* setzt sich aus zwei Kanji zusammen, nämlich aus *byô* und *ku*. *Byô* bedeutet Krankheit in Körper, Geist und Seele, Leiden, Unwohlsein, Sucht und Schwäche. *Ku* steht für ein außergewöhnliches Leid und bedeutet außerdem Kummer, Schmerzen haben, sich mühen, quälen, bitter, unangenehm, das Gesicht verzerren. In Kombination bedeutet *byôku* Beschwerden, Leiden, Qualen, Schmerzen und Qualen durch eine Krankheit oder eine Ereignis.

Itaru ist das abschließende Verb dieses Satzes und bedeutet ankommen, erreichen, führen nach, gelangen, kommen, sich erstrecken, werden, erfolgen und führen.

Übersetzungsmöglichkeiten

Der gesamte Satz kann in folgenden Variationen übersetzt werden:

Im September des 12. Jahres (1923) ereignete sich eine Erdbebenkatastrophe mit einer Feuersbrunst, die zu traumatischen Verletzungen mit qualvollen Schmerzen führte.

Im September 1923 kam es zu einem großen Erdbeben mit einhergehender Feuersbrunst, die zu Qualen und Leiden führte.

Erläuterungen zum Inhalt

1. Datumsangaben im Japanischen

In Japan gibt es eine andere Zeitrechnung. Mit der Einführung des Kaiserhauses begann mit dem Amtsantritt des Tenno eine neue Ära bzw. eine neue Zeit. Das erste Jahr der Amtszeit ist jeweils das Jahr eins. Mit dem zwölften Jahr ist hier das Jahr Taishô 12 gemeint. Die Taishô-Zeit bezieht sich auf den Taishô-Tenno, der von 1912 bis 1926 regierte. Um nun das westliche Jahr auszurechnen, gibt es folgende Formel: Anfangsjahr der Ära plus Jahresangabe minus eins.
Hier also: 1912 + 12 – 1 = 1923

Demnach lebte Mikao Usui (1865-1912) innerhalb dreier Regierungs-Ären:

- 1865 bis 1868: Keiô-Zeit
- 1868 bis 1912: Meiji-Zeit
- 1912 bis 1926: Taishô-Zeit

Seit 1989 läuft die Heisei-Zeit. 2019 ist das Jahr Heisei 31. Für die Monate werden seit der Meiji-Zeit die 12 Monate des abendländischen Sonnenkalenders verwendet. Früher lag hierfür, wie bis heute in China, der Mondkalender zugrunde. So besteht die Möglichkeit, dass ein heute angegebenes älteres Geburtsdatum erst vom Mondkalender in den Sonnenkalender umgerecht werden muss.

Hinzu kommt noch, dass das Alter eines Menschen in Japan so berechnet wird, dass ein neugeborenes Baby bereits ein Jahr alt ist. Die neun Monate seit der Zeugung gelten also als ein Jahr.

2. Das Große Erdbeben von Tokio

In Japan gibt es täglich mehrere kleine Erdbeben – und alle paar Jahrzehnte große Erdbeben. Zehn Prozent aller Erdbeben pro Jahr um den gesamten Erdball betreffen das japanische Inselreich.

Im 20. Jahrhundert gab es in Japan 23 extrem große Erdbeben mit Messungen von jeweils über 6 Punkten auf der Richterskala. Wegen dieser Gefahr gibt es in Japan Gesetze, dass jedes neu zu bauende Gebäude nach den neuesten Erkenntnissen der Erdbebensicherheit konstruiert werden muss.

Das besonders verheerende, große Erdbeben von Tokio aus dem Jahr 1923 war ein einschneidendes Ereignis in der japanischen Geschichte. Es hatte einen Wert von 7,9 auf der Richterskala. Das Erdbeben entstand dadurch, dass sich die obere Erdkruste sechs Meter nach Osten und drei Meter nach Süden bewegte. Dadurch wurde die gesamte Stadt nach oben angehoben und in Richtung des Ozeans verschoben.

Beobachtungen zufolge finden derart große Erdbeben in der Region von Tokio alle 80 bis 100 Jahre statt, und im Inland von Japan eher alle rd. tausend Jahre.

Das große Erdbeben von Tokio 1923 betraf nicht nur die Stadt, sondern die gesamte Kantô-Region. Daher ist der japanische Inbegriff für dieses Erdbeben *Kantô Daishinsai.* Es ereignete sich am 1. September 1923 um 11 Uhr 58. Das war zu einer Uhrzeit, wo in vielen Haushalten gerade gekocht wurde, so dass es in der Folge zu der Feuersbrunst kam und ganze Stadtteile niedergebrannt sind.

