

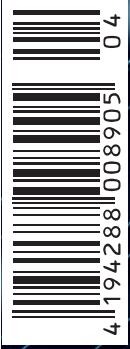
Magazin

靈氣 REIKI

靈氣 REIKI

Magazin

AUSGABE 4/21 • OKTOBER-DEZEMBER  
€ 8,90 • A: 9,50 • CH-SFR 11,-  
A 42880 • ISSN 1432-5063



*Transformation*

# 100 Jahre Reiki - lasst uns feiern!

## Frühjahrsworkshop 2022 in Gersfeld/Rhön

1.-3. April 2022

Unser nächster Frühjahrsworkshop steht unter einem ganz besonderen Motto: **Wir feiern 100 Jahre Reiki mit euch.**

Referentinnen und Referenten:

- Jule Erina van Calker
- Claudia Kindereit
- Patrick Lankau
- Stefan Kanev
- Bernfried Mönkemeyer



Reiki-Verband  
Deutschland e.V.

Anmeldung Workshop 

Anmeldung Vortrag 

[www.reiki-verband-deutschland.de](http://www.reiki-verband-deutschland.de)

## RVD-Vortragsreihe 2021 - Online

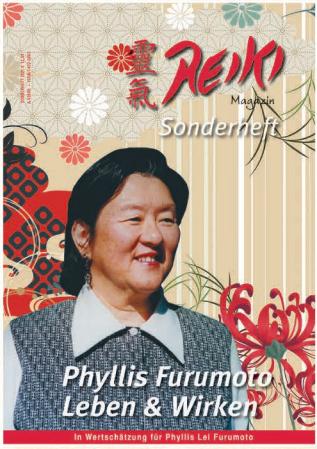
Der erste Vortrag in unserer neuen Online RVD-Vortragsreihe „Sich trennen und loslassen“ mit Anja Beck-Volpp war ein großer Erfolg.

Unser zweiter Vortrag **Reiki & die Energie der Steine** mit Claudia Kindereit findet per Zoom am 22.9.2021 um 19.30 Uhr statt.

Unser dritter Vortrag **Rauhnächte** mit Birgit Sprau folgt am 15.12.2021.

Für Mitglieder ist die Teilnahme kostenlos. Nichtmitglieder zahlen 10 Euro.

## Das 4. Sonderheft des Reiki Magazins: **Phyllis Furumoto - Leben & Wirken**



Phyllis Furumoto wirkte fast 40 Jahre lang als Linienhalterin des Usui Shiki Ryoho, in einer Zeit, in der sich die Reiki-Methode rasant weltweit verbreitete. Ihr Leben und Wirken in der Zeit von 1979 bis 2019 wird hier erstmals umfassend in einer Publikation dargestellt – und damit auch große Teile der jüngeren Reiki-Geschichte. Mit Text-Beiträgen ihrer engsten Vertrauten und Mitwirkenden sowie ihrer Ehepartnerin Joyce Winough. Die Takata-Meister Paul Mitchell und Rick Bockner würdigen das Lebenswerk von Phyllis mit eigenen Beiträgen. Weitere Artikel stammen von langjährigen Weggefährten, darunter Kristin Bonney, Rolf Holm, Susan Mitchell, Peter Didaskalu und Fokke Brink. Oliver Klatt erzählt von persönlichen Begegnungen mit Phyllis über einen Zeitraum von 23 Jahren.

**Special:** Viele bislang unveröffentlichte Fotos aus dem Leben von Phyllis und ein Interview mit ihrem von ihr ernannten Nachfolger, Johannes Reindl.

**Umfang: 80 Seiten  
Aktuell, informativ und inspirierend!**

**Preis: 12,80 Euro (inkl. MwSt.)**

Sonderpreis ab 5 Heften: 10 % Rabatt = 11,52 Euro je Heft (inkl. MwSt).  
Sonderpreis ab 10 Heften: 25 % Rabatt = 9,60 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](mailto:service@reiki-magazin.de)  
Oder über unseren Reiki-Shop auf: [www.reiki-magazin.de](http://www.reiki-magazin.de)  
Oder per Post an den olivers Verlag, Wiesbadener Str. 14, 12161 Berlin



## Liebe Leserinnen, liebe Leser:

zur Zeit fühlt es sich für mich so an, als würde ich in einem Zug sitzen, dessen Fahrplan sich immer wieder ändert. Nur die nächste Station ist bekannt. Weitere Stationen liegen auf der Hand, stehen aber auf wackeligen Füßen. Und der Zielort ... nun, wie sagt man scherhaft: „Nichts Genaues weiß man nicht ...“

Aber es heißt auch: „Der Weg ist das Ziel.“ Und das können wir gerade gut lernen umzusetzen, anzunehmen, zu leben.

Derzeit erhalten wir in der Redaktion vermehrt Artikelvorschläge, in denen es um gesellschaftliche und politische Themen geht. Wir möchten im Reiki Magazin weiterhin den Fokus auf die Themen Reiki, Ganzheitliche Heilung, Handauflegen, Energiemedizin und Spiritualität richten. Und natürlich auch auf gesellschaftliche Zusammenhänge ... jedoch nur in direkter Verbindung zu diesen Themen; und nicht darüber hinaus.

Deshalb: Für alle, die einen Bedarf verspüren, sich in alternativer oder komplementärer Weise zu aktuellen gesellschaftlichen und politischen Themen zu informieren, empfiehlt unsere Redaktion die Rubrik „Gesellschaft“ der Zeitschrift SEIN, online unter: [www.sein.de](http://www.sein.de)

### Schreibwettbewerb

Zum zweiten großen Schreibwettbewerb des Reiki Magazins gab es insgesamt 13 Einsendungen. Die Geschichten werden in den kommenden rd. sechs Ausgaben veröffentlicht. Aktuell beschäftigt sich die Jury noch mit dem Ranking, das für die drei Gewinne ausschlaggebend ist. In der kommenden, unserer 100. Ausgabe, werden die ersten Geschichten dann veröffentlicht.

Das Erscheinen der 100. Ausgabe des Reiki Magazins fällt zeitlich zusammen mit dem Beginn des Jubiläumsjahres „100 Jahre Reiki“. Eine schöne Synchronizität!

### Website

Übrigens: Auf unserer Website haben wir kürzlich mehr als 20 Artikel und Interviews aus den Jahren 2015 und 2016 freigeschaltet. Diese sind nun kostenlos lesbar unter: [www.reiki-magazin.de/](http://www.reiki-magazin.de/) „Frühere Ausgaben“

Ich möchte die Gelegenheit nutzen und an dieser Stelle einen Dank an Frank Doerr aussprechen, für die stetige gute Zusammenarbeit; und auch für die vielen Impulse zu aktuellen Meldungen im Zusammenhang mit Reiki und Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens (über Reikiland.de) in letzter Zeit.

Ich wünsche viel Freude mit der 99. Ausgabe des Reiki Magazins, die wieder ein buntes Potpourri an Themen rund um Reiki und das spirituelle Leben bereit hält.

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Oliver Klett". The signature is fluid and cursive, with a large, stylized "O" and "K".

**靈氣**

**Meistertag**  
14.10.2021

**Festival**  
15.-17.10.2021

in Gersfeld (Rhön)

**Kristall-Klangschalen Konzert**  
14.10. um 20.00 Uhr  
Stadthalle / Bürgersaal (Eintritt frei)

**Festival-Gast:** Johannes Reindl

[www.reiki-festival.de](http://www.reiki-festival.de)

# REIKI FESTIVAL '21

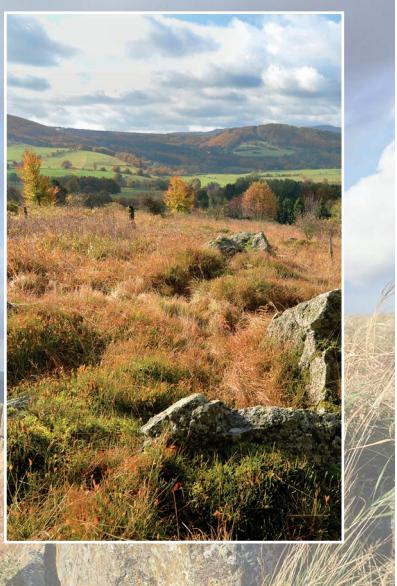
AUF ZU NEUEN UFERN  
mit Reiki die Zukunft gestalten



## Heilklimatischer Kurort Gersfeld – Wanderparadies im Herzen der Rhön

Das Wander-Eldorado Gersfeld, mitten im UNESCO Biosphärenreservat Rhön, bietet für seine Gäste bestens ausgeschilderte und zertifizierte Klimaterrain-Wege. Auf diesen Wegen wandern Sie frei von atmosphärischen Belastungen wie Lärm und Luftverschmutzung, geschützt vor intensiver UV-Strahlung, durch die Wälder in einem sehr angenehmen, milden Reizklima. Wandern Sie sich gesund in Gersfeld! Auch ein weit verzweigtes Netz aus Rundwegen, Premiumwegen und Mehrtagestouren lassen das Herz der Wanderfreunde höher schlagen. Am Fuße der 950m hohen Wasserkuppe wird man mit zahlreichen Ideen für einen erholsamen und erlebnisreichen Urlaub verwöhnt. Ob aktiv mit sportlichen Aktivitäten oder einfach nur zum Entspannen in schöner Natur, in Gersfeld findet man alles, was das Herz begeht. Abgerundet wird der Aufenthalt in Gersfeld durch eine vielseitige Gastronomie, mit tollen Rhöner Spezialitäten, aber auch mit internationalen Angeboten.

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



**hajoona für Gesundheitsbewusste**

## Ab heute gesund

Du willst bewusst gesund genießen und wünschst Dir ein zusätzliches Einkommen? Dann gibt es gleich zwei Gründe, weshalb Du hajoona kennenlernen solltest.

**Informationen unter:**  
Nina Meister-Boomsma  
Unabhängiger Teampartner  
Achern

Mobil: +49 176 417 969 12  
Internet: [www.kraftquelle.info](http://www.kraftquelle.info)



## — Artikel —

### 14 Die spirituelle Suche

Worum geht es auf dem spirituellen Weg? Woran können wir uns orientieren? Wann ist Vorsicht geboten? Oliver Klatt führte ein Interview mit dem buddhistischen Mönch und internationalen Buchautor Tenzin Priyadarshi. Lesen Sie ab S. 14.



### 20 Das Licht in der Höhle

Beate Mazur berichtet von einem spirituellen Initial-Erlebnis.

### 22 Die Entführung der Katze Mi Mau

Elisabeth Frehner-Meyr erzählt, wie ihre Katze nach einer Entführung in Vietnam mit Reiki erfolgreich zurückgeholt werden konnte.

### 24 Vorbeugen ist besser als Heilen

Er ist der Vater aller Selbsthilfebücher, die einen gesunden Lebensstil propagieren: der deutsche Arzt Christoph Hufeland. Sein Lebenswerk beinhaltet eine umfassende Schau auf den Menschen und die Lebenskraft, die heute noch aktuell ist.



### 36 Ein Leben mit Reiki

Interview mit René Vögeli – von Oliver Klatt.

### 42 „Cueva de las Manos“

Foto-Artikel rund um die „Höhle der Hände“ in Argentinien.

### 48 Der Gedenkstein für Mikao Usui – Teil 32

Dr. Mark Hosak mit der weiteren Übersetzung der Inschrift des Usui-Gedenksteins am Saihoji-Tempel in Tokio.

Fotos oben:  
„Buddha“ © quickshooting - 123rf.com  
„Frau auf Wiese“ © steevy84 - 123rf.com



**Titelbild** © metamorworks - stock.adobe.com  
Reiki-Kanji auf dem Titel von Mark Hosak

## — Rubriken —

### 3 Editorial

### 6 Reiki News / Termine

Aktuelle Informationen

### 11 Kolumne von Melina Tobisch

„Nähe und Distanz“

### 29 Nachgefragt!

11 Fragen an Birte Bornemann

### 30 Rezensionen

Drei Fachbücher

### 33 Medientipps

DVDs, CDs, Bücher

### 51 Japanisches Gedicht

„Moorkienholz“

### 52 Kolumne von Sabine Hochmuth

„Tag-und-Nacht-Gleiche“

### 54 Rezept

„Herbstlicher Kartoffel-Lauch-Eintopf“

### 56 Comic

„2022 naht“

### 64 Zum Schluss

Reflexion von Oliver Klatt

## — Service —

### 57 Reiki-Shopping

### 58 Reiki-Branchenbuch

### 62 Kleinanzeigen

### 65 Abo-Coupon & Prämien

### 66 Vorschau, Impressum

## — Verbandsseite —

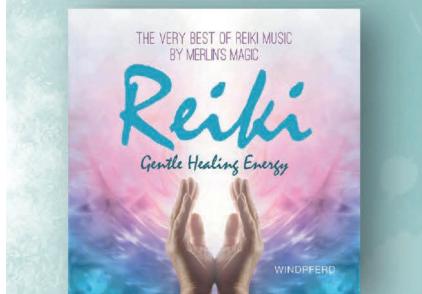
### 34/35 ProReiki – der Berufsverband e.V.

# News & Termine

Anzeige



Jürgen Pfaff | Arne Herrmann  
**Schutzengel-Meditation – Weiß**  
ISBN 978-3-86410-324-7  
12,99 € | Audio CD, 29:14 Minuten



The Very Best of Reiki Music  
by Merlin's Magic  
**Reiki – Gentle, Healing, Energy**

ISBN 978-3-86410-149-6  
16,95 € | Audio CD, 60:04 Minuten



Walter Lübeck, Frank Arjava Petter  
**Reiki – Die schönsten Techniken**  
ISBN 978-3-89385-391-5  
19,90 € | Taschenbuch, 224 Seiten

Folge uns auf  
Instagram & Facebook,  
@Windpferd\_Verlag oder  
abonniere unseren Newsletter auf:  
[www.WINDPFERD.de](http://www.WINDPFERD.de)

## Reikifestival 2021: „Unterwegs zu neuen Ufern“

Das diesjährige Reikifestival findet vom 15.-17. Oktober in Gersfeld statt, mit Meistertag am 14. Oktober. „Als wir uns Anfang Juni in Gersfeld trafen,“ so das Festival-Team, „lag eine lange Zeit der Einschränkung durch die Pandemie hinter uns. Wir waren alle auf uns selbst zurückgeworfen und konnten sehr gut spüren, was uns wirklich wichtig ist. Wie wohltuend und inspirierend war es, uns zu berühren! Auf der ‚Nalle‘ nahm unsere Vision vom Reikifestival Gestalt an. Die ‚Nalle‘ ist der Wunschberg, auf dem Brigitte Trumpf vor vielen Jahren ihren Wunsch nach einem Reiki-Begegnungs-ort in die Welt gesetzt hat. Dort wurde vor Zeiten Basalt abgebaut, und so ist ein



kleiner, tiefer See entstanden. An dessen Ufer sprudelten unsere Ideen nur so, und unsere Vorfreude wuchs.“ Gemeinsam soll während des Festivals „unseren Wünschen und Sehnsüchten Raum gegeben werden, und vielleicht werden auch schon die ersten Schritte zur Verwirklichung unternommen.“ Am Sonntag wird Johannes Reindl, Linienhalter des Usui Shiki Ryoho, dazukommen und seine Visionen teilen. Die Stadthalle in Gersfeld ist dank ihrer Größe und wunderbaren Ausstattung ein perfekter Ort mit größtmöglicher Sicherheit: das Raumvolumen ist riesig, und es gibt ausreichend Lüftungsmöglichkeiten.

### Info

Reiki-Festival 15.-17.10.2021  
Meistertag 14.10.2021  
E-Mail: anmeldung@reiki-festival.de  
Tel.: (06654) 8082  
[www.reiki-festival.de](http://www.reiki-festival.de)

## Alle Reiki-Treffen in 2022 auf einer Weltkarte

Auf der Website [reiki-conciliation.org](http://reiki-conciliation.org) bietet René Vögeli einen Überblick über Reiki-Treffen, die im Jahr 2022 weltweit stattfinden – dem „100 Jahre Reiki“-Ju-



biläumsjahr. Wer im nächsten Jahr selbst ein Treffen veranstaltet, kann René kontaktieren und das Treffen auf der Website listen lassen. Auf einer großen Weltkarte ist zu sehen, wer wann wo feiert.

### Info

[reiki-conciliation.org](http://reiki-conciliation.org)  
Klick auf den roten Button oben rechts:  
„2022 – Let's Celebrate Everywhere!“

## Neue medizinische Leitlinie Onkologie

Wie das Ärzteblatt berichtet, gibt eine neue medizinische Leitlinie Empfehlungen zum Einsatz komplementärmedizinischer Verfahren in der Behandlung von onkologischen Patienten. Das Spektrum der 155 Empfehlungen und Statements reicht „von Akupunktur und Meditation über Chirotherapie und Sport bis hin zu Vitaminen und Mistelpräparaten“ ... und auch Reiki findet dabei Erwähnung. Die Leitlinie soll den herausgebenden Fachgesellschaften zufolge „für alle in der Onkologie Tätigen ein präzises Nachschlagewerk“ sein, das es ermögliche, „Fragen von Krebsbetroffenen evidenzbasiert zu beantworten und gegebenenfalls aktiv Empfehlungen auszusprechen beziehungsweise auch von konkreten Maßnahmen und Verfahren abzuraten“. Leider schneidet Reiki bei den in der Leitlinie angegebenen wissenschaftlichen Studien, die nach mehreren

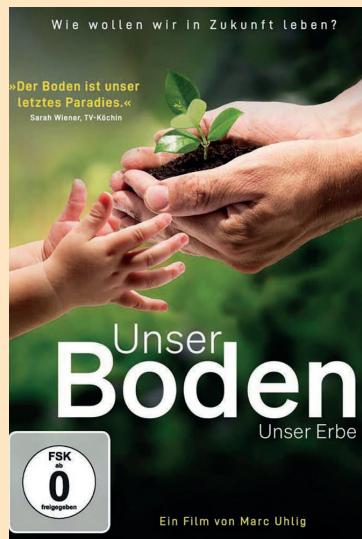
# Verlosung

## 3 x DVD „Unser Boden, unser Erbe“ zu gewinnen!

### Frage: Was feiern Reiki-Praktizierende weltweit im Jahr 2022?

Das Reiki Magazin verschenkt 3 x den Dokumentarfilm „Unser Boden, unser Erbe“ von Marc Uhlig auf DVD! Im Film dabei sind u.a. die TV-Köchin Sarah Wiener und der Umweltwissenschaftler Ernst Ulrich von Weizsäcker. Beide geben wertvolle Denkimpulse zum Thema des Films, der ein inspirierendes Plädoyer für eine zukunftsfähige Landwirtschaft und nachhaltige Ernährung ist.

Die DVDs gehen an 3 Leser/innen, die bis spät. zum 15. November 2021 (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](mailto:info@reiki-magazin.de), Stichwort: „Unser Boden, unser Erbe“



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!

Weitere Infos zum Film: [www.wfilm.de](http://www.wfilm.de)

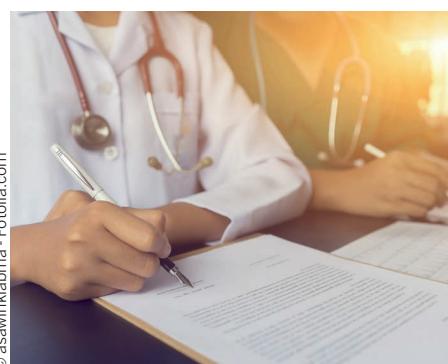
Themenbereichen aufgelistet sind, nicht so gut ab wie es sicherlich sein könnte. So heißt es beispielsweise zum Themenbereich „Lebensqualität, Komfort, Wohlbefinden sowie Achtsamkeit“ (S. 159): „Insgesamt weist die Studienlage darauf hin, dass Reiki in Bezug auf Lebensqualität keinen Mehrwert verglichen mit den (...) beschriebenen Vergleichs- und Placebo-Therapien liefert. Verglichen mit der Standardtherapie zeigten jedoch sowohl Reiki als auch Vergleichs- und Placebo-Therapien bessere Ergebnisse. Diese Effekte können wahrscheinlich auf Aufmerksamkeits- oder Erwartungseffekte zurückgeführt werden.“

Im Weiteren heißt es zum Themenbereich „Angst, Depressivität, Psychische Belastung, Stimmungsschwankungen sowie Fatigue“ (S. 162): „Die vorliegende Evidenzlage gibt (...) keinen Hinweis auf eine positive Wirkung von Reiki auf stimmungsbezogene Variablen oder Fatigue bzw. keinen Mehrwert zu einer Placebo-gruppe, deren Effekte möglicherweise auf Aufmerksamkeits- oder Erwartungseffekte zurückzuführen sind.“

Und zum Themenbereich „Symptomleiden, Neurotoxizität sowie Schmerz“

(S. 163): „In keiner der drei Einzelstudien konnte ein Vorteil von Reiki gegenüber den Vergleichstherapien nachgewiesen werden. In der Studie von Clark et al. (2012) fand sich eine signifikante Verschlechterung der Neurotoxizität in der Kontrollgruppe, nicht jedoch in der Reiki-Gruppe und den Vergleichsgruppen. Dieses Ergebnis deutet darauf hin, dass Reiki das Fortschreiten von Neurotoxizität im Vergleich zu einer Kontrollgruppe, die nur Schulungen über Neurotoxizität erhielt, verlangsamen könnte. Verglichen mit den anderen Vergleichsgruppen (Yoga, Meditation) konnte Reiki jedoch keinen Mehrwert für die Patienten erzie-

len. Im systematischen Review lieferte nur eine Studie Hinweis darauf, dass Reiki im Vergleich zu einer Kontrollgruppe bessere Ergebnisse in Bezug auf Schmerzerzielen kann (Olson et al. 2003). Doch in dieser Studie können aufgrund des Fehlens einer Placebogruppe Aufmerksamkeits- oder Erwartungseffekte nicht ausgeschlossen werden.“ Es bleibt also zu hoffen, dass die von ProReiki – der Berufsverband initiierte REASURE-Studie weiterhin positive Ergebnisse für Reiki ergibt (vgl. Ausgabe 3/21, S. 8) und erste Veröffentlichungen dazu bald stattfinden können.



(Quellen: [www.aerzteblatt.de](http://www.aerzteblatt.de), Beitrag „Neue S3-Leitlinie gibt Empfehlungen zu Komplementärmedizin bei Krebs“ vom 26. Juli 2021 / S3-Leitlinie Komplementärmedizin in der Behandlung von onkologischen PatientInnen, Langversion 1.0 - Juli 2021, AWMF-Registernr. 032/055OL, Hrsg.: Leitlinienprogramm Onkologie der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e.V. (AWMF), Deutschen Krebsgesellschaft e.V. (DKG) und Deutschen Krebshilfe (DKH)

# Reiki Wissenschaft

## – Kolumne –



### Postoperative Reiki-Behandlung bei Hunden

Diese brasilianische Studie untersuchte die Auswirkungen von Reiki auf postoperative Schmerzen bei Hündinnen nach einer elektiven minimalinvasiven Ovarialhysterektomie (= eine Form der Kastration weiblicher Tiere). Die Tiere wurden in drei Versuchsgruppen je zehn Hündinnen unterteilt: Die Kontroll-Gruppe erhielt keine Reiki-Behandlung, und die Placebo-Gruppe lediglich eine simulierte Reiki-Behandlung. Demgegenüber bekamen die Tiere der Reiki-Gruppe direkt nach der Operation eine 15minütige Reiki-Behandlung durch einen Reiki-Praktizierenden des „Ausbildungsgrads 3A“.

Die Tiere wurden anhand der *Glasgow-Schmerzskala* und der *visuellen Analogskala* jeweils zwei Stunden (M2), vier Stunden (M4), acht Stunden (M8), zwölf Stunden (M12) und 24 Stunden (M24) nach der vor der Anästhesie verabreichten Medikation bewertet. Alle Tiere erhielten die gleiche Narkotisierung.

Die Werte der *Glasgow-Schmerzskala* und der *visuellen Analogskala* waren bei den mit Reiki behandelten Hündinnen im Vergleich zur Kontrollgruppe bei M4, M8 und M12 niedriger. Im Vergleich zur Placebo-Gruppe waren sie bei M4 niedriger. Eine zusätzliche postoperative Gabe von Schmerzmitteln wurde bei drei Tieren der Kontrollgruppe und bei vier Tieren der Placebo-Gruppe erforderlich. Die mit Reiki behandelten Tiere benötigten keine zusätzlichen Schmerzmittel.

**Schlussfolgerung:** Reiki kann zur postoperativen Schmerzlinderung von Hündinnen nach einer minimalinvasiven Ovarialhysterektomie beitragen.

Quelle: Marina Marangoni, Leandro Pacheco, Evandro de Oliveira Rodrigues, Fabiola Damolin, Gabrielle Coelho Freitas, Terapia Reiki No Pos-Operatorio De Cadelas Submetidas À Ovariohisterectomia, X Jornada De Iniciação Científica E Tecnológica Da UFFS; v. 1 n. 10 -2020, <https://portaleventos.uffsa.edu.br/index.php/JORNADA/article/view/14130>

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



### Hape Kerkeling ist Reiki-Meister ...?!

In der *SUPERillu online* ist ein Interview mit Hape Kerkeling zu lesen. An einer Stelle sagt der Interviewer, Björn Wolfram, zu ihm: „Apropos Ruhebedürfnis: Sie haben sich zum Reiki Meister ausbilden lassen ...“. Daraufhin Hape Kerkeling: „Ja, da hab' ich mir von einem Freund reinquatschen lassen, der meinte ‚Du hast so 'ne Ader. Willst du nicht...‘ Ja, und dann hab ich das tatsächlich gemacht, so als Lebensexperiment.“ Dies sei „wirklich spannend“ gewesen, so Hape Kerkeling weiter ... auch wenn seine Freunde und Verwandten nichts merken würden, wenn er bei ihnen mal die Hand auflege. Wenn er jedoch deren Haustiere behandle, erziele er „richtige Erfolge“.



etwa bei einem „schwer kranken Hund einer Freundin“. Wir wissen nicht, wann und wo Hape Kerkeling die Reiki-Ausbildung erhalten hat. Doch vor vielen Jahren hat er bereits einmal mit Reiki zu tun gehabt: da war er nämlich Jurymitglied beim großen LeserInnen-Schreibwettbewerb des Reiki Magazins, der zum 10jährigen Jubiläum des Magazins im Jahr 2007 stattfand.

Das Foto zeigt die Handabdrücke von Hape Kerkeling auf einer Metallplatte in der Lloyd-Passage in Bremen. Der Radio- und TV-Sender Radio Bremen war es, der Hape Kerkeling 1983 bei einem Nachwuchswettbewerb entdeckte. 1989 folgte der endgültige Durchbruch für Kerkeling mit der legendären Comedyshow *Total Normal*, die ebenfalls von Radio Bremen produziert wurde.