Die meisten Gebäude damals waren aus Holz und zudem dicht auf dicht aneinander gebaut. 24 Stunden lang gab es etliche Nachbeben, etwa zwei Tage dauerten die Stadtbrände an. Daher wurde mehr durch Feuer als durch das Erdbeben zerstört.

Es wurden 63 Prozent der Wohnhäuser zerstört, davon nur 0,9 Prozent durch das Erdbeben – und der Rest durch das Feuer. Im nahe gelegenen Yokohama waren es sogar 72,5 Prozent der Wohnhäuser.

Durch dieses Geschehen wurde der gesamten Umgebung der Sauerstoff entzogen, und es kam zu Windgeschwindigkeiten von bis zu 80 km/h. Hinzu kamen Feuer-Tornados, die rd. 38.000 Flüchtlinge ersticken ließen. Von dem Erdbeben waren insgesamt rd. 11.758.000 Menschen betroffen. Rd. 3.248.200 wurden obdachlos, rd. 142.800 kamen ums Leben und rd. 103.750 wurden verletzt. Militärische Truppen mit einer Stärke von 35.000 Mann wurden in die Gegend zur Hilfe geschickt.

So gesehen ist es ein Wunder, dass Mikao Usui dieses Erdbeben nahezu unverletzt überlebt hat. Die Erwähnung auf dem Gedenkstein lässt wahrscheinlich bis heute jeden Japaner beim Lesen zusammenzucken. ■

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

Reiki-Türschild

Bestellen Sie auf:
www.reiki-magazin.de im Reiki-Shop!

Reiki-Anstecker

Einzeln – oder im Set …
Bestellcoupon
auf S. 57 !

Achtung: Letzte vollständige Sets derzeit erhältlich!

Neu: Jetzt auf Deutsch erschienen!

Die englische Ausgabe THE INNER HEART OF REIKI: Rediscovering Your True Self, die diesem Buch zugrunde liegt, ist das erste Reiki-Buch, das auf die innere Essenz der spirituellen Lehren des Reiki-Systems schaut. Es führt Praktizierende und Lehrer zu einer ganz neuen Verständnisebene ihrer Praxis und ihres Unterrichts.

Der international renommierte Autor und Reiki-Lehrer FRANS STIENE hat seit Anfang der 2000er-Jahre einen maßgeblichen Einfluss auf die globale Erforschung des Reiki-Systems. Sein praxisnahes Verständnis der japanischen Einflüsse auf die Reiki-Methode hat Praktizierenden auf der ganzen Welt ermöglicht, sich tiefer auf diesen Weg einzulassen.

Softcover, 208 Seiten, ISBN 978-3-9812671-6-7, 17,95 Euro
Bestellmöglichkeit versandkostenfrei auf Rechnung: www.holistika.de/verlag/

Holistika
Holistika - spiritual work & travel
Dürerstrasse 23 - 53340 Meckenheim - www.holistika.de - info@holistika.de

WINDPFERD

LISE BOURBEAU
Höre – auf deinen besten Freund – auf deinen Körper
Hörbuch, 2 CDs
ca. 146 Minuten
ISBN 978-3-86410-206-6

LISE BOURBEAU
Heilung der 5 Wunden der Seele
Kartenset, 55 Karten
ISBN 978-3-86410-179-3

MERLIN`S MAGIC
The Perfect Flow
Audio-CD ca. 60 Minuten
ISBN 978-3-86410-205-9

www.windpferd.de

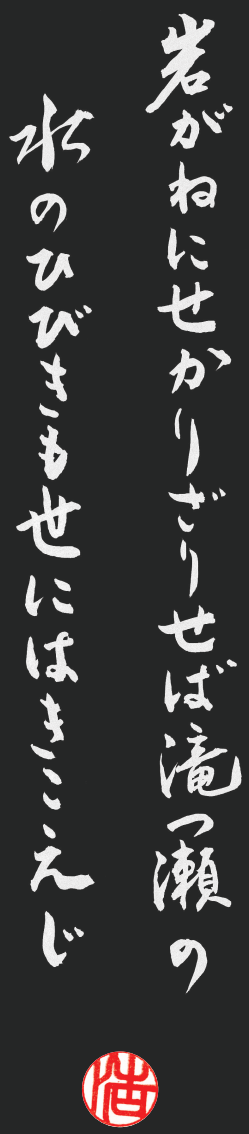
Wasserfall

Wenn sich nicht große Felsen dem Wasser

entgegensetzen würden,

würde die Welt den Klang des Wasserfalls

nicht zu hören bekommen.



Kommentar von Hiroko Kasahara:

Weil sich dem fließenden Wasser im Fluss oder im Wasserfall große Felsen entgegensetzen, fließt das Wasser noch heftiger und erzeugt ein noch lauteres Geräusch. Diese Beschreibung des Wasserfalls ist ein Gleichnis für die Welt der Menschen. Hindernisse können Menschen stärken. An ihnen kann ein Mensch wachsen und noch erfolgreicher werden, so dass sein Ruhm in der Welt hörbar wird. Viele erfolgreiche Menschen erzählen, dass gerade Hindernisse auf ihrem Weg sie zum Erfolg gebracht haben. Ich las einmal, dass das einzige Geheimnis für Erfolg sei, nicht aufzugeben, bis man den Erfolg hat. Wenn wir in unserem Leben Hindernissen begegnen, können wir uns an dieses Gedicht vom Lauf des Wassers erinnern. Und dafür sorgen, dass die Hindernisse uns noch stärker machen und wir sie so für unseren Erfolg nutzen.

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

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. In der herben Klarheit einer kurzen, strengen Form werden dabei Bilder, Gefühle und Stimmungen konzentriert, wie Momentaufnahmen, zum Ausdruck gebracht. In der starken Stilisierung des Momentes ist eine Fülle von Andeutungen und flüchtigen Hinweisen verdichtet, so dass ein „Waka“ – so der japanische Name dieser Gedichtform – eine Vielschichtigkeit bzw. Mehrdeutigkeit beinhalten kann.

Hallo ihr Lieben,

im vergangenen Oktober durfte ich an einem ganz besonderen Reiki-Festival teilnehmen. Zum 25. Mal jährte sich das Reiki-Festival in Gersfeld. Zu diesem Anlass gab es am 19. Oktober 2018 eine feierliche Zeremonie: die Einweihung eines Reiki-Gedenksteins mitten im Schlosspark Gersfeld.

Einweihung des Reiki-Gedenksteins

Don Alexander war der Ehrengast und Hauptreferent auf diesem Festival. Ich kenne Don schon seit vielen Jahren und mag ihn sehr gerne. Kennengelernt haben wir uns auf der Feier zum 10. Jubiläum des Reiki Magazins, 2007 in Berlin. Ich kann mich noch gut daran erinnern, dass er damals bis in die Nacht mit uns zusammen auf der Tanzfläche gefeiert hat 😃 Nun sehen wir uns jedes Jahr auf der Reiki Convention, manchmal beim ProReiki-Jahreskongress – und jetzt auch beim Reiki-Festival. Don ist ein wunderbarer, liebevoller Reiki-Mensch, den ich fast nur mit strahlendem Gesicht kenne. Er war genau der richtige Redner zur Einweihung des neu aufgestellten Reiki-Gedenksteins im Schlosspark Gersfeld.

Festakt zum 25-jährigen Jubiläum

Der Festakt zum 25-jährigen Jubiläum des Reiki-Festivals stand am Freitag, den 19.10.2018, abends auf dem Programm. Auch Gäste aus Gersfeld waren herzlich eingeladen daran teilzunehmen. Durch das Programm führte Elfi Groß vom Reiki-Festival-Team. Volker Wesenberg, der als Vertreter des Berufsverbandes ProReiki sprach, berichtete, wie es zur Aufstellung des Gedenksteins im Schlosspark Gersfeld gekommen war.

Der Gedenkstein wurde von der Stadt Gersfeld gestiftet. Er besteht aus Rhöner Basaltgestein, welches rund um Gersfeld in größeren Mengen vorhanden ist. Angela Zellner, Ute Vetter und andere Vorstands- und Ratsmitglieder von ProReiki sowie Mitglieder des Reiki-Treffen e.V., darunter die Gersfelder Reiki-Meister Brigitte und Hans Trumpf, waren in den Entstehungsprozess involviert, ebenso die japanische Kalligrafin Arakawa San, die das Reiki-Schriftzeichen für den Stein gestaltete. Schließlich musste das Denkmalamt der Aufstellung noch zustimmen.