(Quelle für die Infos im oberen Teil der Meldung: Superillu.de, Interview mit Hape Kerkeling, geführt von Superillu-Redakteur Björn Wolfram, verfasst am 15.07.2021 / Copyright Foto: Wittkowsky – Wikimedia Commons)

### Das Zitat zu den Lebensregeln:

„Wir sind hierher gekommen,  
um uns tiefer der Freiheit und Freude  
auszuliefern.“

Hafiz

## Nachruf Siegfried Süss

Anfang Mai 2021 ist unser langjähriges Teammitglied Siegfried Süss im Alter von 80 Jahren verstorben. Von den ersten Tagen des Reiki Magazins an war Siegfried mit dabei, von Wien aus. Er kümmerte sich um die Abonnement-Verwaltung in Österreich, dies vor allem bevor das Internet immer bedeutender wurde und die Ländergrenzen sich so immer mehr verwischten. Ich erinnere mich, wie ich Siegfried auf einem der frühen Redaktionstreffen Ende der 1990er Jahre in Gersfeld traf. Ich schätzte stets den Kontakt mit ihm, seine große Empathie und seine Klarheit. Von 2008 an, als ich Herausgeber des Reiki Magazins wurde, lief die Kooperation, die Jürgen Kindler mit



Siegfried begonnen hatte, einfach weiter ... ohne dass wir viel darüber sprachen. Er erhielt weiterhin Hefte nach Wien zugesandt, und so manches Abonnement aus Österreich wurde durch ihn vermittelt. In einem der Telefonate, die wir von Zeit zu Zeit führten, sagte er mir, dass er den redaktionellen

Werdegang des Reiki Magazins über die lange Zeit hinweg, die es das Magazin nun schon gibt, sehr schätzt.

Ich danke Dir, Siegfried, von Herzen, für Deinen Beitrag zum Gelingen des Reiki Magazins!

Oliver Klatt  
Für das Team des Reiki Magazins

## Patienten-Umfrage: Online-Arzttermine

Laut einer Patienten-Umfrage von Datapuls 2021 schenkt die Mehrheit der Deutschen medizinischer Online-Diagnostik kein Vertrauen. Acht von zehn Patienten sind der Meinung, dass sich Ärzte bei einer Videosprechstunde kein vollumfäng-



liches Krankheitsbild verschaffen können. Rd. zwei Drittel befürchten zudem eine unpersönlichere Arzt-Patienten-Beziehung durch Online-Termine. Etwa die Hälfte aller Befragten hegt datenschutzrechtliche Bedenken bei Video-Sprechstunden. Rd. 45 Prozent fühlen sich bei einer Online-Visite nicht ernst genommen.

(Quelle: Datapuls 2021, Socialwave)

## „100 Jahre Reiki“: Feierlichkeiten in Japan

Vom 12.-14. August 2022 findet im ICC Kyoto, Japan, die Veranstaltung „Centenary of Usui Shiki Ryoho 1922-2022“ statt. Zu den ReferentInnen gehören u.a. Joyce Winough, Hiroshi Doi, Sheldon Feldman, Rumi Naka und Olaf Böhm.

**Info**  
[www.usuireiki2022.org](http://www.usuireiki2022.org)

## Fernreiki für kritische Weltsituationen

Das Reiki Magazin unterstützt die dauerhafte Fernreiki-Aktion von Reiki Outreach International (ROI). Sie basiert auf der Vision von Tausenden von Reiki-Praktizierenden weltweit, gemeinsam gebündelt Reiki auf kritische Weltsituationen zu senden. Dazu werden aktuell wechselnde Ziele benannt, diese sind auf der Website des Reiki Magazins nachzulesen.

**Info**  
[www.reiki-magazin.de/netzwerk/fernreiki-aktion.html](http://www.reiki-magazin.de/netzwerk/fernreiki-aktion.html)

Anzeige

## Ihr Reiki- Adress-Eintrag im Internet!

Auf [www.reiki-magazin.de](http://www.reiki-magazin.de)

The screenshot shows the homepage of the Reiki Magazin website. At the top, there's a banner with a woman receiving a Reiki treatment. Below it, a search bar and navigation links for Home, Aktuelles Heft, and weitere Ausgaben. A sidebar on the left lists categories like Was ist Reiki?, Profiheft / ARD, Reiki-Anbieter, Reiki-Kurse, Reiki-Workshop, Netzwerk, Chat / Forum, Wir über uns, Media-Karten, and Presse. The main content area features a large image of a person receiving Reiki. To the right, there's a sidebar with links for Reiki-Anbieter, Reiki-Kurse, and Reiki-Treffen, along with a list of countries: Deutschland >>, Österreich >>, Schweiz >>, Spanien >>. Below that is a section titled 'Drei Rubriken' with links to Reiki-Anbieter, Reiki-Kurse, and Reiki-Treffen. At the bottom, there's a note about entering 'Reiki-Anbieter' into Google and a link to 'Reiki-Lehrer'.

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](http://www.reiki-magazin.de)**  
im Bereich „Reiki-Anbieter“  
(etwas herunterscrollen),  
den Hinweisen dort folgen!

► Oder per E-Mail an:  
[anzeigen@reiki.magazin.de](mailto:anzeigen@reiki.magazin.de)

**Haben Sie noch Fragen?  
Kommen Sie auf uns zu!**

► Tel.: 030 - 89 74 60 93

# Reiki-Termine 2021 / 22

Anzeige

## Oktober

### 8.-10. Oktober 2021

Rotenburg a. d. Fulda

**19. DGH-Kongress** mit Vorträgen und Workshops rund um das Geistige Heilen, u.a. mit Graziella Schmidt, Steffen Lohrer, Heike Rahn, Lex van Someren  
Veranstalter: Dachverband Geistiges Heilen e.V.

**Info:** [www.dgh-ev.de](http://www.dgh-ev.de) / klick auf „Kongress“!

### 8.-10. Oktober 2021

Samokov, bei Sofia, Bulgarien

**Reiki Konferenz Bulgarien** mit verschiedenen (auch deutschsprachigen) ReferentInnen  
Veranstalter: Stefan Kanev  
**Info:** (auf Deutsch) Stefan Kanev  
Tel.: 00359-888-814238  
E-Mail: nafets68@abv.bg

### 14.-17. Oktober 2021

Gersfeld, Rhön, bei Fulda

**Reiki-Festival** (mit Reiki-Meister-Tag am 14.10. die Festivaltage sind vom 15.-17.10.), am 17.10. mit Johannes Reindl  
Veranstalter: Reiki-Treffen e.V.

**Info:** [www.reiki-festival.de](http://www.reiki-festival.de)

## Dezember

### Ab Dez. 2021

Südindien

„**Touching India's Heart**“, Reisen nach Südindien „mit allen Sinnen“, mit Simone Grashoff  
**Info:** [www.touching-indias-heart.com](http://www.touching-indias-heart.com)

## 2022

### 1.-3. April 2022

Gersfeld, Rhön, bei Fulda

**RVD-Frühjahrsworkshop 2022** mit Jule-Erina van Calker, Claudia Kindereit, Patrick Lankau, Stefan Kanev, Bernfried Mönkemeyer u.a.  
**Info:** Reiki Verband Deutschland e.V., E-Mail: anmeldung@reiki-verband-deutschland.de [www.reiki-verband-deutschland.de](http://www.reiki-verband-deutschland.de)

## 2022

### 20.-22. Mai 2022

Kyoto, Japan

– „**100 Jahre Reiki**“-Kongress am Kurama-Berg fällt aus –

(findet auch nicht online statt)  
Jedoch ist für alle, die sich beteiligen möchten und vor Ort sind, eine Zusammenkunft („Circle of Oneness“) auf dem Kurama-Berg geplant, am 22. Mai 2022 um 14:00 Uhr Ortszeit.

**Info:** [www.reiki100.com](http://www.reiki100.com)

### 16.-19. Juni 2022

Parimal Gut Hüenthal, bei Kassel

**ReikiCon 2022** (mit Reiki-Meister-Tag am 16.6., die Praxis-Tage sind vom 17.-19.6.)

Veranstalter: Frank Doerr

**Info:** [www.reikicon.de](http://www.reikicon.de)

### 2./3. Juli 2022

Gersfeld, Rhön, bei Fulda

**ProReiki-Kongress „111“:** 100 Jahre Reiki und 11 Jahre ProReiki – große Feierlichkeit des deutschen Reiki-Berufsverbandes in Gersfeld

**Info:** [www.proreiki.de](http://www.proreiki.de)

### 12.-14. August 2022

ICC Kyoto, Japan

**Centenary of Usui Shiki Ryoho**

**1922-2022**, u.a. mit Joyce Winough, Hiroshi Doi, Sheldon Feldman, Rumi Naka, Olaf Böhm

**Info:** [www.usuireiki2022.org](http://www.usuireiki2022.org)

## 2023

### 31.03.-02.04.23

Gersfeld, Rhön, bei Fulda

RVD-Frühjahrsworkshop

### 01.-04.06.23

Parimal Gut Hüenthal, bei Kassel

ReikiCon

Die inneren  
Heilkräfte  
des Menschen!

Oliver Klatt

Die  
**Heilkraft** der  
Lebensenergie



Aquamarina Verlag

Oliver Klatt befasst sich als Heiler seit vielen Jahren mit dem Phänomen der Übertragung von Lebensenergie. Als Herausgeber einer Fachzeitschrift zum Thema Heilen ist er zudem mit allen Facetten der modernen Heilweisen vertraut.

In diesem Buch entfaltet er die Geheimnisse des Heilens in einer Form des Dialoges, wie ihn einst die großen Philosophen praktiziert haben. Im Gespräch mit einer Patientin, die wegen einer Erkrankung zur Behandlung kommt, wird das Heilungsgeschehen vom ersten Augenblick an geschildert.

Oliver Klatt

**Die Heilkraft der  
Lebensenergie**

Hardcover, 288 Seiten,

€ [D]19,95 / € [A]20,40

ISBN 978-3-89427-693-5

Aquamarina Verlag

[www.aquamarin-verlag.de](http://www.aquamarin-verlag.de)



# Nähe und Distanz

Meine beste Freundin kenne ich seit 24 Jahren. Jetzt stehen wir bei ihr in der Diele, und das Unausgesprochene liegt zwischen uns in der Luft. Seit vier Monaten haben wir uns nicht gesehen. Nur telefoniert. Social Distancing und Ausgangssperre haben unsere Freundinnengespräche auf ein Minimum reduziert. Heute bin ich mal wieder 'rausgefahren' zu ihr. Mit dem Wissen, dass ich allerspätestens um 20 vor zehn wieder fahren muss, um vor der „Deadline“ zu Hause zu sein.

Das Unausgesprochene, das sich unangenehm zwischen uns breit macht, ist die Frage: Dürfen wir uns jetzt umarmen? Es vergehen einige unangenehme Sekunden, ich nestle irgend etwas an meiner Jacke zurecht, sie spricht mit ihren Katzen, die mittlerweile verwundert über den Besuch, die Diele betreten haben und an unseren Beinen entlangstreifen. Die Situation löst sich mit Vermeidungsverhalten. Ich stelle ungelenk meinen Rucksack auf den Boden und suche etwas darin, während sie schon mal in der Küche verschwindet, um Getränke für uns zu holen.

## Gemeinsame Zeit

Wir verbringen einen schönen Abend miteinander. Sitzen in gebührendem Abstand (eigentlich wie immer) auf ihrem Balkon. Sie erzählt mir von ihrer Familie und den großen und kleinen Dramen in ihrer Arbeit als Therapeutin und wie dankbar die Patienten in letzter Zeit waren, wenigstens sie als Ansprechpartnerin zu haben, wenn sie schon sonst keinen sehen durften. Das Mitteilungsbedürfnis ist groß. Ich erzähle von meinen Eltern und der neuen Situation der Pflege. Endlich kann ich von Angesicht zu Angesicht mit ihr sprechen. Über meine Sorgen und Gefühle. Klar, das geht auch am Telefon. Aber da gibt es weniger Atmosphäre, keine Mimik, keine Energie. Man kann Dinge einfach „wegschweigen“, wie zum Beispiel Tränen in den Augen. Man kann Wut hinunterschlucken, einen hilfesuchenden Blick verstecken. Aber auch ein spontanes Auflachen mit strahlenden Augen

kommt am Telefon nicht so gut an wie in einer richtigen sozialen Interaktion. Ein schwärmerischer Blick oder einfach die wissende Zustimmung durch ein Nicken, damit der andere sich verstanden fühlt, so etwas fällt da unter den Tisch, oder besser: dem Distanz-Medium zum Opfer.

## Unter Menschen gehen

Unsere sinnliche Wahrnehmung wurde beschränkt und jetzt, da wir sie wieder voll erfahren dürfen, erfahren wir sie neu. Gewohntes wird zu Besonderem. Zusammen lachen und die Freude des anderen spüren, das ist ein neu wahrgenommenes Geschenk. Ein Geschenk, das wir regelmäßig bekommen haben, von dem wir aber nicht wussten, wie wertvoll es ist. Wie viel Energie und Lebensfreude es uns gibt. Sogar jede noch so kleine Berührung tut gut. Manchmal ist es wichtig, auch körperlich zu spüren, dass man nicht allein ist. Der Verstand weiß es. Die Vernunft lehrt den Zweifelnden in Momenten des Alleinseins. Eine Zeitlang kann sie ihn besänftigen. Doch der Zweifelnde wird irgendwann doch zum Sehnsüchtigen. Er sehnt sich nach Nähe und körperlicher Berührung.

Nach Monaten der Eigenbrötlerie ist es ungewohnt, wieder unter Menschen zu kommen. Meine Freundin zeigt mir Fotos von der Taufe ihrer Nichte. Es war ein besonders gelungenes Gartenfest. Das Wetter war fantastisch, und die ganze Familie war seit langem mal wieder zusammengekommen. Sie sagt, sie war überfordert. Zu viele Menschen, zu viele Eindrücke. An die war sie seit Monaten einfach nicht gewöhnt. Auch ich erzähle vom ersten Life-Meeting mit meinen Kolleginnen. Wie die eine die Stimmung der anderen eingefangen hat, um feinfühlig zu reagieren. Wie anders der Eindruck war, sich plötzlich wieder direkt in die Augen zu sehen, nicht durch zwei Computerbildschirme und etliche Kilometer getrennt.

Es ist lauschig auf dem Balkon meiner Freundin. Die Kerzen flackern ein wenig

in der leichten Brise. Draußen fahren zwei Jugendliche auf Motorrollern vorbei und rufen sich freudig irgendetwas zu. Die ruhige Stimme meiner Freundin dringt an mein Ohr und weckt mein Interesse zu einem bestimmten Thema. Ich sehe, dass sie sich freut, dass ich genau an dieser Stelle nachfrage. Es scheint ihr am Herzen zu liegen. Der Tee dampft in die kalte Abendluft, und das gemeinsame Genießen tut gut. Sie bereitet immer alles mit Liebe vor, wenn ich komme. Eine schöne Art der Wertschätzung.

## Umarmung

So wohl ich mich bei ihr fühle – der Wecker klingelt, es ist halb zehn, und ich muss mich langsam auf den Heimweg machen. Wir beenden unser Gespräch ein bisschen holprig, räumen die Tassen in die Küche, und dann verabschieden wir uns. Mit einer Umarmung. Wir spüren einander. Die Haut, ihre Wärme, ihr Atem neben meinem Ohr. Die sanfte und herzliche Berührung ihrer Hände an meinem Rücken. Das Gefühl der Geborgenheit, das ich seit 24 Jahren von meiner besten Freundin kenne, erlebe ich heute neu. Ich bin glücklich und dankbar. ■



**Melina Tobisch** ist Reiki-Praktizierende und -Lehrerin seit 2016. Sie lebt in München und arbeitet als Ausbilderin mit behinderten Jugendlichen. Seit 2017 schreibt sie regelmäßig für das Reiki Magazin. Kontakt: m.tobisch@web.de



Wunschlosigkeit führt  
zu innerer Ruhe.

Lao-Tse



# Die spirituelle Suche

Worum geht es letztlich in der spirituellen Suche? Woran können wir uns orientieren? Wo ist Vorsicht geboten? Oliver Klatt führte ein Interview mit dem weitgereisten erfahrenen buddhistischen Mönch Tenzin Priyadarshi, der auch in den interreligiösen Dialog involviert ist.

**Oliver Klatt:** In Ihrem autobiographischen Buch „Dem Sinn des Lebens ist es egal, wo er dich findet“ werfen Sie wichtige spirituelle Fragen auf. Es geht u.a. darum, wie moderne Spiritualität in ursprünglicher Weise authentisch gelebt werden kann. Sie sagen, dass alle Menschen über einen kontemplativen Geist verfügen und dass wir alle in der einen oder anderen Weise nach dem tieferen Sinn in unserem Leben suchen. Was kann uns dabei helfen, in unserer modernen Zeit?

## Sinnhaftigkeit & Zentrierung

**Tenzin Priyadarshi:** Ich denke, was unser Leben als Mensch angeht, so ist es für jeden Einzelnen wichtig zu erkennen: Wenn wir uns keine tiefer gehenden Fragen stellen über Freude, über Bestimmung oder über Sinnhaftigkeit, dann kann unser Leben schnell ziemlich mechanisch werden – und in mancher Hinsicht nicht so erfüllend, wie man es sich vielleicht erhofft hat. Dies kreiert eine Art von Leere. Und wir neigen dazu, diese mit Materialismus zu füllen, oder mit Dingen, die nicht förderlich sind für unser Wohlsein, langfristig gesehen. So können wir zum Beispiel ungesunde Eigenschaften übernehmen, oder wir führen ungesunde Beziehungen. Unser Alltag, unser tägliches Leben schließt ein kontemplatives Leben nicht aus. Es geht lediglich darum, dem was wir tun – was immer es ist – ein Gefühl für innere

Zentrierung beizufügen, eine Ausrichtung und Sinnhaftigkeit.

**Oliver Klatt:** In Ihrem Buch erwähnen Sie kritisch, dass Spiritualität heutzutage weitgehend eine Art von „Wellness-Spiritualität“ geworden ist, oder auch eine Art von „Selbstoptimierungs-Spiritualität“. Wenn es uns wirklich darum geht, ein spirituelles Leben zu führen: Was können wir tun, um diese Art von „Weichspüler-Spiritualität“ zu vermeiden? Können Sie Bezugspunkte nennen, die ursprüngliche, authentische Spiritualität aufzeigen?

**Tenzin Priyadarshi:** Die Herausforderung dabei ist, dass im Namen von Spiritualität viel Lärm gemacht und viel Verwirrung gestiftet wird. So wie es auch viel Lärm und Verwirrung in unserer Welt gibt, in unserem täglichen Leben – bis hin zu dem Punkt, dass vieles von dem, was wir Spiritualität nennen, letztlich eine Art spiritueller Materialismus ist. Dies führt dann dazu, dass wir mit unserer spirituellen Praxis lediglich unsere weltlichen Ziele schneller erreichen wollen, unsere materiellen Ziele – ohne dabei kritisch zu hinterfragen, ob dies irgendeinen Unterschied für uns macht, ob es das Erleben von echter Freude in unserem Leben fördert oder nicht.

Eine spirituelle Praxis auszuüben, um damit weiterhin lediglich das Leiden zu verwalten

und selbstgefälliges Verhalten zu verstärken ... das ist nicht hilfreich. Was Bezugspunkte für Spiritualität angeht, so schlage ich vor: Aufrichtige Suche, ein tiefer gehendes Streben! Es sollte Deine Suche sein! Es ist nicht die Suche irgendeines anderen ... es ist Deine Suche!

Und zweitens sollte man sich nicht mit den ersten Antworten, die man erhält, zufrieden geben, mit dem ersten Lehrer, den man trifft, mit der ersten spirituellen Begegnung, die man hat. In gewisser Weise müssen wir uns selbst dazu ermutigen, uns tiefer in diesen Prozess hineinzugeben, um uns selbst besser zu verstehen. Und um besser zu verstehen, wie die spirituelle Welt ist. Ansonsten übertragen wir lediglich unsere Oberflächlichkeit und Seichtigkeit auf das spirituelle Leben. Und wir verpassen die Tiefe, die es anzubieten hat.

**Oliver Klatt:** Welche Rolle spielen Kreativität und Flexibilität für einen authentischen spirituellen Weg? Wie können wir lernen, zunehmend unsere Komfortzone zu verlassen, dabei jedoch auch nicht zu weit über unsere Möglichkeiten hinauszugehen?

### Jenseits der Komfortzone

**Tenzin Priyadarshi:** Viele unserer Praktiken, ob sie nun aus spirituellen Traditionen oder aus anderen Quellen stammen, stehen im Zusammenhang mit Ritualen. Rituale vermitteln dem Einzelnen natürlich ein Gefühl von Vertrautheit. Rituale sind jedoch kein mechanistischer Ansatz, sie sind ursprünglich nicht als eine Art mechanistische Sicht auf die Welt gemeint.

Um also eine neue Art von Perspektive in unsere Rituale zu bringen, können wir dabei beispielsweise etwas Neues in uns selbst wahrnehmen, wir können etwas bei Anderen wahrnehmen, wir können in eine neue Art von Begegnung gehen, wir können mehr Erlebnisse der Art haben, die „alles“ umfassen ... über die wir uns wundern, in unserem Alltag. Dies sind die Dinge, die uns jenseits unseres selbstgefälligen Geistes bringen, außerhalb von unserer Komfortzone ... wobei wir nach Möglichkeiten suchen, unseren Geist und unser Bewusstsein wachsen zu lassen.

In mancherlei Hinsicht ist es also diese konstante Suche, diese andauernde Reise, die es uns erlaubt, von unserer Selbstgefälligkeit wegzukommen. Ansonsten vergrößert sich die Gefahr, mit unserer oberflächlichen Ausrichtung und unseren Begierden fortzufahren. Dies würde uns davon abhalten, die Tiefe dessen zu erfahren, dem wir begegnen



können: einem neuen Gedanken, einem neuen Wissensbereich, einer neuen Praxis. Wir sollten wachsam gegenüber diesen gedanklichen Ausrichtungen sein, die existieren und die uns dazu bringen können, unser Streben mechanisch werden zu lassen und uns die „Neu-Heit“ von Erfahrung zu verbieten.

### Mündliche Überlieferung

**Oliver Klatt:** Sie erwähnen in Ihrem Buch auch die Bedeutung mündlicher Überlieferung für eine lebendige Spiritualität. Das heißt: jenseits von Websites, Büchern und Zeitschriften in eine tiefe persönliche Begegnung mit einem spirituellen Lehrer zu gehen. Ist dies auch heute noch die Basis einer Spiritualität, die uns transzendierte, die uns wirklich hilft? Was denken Sie darüber, einem Lehrer per Videokonferenz zu begegnen, per Smartphone oder Computer? Oder den Podcast eines spirituellen Lehrers zu hören? ▶

Tenzin Priyadarshi ist ein buddhistischer Mönch, der vom Dalai Lama geweiht wurde. Geboren in eine hinduistische Brahmanenfamilie, trat er bereits in jungen Jahren in ein buddhistisches Kloster in Rajgir ein und erhielt später seine weitere spirituelle Ausbildung in Indien, Nepal und Japan unter der Leitung mehrerer bedeutender Lehrer. Tenzin Priyadarshi ist Gründer und CEO des Dalai Lama-Zentrums für Ethik und transformative Werte am Massachusetts Institute of Technology (MIT). Er unterrichtet regelmäßig in den USA und auf der ganzen Welt.



**Tenzin Priyadarshi:** In früheren Jahren, als spirituelle Lehrer und Schriften direkt zugänglich waren, hatte der Einzelne die Möglichkeit, eine gewisse Zeit lang mit einem bestimmten Lehrer, mit einer bestimmten Schrift, mit einer bestimmten Tradition zu verbringen. Dem lag eine Art Ausbildungskonzept zugrunde. Der Einzelne nahm sich Zeit ... mit dem Ziel das, worauf er sich ausrichtete oder dem er sich verpflichtet fühlte, zu vervollkommen, was auch immer es war.

## Nützliche Werkzeuge

Wie ich sagte, leben wir heute in einer Zeit von Lärm und Verwirrung. Und dieser Lärm und diese Verwirrung führen dazu, dass es uns an Klarheit mangelt. Also, ja ... die heutigen Medien der Wissensübertragung – Bücher, Podcasts, Interviews, Webcasts – sind alle nützliche Werkzeuge. Und in mancherlei Hinsicht ist es wirklich ein Segen, dass uns all diese Dinge zugänglich sind, unabhängig von Zeit und Raum. Und genau genommen auch ohne jede Mühe. Jedoch sollten wir uns fragen, ob wir das, was uns davon bedeutsam erscheint, tatsächlich in unser Leben, in unser Lernen integrieren. Ansonsten ähnelt unsere gedankliche Ausrichtung dabei nämlich schlicht dem Konsum von etwas.

Wir konsumieren Bücher, wir konsumieren Reden, wir konsumieren Interviews, wir konsumieren so viel von dem, was wir hören ... bis zu dem Punkt, dass wir mit einer bestimmten Art von Wissen regelrecht gesättigt sind. Aber es kommt nicht zu einer Integration, nicht zu einer Übersetzung dieses Wissens in die Praxis. Es findet keine Übernahme dieses Wissens in die Erweiterung unserer mentalen und spirituellen Verhaltensweisen und Fähigkeiten statt.

## Achtsamkeit

Deshalb denke ich, wir sollten achtsam sein, dass all dies nicht einfach zu einer weiteren Art von Konsum führt. Dies sollte nicht der Ansatz eines Suchenden sein. Der Ansatz eines Suchenden sollte darin bestehen, sich um einen Prozess kontinuierlicher Verfeinerung zu bemühen, mithilfe von Wissen, Werkzeugen, Anleitungen und Einsichten, die wir empfangen. Dies ist mein einziger Rat zu diesem speziellen Thema.

**Oliver Klatt:** Sie schreiben über Siddhis, über sinnliche spirituelle Fähigkeiten, die manchmal die fortgeschrittene spirituelle Entwicklung begleiten. Aus Ihrer Sicht: Ist es gut, wenn man davon Gebrauch macht, sofern sie aufkom-

men? Meine Beobachtung ist, dass damit nicht selten eine Art spiritueller Stolz einhergeht ...