Dank an alle Beteiligten

In seiner Rede dankte Volker Wesenberg allen Beteiligten und Spendern. Auch der Gersfelder Bürgermeister Dr. Steffen Korell und Horst Mikliss von der Tourist-Information Gersfeld sprachen in ihren Reden Dankesworte an die Reiki-Gemeinschaft aus. Der Reiki-Gedenkstein, so heißt es, solle ein Symbol für die Verbindung der Stadt Gersfeld mit Reiki sein.

Das festliche Abendprogramm wurde umrahmt von der Gersfelder Stadtkapelle, die gerade ihr 125. Jubiläumsjahr gefeiert hatte. Die Darbietungen der Kapelle waren so mitreißend, dass die Musiker tosenden Applaus erhielten – und dafür selbstverständlich eine Zugabe boten. Weiterhin gab es noch einen gelungenen Auftritt der örtlichen Linedance-Gruppe „Midnight-Dancer“.

Einweihungszeremonie

Schließlich war der Zeitpunkt gekommen, sich für die feierliche Einweihungszeremonie im Schlosspark vorzubereiten. Wir zogen uns für den nächtlichen Aufenthalt im Park warm an. Jeder durfte sich in der Eingangshalle einen mit dem Reiki-Kanji bedruckten Becher mit einem Teelicht darin nehmen. Erwartungsfroh machten wir uns auf den Weg durch den Schlosspark. Links und rechts des Weges leuchteten unzählige Kerzen uns den Weg.

Am Gedenkstein angekommen, platzierten wir unsere Reiki-Teelicht-Becher um den Stein herum. Andächtig lauschten wir dann den berührenden Worten von Don Alexander, die von Peter Mascher übersetzt wurden. Der Reiki-Gedenkstein aus Gersfelder Basaltgestein solle, so Don, durch diese Einweihung auch zu einem internationalen Reiki-Gedenkstein werden. Und weiter sagte er sinngemäß: Reiki ist ein Ausdruck von Liebe. Der Reiki-Gedenkstein trägt die Intention von Liebe, Heilung und Frieden. Jeder Betrachter soll durch die Ausstrahlung des Steines das Gefühl von Liebe, Heilung und Frieden bekommen – und dieses Gefühl auf seinen weiteren Wegen in der Welt mitnehmen.

Liebe, Heilung & Frieden

Mit diesem so verinnerlichten Gefühl von Liebe, Heilung und Frieden im Herzen standen wir nun einige Zeit ganz nah um den Reiki-Gedenkstein versammelt. Einige me-

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

ditierten und gaben ihre speziellen Gedanken und Wünsche nach oben. So endete der Abend sehr friedlich und stimmungsvoll.

Am Samstag- und Sonntagvormittag wurden wir dann von Don Alexander mit wundervollen Morgenmeditationen auf den jeweiligen Tag vorbereitet. Wir durften auch wieder Teil von Dons kraftvoller Bewegungsmeditation „Ten Chi Mae Yoko" sein, die er bereits mehrfach auf der Reiki Convention und dem ProReiki-Jahreskongress angeleitet hatte und die wir nun im Rahmen des Reiki-Festivals im Schlosspark Gersfeld abhielten.

Dons Vortrag „Stein und Lebensregeln"

Bezogen auf die Gedenkstein-Einweihung gab es am Samstagabend noch einen Vortrag von Don, der mit „Stein und Lebensregeln" betitelt war. Ich möchte hier singemäß einige Sätze aus dem von Peter Mascher übersetzten Vortrag wiedergeben:

Alle Manifestationen dieser Welt sind auch Manifestationen des göttlichen Geistes. So sind auch wir Menschen eine Manifestation des Göttlichen. Wir erfahren dies in dieser Welt aber nicht immer so, weil wir nicht ständig eins sind mit der Göttlichkeit. Es gibt verschiedene Wege, uns in die Einheit mit dieser Göttlichkeit zu bringen, beispielsweise mit Musik und über Worte, speziell über die Worte der Reiki-Lebensregeln. Diese Worte bringen unser Bewusstsein in Harmonie. Das, was diese Worte in sich tragen, kann uns Harmonie bringen.

Gerade heute ...

Gerade heute, also gerade in diesem Moment!
Wir bringen die Lebensregeln ins Hier und Jetzt, in die Mitte der Ewigkeit.
Hier und jetzt: Kein Ärger!
Gerade im Hier und Jetzt, in der Mitte der Ewigkeit: Keine Sorgen, keine Anspannung!
Gerade hier und jetzt, in der Mitte der ganzen Ewigkeit: „Danke", sei dankbar!
Gerade hier und jetzt, in der Mitte deines brennenden Ärgers, deiner brennenden Sorgen: Sei dankbar!