## Umgang mit Siddhis

**Tenzin Priyadarshi:** Man sollte Siddhis als Nebenprodukt unserer Praxis sehen. Was ich mit Nebenprodukt meine ist, dass das Ziel unserer Praxis fast immer soteriologisch ist. „Soteriologisch“ meint, dass unser Ziel Befreiung ist. Unser Ziel ist umfassende Freiheit. Nicht teilweise Freiheit, sondern vollkommene Freiheit. Und auf der Suche nach dieser vollkommenen Freiheit mögen uns Siddhis begegnen oder etwas, das uns außergewöhnlich erscheint, eine spirituelle Kraft oder ähnliches. Doch dies sollte kein Grund für Stolz sein. Wenn es lediglich unseren Stolz vergrößert, dann sind wir wieder mitten im weltlichen Klischee der Dinge angekommen.

Wenn man diese Art von Siddhis nutzen kann, um anderen zu helfen, dann, so denke ich, sind sie ein nützliches Werkzeug. Ansonsten werden sie lediglich zu einer anderen Art von Gepäck, zu einer Art von Fesseln. Wir binden uns selbst an Siddhis, sodass wir tatsächlich nicht frei sind. Dies ist eine Gefahr, auf die uns spirituelle Traditionen und Lehrer immer wieder aufmerksam machen.

## Lehrer-Schüler-Beziehung

**Oliver Klatt:** Ein spiritueller Lehrer ist kein Therapeut. Vielen Dank für diese Aussage und Ihre Anmerkungen dazu in Ihrem aktuellen Buch. Ich sehe es genau so. Welches sind die Herausforderungen für eine spirituelle Lehrer-Schüler-Beziehung? Was kann ein spiritueller Lehrer tun, um zu verhindern, in die Rolle eines Therapeuten überzugehen? Wie kann die Lehrer-Schüler-Beziehung in moderner Weise gelebt werden?

**Tenzin Priyadarshi:** Das Konzept der Schüler-Lehrer-Beziehung ist ziemlich herausfordernd für uns, weil wir in unserer modernen Gesellschaft Schwierigkeiten damit haben, den Aspekt von Hingabe ausreichend zu verstehen. Ein solches Verständnis ist nicht unmöglich, doch wegen der allgemeinen Verwirrung darüber, wie Beziehungen funktionieren, verstehen wir den Aspekt von Hingabe – also einen der wesentlichen Aspekte in Sachen Beziehung – nicht hinreichend.

Wir verstehen es, mit großem Trara vorzugehen, wir verstehen es, einen Kult aus etwas zu machen ... und wir sind uns sogar bewusst, dass die Art von Beziehungen, die hieraus her-

vorgehen, ungesunde Abhängigkeiten schaffen. Dies alles hat vor allem damit zu tun, dass Lehrer nicht bedacht vorgehen. Sie erliegen der Verführung von Ruhm, der Verführung, mehr Schüler zu bekommen, Bestseller zu schreiben usw.

## Beidseitige Verantwortung

Dies alles sind Fallen in der Welt, in der wir leben. Beide, der Lehrer und der Schüler, müssen ihre Beziehung zueinander im Auge haben. Der Schüler trägt Verantwortung dafür, die Qualifikation eines Lehrers zu begutachten. Aber er oder sie hat auch zu berücksichtigen, was er oder sie aus dieser Beziehung für sich haben möchte. In gleicher Weise ist es die Rolle des Lehrers, die Veranlagung eines Schülers wahrzunehmen und zu erfassen, ob diese Beziehung sich gut entwickeln wird oder nicht; für den Schüler.

Dies sind meine Vorschläge zur Beantwortung dieser Frage. Dabei ist es natürlich auch so, dass spirituelles Wachstum oft damit zu tun hat, unsere eigenen Grenzen zu überwinden, unsere eigenen emotionalen Fähigkeiten zu verstehen und mit tiefer gehenden Ebenen von Angst und Furcht zu arbeiten ... so dass es Überschneidungen gibt mit dem, was in unserer modernen Welt die Beschäftigung mit Therapie und Psychologie usw. ausmacht.

## Nicht dasselbe!

Jedoch: Beides ist nicht dasselbe. Und dies ist ein Punkt, über den in unserer heutigen Kultur Verwirrung herrscht, dass ... ja, dass wir tatsächlich ein Gefühl von Furchtlosigkeit entwickeln müssen, um dem spirituellen Leben näher zu kommen. Aber diese Art von Furchtlosigkeit entspricht nicht jener, die das Ergebnis einer therapeutischen Sitzung sein kann ... Das Ganze ist komplexer als wir denken ...

**Oliver Klatt:** Einer der Hauptaspekte in Ihrem Buch ist die Suche danach, mögliche Lösungen für religiöse Probleme unserer Zeit zu finden. Sie erwähnen den interreligiösen Dialog, an dem Sie selbst auch teilnehmen. Dabei scheint dieser Dialog oft genug, auch wenn eigentlich gute Motivationen zugrunde liegen, mit vagen Allgemeinplätzen und bedeutungsleeren Plattenditüden geführt zu werden, wie Sie aus eigener Erfahrung schreiben. Wie kann man es denn besser machen, um in einen tiefer gehenden, authentischen Dialog zu treten, der die Grenzen von spirituellen Traditionen und Religionen überschreitet?

## Interreligiöser Dialog

**Tenzin Priyadarshi:** Ich denke, um einen fruchtbaren interreligiösen Dialog zu führen, müssen wir tatsächlich auch die Unterschiede anerkennen, die in den verschiedenen religiösen Traditionen bestehen. Wir sollten die Unterschiede nicht einfach wegwischen, in unserem Wunsch, Ähnlichkeiten und Gemeinsamkeiten in den verschiedenen Traditionen zu finden. Und: Historisch gesehen haben diese sich ja auch gerade deshalb so herausgebildet, weil es Unterschiede und Differenzierungen gab.

Und die andere Seite ist, dass diese Dialoge nicht so sehr von den jeweiligen Glaubenssätzen und institutionalisierten Lehrsätzen her geführt werden sollten. Sie sollten vielmehr ausgehend von der jeweiligen Praxis geführt werden, mit der Frage: „Was ist es, das wir im Rahmen unserer jeweiligen Tradition, unserer jeweiligen spirituellen Praxis, suchen?“ Ich denke, dies würde zu mehr Offenheit und Ursprünglichkeit in der Debatte führen.

## Filterungsprozess

Und noch ein Punkt: Ich denke, es wäre nützlich zu erkennen, dass – historisch gesehen – viele dieser Traditionen viel Gepäck angesammelt haben. Und so könnte es hilfreich sein, durch eine Art Filterungsprozess hindurch zu gehen ... oder durch einen Prozess der Reformation, bezüglich bestimmter Punkte ... sodass wir damit beginnen können, die Relevanz unserer jeweiligen Tradition und die Relevanz der Praktiken, die daraus hervorgehen, neu zu bewerten.

Dies wäre ein wichtiger Aspekt dafür, den Dialog dauerhaft fortzuführen, über das Zusammensitzen auf einer Bühne und schöne Dinge über unsere Tradition zu sagen hinaus. Wir müssen lernen, die Unterschiede zu verstehen und zu respektieren. Und gleichzeitig müssen wir erkennen, wo Reformation erforderlich ist, um mit der Zeit zu gehen, um einen Sinn dafür zu behalten, was wirklich relevant ist.

**Oliver Klatt:** Ich finde, ein anderer Titel für Ihr Buch hätte auch sein können: „Im Herzen der Spiritualität“. In wenigen Worten, aus der Mitte der Weisheit Ihrer gewonnenen Erfahrungen und Ihrer langjährigen spirituellen Praxis: Was sind die wesentlichen Punkte, um dem „Herzen der Spiritualität“ nahe zu sein?

**Tenzin Priyadarshi:** Nun, ich weiß nicht ... „Herz der Spiritualität“ ... Ich denke, es ist wichtig zu erkennen, dass die spirituelle Suche eine ▶



Suche wie keine andere ist. Sie wird nicht von temporären Zielen angetrieben. Es ist sehr nützlich für den Suchenden, die eigene Intention zu verstehen, die eigene Motivation, die dieser Art von tiefer Suche zugrunde liegt.

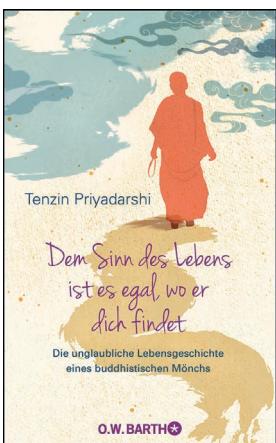
Wir menschliche Wesen sind in mancher Weise vielleicht etwas anders drauf als andere Spezies. Auch wenn wir, so wie andere Spezies, oft instinktiv reagieren. Doch wir besitzen auch die Fähigkeit, ein bewusstes Leben zu führen, bewusst Entscheidungen zu treffen. Und, indem wir dies erkennen, mit der Absicht, unsere Motivation zu verfeinern, sollten wir verstehen was es ist, das wir von unserer spirituellen Praxis wollen.

Ansonsten wird unsere Praxis eben ziemlich mechanisch, ohne dass es zu realem Wachstum im einzelnen Menschen oder in der jeweiligen Tradition kommt. Und wir verstehen dann oft nicht, warum wir praktizieren, warum wir spirituell ausgerichtet sind.

Dann wird Spirituell-sein oder Religiös-sein lediglich zu einer Art sozialem Signal anstatt eine Suche zu sein oder eine Art Katalysator. Nur Letzteres ermöglicht jedem Einzelnen von uns tiefgehende Reflexionen darüber, worum es in seinem Leben wirklich geht.

**Oliver Klatt:** Vielen Dank für das inspirierende Interview. ■

### Lesetipp:



Erhältlich über:  
[www.droemer-knaur.de](http://www.droemer-knaur.de)

Anzeige

## Demut

Wir sollten uns dieser Praxis mit einem Gefühl von Demut annähern, mit Furchtlosigkeit, mit Fürsorge, Mitgefühl und Freundlichkeit. Und dies sollten wir nicht bloß in unsere Praxis hineinbringen, sondern dies sollte auch aus unserer Praxis hervorgehen – damit wir diese Freundlichkeit, dieses Mitgefühl wirklich manifestieren können in unseren Gemeinschaften und in der Welt, in der wir leben.

Redaktioneller Hinweis zur Entstehung des Interviews: Die Fragen wurden schriftlich an Tenzin Priyadarshi gestellt, seitens der Redaktion, auf Englisch, per E-Mail. Sie wurden auf Wunsch von Tenzin Priyadarshi von ihm mündlich beantwortet, auf Englisch. Der Redaktion wurde die Tondatei zugesandt. Die Antworten wurden seitens der Redaktion daraufhin transkribiert, auf Englisch, und in der Folge Tenzin Priyadarshi schriftlich per E-Mail zugesandt. Nach dessen Freigabe der englischsprachigen Version des Interviews wurde der Text seitens der Redaktion ins Deutsche übersetzt.

Porträtfoto S. 15 © Carolyn Strover  
Randspalten-Illus © 682A\_IA · stock.adobe.com

## Heilfolie „Maria & Guanyin“



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

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

**Format:** 54 x 86 mm (laminiert), handgefertigt

Die Lieferung der Heilfolie erfolgt mit Echtheits-Zertifikat.

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

1 Stck.: **12,80 €**

10 Stck.: **100,- €**

Bestellen Sie in unserem Reiki-Online-Shop auf [www.reiki-magazin.de](http://www.reiki-magazin.de) > „Reiki-Shop“ – oder per E-Mail an [info@reiki-magazin.de](mailto:info@reiki-magazin.de), unter Tel. 030 - 89 74 60 93 oder per Post an den olivers Verlag, Wiesbadener Str. 14, 12161 Berlin.



„Vergänglichkeit ist das Merkmal eines jeden Umstandes,  
einer jeden Situation, auf die du treffen wirst.  
Alles wird sich verändern,  
es wird verschwinden  
oder es wird dich nicht länger befriedigen.“

Buddha

Sand-Mandalas bestehen aus farbigem Sand, sie finden zumeist in symbolischen Handlungen, Gebeten oder Heil-Zeremonien Verwendung. Im Tibetischen Buddhismus werden von den Mönchen detailreiche Sand-Mandalas geschaffen. Diese werden später rituell wieder zerstört, um so die Vergänglichkeit des Seins aufzuzeigen. Das Betrachten eines Mandalas soll gegen die drei Geistesgifte Gier, Hass und Verblendung wirken. Vor allem wird es aber zur Unterstützung der Meditation verwendet. In einem abschließenden Ritual wird das Sand-Mandala zusammengefegt und in einem Gefäß gesammelt. Der bunte Sand wird daraufhin in ein fließendes Gewässer geschüttet oder dem Wind übergeben.

(Quelle: Wikipedia)

# Das Licht in der Höhle

Reiki-Meisterin Beate Mazur erzählt, wie vor 23 Jahren Reiki in ihr Leben trat – und es dann vollkommen veränderte.



1986 hatte ich nach der Geburt meines Kindes ein Nahtoderlebnis. Daraufhin veränderte sich sehr viel in meinem Leben. Ich hatte mich in diesem Prozess bewusst für das Leben entschieden.

Einige Monate nach diesem Erlebnis bekam ich ein Buch in die Hand: „Hilfe aus dem Unbewussten“ von Erhard F. Freitag. Als ich es las, dachte ich: „Das ist genau das, was ich immer schon tief in mir gewusst, aber nie formuliert habe.“

## Trance-Reise

1987 besuchte ich dann ein Selbsterfahrungsseminar, das von Gudrun Freitag geleitet wurde. Das Seminar hatte das übergeordnete Thema *Heilung*. Im Rahmen einer Gruppentrance hatten wir Teilnehmer/innen die Möglichkeit, die eigene Hüterin der Gesundheit in unserem Inneren zu fragen, was für unsere Gesundheit jeweils wichtig sei.

Während dieser Trance-Reise bestieg ich einen Berg und betrat eine Höhle. Auf der rechten Seite der Höhle war ein riesiges Licht. Dieses Licht sprach zu mir, ich sollte nach links schauen. Dort lag ein Mensch auf einer Liege, und auf seinem Körper lagen an mehreren Stellen

jeweils zwei Hände. Als ich wieder zu dem Licht schaute, erkannte ich in der Mitte des Raumes zwei Hände wie in Licht gefasst. Dazu hörte ich eindringlich sagen, das solle ich tun.

## Licht-Erleben

Dieses Licht-Erleben und die Worte hatten eine so große, durchdringende Kraft. Ich konnte es nach der Trance-Sitzung kaum über meine Lippen bringen. Auch wusste ich nicht, was ich tun sollte, geschweige denn was das, was mir gezeigt worden war, sein könnte. So vertraute ich dieses Erleben Gudrun Freitag an, die mir sagte, dass ich dies selbst herausfinden müsse.

Eine zweite Seminarleiterin wiederum äußerte die Vermutung, es könne Reiki sein. Dieser Begriff war mir nicht bekannt, und so machte ich mich auf die Suche. Ein Seminarteilnehmer kannte Reiki, „Hurra!“, und gab mir Kontakt-daten aus Hamburg.

## Energie-Aktivierung

Wieder zu Hause angekommen, telefonierte ich mit meiner Schwester, um ihr von meinen Erlebnissen zu berichten. Sie hatte starke Migräneschmerzen. Während wir miteinander



© marbenzu - stock.adobe.com

sprachen, ging wie von selbst mein linker Arm hoch, und ich spürte, wie Energie in meine linke Hand durch meinen Körper in den Hörer strömte. Am Ende des Gesprächs hatte meine Schwester keine Schmerzen mehr.

Um mehr über Reiki zu erfahren, suchte ich das Reiki-Zentrum von Klaudia Hochhuth und Peter Didaskalu an der Außenalster auf. Damals gab es ja noch nicht die Möglichkeit, etwas zu googeln. Ich bekam dort an einem Infoabend zum ersten Mal Reiki-Energie zu spüren, welche wundervoll in meinem ganzen Körper zirkulierte. Doch überzeugt war ich erst, als ich sah, wie eine Teilnehmerin von mehreren Personen gleichzeitig Reiki erhielt. Das war genau das Bild, das ich in der Höhle gesehen hatte!

## Reiki-Einweihung

Daraufhin meldete ich mich sogleich bei Mary McFadyen zum Reiki-Kurs für den 1. Grad an. Inzwischen hatte ich innerlich wahrnehmen können, über mein Hohes Selbst, dass es meine Aufgabe ist, Reiki-Meisterin zu werden. Das war für mich zum damaligen Zeitpunkt eine utopische Vorstellung. Doch sieben Jahre später, am 29. März 1995, war es soweit: Ich wurde zur Reiki-Meisterin eingeweiht.

Ich bin sehr dankbar für die geistige Führung, die mir zuteil wurde. Dieses innere Wissen, dass Reiki mein Weg ist, veränderte mein berufliches und privates Leben und das Wichtigste – mein Bewusstsein.

Namaste. ■



last19 - stock.adobe.com



**Beate Angelika Mazur**, Reiki-Meisterin, Pädagogin und Heilpraktikerin. Zwei Kinder, verwitwet. „Die Führung zu Reiki durch die hypnotische Trance zeigte mir zwei Wege auf, die mir entsprechen. Als Reiki-Meisterin und Heilpraktikerin nutze ich beide und weitere Möglichkeiten in meiner Praxis. Ich gebe Reiki-Kurse und Selbsterfahrungs-Seminare im deutschsprachigen Raum.“

### Kontakt:

E-Mail: info@beate-mazur.de  
www.beate-mazur.de

# Die Entführung der Katze Mi Mau

Die Reiki-Lehrerin Elisabeth Frehner-Meyr lebte im Laufe vieler Jahrzehnte in vielen unterschiedlichen Ländern, darunter auch einige Jahre in Vietnam. Hier berichtet sie von einem Vorfall vor Ort mit ihrer damaligen Katze – und wie sie Reiki dabei anwenden konnte.

Elisabeth Frehner-Meyr, Reiki-Meisterin-/Lehrerin seit über 20 Jahren. Publikationen und Vorträge über Reiki in verschiedenen Sprachen. Mehrjährige Aufenthalte u.a. in Mexiko, Israel, Vietnam, Indonesien und auf den Philippinen. Auf dem Foto ist auch Katze Mi Mau zu sehen.



Ich lebte zusammen mit meinem Mann rd. sechs Jahre in Hanoi, Vietnam. Dort baute ich eine internationale Reiki-Gruppe auf, und ich habe vor Ort Reiki-Behandlungen gegeben und zahlreiche Menschen in die verschiedenen Grade der Reiki-Methode eingestimmt.

## Joggen in Hanoi

Mein Mann, unser Hund Gipsy und ich machten in Hanoi regelmäßig gemeinsam früh morgens unseren Dauerlauf. Mi Mau, unsere schlaue, sehr eigenständige siamesische Katze, begleitete uns dabei immer die ersten hundert Meter, setzte sich dann auf eine Mauer und wartete dort auf unsere Rückkehr.

Jedoch an diesem Sonntag war alles anders: Mi Mau wartete nicht auf uns, als wir zurückkamen. Für eine selbständige Katze, mit eigenem Kopf und großem Selbstbewusstsein, war das nicht ungewöhnlich und für uns zunächst kein Grund zur Besorgnis. Manchmal hatte Mi Mau in der Vergangenheit auch schon mal einfach auf einem Baum verschlafen.

Aber gegen Mittag fingen wir dann doch an, Mi Mau zu suchen und in der Nachbarschaft nachzufragen. Leider blieb die Suche ohne Erfolg. Unsere Besorgnis wurde größer. In Vietnam werden Hunde geschlachtet und in Restaurants gegessen. Manchmal verschwinden Hunde und andere Tiere, auch Katzen, einfach so auf der Straße, wohl auch zu diesem Zweck.

## Fernreiki

Ich begann, mehrmals Fernreiki auf die Situation zu senden, damit Mi Mau heil und unverletzt zurückkommt und ihr niemand Leid zufügt. Über Fernreiki nahm ich direkt Kontakt mit ihr auf, um ihr mentale Kraft zu geben. Diesen Kontakt habe ich über Stunden nicht unterbrochen. Ich fühlte: Mi Mau war am Leben! Gleichzeitig errichtete ich ein Reiki-Mandala (wie im Rainbow Reiki® bekannt) und aktivierte es mehrere Male. Auch dabei spürte ich: Mi Mau lebt!

## Konfrontation

Abends um zehn Uhr läutete unsere Hausglocke. Wir vermuteten, es würden vielleicht Nachbarn sein, die uns Informationen über Mi Maus Verbleib geben wollten. Aber es verhielt sich anders. Vor dem Tor standen mehrere fremde

Männer und ein kleiner Junge. Sie informierten mich, dass sie Mi Mau gefangen hatten und ich sie gegen ein Lösegeld von 100,- US-Dollar zurückhaben könne. Falls ich der Forderung nicht nachkommen würde, geschehe etwas Schlimmes mit unserer Katze.

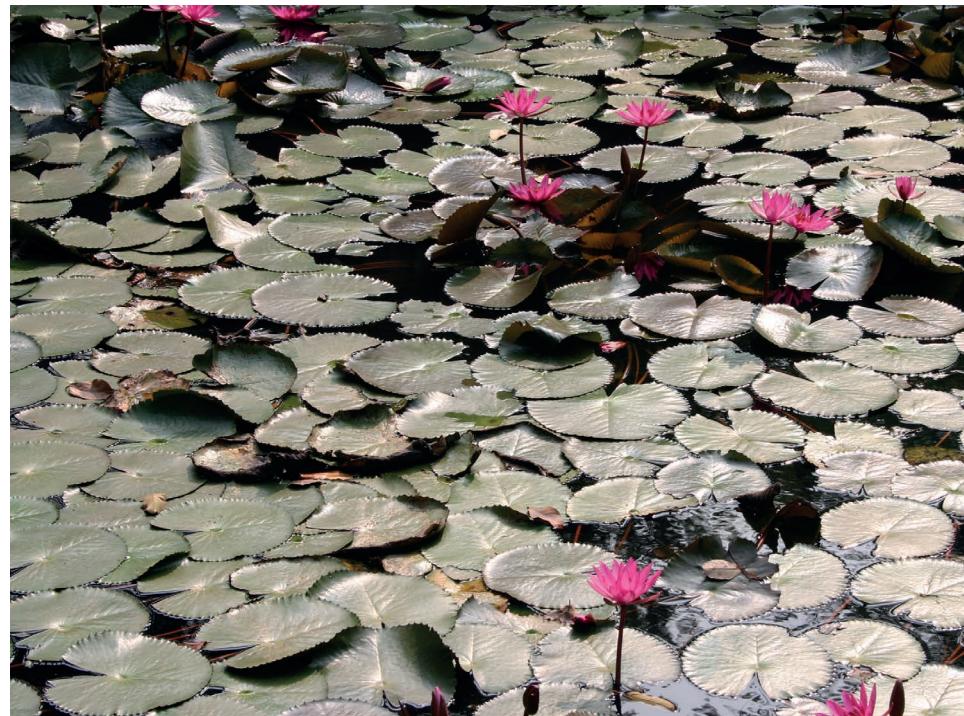
## Gefährliche Situation

Es war eine ungewöhnlich gespenstische Situation, und ich sagte sofort zu, den Deal einzugehen. Mein Mann beobachtete die Verhandlungen aus dem Hintergrund, ohne von der Gruppe gesehen zu werden. Unmittelbar begann ich, Fernreiki auf die Situation zu senden, damit niemandem von uns etwas angetan wird.

Nachdem ich das Geld geholt hatte, aktivierte ich das Kraft-Symbol und sandte die Lichtspirale voraus. Dann folgte ich den Entführern durch mehrere kleine verschlungene, dunkle Gassen. Sie gingen absichtlich Umwege, damit ich nicht nachvollziehen konnte, wo sie Mi Mau versteckt hielten. Zur Sicherheit folgte uns mein Mann in größerem Abstand – nach vorheriger Absprache mit mir. Dies bemerkte die Gruppe nicht.

## Lösegeld für Mi Mau

Plötzlich forderten die Männer mich auf stehen zu bleiben, zu warten und ihnen das Geld sofort auszuhändigen. Dies verweigerte ich und stellte zur Bedingung: „Mi Mau im direkten Austausch gegen das Geld!“ Daraufhin verschwanden sie im Dunkeln und kamen tatsächlich nach einigen Minuten mit Mi Mau auf dem Arm zurück. Ich nahm unsere Katze so schnell ich konnte an mich, gab ihnen das Geld und verschwand. Mein Mann folgte den Männern unbemerkt bis zu ihrem Haus, und so hatten wir ihre Adresse. Am nächsten Tag



Lotosblumenteich in Hanoi

übernahm die vietnamesische Polizei den Fall. Es stellte sich heraus, dass einer der Männer ein polizeibekannter Drogendealer war.

Ohne Reiki und das Reiki-Mandala wären wir alle, Mi Mau, mein Mann und vor allem ich, nicht so stark gewesen und so ruhig geblieben. Mi Mau hat dieses Erlebnis mental und körperlich gut verkraftet.

## Reiki

Reiki ist ein wunderbares Geschenk in allen Lebenslagen – auch in Notsituationen –, um aktiv zu werden. Besonders mit dem 2. Grad haben wir als Reiki-Praktizierende, mit dem Fernreiki und den Symbolen, eine große Kraft an unserer Seite. Mit Reiki sind wir nie hilflos. Was für eine wertvolle Lebensbereicherung! ■

Anzeige

**19. Kongress Geistiges Heilen**

08.-10.10.2021 IN ROTENBURG A. D. FULDA

Dachverband Geistiges Heilen e. V.  
Tel.: 06043-9889035  
[www.dgh-ev.de](http://www.dgh-ev.de) · [info@dgh-ev.de](mailto:info@dgh-ev.de)

Tickets: Online-Vorverkauf bis zum 30.09.2021 unter <https://shop.dgh-ev.de> und vom 08.-10.10.2021 vor Ort: <https://www.goebels-rodenberg.de>

**DGH**  
Dachverband Geistiges Heilen e.V.

Heiler-Netzwerk  
Ethik-Kodex  
Praxis-Infos

*Heilen erleben,  
kennenlernen  
und verstehen*

# Christoph Hufeland

## Vorbeugen ist besser als Heilen

Er ist der Vater aller Selbsthilfebücher, die einen gesunden Lebensstil propagieren: der deutsche Arzt Christoph Wilhelm Hufeland. Sein 1796 erschienenes Buch „Makrobiotik oder die Kunst das menschliche Leben zu verlängern“ kann als Prototyp der heutigen populärwissenschaftlichen medizinischen Ratgeber betrachtet werden. Doch Hufeland schuf weit mehr. Er hat eine umfassende Schau auf den Menschen und die Lebenskraft hinterlassen, die heute noch aktuell ist.