Oft bringt uns gerade in einem Moment, wo wir friedfertig sein möchten, etwas dazu, uns zu ärgern oder zu sorgen. Die jeweiligen Umstände, die manchmal als schmerzvoll erlebt werden, sind jedoch nun einmal wie sie sind. Jeder als schmerzvoll erlebte Umstand ist zugleich eine Möglichkeit für uns, uns in unsere spirituelle Mitte zu bringen. So haben wir Gelegenheit dazu, „Danke" zu sagen, um die Ängste, den Ärger, die Sorgen, die Konflikte aufzulösen. Dann kann sich unser Bewusstsein für den Urzustand öffnen.

Michaela Weidner am Reiki-Gedenkstein im Schlosspark Gersfeld.

Der „Christus in uns" steigt nur dann auf, wenn der Mensch sich öffnet. Es ist eine Illusion, dass wir von der Liebe getrennt sind. Wir sollten daran arbeiten, uns hieran zu erinnern.

In schwierigen Situationen sollten wir uns an die Lebensregeln erinnern!
Gerade im Hier und Jetzt, im Zentrum der ganzen Ewigkeit: Sei freundlich zu anderen Menschen!
Die anderen, die scheinbar unseren Ärger, unsere Sorgen verursachen, sind auch ein Teil unseres eigenen „Dramas".
Der Reiki-Gedenkstein sendet die Essenz der Reiki-Lebensregeln aus!

Den Gedenkstein aufsuchen

Soweit die inspirierenden Worte von Don Alexander dazu. Ein herzliches Dankeschön dafür!

Mitte April 2019 werde ich erneut in Gersfeld sein, um am alljährlichen Workshop des Reiki Verband Deutschland teilzunehmen. Selbstverständlich werde ich den Reiki-Gedenkstein im Schlosspark wieder besuchen, um verstärkt die Energie von Liebe, Heilung und Frieden in mir aufzunehmen und in die Welt zu tragen 😃

Ich wünsche euch einen herrlichen Frühling, mit Liebe, Heilung und Frieden im Herzen und in euren Händen,

Eure Michaela

Frischer Feldsalat mit Roten Beten und Avocado

„Die Idee für diesen Salat entstand bei einem kreativen Abend mit meiner Freundin. Mich erinnert seine Form irgendwie an ein weit geöffnetes Herzchakra … Der Salat schmeckt herrlich frisch, ist sehr gesund und passt in jede Jahreszeit!“

Die Zutaten:

300 g Feldsalat
1 Avocado
2 Rote Beten
1 Zwiebel
1 Apfel
8 frische Walnusskerne
2 EL Leinsamen, geschrotet
1 EL Agavendicksaft
oder ½ EL (Rohrohr-)Zucker
Saft einer halben Zitrone
1 Msp. Korianderpulver
1/2 TL Kümmelpulver
3 EL Petersilie, gehackte
1 EL Leinöl
1 TL Salz
1 TL schwarzer Pfeffer

Die Zubereitung:

1. Feldsalat verlesen und waschen, Avocado halbieren, Kern entfernen, mit einem Esslöffel aus der Schale lösen und in Schiffchen schneiden.
2. Die Roten Beten schälen und mit der Küchenraspel kleinraspeln (Handschuhe benutzen!). Zwiebel häuten und feinwürfeln. Apfel waschen, Kerngehäuse entfernen und klein schneiden.
3. Walnüsse knacken und Kerne herauslösen, dann grob zerbröseln. In einer Schüssel die Roten Beten, Apfel- und Zwiebelstückchen mit Walnüssen, Leinsamen, Agavendicksaft, Zitronensaft, Korianderpulver, Kümmelpulver, gehackter Petersilie, Leinöl, Salz und schwarzem Pfeffer vermengen.
4. Den Rote-Beten-Salat in der Mitte des Tellers anrichten, mit Avocadoschiffchen und Petersilie garnieren und den Feldsalat ringsherum anrichten.

Guten Appetit!

Albert Már Scheiper
Reikimeister aus Lemgo
E-Mail: albert-mar-scheiper@t-online.de

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!

Gendai Reiki Hô Seminare

1. Grad (Shoden) / 230,- €/ 2 Tage
2. Grad (Okuden) / 300,- €/ 2 Tage
3. Grad (Shinpiden/Meistergrad) 400,- €/ 2 Tage
4. Grad (Gokuikaiden/Lehrergrad) 1.100,- €

Spezialkurs für diejenigen, die bereits Reiki-Lehrer/innen sind: 1.- 4. Grad / 1.300,- €/ Dauer 3 Tage / Inhalt: Einstimmungen von I. bis IV. Japanische Behandlungstechniken, ausführliche Hintergrundinformationen über Symbole und Mantras, Übungen zur Verstärkung des Energieflusses, Mediationsübungen, Die Lehre und Philosophie von Mikao Usui, die Methode der Einstimmungen, Reiju (die ursprünglichere Form der Einstimmung)

Reiki-Methode, die auf jap. Tradition, Geist, Kultur und Philosophie beruht.

Hiroko Kasahara
Seit 2002 Lehrerin von
Gendai Reiki Hô
Tel. 02232-941872
hiroko-kasahara@live.de

Vollkommene Entspannung und grenzenloses Wohlfühlen

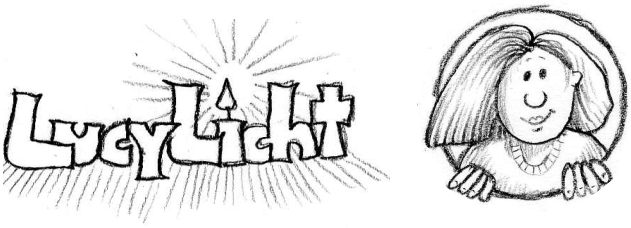
Villa Katharina
Orte der Kraft

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



„Lucy & Reikox"

Idee: Dorit von Wilcke & Oliver Klatt
Zeichnung: Janine Warmbier

Ausgewählte Produkte!

Frühjahrs-Shopping

Auch im Internet: www.reiki-magazin.de

Originalgröße

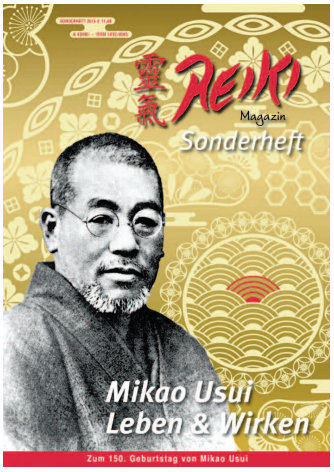
Reiki-Anstecker

– 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

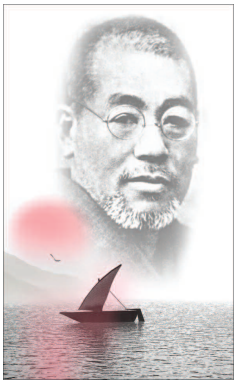
Das komplette Anstecker-Set (12 Stück in 12 Farben) für insgesamt nur **26,- €**

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

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

霊気

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, Wirbel-säulenaufrichtung, 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-Einweihun-gen 1.-4. Grad, Chakren-Therapie, Schamanismus (Time Line/ Stamm-baumheilung/Seelenrückholung/ indianische Chakrenheilung/Krafttier-suche/schamanischer Bodycheck), Meditation – Entspannung, Aroma-therapie, Lebensberatung, Mental-feldtherapie

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 Ausbil-dung, 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, Stressbewälti-gung, 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-Behand-lungen, Mediations-Workshops, Coaching zur Persönlichkeitsent-wicklung 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

Simone Grashoff
Reiki Meisterin und Lehrerin
Mitglied in „The Reiki Alliance"

Regelmäßige 1. und 2. Grad Seminare
Genießer-Wochenende auf dem Lande
Regelmäßige Treffen jeden Mittwoch 19 Uhr