Hat jemand, der im ausgehenden 18. Jahrhundert eine Lehre vom guten und langen Leben publiziert hat, uns im 21. Jahrhundert noch

etwas darüber zu sagen? Ja – definitiv. Zumal er sich – ohne es zu wissen – dabei eines Konzepts bedient hat, das im Prinzip uralt ist und im asiatischen Raum schon lange als Prana, Chi oder Ki bekannt war, ehe es im Deutschland des 18. Jahrhunderts einem breiten Publikum vorgestellt wurde. Die Rede ist von der Lebenskraft.

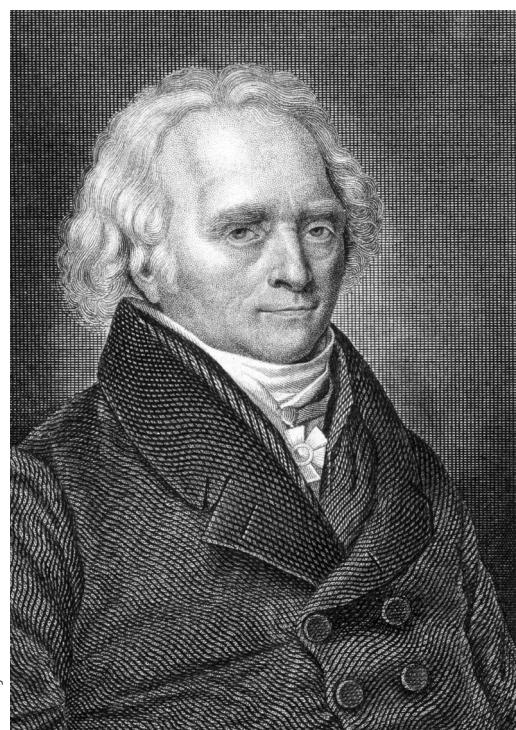
### Bestseller-Ratgeber

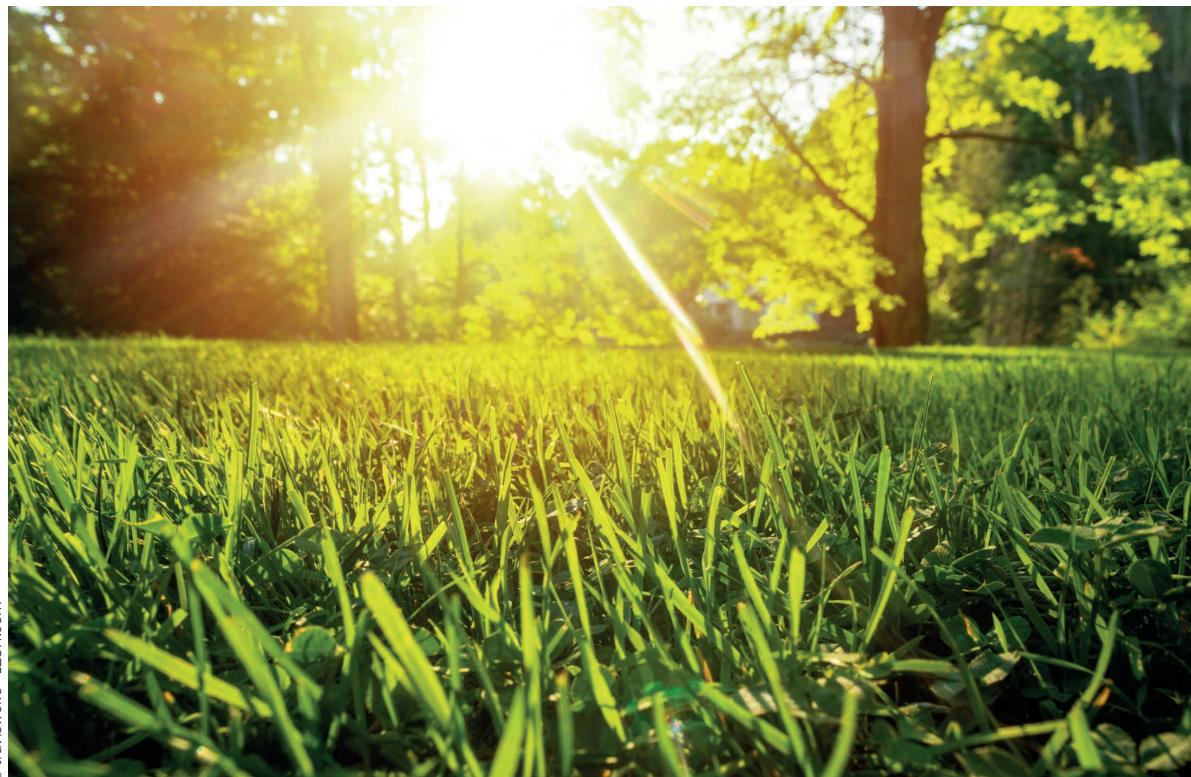
Der junge Arzt Christoph Wilhelm Hufeland veröffentlichte 1796 im Alter von 34 Jahren ein Buch, das sich zu einem Bestseller entwickelte – nicht nur im Europa der damaligen Zeit, sondern über die Jahrhunderte hinweg sogar weltweit. Ein Buch, das bereits zu Lebzeiten des Verfassers in sieben europäische Sprachen, darunter Russisch und Serbisch, sowie später auch ins Chinesische übersetzt wurde.

Die „Makrobiotik oder Die Kunst das Leben zu verlängern“ ist ein Ratgeber für all das, was ein gesundes, maßvolles Leben ausmachen kann. Der rote Faden dabei besteht in Beobachtungen seines Verfassers sowie seiner Lehre von der Lebenskraft. Außerdem zeigt

Christoph Wilhelm Hufeland (1762-1836) auf einem Stich aus dem Jahr 1859.

© candyman - 123rf.com





© traviswolfe - 123rf.com

sich in der Makrobiotik eine Sicht auf den Sinn des menschlichen Lebens, die nachdenklich macht und zu inspirieren weiß.

„Mit Recht kann man den Menschen als den Inbegriff der ganzen Natur ansehen, als ein Meisterstück ...“, schreibt Hufeland. „Die toten mechanischen und chemischen Kräfte der Natur, die organischen oder lebendigen Kräfte, und jener Funke der göttlichen Kraft, die Denkkraft, sind hier auf die wundervollste Art miteinander vereinigt ... um das grosse göttliche Phänomen, was wir menschliches Leben nennen, darzustellen.“ Damit verbunden sei ein Auftrag: „Das Leben des Menschen hat eine höhere Bestimmung: ... er soll nicht bloß da sein, sondern sein Leben soll die in ihm liegenden göttlichen Keime entwickeln, sie vervollkommen, sein und anderer Glück bauen.“ Für Hufeland ist „der moralische Zweck des Menschen mit seiner physischen Bestimmung und Einrichtung verwebt“.

## Denk- & Seelen-Kraft

Dieser Zweck ist untrennbar mit dem Gebrauch der Vernunft verbunden, die beim Menschen die Instinkte der Tiere ersetze. Fehle dem Menschen die Vernunft oder missachte er sie, so „verliert er seinen einzigen Wegweiser ... und sinkt auch physisch nicht allein zum Tier, sondern selbst unter das Tier hinab“.

Diese Sicht auf den Menschen ist der eine Pfeiler, auf dem die Makrobiotik errichtet ist. Der

zweite ist das Hufelandsche Konzept von der Lebenskraft. Denn, so Hufeland, die Lebenskraft ist es, welche „die Denk- und Seelenkraft entflammt, und dem vernünftigen Wesen zugleich mit dem Leben auch das Gefühl und das Glück des Lebens gibt“. Er führt aus: „Ich habe immer bemerkt, dass das Gefühl von Wert und Glück der Existenz sich sehr genau nach dem größeren oder geringeren Reichtum an Lebenskraft richtet ...“

Die Lebenskraft gehört „unter die allgemeisten, unbegreiflichsten und gewaltigsten Kräfte der Natur. Sie ist wahrscheinlich der Grundquell, aus dem alle übrigen Kräfte der physischen Welt fließen. Sie ist es, die alles her vorbringt, erhält, erneuert ... unerschöpflich, ein wahrer ewiger Hauch der Gottheit.“

## Ähnlichkeiten zur TCM

Es gilt also, sich der Lebenskraft bewusst zu werden und dessen, was deren Freunde und deren Feinde sind, um sie angemessen pflegen und erhalten zu können. Unstreitig ist für Hufeland, dass jedem Körper eine gewisse Menge an Lebenskraft mitgegeben ist. Hier decken sich die Annahmen Hufelands mit dem Wissen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), wonach bei der Geburt des Menschen diesem eine bestimmte Menge Qi mitgegeben wird; gespeichert ist das Qi demzufolge in den Nieren. Dieser Vorrat kann nicht aufgefüllt, sondern nur pfleglich behandelt werden. „Lebenskraft ist nur ein Vermögen,“ schreibt Hufeland dazu, jedoch das Leben selbst „ist Handlung, Äusserung der Lebenskraft, und folglich unvermeidlich mit Konsumtion und Erschöpfung dieser Kraft verbunden“.

Der Körper wird ständig von der Lebenskraft erneuert. So berichtet Hufeland: „Es ist erwiesen, dass wir uns ... bald aufgezehrt haben ▶

würden, wenn kein Ersatz da wäre, und es ist ... berechnet, dass wir alle 3 Monate nicht mehr dieselben sind, und aus ganz neuen Partikeln bestehen.“

Menge und Beschaffenheit der Lebenskraft hängen indes von den Gegebenheiten des Körpers ab, den sie erfüllt. An diesem Punkt äußert Hufeland vorausschauend Gedanken, die heute Forschungsthema der Epigenetik sind. Wie beeinflusst die Wahl der Eltern, deren körperlicher und seelischer Zustand, das werdende Kind im Mutterleib und danach? Was für eine Menge und Qualität an Lebenskraft bekommt das Kind mit auf seinen Weg?

### „Grundursache allen Lebens ...“

Was also ist die Lebenskraft? Für Hufeland ist sie die „Grundursache allen Lebens ... das Allerheiligste der Natur“. Er bekennt: „Wo der Philosoph das Wort Kraft braucht, da kann man sich ... darauf verlassen, dass er in Verlegenheit ist, denn er erklärt eine Sache durch ein Wort, das selbst noch ein Rätsel ist.“ Doch unstreitig sei das Wirken der Lebenskraft. Sie gehört für Hufeland „unter die allgemeinsten, unbegreiflichsten und gewaltigsten Kräfte der Natur. (...) Sie ist wahrscheinlich der Grundquell, aus dem alle übrigen Kräfte der physischen, ... organischen Welt fließen. Sie ist es, die alles hervorbringt, erhält, erneuert ... unerschöpflich, ein wahrer ewiger Hauch der Gottheit.“

Den Anstoß, die „Makrobiotik“ zu schreiben, gaben Hufelands Erfahrungen als Arzt in Weimar. Zu seinen Patienten und Freunden gehörten Goethe und Schiller. Kaum approbiert, musste der junge Arzt feststellen, dass die Medizin begrenzt ist in ihren Fähigkeiten, kranke

Der Schlaf ist das „größte Erhaltungsmittel des Lebens“.



Menschen gesund zu machen. Er selbst scheiterte Mitte der 1780er Jahre an der Behandlung von Krankheiten in der Familie seines Landesfürsten; einer seiner Patienten starb. Somit konnte er nicht, wie sein Vater und Großvater, die Stelle als Leibarzt der fürstlichen Familie einnehmen, sondern musste sich damit begnügen, ein Hofmedicus in Weimar zu sein.

### Professor für Medizin

In seinem Lebensrückblick schreibt der protestantische Christ dazu: „Aber wie herrlich haben sich Gottes Wege in der Folge entfaltet, und wie hat sich gezeigt, dass gerade das scheinbare Unglück das Mittel zu meinem Glück war.“ Als Leibarzt der Fürstenfamilie hätte er Weimar niemals verlassen „und hätte nie als Lehrer, als Schriftsteller für die Wissenschaft, für die Welt, für einen größeren Staat das wirken können, was ich gewirkt habe“.

Ein Zufall sorgte dafür, dass Hufeland 1792 als Dreißigjähriger aus Weimar nach Jena berufen wurde, um dort als Professor für Medizin zu lehren. Während dieser Zeit verfasste er die „Makrobiotik“. Im Jahr 1800 wird er nach Berlin berufen, um dort als leitender Arzt an der Charité zu lehren. Dies zwei Jahre nach der bisher größten Krise seines Lebens, dem Streit mit Verfechtern eines damals modernen medizinischen Systems, das seine Erfahrungen und Lehren unsinnig erscheinen ließ und der Erblindung seines rechten Auges. So zieht Hufeland in die größte Stadt des damaligen römischen Reiches deutscher Nation und erweitert seinen Wirkungskreis. Von da an war er auch Leibarzt des Königshauses.

### Arzt und Apotheker

Wodurch war Christoph Wilhelm Hufeland so erfolgreich? Hufeland hing keiner der damaligen medizinischen Moden an. Er, als erfahrener Arzt und Apotheker, nahm alles auf, was aus der Antike her als Medizin bekannt und angewandt worden war, sowie das, was in seiner Zeit erfahrungsgemäß als verlässlich und solide galt. Dazu gehörten auch Aderlass und Transfusion von Tierblut zum Menschen. Im Weiteren setzte Hufeland sich auch für das Impfen ein, was zu seiner Zeit äußerst fortschrittlich war.

Hufelands Maxime war der Nutzen des Patienten. Somit akzeptierte er die Homöopathie seines Zeitgenossen und Arztkollegen Samuel Hahnemann, wenngleich das System dahinter ihm nicht zusagte. Aus demselben Grund lehnte Hufeland den Mesmerismus ab. Auch Franz

Anton Mesmer war ein Zeitgenosse, auch er ein Arzt. Doch dessen System des „animalischen Magnetismus“ erregte Hufelands Abwehr. Er schreibt dazu in der Makrobiotik: „Selbst Elektrizität, Magnetismus ... wovon man doch gewiss glauben könnte, es müsse die sanfteste Manier sein, Lebenskraft beizubringen, vermehren die Selbstkonsumtion ausnehmend.“ Die Erhöhung des Lebensgefühls, die der Kranke nach einer solchen Behandlung empfinde, sei erkauft durch Verlust an Lebenskraft. Zudem hält Hufeland fest: „Nicht der Mangel an Lebenskraft, sondern der an Lebensrezeptivität ist es, was den Menschen am Ende untüchtig macht, länger zu leben.“

## Passende Arznei – oder gar keine!

Hufeland schreibt in der „Makrobiotik“: „Krankheiten gehören ... zu den lebensverkürzenden Ursachen ... Die Medizin beschäftigt sich mit Verhütung und Heilung derselben ... Aber nur gar zu gewöhnlich wird hier gefehlt.“ Gründe gibt es viele, Hufeland benennt sie und schreibt weiter: „Die Anwendung eines Arzneimittels ist nichts anderes als die Erregung einer künstlichen Krankheit, um dadurch die natürliche zu heilen.“ Fachmann dafür ist allein der gut und umfassend ausgebildete Arzt.

Doch das Verabreichen von Medizin ist immer eine Belastung für den Körper, ja dies könne schlimmstenfalls „das Leben selbst verkürzen“ und somit wäre es laut Hufeland „unendlich besser, in Krankheiten gar keine Arznei zu nehmen, als solche, die nicht passend ist“. Medizin anzuwenden sei eine zweischneidige Kunst. Krankheit zu vermeiden sei darum vor allem anderen geboten. Zudem ist es das, was jeder selbst tun kann, auch wenn er medizinischer Laie ist.

Nicht allein die Grenzen der Medizin, sondern auch die Grenzen der Persönlichkeit des Arztes spielen eine Rolle in der Hufelandschen Sicht der Dinge. Bei der Wahl des Arztes, dem man ja sein Leben anvertraut, empfiehlt er ausdrücklich: „Übrigens sehe man nirgends so sehr auf Moralität als bei der Wahl des Arztes. Wo ist sie wohl nötiger als hier?“

## Harte Erziehung

Hufeland selbst ist von früher Kindheit an durch das geformt worden, was man heute „Schwarze Pädagogik“ nennen würde. Der sechsjährige Junge musste sich nicht nur die folgenden zehn Jahre einem durchgeplanten

© Maksim Kostenko - stock.adobe.com



Tagesablauf von sechs Uhr früh bis nach neun Uhr abends fügen, er wurde auch noch von seinem Lehrer geschlagen und gedemütigt: „Du bist ein dummer Junge, aus dir wird nie etwas.“

Doch der spätere Arzt und Schriftsteller ist letztlich dankbar für diese harte Erziehung gewesen. „Diese ... strenge einförmige, pädantische Erziehung, das Zusammenleben mit diesen ernsten Männern hatten nun den entscheidenden Einfluss ... auf meine ganze Bildung ... und ich werde auch, so schwer ... es mir in der Gegenwart gewesen sein mag, noch in jener Welt für diese Strenge und für jeden Schlag danken ... Der Starrsinn und der Trotz wurden mit Gewalt gebrochen ... Es ist an die Stelle für mein ganzes Leben getreten ... dass ich mich frühzeitig selbst beschäftigen und im Innern leben zu lernte, da mir das äußere Leben versagt war.“

Später wird er, der „im Innern zu leben“ gelernt hatte, nicht nur Arzt und Universitätslehrer sein, sondern Schriftsteller und Herausgeber medizinischer Fachzeitschriften. An die 400 Publikationen hat Hufeland im Laufe seines Lebens verfasst und veröffentlicht. Von der „Makrobiotik“ allein erlebte er fünf Auflagen, die er selbst jedes Mal auf den neuesten Stand der Medizin und seiner Erkenntnisse brachte.

## Komplexität

Krankheit ist laut Hufeland ein komplexer Vorgang. Zum einen besteht sie in der Ursache, ▶

Laut Christoph Hufeland gibt es vier Freunde der Lebenskraft: Licht, Wärme, Luft und Wasser.

die sie auslöst, zum anderen in der Reaktion des Körpers darauf sowie in dessen Fähigkeit, mit dem krankheitsauslösenden Faktor fertig zu werden. Somit gelte es, zweierlei zu tun: die Ursachen fernzuhalten, die krank machen können, und den Körper zu stärken, ihm die „Empfänglichkeit zu benehmen“.

Und hier kommt die Lebenskraft erneut ins Spiel. Sie ist laut Hufeland „das grösste Erhaltungsmittel des Körpers, den sie bewohnt“. Er verdeutlicht: „Nicht genug, dass sie die ganze Organisation bildet und zusammenhält, so widersteht sie auch sehr kräftig den zerstörenden Einflüssen der übrigen Naturkräfte ...“

Laut Hufeland gibt es vier Freunde der Lebenskraft. Licht, Wärme – die Lebenskraft entwickelt selbst Wärme –, Luft und Wasser. Der Schlaf gehört zu ihnen als das „grösste ... Erhaltungsmittel des Lebens ...“

### Was schwächt die Lebenskraft?

Und die Feinde der Lebenskraft? Alles, was im Übermaß getan wird, Völlerei jeglicher Art, Exzesse beim Genießen sinnlicher Freuden, beim Essen, Trinken, Sex oder anderen körperlichen Anstrengungen. Doch auch geistige Völlerei, wie zu viel Studieren oder Grübeln, schwächen die Lebenskraft. Auf die Lebenskraft der Kinder wirkt sich Verzärtelung negativ aus. Sogar negatives Denken wird von Hufeland erwähnt: „... es gibt Menschen, welche die Kunst meisterhaft verstehen, wenn ihnen das Schicksal keinen Kummer macht, sich selbst Kummer zu machen, alles in einem dunklen Lichte zu sehen, jedem Menschen etwas Übles zuzutrauen und in jeder unbedeutenden Begebenheit reichen Stoff zu Sorgen und Ängstlichkeit zu finden.“

Wer zu Hufelands Zeiten arm ist, existiert unter elenden Bedingungen, besonders in Berlin, wo es bis 1870 keine Kanalisation gab. Armut bedeutet, eher krank zu werden und früh zu sterben. Im Jahr 1810 lebte Berlin nach dem Einmarsch und der Vertreibung Napoleons wieder auf, und Hufeland war im Winter zuvor mitsamt der königlichen Familie aus dem dreijährigen Exil in Ostpreußen zurückgekehrt. Nun eröffnete er eine Klinik für arme Kranke, diese wird vom König finanziell unterstützt. Doch nicht allein die Errichtung dieser Klinik ist Hufelands Verdienst. Er verlangte vom Staat die Einsetzung von Hygienegesetzen, Verbesserung der Arbeitsbedingungen und die Einführung einer Sozialversicherung.

### Reisen & Baden

Hufeland tut viel, um den Menschen zu helfen. Auf ihn geht die Einrichtung von Leichenschauhäusern zurück, um der Angst der Menschen, lebendig begraben zu werden, etwas entgegenzusetzen. Er propagierte das Baden im Meer und schrieb dem Reisen heilsame und die Lebenskraft regenerierende Kräfte zu. Es belebe und erneure das Gemüt.

Hygiene ist für Hufeland das oberste Gebot zur Erhaltung der Lebenskraft. Reinlichkeit nicht nur des Körpers und der Umgebungen, in denen man sich befindet, sondern auch dessen, was man zu sich nimmt, sei es Wasser oder Speisen. Zu diesen gehört auch die Nahrung der Seele. Die Seele durch positive Gefühle und Gedanken zu nähren, bedeutet, den „schönsten und reinsten Lebensbalsam“ in sich zu haben.

### Heitere Verfassung

Das wichtigste Element für Hufeland ist eine positive, heitere innere Verfassung. Zu ihr gehört die Einstellung, „das Leben nicht als Zweck, sondern als Mittel zu immer höherer Vervollkommenung ... zu betrachten“. Liebe zu sich selbst und zu seinen Mitmenschen, von denen man immer das Beste annehmen solle, gehören dazu. Leben solle man, empfiehlt er, „immer nur für den Tag, ... man benutze jeden Tag so, als ob er der einzige wäre, ohne sich um den morgigen Tag zu bekümmern ... wer jeden Tag, jede Stunde ... ganz und vollkommen benutzt“ habe, im Sinne seiner Selbstvervollkommenung, „der wisse, wirklich zu leben“.

Hufeland stirbt am 25. August 1836, vermutlich an einer vergrößerten Prostata, die seine Harnröhre zusammenpresste. Leitstern seines Lebens war ihm, dem gläubigen Christen, das Wissen darum, in allem von Gott begleitet und geführt zu sein: „Die Hauptsache blieb für mich der Glaube an Gottes Wort. An dieses allein hielt ich mich; ja, ich konnte in meinem Innern eine wahre Freude empfinden, wenn ich andere in Zweifeln und philosophischen Sophistereien befangen sah und in mir die schöne Sicherheit fühlte, etwas Festes zu haben, an das ich mich halten konnte, was alle Zweifel löste.“ ■

---

Weitere Infos über die Aktualität von Hufelands Lehren gibt es hier:  
[www.hufelandgesellschaft.de](http://www.hufelandgesellschaft.de)

Lesetipp:  
„Die Kunst, möglichst lange zu leben“  
Dr. med. Gerd Reuther

# Nachgefragt!

## 11 Fragen rund um Reiki

Auf dieser Seite erzählen Persönlichkeiten der Reiki-Szene aus ihrem Leben mit Reiki. Diesmal stellt sich Birte Bornemann den elf Fragen der Redaktion.



- **Name** Birte Bornemann
- **Beruf** Reiki-Therapeutin
- **geb.** am 11.02.1980 in Cuxhaven
- **Sternzeichen/Aszendent** Wassermann/Wassermann
- **Erster Kontakt mit Reiki wann?** 1993, durch meine Mutter
- **derzeitiger Reiki-Grad** Shihan in Jikiden Reiki und ausgebildet als freie Reiki-Meisterin und -Lehrerin
- **Wirkungsort** Nettersheim und Bad Münstereifel, nahe Köln/Bonn
- **Familienstand** Verheiratet, zwei Kinder

Birte Bornemann ist hauptberufliche Reiki-Therapeutin seit 2015. Bereits vor 20 Jahren in Reiki ausgebildet, stellte sie 2014 Reiki in den Mittelpunkt ihres Lebens und machte sich mit eigener Praxis selbstständig. 2017 blieb ihr Herz im Jikiden Reiki hängen, seit 2019 bildet sie in Jikiden Reiki in Bad Münstereifel und Nettersheim aus. Reiki zu praktizieren und zu lehren bedeutet für sie Berufung und Erfüllung.

### 1. Wie bist du zu Reiki gekommen?

Reiki ist zu mir gekommen. Zwei Mal. Und beim zweiten Mal so ganz und gar. Seitdem sich mein Leben und Wirken um Reiki dreht, fühlt sich für mich alles stimmig an.

### 2. Wie oft behandelst du dich mit Reiki?

Täglich. Vor allem beim Einschlafen und, wenn ich mal vor dem Weckerklingeln wach werde, auch dann.

### 3. Kombinierst du Reiki mit anderen Methoden?

Nein. Reiki pur.

### 4. Wann hast du das letzte Mal Reiki angewandt?

Heute. In meiner Reiki-Praxis.

### 5. Hast du mal ein Wunder mit Reiki erlebt?

Einmal? Es gab – sagen wir DANK Reiki – schon so viele wundersame und wundervolle Entwicklungen, Veränderungen und Wandlungen, die ich miterleben durfte.

### 6. Hat mal etwas mit Reiki nicht geklappt?

Klar. Klienten, die kommen, weil sie glauben, dass eine einzige Behandlung nun die Wunder-Wendung für ihre langjährigen

Probleme ist, lernen, dass Reiki an diesem Punkt, wie in anderen Therapieformen auch, am besten „klappt“, wenn man länger damit arbeitet als nur ein Mal.

### 7. In welcher außergewöhnlichen Situation hast du schon einmal Reiki gegeben?

In der Kirche. Eine Frau war ungebremst vor eine geschlossene Glastür geknallt. Sie war völlig neben der Spur und wäre beinahe umgekippt. Mit Reiki erholte sie sich zusehends.

### 8. Welches ist dein Reiki-Lieblingsbuch?

„Reiki and Japan“ von Masaki Nishina. Nishina ist Japaner und im sogenannten „westlichen“ Reiki ausgebildet sowie Dai-Shihan im Jikiden Reiki. In seiner Praxis wendet er Elemente beider Schulen an. Er beschreibt anschaulich unterschiedliche kulturell bedingte Sichtweisen und Ansätze. Sehr spannend und bereichernd.

### 9. Welche Musik findest du, als Begleitung für Reiki-Behandlungen, sehr gelungen?

Ich behandle grundsätzlich in Stille.

### 10. Welche Person (lebendig oder verstorben) würdest du gerne mal treffen? Warum?

Usui natürlich. Ebenso wie Chiyoko Yamaguchi. Ihre Ausstrahlung, ihre Energien hätte ich gerne einmal selbst erlebt und gespürt. Und sehr gerne hätte ich auch Hayashi und Takata während ihrer Seminare getroffen. In ganz authentischem, originalen Setting.

### 11. Was ist deine Vision mit und für Reiki?

Für mich ist Reiki eine konkurrenzfreie Zone: Es kann nicht genug behandelt werden. Und in erster Linie sollte Reiki in so vielen Familien wie möglich alltägliche Praxis sein, damit jederzeit ein einfaches und heilsames Mittel zur Hand ist. Die Reiki-Energie möchte Körper und Seele in ihren Urzustand des Eins- und Heilsseins zurückführen. Genau das braucht es zurzeit mehr denn je.

Copyright Foto oben:  
© Kappest/Stadt Bad Münstereifel

# Rezensionen

## Buch



**Dori-Michelle Beeler  
& Jojan Jonker**

### Reiki Practice and Surrender

Das auf Englisch erschienene Buch ist eine weitere wissenschaftliche Publikation zur Reiki-Methode von Dr. Jojan Jonker. Es handelt sich um sein zweites Werk dieser Art, das er diesmal gemeinsam mit einer Koautorin, Dr. Dori-Michelle Beeler, verfasst hat. Das rd. 300 Seiten starke, thematisch weit ausholende Buch ist in 2020 erschienen. Damit veröffentlicht der Reiki-Meister Jojan Jonker ein weiteres maßgebliches wissenschaftliches Werk über Reiki. Das erste war „Reiki – The Transmigration of a Japanese Spiritual Healing Practice“, erschienen 2016, seine Doktorarbeit (siehe Rezension in Ausgabe 3/16).

Ich kann sagen, dass ich es prinzipiell begrüße, wenn Reiki in gesellschaftlich bedeutsame Bereiche vordringt, wo es zuvor nur spärlich vertreten war ... wie hier auf die Ebene der Wissenschaft. Zumindest solange von dort aus keine Rückwirkungen ausgehen, die die Einfachheit und Reinheit der Ausübung der Praxis in irgendeiner Weise behindern.

Ging es im ersten Buch Jonkers vor allem um die geschichtliche Aufarbeitung der Verbreitung der Reiki-Methode, von den Ursprüngen in Japan über die weltweite Verbreitung bis hinein in die aktuelle Zeit, so geht es in seinem zweiten Werk vielmehr um eine grundsätzliche Vermessung der Reiki-Methode – und dabei um die Frage, inwieweit die Reiki-Methode als spirituell oder gar als Religion be-

trachtet werden kann sowie welche Rolle der Körper (beispielsweise die Hände) der Agierenden dabei spielt; und auch, in welcher Weise Hingabe dabei eine wesentliche Rolle spielt.

Wie auf einer Perlenkette aufgezogen kommen die vielen Themen und Unter-Themen in diesem Buch daher, die, in schnelllem Wechsel, eines nach dem anderen akademisch abgehandelt werden. Dabei geht es u.a. um verschiedene Konzepte für ein besseres Verständnis der „Energie Reiki“ sowie um unter Reiki-Praktizierenden weit verbreitete Weltanschauungsmodelle, um Berührungs-punkte zwischen Reiki und Religion bzw. Spiritualität sowie auch um Aspekte der Reiki-Einweihungsrituale, der Gassho-Meditation, der Reiki-Selbstbehandlung und der Reiki-Lebensregeln.

Weitere Themen sind u.a. der Kurama-Berg, aus Japan stammende Konzepte spiritueller Art und die Themen über-sinnliche Wahrnehmung, Hellsehigkeit, Mystik und Geld bezüglich der Reiki-Methode.

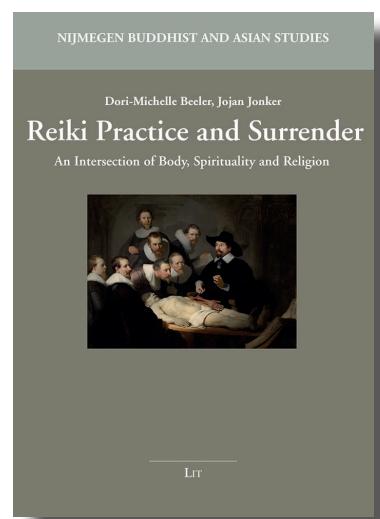
In ihrem finalen Statement kommen die Autoren zu der folgenden zusammenfassenden Aussage: In Ausübung der Reiki-Praxis wird Reiki wirksam, indem der Praktizierende psycho-physiologische Prozesse verkörpert und zulässt, die vorher bei ihm während eines Reiki-Seminars aktiviert worden sind. Diese Prozesse beinhalten Aspekte von Religiosität, Spiritualität und Hingabe an interne und externe Instanzen. Deren Verkörperung befähigt den Praktizierenden dazu, über ontologische\* Ebenen eine Brücke zu bauen, um so die heilende Botschaft der Reiki-Energie bedeutungsgebend umzuwandeln für Körper und Geist. Dies findet in vielfacher Weise statt, blühende Lebendigkeit zum Ausdruck bringend, was

innerhalb der Reiki-Gemeinschaft üblicherweise als ‚Heilen‘ bezeichnet wird. Eine Zusammenfassung, von der man sagen könnte, dass sie etwas gestelzt wirkt. Die jedoch sicherlich ihren Nutzen dafür hat, die Reiki-Methode in wissenschaftlich betonte Bereiche einzuführen. Denn dafür muss sie in Worten wie diesen verfasst sein.

Wünschen wir dieser Publikation das Beste, um Herz und Geist von primär wissenschaftlich orientierten Menschen zu berühren und sie für die Botschaft von Reiki empfänglich zu machen! ■

Oliver Klatt

\* Ontologie = Teilgebiet der Metaphysik, das sich mit dem Wesen der Existenz oder des Seins befasst



**Einschätzung der Redaktion:  
Interessantes wissenschaftliches  
Werk zu Reiki!**

**LIT Verlag, 320 Seiten, 39,90 €**

## Ann Baldwin

### Reiki in Clinical Practice

Es gibt Bücher, die Meilensteine im Reiki-Bereich sind. Sei es das erste deutsche Buch mit dem Gedenkstein für Usui („Das Reiki Feuer“ von Frank Arjava Petter), das erste Buch zum Thema Reiki und Schulmedizin von Oliver Klatt und Norbert Lindner oder das erste Buch über Reiki in einem medizinischen Fachverlag von Mark Hosak. Mit dem Buch von Ann Baldwin „Reiki in Clinical Practice - A science-based guide“, erschienen 2020 im Handspring Publishing Verlag, gibt es nun einen neuen Meilenstein in der Reihe der Reiki-Bücher.

Prof. Dr. Ann Baldwin ist Lehrprofessorin und Wissenschaftlerin für Physiologie an der University of Arizona. Sie blickt auf mehrere Jahrzehnte medizinischer Forschung zurück und kam in den 1990er Jahren durch eine ihrer Mitarbeiterinnen zu Reiki. Es dauerte einige Zeit, bis sie Reiki selbst ausprobierter, zwischenzeitlich selbst zur Reiki-Meisterin wurde und fortan ihre medizinische Forschung auf Reiki ausrichtete. Seit Jahren arbeitet sie mit William Rand zusammen, um medizinische Nachweise für Reiki zu finden. Sie ist Autorin dutzender wissenschaftlicher Artikel zu Reiki in wissenschaftlichen

Journalen, bei denen alle eingereichten Artikel vor der Veröffentlichung von anderen Wissenschaftlern begutachtet werden (sog. Peer-Reviewed Journale). In dem vorliegenden Buch hat sie einen klinischen Behandlungsleitfaden zu Reiki veröffentlicht. Behandlungsleitfäden sind typische Formate, mit denen Mediziner zu verschiedenen Krankheiten Behandlungen beschreiben und mit entsprechenden Studien belegen, wie gut welche Behandlung mit welchen Nebenwirkungen bei Patienten wirksam ist. Dies ist die Basis, damit Ärzte in Kliniken Therapien mit den Patienten besprechen und Fragen zu Risiken, Nebenwirkungen und Erfolgsaussichten beantworten können. Insbesondere bei neueren Therapien wird mit solchen Büchern die Basis für weitere Forschungen und klinische Praxis gelegt. Es ist daher ein Anzeichen für die Reife einer Therapieform, wenn es erstmals eine solche Publikation gibt – daher auch die Bewertung eines solchen Buchs als Meilenstein im Reiki-Bereich.

Entsprechend der Zielgruppe ist das Buch für Laien nur schwer zu lesen. Geschrieben in einem wissenschaftlichen Englisch sind medizinische Kenntnisse von Vorteil. Es beinhaltet jedoch ein Glossar mit medizinischen Begriffen. Beeindruckt hat mich Baldwins pädagogisches Geschick, gleich im ersten Kapitel auch skeptischen Zeitgenossen einen Einstieg ins Thema zu geben. So startet Baldwin mit den Lebensregeln. Wenn ein Patient diese befolge, unterstützt dies schon die Heilung. Danach steigt sie mit einem kurzen Überblick über die Reiki-Behandlung selbst ein, gibt einen kurzen Abriss der Reiki-Geschichte und vergleicht – zur besseren Einordnung für nicht mit Reiki vertraute Leser – Reiki mit buddhistischem Qigong.

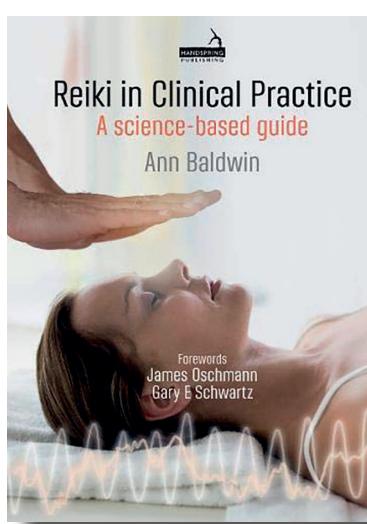
Im zweiten Kapitel legt Baldwin den wissenschaftlichen Grundstein für die gesamten weiteren Kapitel. Dazu beschreibt sie Kriterien, nach denen sie Studien in das Buch aufgenommen (bzw. ausgeschlossen) hat, und wie sie diese Studien in diesem Buch bewerten wird. Eine reine Aufzählung von Studien sagt ja noch nicht viel zur Wirksamkeit. Baldwin kategorisiert Studien nach messbaren Kriterien und schließt mit dem starken Ergebnis, dass Darstellungen von Reiki als unwirksame Therapie auf veralteten Sachständen basieren oder aber ideologisch beeinflusst sind.

An dieses Kapitel schließt sich eine Darstellung des aktuellen Forschungsstandes an, wie Reiki funktioniert. Auch hier verlässt sie sich rein auf wissenschaftliche Arbeiten und lässt pseudowissenschaftliche Untersuchungen außen vor. Nach Diskussion zu Arbeiten über elektrische oder magnetische Felder oder Biofeldansätze endet sie jedoch mit der korrekten Aussage, dass es noch keine plausible naturwissenschaftliche Erklärung für Reiki gibt.

In den weiteren Kapiteln 4-13 geht sie dann die einzelnen Behandlungsfelder durch, fasst die Ergebnisse von Studien zusammen und leitet Aussagen für die klinische Behandlung ab. Hieraus zieht jeder Reiki-Therapeut den meisten Nutzen für Diskussionen mit Ärzten, Planungen von Therapien etc. Dies ist eine echte Fundgrube, da die Darstellung umfangreich und zugleich neutral und differenziert ist.

Nach diesen Ausführungen stellt sich beim Lesen eine gewisse Verwirrung ein: Wenn doch die Wirksamkeit von Reiki so umfangreich belegt ist, warum gilt es denn noch immer als „unwirksam“ und „esoterische Heilslehre“? Ein Grund ist sicherlich, dass es immer wieder Reiki-Therapeuten gibt, die mit pseudowissenschaftlichen Methoden und Aussagen hantieren und für echte wissenschaftliche oder medizinische Erkenntnisse wenig offen sind. Auf einen anderen Grund geht Baldwin im letzten Kapitel ein: Die Studien zu Reiki sind hauptsächlich Pilotstudien, sie haben also nur eine kleine Teilnehmerzahl. Wenn Reiki jedoch als unwirksam angesehen wird, dann werden kaum Mittel für größere klinische Studien bereitgestellt. Baldwin will genau diesen Punkt mit ihrem Buch adressieren: Die Pilotstudien geben ausreichend Anlass, die Wirksamkeit von Reiki in verschiedenen Bereichen mit größeren klinischen Studien zu untersuchen.

Diesen Punkt hat Baldwin mit ihrem Buch hinreichend belegt, und hier kann man Baldwin nur Erfolg wünschen. Ansonsten setzt dieses Buch einen neuen Standard, wissenschaftlich fundiert, neutral und differenziert über Reiki zu sprechen, was den Weg für Kooperationen zwischen Ärzten und Reiki-Therapeuten neu bereiten kann.



**Einschätzung der Redaktion:**  
**Ein Meilenstein unter den Büchern**  
**über Reiki weltweit!**

Handsprint Publishing, 208 Seiten, 40,62 €

Patrick Grete



**Dr. med. Susanne Esche-Belke &  
Dr. med. Suzann Kirschner-Brouns**

## Re-Power

Nach „Midlife Care“ haben die Ärztinnen Dr. med. Susanne Esche-Belke und Dr. med. Suzann Kirschner-Brouns mit „Re-Power“ einen weiteren Ratgeber verfasst, der komplexe Sachverhalte leicht und locker erläutert. Auch dieser Ratgeber soll helfen, die eigene Gesundheit positiv zu beeinflussen. Das wichtigste Stichwort hier lautet „LESS“ – Weniger.

Schon der Einstieg in „Re-Power“ macht klar: 20 Prozent der menschlichen Gesundheit werden durch die Gene beeinflusst, aber 80 Prozent durch den Lebensstil. Doch die Autorinnen betonen: „Das soll weder Allmachtsfantasien beflügeln noch in Selbstoptimierungsstress ausarten, 80/20 zeigt uns aber die Chancen für ein gesundes, langes Leben ...“

Wie diese Chancen genutzt werden können, zeigen sie in einer leicht verständlichen Sprache, so, als würde eine gute, medizinisch versierte Freundin es erklären. Das war schon die Stärke ihres ersten Buches, „Midlife-Care“. Diesmal jedoch wird der Lesegenuss beeinträchtigt. Es scheinen in „Re-Power“ erheblich mehr „denglische“ Brocken eingestreut, die ein wenig zu locker-flockig und gewollt klingen. Muss es denn wirklich immer „LESS“ heißen statt „weniger“? „Journaling“ statt „Tagebuch schreiben“? Oder „Gossip“ statt „Klatsch und Tratsch“? Nicht alle, die dieses Buch auf Deutsch lesen, sind derart vertraut mit englischen Begriffen, dass alles sofort verstanden wird. „Milk-A-Likes“ – was ist das? Aha, Milchersatzprodukt, Hafer- oder Mandelmilch oder eine andere pflanzliche Milch anstelle von Kuhmilch. Man kann es sich vielleicht denken – dennoch wirkt auf mich die überreichliche Verwendung denglischer Begriffe gekünstelt, und, langfristig betrachtet, würde es mich vom erneuten Lesen abhalten. Wenn da nicht das letzte Kapitel wäre, das mit seinen Anregungen für das seelische Wohlergehen das Buch abrundet, mit nur wenigen

denglischen Wörtern. Es geht also doch. Positiv an Re-Power ist gleichwohl der Ansatz der Autorinnen, das Bewusstsein der Leserinnen für die Pflege der eigenen Gesundheit zu schärfen. „Re-Power“ ist definitiv ein Buch nur für Frauen.

„Re-Power“ ist in vier große Blöcke unterteilt. Sie tragen Namen wie: „Health-Care“, „Heart-Care“, „Mind-Care“ und „Soul-Care“. Alles klar? Es geht um die Gesundheit des Darms, die Pflege des Herzens, des Geistes und der Seele.

Wer sich um den Darm kümmert, stärkt damit Immunsystem und Psyche. Für die Pflege des Herzens ist wichtig, der Schilddrüse zu helfen, ohne deren Hormone kaum etwas geht im Körper. Die Fürsorge um die Nebennieren und den Vagus-Nerv kommt dem Geist zugute, der Seele hilft es, die Geschlechtshormone im Fokus zu haben. Gemeinsames Element dieser Blöcke und aller in ihnen vorgestellten Maßnahmen ist die Reduktion von ... Stress. Aber nicht nur der sollte reduziert werden. Da gibt es noch mehr, wozu die Autorinnen raten. Der gute Umgang mit sich selbst, die Fürsorge für sich selbst läuft über die Ernährung, über Bewegung, Achtsamkeit, Meditation und vieles andere, was gut tun kann.

Das Buch ist dicht gepackt mit neuem medizinischen Wissen und auch Erklärungen zu den verschiedenen Einsichten, die in jüngerer Zeit aufgetaucht sind. Wer etwa Probleme mit der Schilddrüse hat, sollte Weizenmehl und generell glutenhaltiges Getreide meiden. Die Autorinnen erklären auch, was sich dahinter verbirgt und warum Gluten kritisch ist. Elementar wichtig ist dieser Sachverhalt etwa bei Schilddrüsenerkrankungen, besonders im Falle der immer häufiger werdenden Hashimoto-Thyreoiditis, einer autoimmunen Schilddrüsenentzündung. Dabei stellen die Autorinnen in „Re-Power“ Aspekte vor, die nicht nur jene nachdenklich machen dürften, die Gluten nicht vertragen, sondern die letztlich alle angehen, die an gesunder Ernährung interessiert sind.

Für manchen mag das Wissen, das in „Re-Power“ zusammengetragen ist, zu komplex sein. Neben den denglischen Floskeln finden sich medizinische Begrif-

fe. Doch diese sind verständlich. Gleichwohl ist „Re-Power“ kein Buch, das man mal eben rasch verschlingt, um sich dann anderen Themen zu widmen. Vieles von dem, was in „Re-Power“ vorgestellt wird, macht nachdenklich und regt an, es auszuprobieren. Das auf dem Cover versprochene 28-Tage-Programm ist mehr eine Anregung denn eine umfangreiche Anleitung. Dafür hätte es eines eigenen Buches bedurft. Aber wer weiß, vielleicht kommt es ja noch, das „Workbook“ zu „Re-Power“? So enthält das skizzierte 28-Tage-Programm genug Anregungen, die ermöglichen, dass man sich selber auf die Suche machen kann, nach dem, was dem Körper und der Seele gut tut. Fürsorge für sich selbst kann auf mancherlei Weise geschehen. Das wichtigste dabei, so schreiben die Autorinnen schon am Anfang, „ist die Einstellung, in der ich mich selbst betrachte. Im besten Falle liebevoll.“

Mit „Re-Power“ legen die Verfasserinnen gute Argumente für den liebevollen Blick auf sich selbst vor. Denn trotz einiger kritischer Aspekte ist dies zugleich ein Buch, das zum Staunen darüber einlädt, was für ein Wunder der menschliche Körper und wie subtil in ihm alles miteinander verwoben ist. ■

Franziska Rudnick



**Einschätzung der Redaktion:  
Informativ, gut vermitteltes Wissen!**

**Lübbe Life, 256 Seiten, 20,- €**

## DVD: „Hinterher ist alles anders“



Die Filmbeiträge auf den gleich drei DVDs in diesem Schuber drehen sich allesamt um das Thema Nahtoderfahrungen. Wie vom Medienprojekt Wuppertal bekannt, ist die Machart angenehm ruhig und im besten Sinne schlicht dokumentarisch. Es werden Menschen mit ihren Nahtoderfahrungen porträtiert, teils auch interviewt. Dabei werden selbst schwierige Themen wie Kindliche Nahtoderfahrung und Nahtoderfahrung nach Suizidversuch nicht ausgespart. Der Kardiologe Dr. Pim van Lommel geht auf wissenschaftliche Zusammenhänge zum Thema ein, und es gibt weitere Experteninterviews mit einem Theologen, einem Neurologen und einer Philosophin. Sehr umfassende, vielseitige Reportage, sehenswert!

OK

Länge: 80 min + 300 min Bonus (auch als Streaming oder Download)  
Erhältlich über: [www.medienprojekt-wuppertal.de](http://www.medienprojekt-wuppertal.de)

## Buch: „Der Arzneimittelkult“

John Virapen



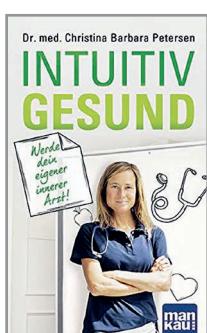
Der Autor dieses Buches, John Virapen, hat als Verkaufsmanager die Praktiken in der weltweit agierenden Pharmabranche mit erlebt. Er weiß, wovon er spricht. Hier teilt er seine Erfahrungen und sein Wissen darüber, wie die Politik beeinflusst wird von großen Pharmaunternehmen und entsprechenden Interessengruppen, die die Weltbevölkerung oft genug lediglich als Absatzmarkt für ihre Produkte sehen – und durch Einflussnahme auf die Politik vor allem ein Ziel verfolgen: diesens zu vergrößern. Lesenswert!

OK

Erhältlich über: [www.jim-humble-verlag.com](http://www.jim-humble-verlag.com)

## Buch: „Intuitiv gesund“

C.B. Petersen



Immer wichtiger wird in der Arzt-Patienten-Beziehung der „mündige Patient“. Der sich und seinen Körper gut kennt und sich gegenüber dem Arzt klar präsentieren kann. In diesem Buch behandelt die Allgemeinmedizinerin und Ärztin für Traditionelle Chinesische Medizin Christina Barbara Petersen in verständlicher Sprache die Fragen: Wie sorge ich am besten für meinen Körper und meine Psyche? Und: Wie erkenne und interpretiere ich die Hinweise, die beide mir geben? Denn, so die Erfahrung der Ärztin: „Vertraue deinem Körper, er weiß am besten, was du brauchst!“ Zahlreiche Tipps inklusive Checklisten und Raum für Notizen dienen dazu, auf sich zu achten und das Vertrauen in den eigenen Körper zu stärken. Ziel ist, seine Gesundheit in die eigenen Hände zu nehmen. Und wer doch letztlich zum Arzt muss, kann dies gut informiert tun und somit das Arzt-Patienten-Gespräch aufgeklärt und mündig gestalten.

Franziska Rudnick

Erhältlich über: [www.mankau-verlag.de](http://www.mankau-verlag.de)

## DVD: „Selbst geheilt“

Stephan Petrowitsch



Dies ist der zweite Dokumentarfilm des Quereinsteigers in die Filmbranche Stephan Petrowitsch, ursprünglich Bankkaufmann und Informatiker. Er hat für diesen Film eine Vielzahl an Experten zum Thema Ganzheitliche Heilung versammelt, u.a. Rupert Sheldrake, Dr. med. Folker Meißner und Prof. Dr. E. S. Rajendran – sowie zehn weitere Experten, die verschiedene Selbsthilfe-Methoden vorstellen, darunter Wolfgang Maly (Maly-Meditation), Sandy Edwards (Geistiges Heilen) und Dr. med. Ruediger Dahlke (Fasten). Ein gelungener Selbsthilfe-Film voller interessanter Informationen und praktischer Hinweise. Im Kern geht es um die Frage, die den Regisseur selbst umtrieb: „Wie komme ich zu einer Heilung?“ Sehenswert!

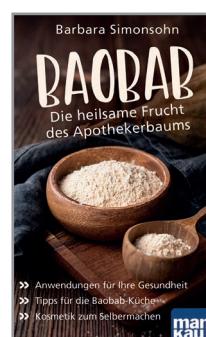
OK

Länge: 98 min

Info, Kauf, Streaming: [www.selbstgeheilt.com](http://www.selbstgeheilt.com)

## Buch: „Baobab“

Barbara Simonsohn



Der „Baobab“ ist auch bekannt unter dem Namen „Affenbrotbaum“. Früher diente er in weiten Teilen Afrikas als Grundnahrungsmittel, seit jeher wird sein Heilpotenzial geschätzt. Die Autorin, Barbara Simonsohn, ist seit Jahrzehnten als Reiki-Lehrerin tätig sowie als Buchautorin zu Gesundheitsthemen. In diesem Buch stellt sie den hierzulande noch als Geheimtipp geltenden Baobab als echtes Nährstoff-Wunder vor. Mit hilfreichen Informationen zu den vielfältigen Einsatzmöglichkeiten dieses afrikanischen „Superfoods“! Gute Tipps!

OK

Erhältlich über: [www.mankau-verlag.de](http://www.mankau-verlag.de)

## Reiki-Kartendeck: „Nur für heute“

S. Witt



Ein Reiki-Kartendeck mit 39 Karten, zum intuitiven Ziehen einzelner Karten „Nur für heute ...“, so der Name dieses inspirierenden Decks, erstellt von der Hörtherapeutin und Reiki-Lehrerin Stefanie Witt. Die Karten wurden kreiert aus Papierelementen und Fotos von ihren Japanreisen bzw. von Reiki-Freunden aus Japan. Die Künstlerin Teena Leitow erstellte daraus zunächst handgefertigte Collage-Unikate, und hieraus entstand schließlich das Deck in seiner Gesamtheit. Es basiert „auf dem Fundament der Reiki-Lehre, den Lebensregeln, und pendelt zwischen himmlischer und Erd-Energie, zwischen Handauflegen und innehalten“, so der Begleittext zu dem liebevoll erstellten Deck. Die Inspirationen auf den einzelnen Karten werden auf japanische Art von oben nach unten, von rechts nach links gelesen. Sie befinden sich in einem handgestempelten Fairtrade Bio-Baumwollbeutel, jeder Beutel ist somit ein Unikat. Wunderschön, sehr gelungen!

OK

Erhältlich über: [www.hoergymnastik.de](http://www.hoergymnastik.de)

## Warum hat ProReiki eigentlich einen Förderverein? Und was hat das mit mir zu tun?

Die „Freunde der Reiki-Kultur e. V. (FdRK e.V.)“ haben sich vor Jahren gegründet, um Reiki als gemeinnützige Methode anerkannt zu bekommen – und damit in der Folge eine Aufnahme z.B. in den Leistungskatalog von Krankenversicherern zu erwirken.

Um einen solch langwierigen Prozess zu gestalten, ist es in Deutschland notwendig, möglichst viele „Förderer“ oder auch Mitglieder in Vereinen zu organisieren. Diese sozusagen versammelten und sichtbaren Interessengemeinschaften werden von Gremien in der Politik und in der Öffentlichkeit mit einem anderen Gewicht wahrgenommen.