Eimsbütteler Str. 25
22769 Hamburg
Telefon: 040-4301198
Fax: 040-4306341
Email: reiki@simonegrashoff.de

www.reiki-simonegrashoff.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

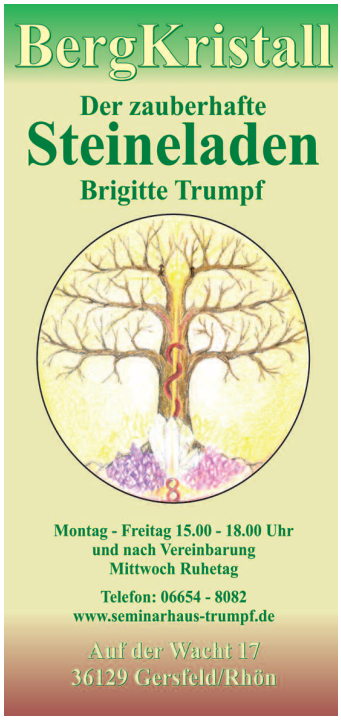
Bremer Reiki-Ausbildungszentrum und Reiki-Praxis
Sigrid Fuhrmann, RM seit 1989
28195 Bremen, Contrescarpe 120
Tel.: 0421-3509503
www.ReikiBremen.de
Reiki-Ausbildung in allen Graden, Reiki-Behandlungen, regelmäßige Austauschabende

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

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-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

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

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

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.

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 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

Das 3. große Sonderheft des Reiki Magazins:

Hawayo Takata – Leben & Wirken

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

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

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

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

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

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

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, schamanischer 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

Auszeit im Kloster Tanken Sie neue Energie durch Ruhe und Stille, Meditationen, Kreativen Tanz und Wanderungen im Kloster Fünfbrunnen, Luxemburg. Termine: 09.-12.05.19; 4 Tage 380 €, 05.-12.07.19; 4 Tage 380 € oder 8 Tage 690 € (mit Wildkräuterseminar) 12.-15.09.19; 4 Tage 380 € Meditationswochenende: 22.-24.11.19; 2 Übern. 290 €, Reikiwochenende: 18.-20.10.19; 2 Übern. 290€ (veget. Verpflegung, Einzelzimmer, Seminarkosten)
Infos: heilkunde-im-forsthaus.de; Tel. 06834/962602
marlene.weber@heilkunde-im-forsthaus.de

Wenn das Leben Purzelbäume schlägt, dann kann ein kleiner Urlaub Wunder wirken. FeWo in Heide/Schleswig-Holstein mit verzaubertem Garten für 1 bis 2 Pers. incl. Reikiliege, 40/46 €/Tag. Gemeinsames Kochen, Klönen, Meditieren, Reikiaustausch möglich. Ebenso die Buchung von Reikibehandlungen , Reiki I und II. bi.bo471@gmx.de

REIKI, KLANG & WELLNESS in Südschweden. 12.08.2019-19.08.2019 im einfachen Ferienhaus (3 DZ) 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.

Urlaub/Reisen

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

"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

Verschiedenes

Energien übertragen und empfangen mit Jesus: www.jesusschule.de/prosonodolicht

Seelenkommunikation/Channeling - Wegbegleiter für ein glückliches Leben. Sabine Hofmann, Beratung mit Herz und Seele
sh@Tao-Wellness.eu, Tel. 0173-3240966

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

Fastenwanderungen

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

„Auch wenn
das Herz des Friedens
nicht herauskommt,
brauchst du
an deiner Errettung
nicht irre zu werden.
Also sei sorglos!
Wenn du's auch vergisst –
der Amida-Buddha
vergisst es nicht!“

Myôkônin Genza

Aus: „Lotosblüten im Sumpf“
von Claudia Lenel

© Pixelrohkost - stock.adobe.com

© SimLine - stock.adobe.com

Die Wand

Von Oliver Klatt

In den ersten Jahren spiritueller Praxis, z.B. mit regelmäßiger Reiki-Selbstbehandlung, kontinuierlicher Meditation oder fortdauerndem Yoga, werden oft große Durchbrüche erlebt. Man ist zunehmend „im Flow", lebt innerlich auf, und es fühlt sich über lange Zeiträume fast so an, als würde ab jetzt „alles immer gut sein".

Viele erfahren in diesen ersten Jahren regelmäßiger spiritueller Praxis auch schon innere Widerstände und Hemmnisse – manche ab und zu, manche öfter. Doch die Auffassung, man werde dieser Widerstände und Hemmnisse mit der Zeit schon Herr werden bzw. sie würden sich später einfach irgendwie auflösen, überwiegt häufig.

Im Laufe vieler Jahre, eventuell gar mehrerer Jahrzehnte spiritueller Praxis erkennen oft jene, die kontinuierlich drangeblieben sind – in der Regel ein geringer prozentualer Teil all jener, die einmal damit begonnen haben – schließlich, dass bestimmte als „Problem" erlebte Erfahrungen doch nur schwerlich weichen. Auch kehrt manches, was vielleicht als „erledigt" angesehen wurde, weil es lange Zeit über nicht auftrat, oft dennoch irgendwann wieder zurück, manchmal auch in einem anderen Gewand. Dann kann es passieren, dass man relativ fassungslos davor steht und dieses Hemmnis zunehmend als eine „Wand" erlebt, die sich einem manchmal recht massiv in den Weg stellt und der sich dann einfach nicht entrinnen lässt.