### Gemeinnützigkeit

Während der Berufsverband ProReiki als Interessensvertretung generell nicht als gemeinnütziger Verein anerkannt werden kann, ist das jedoch beim FdRK e.V. der Fall. Damit stehen den Freunden der Reiki-Kultur durchaus andere Handlungsmöglichkeiten offen, und das in vielerlei Hinsicht. Der FdRK gem. e. V. kann z.B. Fördergelder und Zuschüsse bekommen und braucht keine Körperschaftssteuer zu zahlen. Zudem erhält der FdRK bei Versicherungen und Banken Ermäßigungen und kann mit anderen gemeinnützigen Organisationen besser zusammenarbeiten, da hierfür häufig eine anerkannte Gemeinnützigkeit Grundvoraussetzung ist.

Auch für eine Einführung als Kassenleistung wäre die Gemeinnützigkeit der Reiki-Methode ein wichtiger Schritt. Von der Gemeinnützigkeit des FdRK wiederum profitiert der Berufsverband ProReiki, weil somit Projekte und Kooperationen möglich sind, die dem Berufsverband allein sonst verwehrt blieben.

### Mitgliedschaft

Wer kann bei den „Freunden der Reiki-Kultur“ Mitglied werden? Zum Beispiel Reiki-Klienten ... Unterstützer der Reiki-Methode und der dahinter stehenden Idee ... und natürlich Reiki-Praktizierende, die die gemeinsamen Ziele des Berufsverbandes ProReiki und der „Freunde der Reiki-Kultur“ direkt unterstützen. Dabei ist die Mitgliedschaft für aktive ProReiki-Mitglieder kostenlos – und trotzdem sinnvoll, denn Gremien und Politik schauen immer auf die Anzahl der Mitglieder in solchen Vereinen. Für andere Personen beträgt der Mitgliedschaftsbeitrag im FdRK e.V. jährlich 60,- Euro. Wer mehr geben möchte, kann als so genanntes ausgesprochenes Fördermitglied den Verein mit mindestens 100,- Euro im Jahr unterstützen. Für alle gezahlten Beträge können Spendenquittungen ausgestellt werden.

### Förderung von Reiki-Projekten

Die Freunde der Reiki-Kultur fördern Reiki-Projekte in vielen Einsatzfeldern. Insbesondere die wissenschaftliche Forschung zu Reiki wird durch diesen Verein gefördert. Ebenso werden Studien und ehrenamtliche Projekte im Sozialbereich (Jugend, Senioren, Behinderte, Hospiz u.a.) sowie auch die Formierung einer europäischen Reiki-Gemeinschaft – der gerade frisch gegründeten European Reiki Group (ERG) – unterstützt.

Dieser Verein mit seiner breit angelegten Arbeit für das deutsche Sozial- und Gesundheitssystem hat zum Paten den Krankenversichertenverein (KVV e.V.), dessen Ziele sich mit denen des FdRK e.V. ergänzen und der die „Freunde der Reiki-Kultur“ in allen rechtlichen und steuerlichen Belangen unterstützt.

Auch Klienten von Reiki-Praktizierenden, die mithelfen wollen, dass die „Reiki-Anwendung“ als Kassenleistung Eingang in unser Gesundheitssystem findet, können mit ihrer Mitgliedschaft dieses und andere Ziele unterstützen.

Wer diese Zielsetzungen und Projekte konsequent unterstützen möchte, findet weitere Infos und den Mitgliedsantrag auf [www.freunde-der-reikikultur.de](http://www.freunde-der-reikikultur.de)

Ein ausführlicher Artikel über den FdRK e.V. aus dem Reiki Magazin ist hier online zu lesen: [www.reiki-magazin.de/ausgabe-3/20/gemeinnuetzigkeit-von-reiki.html](http://www.reiki-magazin.de/ausgabe-3/20/gemeinnuetzigkeit-von-reiki.html)

### Spendenkonto bei der Stadtsparkasse München:

IBAN DE 28 701 500 001 003 935 697  
BIC SSKMDEMM

Jeder Beitrag, jedes weitere Mitglied ist wichtig auf dem Weg, Reiki als Methode in unserem Gesundheitssystem zu etablieren!

## 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.

# Gerührt und berührt sein – mit Reiki

„Der Krimi war mir zu brutal, die Talk-Show zu langatmig und der Naturfilm soeben zu Ende. Zufällig landete ich beim Zappen auf ‚Arte‘ und in einer Sendung über „Berührung“. Dieser Bericht über Forschungen zur Berührung hat mich sehr tief berührt.“



Ganz gerührt erinnerte ich mich wieder an meine Anfangszeit mit Reiki. Wie gut es tat, nach einem stressigen Arbeitstag an einem Reiki-Austauschtreffen teilzunehmen. Schon die Umarmungen zur Begrüßung ließen den Frust des Tages abklingen. Und während der Gruppenbehandlung fiel aller Stress ab. Am Ende des Abends und nach der Abschlussrunde fühlte ich mich wieder in meiner Mitte und ging guter Dinge, zuversichtlich und mit Vorfreude auf das nächste Treffen nach Hause.

## Gemeinschaft

Diese so berührende Erinnerung an meine Anfänge mit Reiki hat meine innigste Überzeugung vertieft, wie wichtig die Berührung und das persönliche Zusammensein in der Reiki-Praxis ist.

Seit mehr als einem Jahr müssen wir uns nun schon mit Einschränkungen beim Praktizieren und Lehren von Reiki befassten und „Corona-gerechte“ Lösungen finden, so gut das eben geht. Hierzu wurden Erfahrungen in den Regionalgruppen via Videokonferenz ausgetauscht und Möglichkeiten aufgezeigt.

Diese „Behelfe“ sehe ich temporär. Und vielleicht sind diese Erfahrungen in der „Corona-Zeit“ wichtig, um den Wert und die Bedeutsamkeit der menschlichen Anwesenheit und Berührung auf allen Ebenen deutlich spürbar zu erfahren und zu schätzen.

## 100 Jahre Reiki

Nächstes Jahr gibt es Reiki im Usui-System seit 100 Jahren, und ProReiki wird elf Jahre alt.

Dies wollen wir zusammen mit möglichst vielen Mitgliedern und Gästen in Gersfeld feiern, am Wochenende vom 2. und 3. Juli 2022.

In echter Anwesenheit, spürbar und mit vielen berührenden Begegnungen und Umarmungen.“

Deine Angela

PS: Hier der Link zur Dokumentation „Die Macht der sanften Berührung“ auf Arte-TV: [www.arte.tv/de/videos/089055-000-A/die-macht-der-sanften-beruehrung](http://www.arte.tv/de/videos/089055-000-A/die-macht-der-sanften-beruehrung)

Zum Inhalt: „Berührungen prägen unser ganzes Leben. Sie machen uns zu sozialen Wesen und beeinflussen, wie wir Stress oder Schmerzen wahrnehmen, wem wir vertrauen, wen wir lieben. In einer Zeit des Social Distancing ergründen Forscher, welche Prozesse Berührungen in uns auslösen – und was mit uns passiert, wenn sie fehlen.“



Der Verband lebt durch Dich.  
Sei schlau – mach mit!

## Nächste Termine

**23.-24.09.21** GLS-Seminar mit Dagmar Richter in Dessau-Roßlau

**06.-07.11.21** GLS-Seminar mit Pamela Stelzer in Hattenheim & GLS-Seminar mit Elke Porzucek in Leipzig  
**20.11.21** Regionalgruppentreffen Nord in Bredenbeck

**04.-05.12.21** GLS-Seminar mit Britta Thienemann in Herzogenrath

## Vorschau 2022:

**02.-03.07.22:** ProReiki-Kongress „111“: 100 Jahre Reiki und 11 Jahre ProReiki – Wir feiern mit Dir in Gersfeld!

Informationen zu allen Terminen (Anmeldung, Ort/Online etc.) und zu weiteren Veranstaltungen, auch zu Regionalgruppentreffen in Deiner Region, findest Du ausführlicher und immer aktuell online auf [www.proreiki.de](http://www.proreiki.de) > Wichtige Termine.



## Herzlichen Glückwunsch, liebe Jule!

Unser ProReiki-Ehrenmitglied Jule-Erina van Calker bekam zu ihrem 75. Geburtstag von unserer Berliner Geschäftsstelle und gutem Geist für alle Fälle, Dorit von Wilcke, herzliche Glückwünsche und einen schönen Blumenstrauß überbracht – trotz aller gegebenen Widrigkeiten.

Jule wurde Ehrenmitglied von ProReiki, da sie Reiki, das sie bei Brigitte Müller und später bei Phyllis Lei Furumoto erlernte, als Erste nach Ostdeutschland brachte.

Wir gratulieren von ganzem Herzen!

# Ein Leben mit Reiki

Wie gestaltet sich unser Leben mit Reiki? Wohin gelangen wir durch Reiki? Welche Stationen liegen auf unserem Weg? Oliver Klatt führte ein Interview mit René Vögtli.

**Oliver:** René, seit fast 30 Jahren bist du vollberuflich als Reiki-Lehrer tätig. Magst du ein paar essenzielle Erkenntnisse mit uns teilen, die du zu Reiki gehabt hast, zur Wirkungsweise der Energie und zu dem, was es bei den Menschen bewirkt?

**René:** Aus meiner Sicht gibt es zwei wesentliche Punkte, die sehr zentral sind, wenn wir über Reiki sprechen. Erstens: Das Wichtige an Reiki ist die Selbstbehandlung. Und zweitens: Das Schöne an Reiki ist die Einfachheit.

## Ganzheitlichkeit

Darüber hinaus ist für mich die Ganzheitlichkeit von Reiki essenziell, also das Holistische an Reiki, nämlich: dass man es nicht zu analysieren braucht. Womit wir wieder bei der Einfachheit sind.

Und: Reiki ist persönliches Wachstum ... Für mich bedeutet das: Auseinandersetzung mit meinem Ego, mir anzuschauen wie aufmerksamkeitsheischend – also „das Scheinwerferlicht suchend“ – ich mich in der Vergangenheit verhalten habe oder immer noch verhalte. Diesen Punkt gilt es für mich stets von Neuem zu reflektieren. Ich nenne das auch gerne: den Ego-Check machen. Dies ist ein wesentlicher Bestandteil meines Weges mit Reiki.

Außerdem hat Reiki mir in meiner Persönlichkeitsentfaltung geholfen, was das Erkennen

von Blockaden in Beziehungen angeht. Genauer gesagt: zu erkennen, warum man Krach und Lämpen (das ist Schweizerisch für ‚Stunk‘) hat, zum Beispiel mit der Ehefrau oder mit einem Partner. So wie du und ich uns ja auch schon ordentlich gefetzt haben. Dass man dies für sich reflektiert, scheint mir wesentlich zu sein. Was macht das in einem selbst? Dies ist für mich Teil des persönlichen Wachstums und etwas sehr Zentrales.

**Oliver:** Vor deiner Reiki-Zeit hattest du eine Karriere im internationalen Rohstoffhandel. Gibt es Erfahrungen aus dieser Zeit, die bis heute nachwirken, die dein Leben bis heute prägen? Oder erlebst du, als Reiki in dein Leben kam, dies damals als eine Art Bruch mit allem Vorherigen – und mit Reiki änderte sich dann alles?

**René:** Ich möchte den zweiten Teil der Frage zuerst beantworten. Mir kam dazu sofort in den Sinn: Es hat sich nichts verändert. Im Gegenteil: Wenn überhaupt, dann ist mir das Alte wieder neu ins Bewusstsein gekommen.

Als Jugendlicher hatte ich Träume, wie wir alle. Und die habe ich im Laufe meines Lebens, in meiner beruflichen Karriere als Rohstoffhändler, ein Stück weit „verkauft“. Ich bin meinen Exzessen in der Geschäftswelt unendlich dankbar, weil ich von dieser Erfahrung bis zum heutigen Tag zehre.

Also, zurück auf den Punkt: Ich habe als Jugendlicher mit Idealen angefangen – und bin dann durchgefallen bei der Aufnahmeprüfung, um Lehrer zu werden, weil „Sex, Drugs and Rock'n'Roll“ mir halt wichtiger waren, vor allem die Mädchen, als Schule undsoweiter. Und der guten Einfachheit halber, den bequemen Weg nehmend, wurde ich dann kaufmännischer Angestellter.

Ein Stück weit war das schon ein Abdriften von so manchen ideologischen Visionen, Träumen, die ich zuvor gehabt hatte. Und ich glaube, wenn man ganz jung ist, dann ist man an der wahren Berufung noch viel näher dran – und oftmals verdeckt später das Leben die Sicht auf diese Vision, auf die eigene Berufung. Und noch später, in der Midlife-Crisis, wird man dann daran erinnert, dass man da doch etwas Wesentliches vergessen hat.

## Unterwegs in der Geschäftswelt

Ich bin also zunächst eingetaucht in die Geschäftswelt und bin der Versuchung erlegen. Das war für mich gar nicht so sehr die Versuchung des großen Geldes und dergleichen – das war mir relativ egal, das hab' ich zwar gern mitgenommen, aber es war nicht das zentrale Thema. Sondern es war das große Abenteuer ... raus in die Welt gehen zu können, sie entdecken zu können, mich zu profilieren und zu bewähren, Karriere zu machen, eine tolle Position zu erlangen, das war das angesagte Ziel, nämlich Geschäftsführer zu sein, also Chef, Managing Director. Und es kamen viele andere Umstände hinzu, und irgendwann ist dann mal Reiki in mein Leben getreten. Im Grunde genommen hat dies nichts verändert, sondern es hat mir geholfen, mich darauf zu besinnen, was eigentlich meine Ideale sind.

Das hat große Krisen bei mir ausgelöst, weil dadurch offensichtlich wurde, dass ich wo völlig anders stand als ich es mir zunächst erträumt hatte. Das musste bewältigt werden. Und so kam es zu der Frage: Wie geht es jetzt weiter? Wechsle ich meinen Lebensweg? Schlage ich eine neue berufliche Richtung ein? Es war ein Scheidepunkt, an dem Reiki mir half, mit diesen Entscheidungen umzugehen.

Ich habe damals, als ich noch in der Geschäftswelt unterwegs war, oft gesagt: „Im Moment prostituiere ich mich.“ Zumindest war ich so ehrlich, dass ich dies zugab. Und mehr als einmal habe ich mit dieser vermeintlichen Ehr-



lichkeit kokettiert. Ich wusste aber immer ganz klar: da ist vieles faul dran! Die Ausbeutung der Dritt Weltländer und vieles mehr. Und eigentlich will ich damit gar nichts zu tun haben. Ich möchte etwas Sinnvolles tun.

**Oliver:** Im Laufe der Jahre hast du bei verschiedenen Reiki-Vereinigungen sehr engagiert mitgewirkt, teils sogar als Mit-Begründer. Da gab es The Reiki Network, die Reiki International Organisation (RIO), ProReiki – der Berufsverband e.V., die European Reiki Group (ERG) ... Kannst du etwas zu deiner Motivation sagen, bei Reiki-Vereinigungen mitzuwirken? Für wie wichtig hältst du solche Vereinigungen in der heutigen Zeit?

**René:** (lacht) Gute Frage. Vor allem, weil ich heute nirgends mehr dabei bin, mich vogelfrei fühle. Und gleichzeitig ist es mir ein großes Bedürfnis, sofort hinzuzufügen: dieses Lachen und Jubilieren ob meiner eigenen, neu gewonnenen Freiheit ist keineswegs geringschätzig gemeint gegenüber diesen Verbänden und Organisationen. Ich bin involviert gewesen – und bin es immer noch, auch wenn ich heute nicht mehr Mitglied bin.

## Motivationen & Bedürfnisse

Das ist eine spannende Frage für mich, weil es den Punkt berührt, wieso ich denn früher dabei gewesen bin. Wieso habe ich Organisationen (mit)begründet und ins Leben gerufen? Was war die Motivation? Was waren die Bedürfnisse dahinter? Was waren die vielleicht auch egoistischen Bedürfnisse? Also die gar nicht ►

René Vögeli am Laptop, Sikinos, Griechenland, 2021.

so hehren Bedürfnisse, oft kaschiert unter wohlklingenden, hehr klingenden Argumenten und Begründungen.

Menschen haben Bedürfnisse. Viele möchten gern Reiki als Beruf anerkannt wissen. Das wollen tatsächlich sehr viele Reiki-Praktizierende: dass die Politik, die Justiz, die Medizin Reiki integriert und akzeptiert. Und um dies zu bewerkstelligen, braucht es natürlich Strukturen. Es braucht beispielsweise wissenschaftliche Studien. Und Berufsverbände sind da eine logische Konsequenz.

Gleichzeitig gibt es aus meiner Sicht da einen Widerspruch, wenn wir von Reiki, der Energie, reden. Ich meine damit: Reiki als sogenannte Energie ... ich glaube ja nicht, dass es eine Energie ist. Die Natur dieser „Energie“ ist „quecksilberig“, sie entzieht sich jeglicher Definition, jeglicher Strukturierung, Systematisierung und Standardisierung. Das alles geht im Grunde genommen bei Reiki, der Energie, gar nicht. Was die Reiki-Praxis angeht, wie man damit umgeht, das ist natürlich ein anderes Thema.

## Heilerfahrungen

**Oliver:** René, danke für deine offene Antwort dazu. Zum Thema Reiki, die Energie: Sicherlich hast du im Laufe der Zeit die eine oder andere Heilung miterlebt. Magst du eine oder zwei besonders herausragende Heilungen schildern, an denen du durch Reiki beteiligt warst?

**René:** Ich habe immer Mühe mit dem Wort Heilung. Meistens ist damit Genesung von einem Symptom gemeint. Ich finde das Wort Heilung im Umgang mit Reiki deshalb problematisch, weil wir auf Reiki, die Energie, keinen Einfluss haben. Gerade kommt mir der erste Satz des „I Ging“ in den Sinn, der sinngemäß sagt: „Wenn

man das Tao mit Worten beschreiben könnte, dann wäre es nicht das Tao.“ Reiki hat eine ganzheitliche Wirkung, und Ganzheitlichkeit beinhaltet auch „weiche“ Aspekte unseres Da-seins, also nicht bloß die körperlichen.

## Körper, Geist & Seele

Der Volksmund spricht von Körper, Geist und Seele. Die WHO definiert das körperlich, emotional, mental, sozial und spirituell. Die meisten Menschen finden zu Reiki – und das ist bei mir auch nicht anders gewesen –, weil gerade auf irgendeiner Ebene etwas ansteht, eine Veränderung oder eine sogenannte Heilung, mit der sie Erleichterung finden wollen von ihrem Krebs, von ihrem Liebeskummer, was immer es ist. Bei Heilung denken viele in erster Linie daran, dass etwas als unangenehm Erlebtes verschwindet.

In einem meiner Reiki 1-Seminare war eine Frau, sie hatte gerade eine einseitige Brust-OP hinter sich. Sie nahm zusammen mit ihrem Mann teil. Sie fing dann mit der Selbst-Behandlung an, und ihr Mann hat sie zusätzlich behandelt. Er hat relativ zügig hinterher noch Reiki 2 absolviert, um auch die Reiki 2-Anwendungen dabei einzusetzen.

Zunächst veränderte sich nichts. Der Krebs ging weiter, ihr Mann und sie behandelten weiter mit Reiki. Dann wurde bei einer Nachkontrolle wieder Krebs in der noch vorhandenen Brust festgestellt. Der Arzt sagte: „Mit Ihrer Vorgeschichte müssen wir sofort operieren. Und zwar innerhalb von zwei Tagen.“ Daraufhin haben die beiden uns, meine Frau und mich, angerufen und um unsere Hilfe gebeten – mit allem, was wir zur Verfügung hätten. Wir haben sie bejaht in dem, was sie tun. Also Hands-on-Reiki, Reiki schicken, Reiki schicken auf „Die jetzt richtige Behandlungsmethode“.

Und wir haben gesagt, es gibt noch einen Pfeil, den wir im Köcher haben: die sogenannte Brust-Einweihung. Also nicht etwa die Herz-einweihung, sondern ganz gezielt die entsprechenden Nebenchakren in der Brust einzubiehen. So, wie wir die Hände miteinbeziehen, im Reiki 1-Seminar, um Reiki in den Händen zu aktivieren, kann man das in unserer Tradition auch über die anderen Nebenchakren tun, wo von übrigens auch zwei in den Füßen sind. (So konnten wir einmal jemanden in Reiki einweihen, der keine Hände mehr hatte – und zwar über die Füße.)

Hier haben wir dann also tatsächlich die Brüste der Frau eingeweiht. Die Absicht dabei ist



nicht so, dass Reiki danach von den Brüsten „ausstrahlt“, analog zur Einweihung der Hände. Sondern es ist vielmehr eine therapeutische Maßnahme, bei der man jenen Aspekt der Initiation im Vordergrund hat, der das Energiefeld verstärkt in dessen ‚Raison d'être‘, dessen Existenzberechtigung, dessen Schöpfungszustand.

Zusätzlich hat das Paar nahezu Tag und Nacht bis zur OP weiter Reiki praktiziert. Dann ging sie zu ihrem Arzt, der nun die Vorbereitungen für die OP traf und sie dabei nochmals untersuchte. Und der Knoten und die Krebsgeschwüre waren zu 100 Prozent eliminiert. Sie waren verschwunden. Eine Wunderheilung oder eine Spontanheilung, wie sie im Buche steht.

**Oliver:** Ein beeindruckender Verlauf.

**René:** Ja. Und wie gesagt ... ich finde es wagemutig, eine solche Erfahrung allein auf Reiki zu reduzieren. Ich sehe das ein wenig anders, nämlich dass die Knoten, die Krebszellen „nur“ das Symptom sind, also die Spitze des Eisbergs. Und wenn das Darunterliegende, die Ursache, eher klein und geringfügig ist, dann kann es passieren, dass solche Spontanheilungen passieren. Aber aus meiner Sicht nicht, weil Reiki die Spitze des Eisbergs gewissermaßen wegradiert, sondern weil es eben ganzheitlich funktioniert – und dies vor allem auf der Ursachenebene. Was wiederum auch von anderen Faktoren günstig (oder ungünstig) beeinflusst wird, u.a. durch den Placebo- und den Nocebo-Effekt.

## AIDS-Heilung

Dies führt mich direkt zu einer anderen Geschichte, und zwar zu einer AIDS-Geschichte. Da gibt es zwei Geschichten, die ich miterlebt habe, und eine davon ist die spektakuläre Entwicklung von HIV-positiv zu HIV-negativ. Ich möchte zunächst jedoch die andere Geschichte erzählen. Diese ereignete sich in Bremen.

Da kam ein Mann ins Reiki 1-Seminar, das muss vor etwa 17 Jahren gewesen sein. Bei dem Seminar waren rd. 18 TeilnehmerInnen. Anfangs frage ich immer jede/n: Weshalb bist du hier? In dem Raum war Theaterbestuhlung, also Reihe nach Reihe, und dieser Mann hat ziemlich genau in der Mitte gesessen. Also hatten schon acht, neun TeilnehmerInnen vor ihm diese Frage beantwortet. Und er hat dann sehr mit sich gerungen, es wurde ganz still im Raum. Ich habe ihm den Raum gewährt, und er sagte dann, dies sei jetzt sehr schwierig für ihn,



weil es das erste Mal sei, dass er in der Öffentlichkeit darüber spreche und sich damit als homosexueller Mann oute.

**Party Life auf einer chinesischen Dschunke, Hongkong, 1983. (Von re. n. li.: René Vögeli, Mischa Vögeli und eine damalige Freundin.)**

Später stellte sich heraus, dass er ein Lokalpolitiker war, der im Wahlkampf in der Öffentlichkeit stand – und damals war dieses Thema ja noch ein ziemliches Tabu-Thema. Und er sagte dann, er wisse, dass er AIDS habe und dass seine Lebenszeit begrenzt sei, und er sei hier, um durch Reiki Lebensqualität zu erhalten. Er wollte raus aus dem Hamsterrad, dahin, wo die Musik spielt im Leben, das war seine Hauptabsicht.

Zu diesem Zeitpunkt gab es noch keine Medikamente gegen AIDS, die wirklich Hoffnung versprachen. Nun stand ich als Lehrer vorne und hatte innerlich die Herausforderung, dem Mann zu sagen: „Gib die Hoffnung nicht auf! ‚Heilung‘ geschieht, Spontanheilungen geschehen!“ Und ich sagte auch noch zu ihm, dass ich als allererstes eine Geschichte dazu erzählen wolle. Und nun komme ich zu der zweiten AIDS-Geschichte. Da geht es um jemanden aus meinem familiären Umfeld. Um einen Mann, der zu diesem Zeitpunkt 40 Jahre alt war und der in seinem Leben nichts ausgelassen hat. Nur immer Vollgas.

Das war 1992. Meine Frau und ich wohnten in Hongkong. Wir hatten im November unsere Ausbildung zum Reiki-Lehrer abgeschlossen. Im Dezember, also einen Monat später, kam er aus der Schweiz nach Hongkong, weil er HIV-positiv getestet worden war. Dieser Mann war verzweifelt, er fühlte sich „zum Tode verurteilt“. Und er kam, um Reiki zu erhalten, ▶

\* siehe: <https://reiki-international.ch/fallstudien/hiv-ein-tagebuch/>

wurde eingeweiht – und kehrte danach wieder zurück in die Schweiz.

Wir hatten insgeheim die Hoffnung für ihn, dass er von den Drogen loskommt und seinen Lebensstil ändern würde. Nachdem er also gelernt hatte, sich selbst zu behandeln, mit der Empfehlung, dies möglichst regelmäßig zu tun, hat er das auch getan, anfangs mit viel Enthusiasmus. Sicherlich mindestens einmal pro Tag, wenn nicht sogar öfter, und das über längere Zeit. Außerdem hat er neben seiner Selbstbehandlung immer wieder Reiki „im Leben draußen“ angewandt, fast täglich, er hat viel mit Pflanzen zu tun gehabt.

## Reiki-Nothilfe auf einer Party

Und was ich sehr wohl weiß und mir erwähnenswert erscheint ist, dass dieser Mann auch weiterhin Exzesse gefeiert hat, in seinem Lebensstil, den er nicht wirklich geändert hat. Er hat nun jedoch Reiki und auch andere spirituelle Praktiken hinzugefügt. So hat er sich z.B. als Didgeridoo-Meister entwickelt, beherrschte die Zirkularatmung, und er gab auch Konzerte. In seinen Exzessen hat er immer wieder andere Menschen, die vielleicht eine Überdosis eingenommen hatten, mit Reiki behandelt. Auf einer Party, einer wirklich wilden Party, waren wir auch mal dabei, als jemand zusammenbrach und er sofort an vorderster Front diese Person mit Reiki behandelte.