Nun ist Fassungslosigkeit natürlich ein schlechter Ratgeber, und es mag vielmehr helfen, stets locker zu bleiben. Kommt es doch spirituell gesehen gar nicht so sehr darauf an, dass die „Wand" komplett verschwindet – sondern vielmehr darauf, wie man mit ihr umgeht.

Eine weit verbreitete, erste Reaktion auf die „Wand" ist: Drüberklettern. Das klappt natürlich nur, wenn sie nicht zu hoch ist. Oder es dauert halt etwas länger mit dem Drüberklettern. Wer vom wiederholten Drüberklettern irgendwann müde wird, probiert dann vielleicht aus, so weit wie möglich nach links oder rechts zu gehen, um zu schauen, wie weit die „Wand" eigentlich in beide Richtungen reicht. Vielleicht findet sich ja auch irgendwo ein Schlupfloch.

Nachdem diese Versuche oft nicht zu befriedigenden Ergebissen führen, entdecken viele schließlich die Wohltaten eines paradoxen Umgangs mit der Wand. Zum Beispiel: Sie annehmen und einfach davor picknicken. Oder vor ihr tanzen, ein Fest feiern und es sich gut gehen lassen. Oder sie mit Graffitis besprühen.

Wer es wirklich wissen will, versucht vielleicht auch einmal sich durchzusprengen. Oft jedoch nur um zu merken, dass dies zwar punktuell gut tun mag, jedoch Trümmer hinterlässt, deren Beseitigung wiederum Zeit kostet.

Ein etwas nachhaltigerer Ansatz mag es sein, unter Einbeziehung der Wand vielleicht ein Haus zu bauen. Immerhin erspart man sich dabei die Errichtung von einer von vier Wänden. Fragt sich nur, was passiert, wenn die Wand dann doch einmal ganz verschwinden sollte. Schlimmstenfalls wäre sie dann einfach neu zu bauen, vielleicht in anderer Weise.

Oder dies wäre dann der Zeitpunkt, wo das gesamte Haus gar nicht mehr benötigt wird.

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 03 / 2019

© Panama - stock.adobe.com

Die spirituelle Kraft der Märchen

Märchen, Sagen & Legenden ... wie können derart „Hohe Geschichten“ unsere Reiki-Praxis beflügeln? Und welche Rolle spielen dabei Kraftorte? Reiki-Lehrer Carsten Kiehne gibt Impulse dazu – auch anhand des Märchens „Die silbernen Zapfen vom Hübichenstein“.

Weitere Themen in der 3/19:

In der kommenden Ausgabe geht es weiterhin um die folgenden Themen: „Reiki mit Flüchtlingen“ – „Reiki in Pflegeheimen in den Niederlanden“ – „Reiki beim Hausbau“ – „Reiki mit Pferden“ u.v.m.

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

- 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)
- Ausgabe 1/2020: Erscheinungstermin in der 49. Kalenderwoche 2019, Anfang Dezember 2019 (Anzeigenschluss: 11. November 2019 / für Kleinanzeigen & Adresseinträge: 12. November 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 -

Der beliebte Meisterstempel „Ki“ ist jetzt wieder erhältlich!

Ki-Meisterstempel

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

Handgefertigte Reiki-Meister-Stempel aus Stein von „Stempelmacher“ Fokke Brink (Unikate mit dem japanischen Zeichen für „Ki“ = Lebensenergie) für nur 125,- Euro pro Stück (inkl. MwSt.)

Nur solange der Vorrat reicht!

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 (je 40 Stück) exklusiv für die Reiki Magazin-Leser und -Leserinnen angefertigt. Jeder Stempel ist ein Unikat und handgearbeitet.

Das Meister-Set!

Meisterstempel „Ki“
+ Stempelkissen + 17 Urkunden
(Serie nach Wahl / 10 x 1. Grad, 5 x 2. Grad und je 1 x Lehrer und Meister)
für insges. 139,- €

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 „Ki“ für 125,- €
- ○ ein kompl. Meister-Set für 139,- €

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: .....

© Richard - stock.adobe.com