Es ging für ihn dann so weiter, dass er keinerlei Symptome entwickelt hat, jedoch weiterhin HIV-positiv war. Und irgendwann, nach etwa zehn Jahren, wurde er von der Invalidenversicherung herbeizitiert. Wegen der HIV-Ansteckungsgefahr war er arbeitsunfähig, und er musste nun zu einem Nachtest, weil er Geld

über die Versicherung bezog und die Grundlage dafür erneut überprüft werden musste. Dazu war er am Universitäts-Spital Zürich, wo man ihn Jahre zuvor HIV-positiv getestet hatte. Im selben Labor nun, zehn Jahre später, haben die selben Ärzte den selben Mann wieder getestet. Und haben ihn danach erneut zu sich zitiert und zu ihm gesagt: „Hören Sie, wir müssen Ihnen etwas sagen: Sie sind nicht mehr HIV-positiv. Sie sind HIV-negativ.“

Später sagte er dann einmal zu mir: „Weißt du, ich habe eigentlich zwei Todesurteile bekommen.“ Eines, als man ihm sagte, er sei HIV-positiv. Das war damals eigentlich das Ende für ihn gewesen, von da an hat er nur noch mehr Vollgas gegeben, denn für ihn war klar: seine Tage waren gezählt. Und ein zweites, als man ihm sagte: „Äätsch-bätsch, da war gar nichts. Oder: Da ist nichts mehr, du bist jetzt HIV-negativ.“ Da ist für ihn genauso eine Welt zusammengebrochen. Es war extrem schwierig für ihn, mit dieser neuen Lebenssituation umzugehen. Mit dem Rückblick darauf, wie er die vergangenen zehn Jahre verbracht hatte. Und mit Blick in die Zukunft: Was bedeutet das jetzt für ihn, für seine Zukunft?

Das ist eine HIV-Geschichte, eine Geschichte im Zusammenhang mit AIDS, bei der für mich sonnenklar ist, dass es in allererster Linie Reiki gewesen ist, was diesem Mann geholfen hat. Von HIV-positiv zu HIV-negativ ... während sein Lebensstil sich in den Grundzügen in keinerlei Weise verändert hat.

## „Öffne dich ...!“

Zurück zur Geschichte in Bremen: Ich stehe also vor dieser Gruppe und sage: „Normalerweise sage ich zu Beginn eines Seminars immer, dass ich hier vorne nicht als Reiki-Lehrer stehen möchte und jemandem, der hier vielleicht wegen Kopfweh, Krebs oder Liebeskummer teilnimmt, vorgaukeln möchte, dass Reiki ein Allheilmittel ist. Aber heute möchte ich hinzufügen ...“, und ich wandte mich dem besagten Mann zu, dem Politiker, .... dass es nirgendwo geschrieben steht, dass Sie, nur weil man Sie jetzt HIV-positiv diagnostiziert hat, daran sterben müssen. Die statistische Wahrscheinlichkeit, die medizinische Prognose mag vielleicht sehr düster sein. Aber als Reiki-Lehrer möchte ich hier mit

René Vögeli, Justin Stein, Jojan Jonker, Francis Vendrell u.a. bei einer Reiki-Podiumsdiskussion, veranstaltet von der Associação Portuguesa de Reiki, Lissabon, 2019.



Nachdruck sagen: Sei nicht vorsichtig mit deinen Hoffnungen bezüglich Heilung! Sonder, im Gegenteil: Sei vorsichtig bezüglich dessen, was du glaubst, was die medizinische Prognose besagt. Öffne dich für die Möglichkeit, dass es anders kommt, als du jetzt denkst!"

## Transformation

Das sind meine beiden AIDS-Geschichten, die ich sehr relevant finde. Und der Politiker ... viele Jahre lang habe ich regelmäßig mindestens einmal im Jahr von ihm gehört, er sandte mir seine Tagebucheinträge zu.\* Sein Bezugspunkt und der seines Arztes, der Messwert bezüglich HIV, war die Anzahl der T-Zellen in seinem Körper, die von da an stabil blieb – und sich schließlich sogar zur Überraschung aller verbesserte. Schließlich hat er sein Leben von Grund auf geändert. Er hat sich geoutet, in seinem Umfeld. Ich weiß nicht, wie es mit seiner politischen Karriere weiterging. Ich meine, er hat sie nach wie vor weiterverfolgt. Dann gab es ja irgendwann einen Umschwung, in der gesellschaftlichen Betrachtung von Homosexualität. Und schließlich gab es bessere Medikamente, die er nehmen konnte. Auf jeden Fall: das Letzte, was ich noch von ihm hörte, bevor er in Pension ging, war sinngemäß:



René Vögeli gibt Reiki, in Zug in der Schweiz, 2014.

.... und wenn er nicht gestorben ist, so lebt er noch heute friedlich.“ Ob er HIV-negativ wurde, weiß ich nicht – aber er ist nicht an AIDS gestorben.

– Fortsetzung in der kommenden Ausgabe –

Anzeige

# Eine Hommage an Phyllis:

## Phyllis Lei Furumoto „In ihren eigenen Worten“

Das Buch mit den Kolumnen von Phyllis Furumoto & Interviews mit ihr aus dem *Reiki Magazine International*, aus den Jahren 1997 bis 2007.

Erstmals in deutscher Übersetzung!

**Ein gelungenes Buch** in wunderschöner graphischer Gestaltung!

Mit zahlreichen Fotos von Phyllis Furumoto, mit Geleitworten von Johannes Reindl, Joyce Winough, Paul Mitchell und Susan Mitchell & einem Vorwort der Herausgeber, Rolf und Li-Li Holm.

Erhältlich für 25,- € im Reiki Magazin-Shop.



„Für mich gibt es keine wertschätzendere Art, einem Menschen seinen Tribut zu zollen als den, ihm noch einmal eine Stimme zu geben.“

Melina Tobisch, Rezensentin Reiki Magazin

Erhältlich **exklusiv** im Reiki Magazin-Shop online, auf [www.reiki-magazin.de](http://www.reiki-magazin.de), oder per E-Mail an [info@reiki-magazin.de](mailto:info@reiki-magazin.de) oder telefonisch unter +49 - (0)30-89 74 60 93.



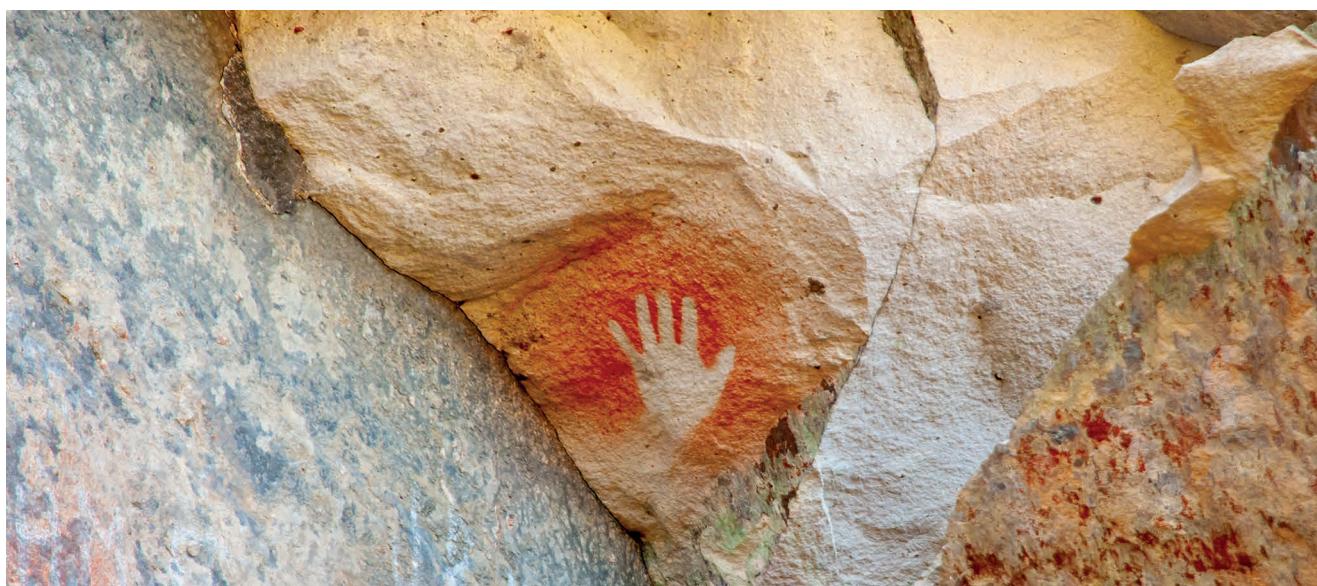
# Cueva de las Manos

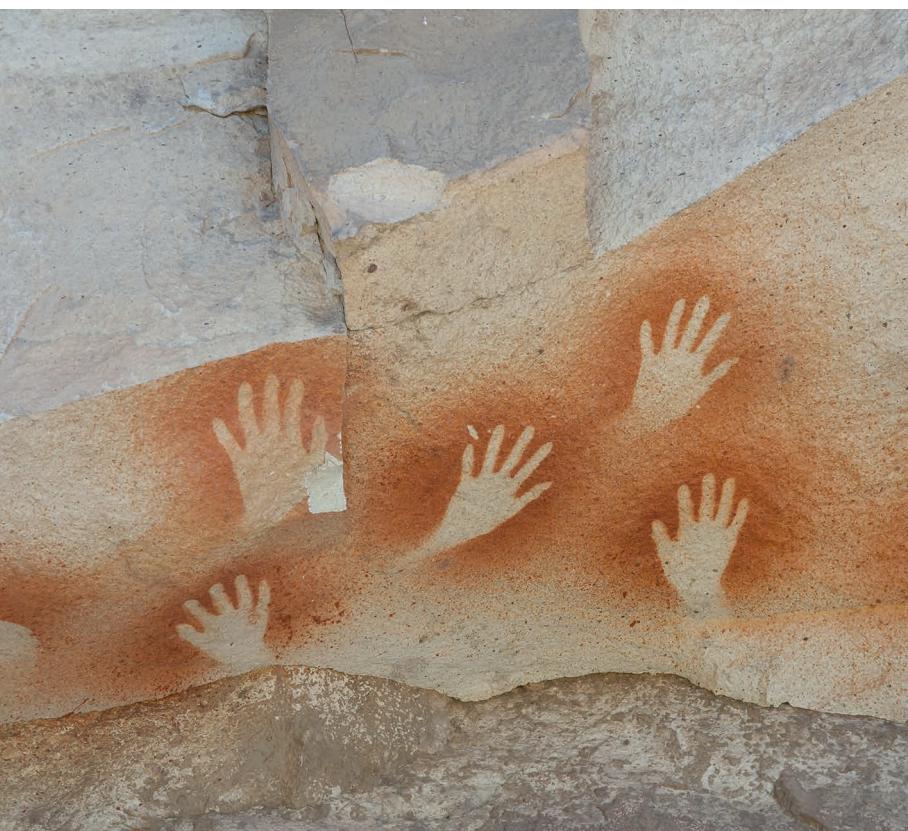


**Die Cueva de las Manos** („Höhle der Hände“) liegt im Südwesten Argentiniens. Sie ist bekannt für ihre Höhlenmalereien und wurde von der UNESCO zum Weltkulturerbe ernannt. Ihren Namen erhielt die Höhle, weil ein Großteil der Höhlenmalereien aus Händen besteht.



**Die „Höhle der Hände“** wurde 1941 vom Mönch Alberto M. de Agostini (1883-1960) entdeckt. Er war ein italienischer Salesianer Don Boscos und außerdem als leidenschaftlicher Bergsteiger, Forscher, Geograf und Fotograf bekannt. Um 1950 wurde die Höhle von mehreren Archäologen erforscht. Ab den 1960er Jahren hat sich in der Erforschung der Höhle und der umliegenden Region insbesondere der Topograf und Archäologe Carlos J. Gradiño hervorgetan.





**Die Höhle ist** 20 Meter tief, zehn Meter hoch und 15 Meter breit. Sie liegt in der Schlucht des Rio Pinturas, einem Zufluss des Rio Deseado, im Norden der Provinz Santa Cruz. Die Umgebung der Schlucht ist eine steppenhafte, leicht hügelige Landschaft. 155 km nördlich der Höhle liegt die Kleinstadt Perito Moreno.

**„Wir sehen Bilder** von Handformen, häufig von linken Händen, an einer Felswand in einer Höhle, tief im Innern eines Höhlensystems. Bilder von Händen mit leicht gespreizten Fingern. Meistens Gruppen von Händen, aber zuweilen auch eine einzelne Hand. Der Architekturhistoriker Sigfried Giedion gibt folgende Beschreibung: „Die ikonische Eigenschaft der Hand und ihre magische Beschwörungskraft kommen am stärksten zum Ausdruck, wenn eine Einzelhand, umgeben von einer Faraura, isoliert dargestellt wird – an einer Stelle für sich allein.“



## „Die Abbildung der Hand“

an der Felswand wird zu einer Ikone, zu einer Gegenwart der Stille, zu einem Zeichen für Teilhabe und Zusammengehörigkeit. Wir merken bald, dass es hier um Begriffsbildung geht, die sich nicht beschleunigen, sich vielleicht nicht einmal beenden lässt. Das stille Geheimnis der Bilder wird sich uns nicht völlig offenbaren.“

### „Man kann sich“

an einen Impuls halten, den man vielleicht bereits in der Höhle hatte: seine eigene Hand auf die Abbildung der Hand legen zu wollen. In der Höhle war es nicht gestattet. Aber man kann eine andere Felswand aufsuchen, am besten in einer abgelegenen und stillen Gegend. Dort kann man ein Experiment machen. Man kann seine Hand auf die Felsenwand legen – behutsam. Man kann sie lange, lange dort liegen lassen. Man kann seine Augen schließen, mit denen man sonst Information suchen möchte. Man kann versuchen, andere Sinneseindrücke so weit wie möglich auszuschalten. ... Manchmal kann man erleben, wie der Fels antwortet ... Etwas kommt einem entgegen, stimmt sich ein. *Attunement* oder *Einstimmung* können wir es mit einem modernen Begriff nennen ... Mithilfe der langsamen Zeit kann man die gegenseitige Bestätigung von Hand und Fels erleben. Wie zwei entgegengesetzte Ströme: einer vom Felsen in meine Hand, der andere von meiner Hand in den Felsen. Etwas ist geschehen. Durch meine Hände habe ich von innen etwas von der Welt wahrgenommen und kennengelernt. Der Stein hat geantwortet, etwas von seinem Wesen preisgegeben.“



**Auch in anderen Höhlen** z.B. in Südfrankreich und Spanien finden sich Abbildungen von Händen. Bis vor kurzem war man davon ausgegangen, dass vor allem Männer – Jäger oder Schamanen – diese Bilder schufen. Doch der US-amerikanische Anthropologe Dean Snow hat herausgefunden: Drei Viertel der steinzeitlichen Handabdrücke dort scheinen von Frauen zu stammen. Erkennen konnte der Forscher dies an den Proportionen der abgebildeten Hände und den Fingerlängen. Der hohe Anteil von Frauenhänden an diesen Höhlenmalereien wirft einige Fragen auf: Welche Bedeutung hatten die Handabdrücke für die Steinzeitmenschen? Und welche Rolle spielten Frauen in der Höhlenkunst dieser Ära?



## „Ich spreche mit der Erde

jenseits der Zeit,  
Sonne – der Welt Vater  
Erde – des Lebens Tochter  
Morgenröte des Himmelsrandes  
sternenfunkelnd  
Ich spreche mit der Erde.“

Nils-Aslak Valeapää

„Das Wort ‚Höhle‘ weckt im Chinesischen von vornherein weniger die Assoziation der ‚Grotte‘, also einer geschlossenen Wölbung im Fels oder Erde, die als vorübergehendes Versteck dienen kann, als vielmehr die eines ‚Durchgangs‘, eines ‚Übergangs‘. Nicht das Dunkel der Höhle an sich, so geheimnisvoll es auch sein mochte, zog die Aufmerksamkeit auf sich, sondern das weit hinten an ihrem Ende schimmernde Tageslicht, das eine neue Welt verhieß.“

Wolfgang Bauer



#### **Redaktionelle Hinweise:**

Alle Fotos: Copyright adwo - stock.adobe.com / außer: S. 45 unten © Gorodenkoff - stock.adobe.com und S. 47 © EVERST - stock.adobe.com

Zitat s. Giedion (S. 44) aus: „Im Anfang war die Hand“, Eva Malm, S. 51, Steinbergkirche-Neukirchen, 2018 / Zitat S. 45 oben aus: „Im Anfang war die Hand“, s.o., S. 50f / Zitat S. 45 unten aus: „Im Anfang war die Hand“, s.o., S. 52f (jew. drei Punkte markieren kurze Auslassungen) / Infos zu Text S. 46 oben aus: „Höhlenmalerei: Handabdrücke stammten von Frauen“, Artikel auf: [www.scinexx.de](http://www.scinexx.de) / Gedicht S. 46: Nils-Aslak Valaepää, aus: „Vidderna inom mig“, 1987 / Zitat S. 46 aus: „China und die Hoffnung auf Glück“, Wolfgang Bauer, München, 1974

# Der Gedenkstein für Mikao Usui

Dr. Mark Hosak übersetzt die Inschrift für Mikao Usui vom Gedenkstein am Saihoji-Tempel in Tokio neu. In dieser Folge geht es um die Beschreibung des spirituellen Meisters selbst, um seine innere Ausrichtung und äußere Erscheinung.

先生人と為り温厚恭謙にして  
邊幅を飾らず  
**Sensei hito to nari onkô kyôken**  
**ni shite henpuku kazarazu**

Nach der Textstelle über Mikao Usuis Ehefrau und ihre Kinder vermittelt die Inschrift des Gedenksteins weitere Informationen über seinen Sohn, der Usuis Haus geerbt hat (siehe letzte Ausgabe).

Um die Übersetzungsmöglichkeiten des diesmaligen Satzes aus dem Japanischen nachvollziehen zu können, wird er zunächst analysiert, indem jedes einzelne Wort, die Schriftzeichen und die Grammatik erklärt werden. Dies ist hilfreich, weil sich daraus tiefere Bedeutungs-

ebenen 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.

## Textanalyse

*Sensei* setzt sich aus den Kanji *sen* und *sei* zusammen. *Sen* bedeutet früher, voraus sein, zuvorkommen, und *sei* steht für Geburt, leben, wachsen, zum Leben erwecken, am Leben sein, existieren und gebären. In Kombination ist *sensei* Lehrer, Meister, Schulmeister, Doktor, in Kunst und Wissenschaft fortgeschrittene Person, respektvolle Anrede für Lehrer, Professoren, Künstler, Ärzte und Rechtsanwälte, Altäre, Typ, Älterer und einer, der vor einem selbst geboren ist.

*Hito* bedeutet Person, Charakter, Persönlichkeit, und es sind damit alle Lebewesen gemeint.

*To* ist eine Partikel, welche den Namen mit dem folgenden Verb verbindet.

*Nari* ist ein Hilfsverb für tun, machen und ausführen.

*Onkô* setzt sich aus den Kanji *on* und *kô* zusammen. *On* bedeutet warm und warmherzig. *Kô* steht für dick, freundlich, herzlich und tiefer Glaube. In Kombination bedeutet *onkô* mild, sanftmütig, freundlich, sanft und zuverlässig.

*Kyôken* setzt sich aus den Kanji *kyô* und *ken* zusammen. *Kyô* bedeutet zurückhaltend und bescheiden. *Ken* steht für bescheiden, demütig und anspruchslos.





*Ni* ist eine Partikel, die einen Zustand beschreibt, wenn darauf ein Verb folgt.

*Shite* kommt von dem Verb *suru* und bedeutet tun, machen, sein. In dieser Wandlungsform deutet es darauf hin, dass hier ein weiterer Hauptsatz im gleichen Satz wie eine Aufzählung angehängt wird.

*Henpuku* setzt sich aus den Kanji *hen* und *puku/fuku* zusammen. *Hen* ist ein altes und seltenes Sonderzeichen, welches heute nicht mehr verwendet wird und sich mit seiner Bedeutung kaum in Wörterbüchern finden lässt – es sei denn man schaut nach dem Zeichen, das sich daraus entwickelt hat. Dann bedeutet es Gegend, Nähe, Nachbarschaft, Grenze und Umgrenzung. Das Kanji *fuku* wird *puku* ausgesprochen, wenn es in einer Kanji-Kombination direkt auf den Laut *n* folgt und steht für Rollbild, Größe, Differenz und Einfluss. In Kombination bedeutet *henpuku* Äußere Erscheinung und Äußerer.

Wo ist eine das Akkusativ-Objekt anzeigenende Partikel.

*Kazarazu* ist das abschließende Verb des Satzes in der schriftsprachlichen und klassischen Verneinungsform und bedeutet beschönigen, schmücken und zur Schau stellen.

## Übersetzungsmöglichkeiten für diesen Satz

Der Meister war von seiner Persönlichkeit bescheiden und sanftmütig. Er legte keinen Wert auf seine äußere Erscheinung.

Der Meister war von seiner Persönlichkeit bescheiden und sanftmütig und legte keinen Wert auf sein Äußeres.

## Die Beschreibung des Charakters von Mikao Usui

Die Wortwahl für die Wesenszüge des Mikao Usui sind hier wohl bedacht ausgewählt. Hier wurden Kanji in Wortkombinationen ausgewählt, wie sie heute in japanischen Wörterbüchern kaum zu finden sind. Dies ist ein Zeichen dafür, dass es sich um Literaten-Begriffe aus den chinesischen Klassikern handelt, die Mikao Usui eine besondere Ehre zuteil kommen lassen sollen.

Nur in höchstem Maße gebildete Japaner werden die gewählte Sprache auf Anhieb verstehen und sich an die Texte erinnern, aus denen diese Begriffe stammen. Das bedeutet, dass im Kontext dieser alten Texte Erinnerungen an weitere Geschichten heldenhafter und bedeutender Persönlichkeiten wachgerufen werden und entsprechende Gefühle hervorbringen. ■

Der Berg Fuji in Japan.



**Dr. Mark Hosak**  
Spiritueller Lehrer  
Shingon Reiki Meister  
Meister-Kalligraph und Buchautor  
Übersetzer und Dolmetscher für  
Japanisch  
Schwerpunkt akademischer For-  
schung in buddhistischer Symbo-  
logie und Ostasiatischer Kunstge-  
schichte

**Kontakt:**  
Shingon Institut - Dr. Mark Hosak  
Friedrichstr. 6, 69412 Eberbach  
Tel.: (06271) 947957, E-Mail:  
[shingonreiki@googlemail.com](mailto:shingonreiki@googlemail.com)  
[www.shingon-reiki.com](http://www.shingon-reiki.com)

# LUST ZU LEBEN

Freiheit durch Verbundenheit  
im Berufs- und Privatleben

**REIKI UND MEHR:**  
Reiki-Coachings,  
Aus- und Fort-  
bildungskurse im  
Intuitiven Reiki für  
Einsteiger und Profis

Infos:  
[www.lust-zu-leben.de](http://www.lust-zu-leben.de)



Sabine Hochmuth

**LUST ZU LEBEN**  
*Sabine Hochmuth*

## 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



## Reiki-Magazin- Geschenk-Abonnement

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

... mit dem Verschenk-Gutschein für das

Bitte benutzen Sie den Coupon auf Seite 65!

**REIKI**  
Magazin

# Moorkienholz

Jedes Mal

wenn ich Moorholz sehe  
denke ich, dass es Menschen gibt,  
die noch unentdeckt geblieben sind.

**Kommentar von Hiroko Kasahara:**



Als Moorkienholz bezeichnet man die Reste toter Baumwurzeln oder Äste, die viele Jahre in einem Moor lagen. Dieses Holz hat besondere Eigenschaften, es wird u.a. zur Ausstattung von Aquarien und Terrarien sowie zur Herstellung von Kunst verwendet. Zuvor muss es jedoch entdeckt werden, sonst würde es einfach nur im Moor herumliegen. Der Meiji-Kaiser denkt nun bei sich: „Sicher gibt es viele Menschen mit besonderen Talenten, die bislang noch nicht entdeckt wurden ... vielleicht sollten diese Menschen ihre Talente zur Geltung bringen ... und sich auf diese Weise auch für ihr Land nützlich machen.“ Ebenso können wir uns selbst fragen: Haben wir all' unsere Talente, die vielleicht in uns liegen, bereits entdeckt? Vielleicht haben wir sie nur deshalb noch nicht entdeckt, weil unsere eigenen Talente uns eher normal vorkommen, nicht als etwas Besonderes – da wir sie ja immer schon gehabt haben. Vielleicht können wir noch einiges in uns entdecken ... und damit etwas Wunderbares anfangen.

**Erläuterungen zur Wahl des Gedichtes:**

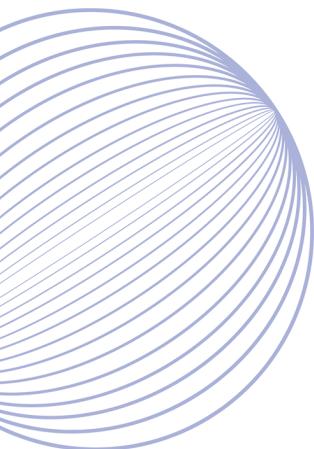
Der berühmte Meiji-Kaiser, der Japan in der Zeit von 1868-1912 regierte, soll mehr als 100.000 Gedichte verfasst haben. Von diesen wählte Mikao Usui 125 Gedichte aus, die in seiner Lehre des Reiki Ryoho eine wichtige Rolle spielten. Das oben stehende Gedicht ist eines davon. In der herben Klarheit einer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

埋もれ木を見るだけでも思ふ、かな  
しづめるまゝの人もありや



Text und Kalligraphie:  
Hiroko Kasahara

# Die Tag-und-Nacht-Gleiche ...



... ist einer meiner Lieblingszeitpunkte des Jahreskreises. Dann sind nämlich Tag und Nacht etwa gleich lang. Licht und Dunkelheit halten sich die Waage. Es herrscht ein Gleichgewicht der Kräfte. Und das auf der ganzen Welt. Denn die Sonne geht dann überall auf der Erde fast genau im Osten auf und im Westen unter.

Es gibt nur zwei Tage im Jahr, an denen das so ist: die Frühjahrs- und die Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche. Die eine war am 20. März – Frühlingsanfang – und die andere ist am 22. September 2021: Herbstanfang. Für mich sind das sehr besondere, auch energetisch fühlbare Momente im Jahreslauf – spannenderweise springen meine Hände auch jetzt beim Schreiben an, und ich spüre deutlich das warme Fließen der Energie in meinen Handflächen. Wie wunderbar und wie beruhigend ...

## Gleichgewicht der Kräfte

Als ruhig, friedlich, sanft und irgendwie freundlich würde ich auch die Qualität dieser Tage bzw. Nächte beschreiben. Mein Verstand fragt natürlich, wieso ich das so wahrnehme und woran das wohl liegen könnte? Ich bin keine Astronomin, und es geht mir auch nicht darum, naturwissenschaftliche Erklärungen für meine Wahrnehmungen zu finden. Das kann man heutzutage ganz schnell und dankenswerterweise bei Wikipedia nachlesen. Für mich ist mein Erleben, die Erfahrung ausschlaggebend. Und ich weiß noch aus meinem Ethnologie-Studium, dass auch empirisch Wissen entstehen kann, durch Feldforschung. Egal, das ist ein anderes Thema.

„Des Lebens Schlüssel liegt im Gleichgewicht.“ Das war eine der ersten Spruch-Postkarten, die ich mir vor Jahrzehnten zulegte. Das Bild dazu war eines dieser Steintürmchen am Strand, denen man mittlerweile häufig bilden und auch real an Flussläufen begegnet. Ich mag solche Karten und habe eine Wand, an der einige schon ewig hängen, manche wieder verschwunden und neue dazu gekommen sind. Ja, ich glaube das auch: Das Gleichgewicht als Zustand, in dem die entgegengesetzt wirkenden Kräfte einander aufheben und so quasi die goldene Mitte kreieren ... das ist die Vorausset-

zung für ein zufriedenes Leben. Man kennt das auch unter dem Begriff Work-Life-Balance. In dem Fall würde ich sagen: Wenn wir eine individuell zu bestimmende Ausgewogenheit zwischen Arbeits- und Berufsleben gefunden haben, sind wir glücklich. Und wir geraten nicht in Gefahr, leer zu laufen oder auszubrennen. Harmonie, Balance, Gleichmaß und Stabilität sind weitere Worte, die mir einfallen und die in mir ebenfalls sofort ein Lächeln hervorzaubern.

## Stabile Ausgeglichenheit

Auch in meinen Reiki-Coachings betrachte ich eine stabile Ausgeglichenheit der Kräfte als Ziel. Wenn ich zum Beispiel in einem Vorgespräch einer interessierten Nicht-Reikianerin unsere Methode erkläre, klingt das in etwa so: „Sie haben sicher schon mal von Yin und Yang gehört, oder? Dieses schwarz-weiße Symbol, bei dem in der einen Hälfte der jeweils andersfarbige Punkt ist, kennen Sie bestimmt. Ich möchte vereinfacht sagen: Unsere Welt besteht aus Gegensatzpaaren, wie hell und dunkel, süß und sauer, Spannung und Entspannung. Manchmal sind diese ins Ungleichgewicht geraten. Vielleicht weil wir uns selbst zu oft zu viel Druck machen oder angespannt sind, weil wir zu viel arbeiten und uns zu wenig freie Zeit zur Entspannung gönnen. Ganzheitliche Gesundheit – also auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene – erreichen wir dann, wenn Spannung und Entspannung sich die Waage halten. Wenn wir die Pole gleich gewichten, die Ruhe also genau so wichtig nehmen wie die Aktivität, die Stille wie die laute Freude. Die Reiki-Energie aus dem Ursprung des Lebens, die ich Ihnen als Kanal zur Verfügung stellen kann, sorgt genau dafür: Sie unterstützt Ihr Körper-Geist-Seele-System darin, dieses natürliche und gesunde innere Gleichgewicht wieder herzustellen. Wir aktivieren und fördern also Ihre Selbstheilungskraft, so dass sich ihr Gesamtsystem wieder von alleine regulieren kann.“ Das wird verstanden.

## „Wie Oben, so Unten.“

Das, was wir im Innern als so wohltuend, entspannend und vitalisierend empfinden, erleben wir an den Tag-und-Nacht-Gleichen im

### Zur Autorin:

Sabines Weg mit Reiki begann 2000 nach einem Unfall mit Nahtodeserlebnis. Seit 2004 (und seit 2013 hauptberuflich) arbeitet sie als Reiki-Coach und Reiki-Lehrerin mit dem von ihr auf der Basis des Usui Shiki Ryoho weiterentwickelten Intuitiven Reiki. Die gelernte Ethnologin entwickelte spezielle Programme, wie „Reiki-Reisen“, „Spirituelles Business-Mentoring“, „Intuitives Reiki-Coaching“ sowie Fortbildungen für Reiki-Profis. Gerne verbindet sie dabei traditionelles und modernes Heilwissen zu einem neuen Ganzen. 2021 veröffentlichte Sabine ihr erstes Buch. Heute lebt und arbeitet sie überwiegend in Zypern.

Außen. Wir können uns daran orientieren und uns rückbesinnen auf die natürlichen Rhythmen, die Zyklen der Natur, die uns eine Art von Struktur und damit Stabilität und Verbundenheit bieten können. Erinnern wir uns an das hermeneutische Gesetz „Wie Oben, so Unten. Wie Innen, so Außen“. Überall auf der Welt feierten und feiern Völker diesen Gleichstand. Man kann es sich auch vorstellen wie die Feier des Sonnenuntergangs, des Abendrots. Und wir alle wissen, welche Magie in der Dämmerung liegt, diesem ganz besonderen Zwischen- und Gefühlszustand zwischen Tag und Nacht. Und so ist es auch im Herbst, dem großen Sonnenuntergang des Jahres quasi.

## Mabon

Da ich gerne unsere europäischen Wurzeln und Traditionen mit denen der aus Asien stammenden Reiki-Methode verknüpfe, beziehe ich mich bei manchen meiner Angebote auf den keltisch-germanischen Jahreskreis (die Unterscheidung zwischen Kelten und Germanen fällt auch den Historikern schwer). Hier finden wir die Herbst-Tag-und-Nachtgleiche als Mabon. Es gilt als Schwellenfest, das den unsichtbaren Grenzbereich zwischen den Jahreszeiten kennzeichnet. Sichtbar wird das übrigens auch im altdeutschen Namen ‚Scheidung‘ für den September, also dem Monat, der den Sommer beendet und den Herbst einleitet.

Ich würde Mabon als einen Vorläufer der heute noch bekannten Erntedankfeste bezeichnen: Die Ernte der Feldfrüchte ist eingebbracht, und man bereitet sich auf den Herbst und dann auf den entbehrungsreichen Winter vor. Und man äußert seine Dankbarkeit durch ein Fest und mit bestimmten Ritualen. So wurden die besten Früchte der Ernte den Göttern, den Ahnen oder der Natur geopfert, um sie darum zu bitten, dass auch das nächste Jahr wieder fruchtbar werden möge.

## Die Kraft der Rituale

Rituale halte ich für elementar. Indem wir gemeinsam und in einer ähnlichen Art und Weise etwas tun, stellen wir Gemeinschaft her. Ich denke gerade an unsere Geste des Gassho, mit der wir uns in die Meditation begeben und mit der wir uns begrüßen – sie wird von allen ReikianerInnen auf dieser Welt verstanden. Als Individuum kann ich mir im Ritual bewusst werden, dass ich Teil von etwas bin. Und das muss



Sabine in Ausführung eines Rituals.

jetzt nicht als riesiges Brimborium ablaufen: Bei uns zu Hause wurde zum Beispiel früher auf das gemeinsame Abendessen mit der Familie Wert gelegt, bei dem sich auch ausgetauscht wurde über die Tagesereignisse. Oder es gab die Schultüte oder den Geburtstagskuchen oder das abendliche Vorlesen. Ich liebe es zum Beispiel, mir vor dem Zubettgehen den Tag energetisch abzustreifen. Dafür verwende ich die Kenyoku-Technik, das Trockenbaden. Und ich würde jetzt nicht sagen, dass das eine Zwangshandlung ist, sondern ein Ritual, eine feste Struktur, mit der ich den Tag bewusst beende und mich ebenso bewusst in die Ruhe der Nacht begebe.

## Momente

Dies ist letztlich auch eine Art der Herstellung des Gleichgewichts zwischen Spannung und Entspannung ... durch eine bewusste Unterbrechung mittels einer Handlung. So wie meine stille Tasse Kaffee am Morgen ein Muss ist für einen sanften und guten Start in den Tag. Und auch wenn das Getränk kein Garant dafür ist, bin ich mir sicher, dass es hilft. Mich lässt das auch an die Aussage denken: „Er ist heute mit dem falschen Fuß aufgestanden“. Ich glaube, dass der „falsche Fuß“ oder „richtige Fuß“ eine innere Haltung beschreibt, mit der man von einem in den anderen Zustand wechselt. Und wie wir diesen Übergang, diesen Moment, in dem die Waagschale quasi noch überlegt, in welche Richtung sie kippt, erleben und gestalten können ... ja, das haben wir in der Hand. ■

## Info & Kontakt:

LUST ZU LEBEN  
Mainstreet 2  
CY-8630 Praitoria, Paphos  
Zypern

Rheinstraße 70  
D-65185 Wiesbaden  
Deutschland

Tel.: +49 173-6545961  
E-Mail: info@lust-zu-leben.de  
[www.lust-zu-leben.de](http://www.lust-zu-leben.de)  
[www.reiki-reisen.eu](http://www.reiki-reisen.eu)  
[www.reiki-profis.de](http://www.reiki-profis.de)

# Herbstlicher Kartoffel-Lauch-Eintopf

„Mein Kartoffel-Lauch-Eintopf ist ganz bewusst nach den Regeln der 5 Elemente-Ernährung kreiert und schenkt wohlige Kraft für die herbstliche Jahreszeit. Krönt diesen Eintopf mit einer Portion Reiki-Energie und lasst ihn euch schmecken!“



## Die Zutaten:

Rapsöl  
6 mittelgroße Kartoffeln  
1 Zucchini  
2 Möhren  
1 Lauchstange  
ca. 2,5 Liter Wasser  
1 Tasse gelbe Linsen  
2 TL Zitronensaft  
1 Msp. Paprikapulver, edelsüß  
2 gehäufte TL gekörnte Gemüsebrühe  
(schwarzer) Pfeffer, nach Belieben  
1/2 TL Meersalz  
3/4 Tasse Petersilie, gehackt  
Optional: Kürbiskernöl

## Die Zubereitung:

1. Kartoffeln, Zucchini und Möhren schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Lauchstange halbieren, waschen und in Streifen schneiden. Petersilie waschen und hacken.
2. In einem Topf mit Rapsöl Kartoffeln, Möhren, Zucchini und Lauch kurz anschwitzen. Mit Wasser aufgießen und die gelben Linsen hinzufügen. Dann 2 TL Zitronensaft dazu geben.
3. Mit Paprikapulver, gekörneter Gemüsebrühe, Pfeffer und Meersalz würzen, gut umrühren und auf mittlerer Stufe im geschlossenen Topf ca. 20 Minuten garen. Dabei gelegentlich umrühren und bei Bedarf etwas Wasser nachgießen.
4. Zum Schluss die frisch gehackte Petersilie unterheben, dabei einen kleinen Teil zum Garnieren übrig behalten und später drüberstreuen.  
Optional: Mit etwas Kürbiskernöl beträufeln.

Guten Appetit!

**Albert Már Scheiper**

Reiki-Meister und Altenbetreuer aus Lemgo  
E-Mail: albert-mar-scheiper@t-online.de





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

# Naturreine ätherische Öle

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

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

Vor über 80 Jahren schon entwickelte der Heilkundige Erich Reinecke diese wirkungsvolle Kräuterölmischung, die Selbstheilungskräfte anregt und entspannend und ausgleichend auf den ganzen Organismus wirkt. Energiebahnen werden geöffnet, energetische Blockaden gelöst. Damit wird das Öl zu einem unverzichtbaren Begleiter bei inneren und äußereren Verspannungen. Es lockert und löst von innen heraus und intensiviert Massage-Behandlungen.



## Soli-Chlorophyll-Öl S 21



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

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

### Sitzende Tätigkeiten und Computer-Arbeit

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

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

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

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

Viel Freude und Entspannung mit dieser wundervollen Kräuterölmischung wünscht Ihnen

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

# Lucy Licht



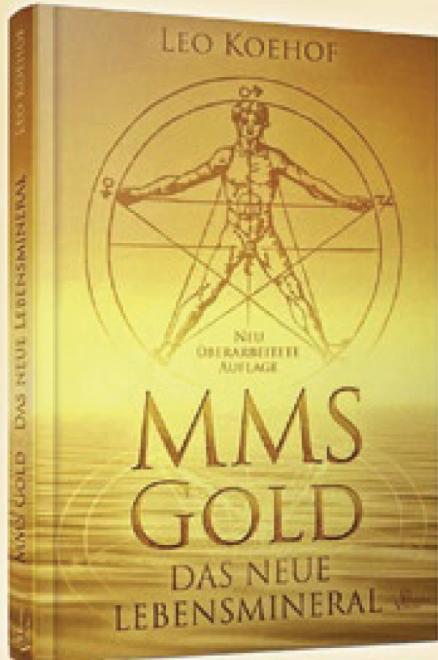
„2022 naht ...“



Idee: Oliver Klatt  
Zeichnung: Janine Warmbier

# MMS-Gold

## - Das neue Lebensmineral -



### Leo Koehof

Die Lebensmineralien ergänzen das Leben mit allen wichtigen Mineralien und Spurenelementen, die für eine optimale Zellfunktion unentbehrlich sind. Unerwünschte Stoffe werden gebunden und eliminiert, wodurch das Gleichgewicht im Körper wieder hergestellt wird.

Es reinigt das Wasser und bricht Mikrocluster auf. Es restrukturiert und optimiert das Wasser. Fügen Sie einfach ein paar Tropfen in das Wasser, das Sie zum Kochen und Trinken verwenden.

Es eliminiert Chlor, Fluor, pharmazeutische Rückstände, Chemie, Plastik, Lösungsmittel, Schwermetalle und Pathogene im Wasser.

MMS-Gold tötet Viren, schädliche Bakterien und Parasiten durch Oxidation, und verhindert deren Verbreitung und Wachstum – auch im Körper.

153 Seiten, ISBN: 978-90-8879-034-8, Softcover, € [D] 21,95

### Lesen Sie alles über die Anwendungsmöglichkeiten und Einsatzmöglichkeiten:

- Die Lebensmineralien führen dem Körper alle wichtigen Mineralien und Spurenelemente, die für eine gute Zellfunktion unentbehrlich sind, zu.
- Unerwünschte Stoffe werden gebunden und eliminiert, wodurch das Gleichgewicht im Körper wieder hergestellt wird.
- Es reinigt das Wasser und bricht Mikrocluster auf und restrukturiert und optimiert das Wasser. Fügen Sie einfach ein paar Tropfen in das Wasser, Sie zum Kochen und Trinken verwenden.
- Es eliminiert Chlor, Fluor, pharmazeutische Rückstände, Chemie, Plastik, Lösungsmittel, Schwermetalle und Pathogene im Wasser.
- Es gibt dem Körper das ganze Spektrum an Spurenelementen in flüssiger Form.
- Mineralien können Ablagerungen (Kalzifizierung) in den Zellen, Drüsen, Organen und anderen Körperteilen beeinflussen.
- Mineralien können die Sauerstoffzufuhr und die Aufnahme und Assimilation von Nährstoffen in den Zellen beeinflussen.
- Mineralien können die Zellaktivität und ATP Produktion stimulieren.
- Mineralien können die Hormonfunktionen, wie die Freisetzung von Glutathion und Super OXID Dismutase beeinflussen.
- Es findet ein tiefgehender Wasseraustausch bis auf die zellulären Ebenen statt.



MMS Gold, 100 ml € 24,95  
MMS Gold, 500 ml € 84,95



JIM  
HUMBLE  
VERLAG

Aufklärung.  
Gesundheit.  
Bewusstsein.

Internet: [www.jimhumbleverlag.com](http://www.jimhumbleverlag.com)  
E-Mail: [info@jimhumbleverlag.com](mailto:info@jimhumbleverlag.com)

# Reiki-Branchenbuch

## Österreich

### PLZ 6000

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

## Reiki-Türschild

Größe:  
ca. 7,5 x 10 cm

Auf Postkartenkarton gedruckt.



**1 Stck.: 2,20 €**

**10 Stck.: 18,00 €**

Bestellen Sie auf:  
[www.reiki-magazin.de](http://www.reiki-magazin.de)  
Klick auf „Reiki-Shop“!

Oder per E-Mail an:  
[service@reiki-magazin.de](mailto:service@reiki-magazin.de)

## Deutschland

### Bundesweit

#### Reiki Alliance Deutschland e.V.



Meister und Praktizierende im Usui Shiki Ryoho  
Vorträge, Workshops, Seminare

[www.Reiki-Alliance-Deutschland.de](http://www.Reiki-Alliance-Deutschland.de)

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

### PLZ 10000

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

Jürgen Kindler  
10179 Berlin  
Alte Jakobstr. 48  
EMail: [hallo@reiki-in-berlin.com](mailto:hallo@reiki-in-berlin.com)  
[www.reiki-in-berlin.com](http://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](mailto:info@seminarzentrum-klatt.de)  
[www.einfach-nur-reiki.de](http://www.einfach-nur-reiki.de)  
Reiki-Seminare, Meisterausbildung, Reiki-Behandlungen, Lebensberatung mit Tarot und Astrologie, Tagesworkshops „Spiel der Wandlung“

#### Heilpraxis Birgit Grobbecker

Einzelbehandlungen & Seminare  
12623 Berlin  
Erich-Baron-Weg 14  
Tel.: 030-63379133  
EMail: [info@heilpraxis-grobbecker.de](mailto:info@heilpraxis-grobbecker.de)  
[www.heilpraxis-grobbecker.de](http://www.heilpraxis-grobbecker.de)  
Reiki-Seminare, Behandlungen, monatliche Treffen, Ausbildung, Inhouse-Schulung und Seminare für Entspannungstherapie, Stressbewältigung, Aromatherapie, Massagen

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

### PLZ 20000

shangrila  
Denia Rositzki  
20535 Hamburg  
Stoeckhardtstr. 37a  
Mobil: 0171-3151222  
EMail: [Shangrila@littletemple.de](mailto: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](mailto:Selima-D@gmx.de)  
[www.selima-crystal.de](http://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

Traditional Reiki Network  
Frauke Bankosegger  
Reiki-Meisterin  
22587 Hamburg  
Kahlkamp 15  
Tel/Fax: 040-865436  
Seminare, Behandlungen, Fortbildung  
  
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](http://www.Barbara-Simonsohn.de) Vorträge, Seminare und Gruppenbehandlungen in HH und bundesweit a. f. Quereinsteiger. Lehrerausbildungen IIIB, VB, VIIIB. Meine Lehrerin Dr. Ray wurde direkt von Frau Takata eingestimmt. Bestseller u.a. "Das authentische Reiki", "Reiki f. Fortgeschritten" (Goldmann) u. "Reiki" (Ansata). 100-Seiten-Handbuch i. I.Grad

Uluru-Reiki Zentrum  
Simone Grashoff  
22769 Hamburg  
Eimsbütteler Str. 25  
Tel.: 040-4301198  
Fax: 040-4306341  
EMail: [welcome@touching-indias-heart.com](mailto:welcome@touching-indias-heart.com)  
Reiki Seminare, regelm. 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](mailto:reiki@simonegrashoff.de)

[www.reiki-simonegrashoff.de](http://www.reiki-simonegrashoff.de)

# Reiki-Seminare

## mit Oliver Klatt



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](http://www.Einfach-nur-Reiki.de)

**Reiki-Sonne-Hitzhusen**  
Regina Zipf, Reiki-Meister \* Lehrerin für energet. Aufrichtung  
24576 Hitzhusen  
Forellenweg 17  
Fon: 04192-889 776  
Fax: 04192-889 919  
[info@reiki-sonne.de](mailto:info@reiki-sonne.de)  
[www.reiki-sonne.de](http://www.reiki-sonne.de)  
Informationen zu Reiki, Metamorphose, energetischer Aufrichtung und weiteren Themen.

**Schule und Praxis für Reiki und Geistiges Heilen**  
Erika Wichmann  
25486 Alveslohe  
Buchenstraße 1  
Tel.: 04193-2743  
Email: [mail@erika-wichmann.de](mailto:mail@erika-wichmann.de)  
Reikilehrerin seit 1998, Einweihungen in alle Grade, Ausbildung in Rückführungsarbeit (Kindheit und frühere Leben) mit Engel-Licht-Heilung

### PLZ 30000

**Barbara Thiele  
Reiki-Meisterin**

Reiki-Behandlungen,  
Coaching Nebengewerbe,  
Entspannungsmassage

Tel. 0176-50323097  
33104 Paderborn, Gneisenaustr. 6  
[www.barbara-thiele.de](http://www.barbara-thiele.de)

### PLZ 40000

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

### PLZ 50000

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

Gerd Knieps - Lebensberatung  
Gesundheit durch Bewusstsein  
EnergyCoaching & Kité  
Ausbildung - Seminare  
53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler  
Termine nach tel. Vereinbarung  
+49 2641 207 79 66

Naturheilpraxis & Seminarhaus  
Schlüsselblume  
Martina Schneider  
Heilpraktikerin &  
Reikimeisterin/-lehrerin  
Am Sahrbach 3  
53505 Altenahr-Kreuzberg  
Telefon 02643-2405  
[www.naturheilpraxis-in-kreuzberg.de](http://www.naturheilpraxis-in-kreuzberg.de)

### PLZ 60000

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

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

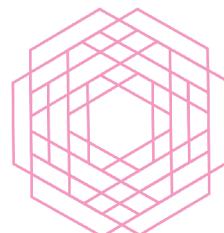
**BergKristall**  
**Der zauberhafte Steinladen**  
Brigitte Trumpf

Montag - Freitag 15.00 - 18.00 Uhr  
und nach Vereinbarung  
Mittwoch Ruhetag  
Telefon: 06654 - 8082  
[www.seminarhaus-trumpf.de](http://www.seminarhaus-trumpf.de)  
Auf der Wacht 17  
36129 Gersfeld/Rhön

Naturheilpraxis  
Anita Bind  
64807 Dieburg  
Friedrich-Ebert-Straße 38  
Tel.: 06071-6043700  
EMail: [anita.bind@gmx.de](mailto:anita.bind@gmx.de)  
[www.anita-bind.de](http://www.anita-bind.de)  
1. und 2. Grad

**LUST ZU LEBEN**  
Rheinstraße 70  
D-65185 Wiesbaden  
Deutschland  
Tel.: +49 173-6545961  
Email: [info@lust-zu-leben.de](mailto:info@lust-zu-leben.de)  
Intuitives Reiki, Reiki-Coaching,  
Spirituelles Business-Mentoring,  
Reisen & Retreats, Meditation &  
Medialität

Ki Akademie  
Frank Doerr, Reiki-Lehrer  
66740 Saarlouis  
Oderstr. 14  
Fon: 06831-  
[ki-akademie@gmx.de](mailto:ki-akademie@gmx.de)  
[www.ki-akademie.de](http://www.ki-akademie.de)  
Ausbildungen in allen Graden im  
Saarland beim renommierten  
Reiki-Autor



## Entdecke die Website des Reiki Magazins:

- Mehr als 500 (!) kostenlos zugängliche, zeitlose Artikel, Interviews und Erfahrungsberichte rund um Reiki aus früheren Ausgaben, seit 1997
- Großes Reiki-Anbieterverzeichnis, u.a. mit Informationen zu Reiki-Treffen, die in Deiner Nähe stattfinden
- Reiki-Shop: Reiki-Urkunden, Meister-Stempel, Heilfolien, Reiki CDs, Reiki Bücher, Kleinartikel u.v.m.
- Große gemeinsame Fernreiki-Aktion mit stets aktualisierten Zielen



### 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

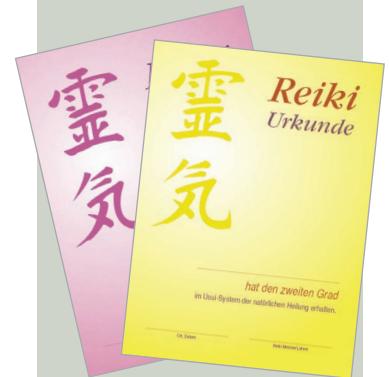
Energetische Heilpraxis  
Michaela Weidner  
Reiki-Meisterin/Lehrerin  
72514 Inzigkofen-Vilsingen  
Lerchenweg 2  
Tel.: 07571-14922  
EMail: michaela.weidner@reiki-fit.de  
www.reiki-fit.de  
Grad I-III, Kinderkurse, Chakren-einweihungen, Reiki-Treffen

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, Krisen-intervention

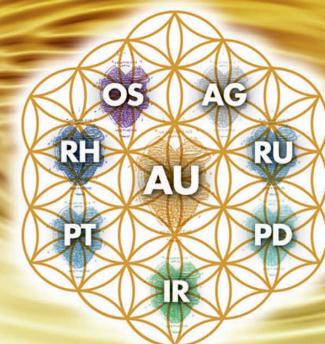
Reiki-Meisterin  
Birgit Sehrer  
77963 Schwanau  
Dr. Heimburger Straße 10  
Tel.: 0049-151-41297509  
www.reiki-erfahren.de  
Reikibehandlungen, Energetische Ausleitungen, Hypnose, Schamanische Geistheilung, Hausräucherungen

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

## Reiki Urkunden und Stempel

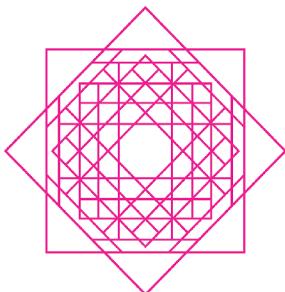


Im  
**Reiki-Shop**  
auf  
[www.reiki-magazin.de](http://www.reiki-magazin.de)



## TREE OF LIFE MISCHUNG AUS 8 MONOATOMISCHEN ELEMENTEN

Die Kraft der Monoatomischen 5. Elemente  
Verjüngend, DNS-optimierend, heilend, intelligenzfördernd,  
bewusstseinserweiternd und erleuchtend  
[shop.blaubeerwald.de](http://shop.blaubeerwald.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](http://www.reiki-fit.de)

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



## PLZ 80000

Space and Grace©  
Virag von Richthofen  
82319 Starnberg  
Maximilianstr. 14  
Fon: 0171-8991898  
info@spaceandgrace.de  
[www.spaceandgrace.de](http://www.spaceandgrace.de)  
Reiki Seminare, alle Grade, seit 1989, gerne auch Einzeleinweihungen, „Reiki, Sonne, Meer und See“ - Reiki Seminare auch im Urlaub z.B. Juli und Sept. auf Korfu, ansonsten ganzjährig am Starnberger See.

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

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

## PLZ 90000

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

## [www.lebensenergie-oase.de](http://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](mailto:angela.zellner-reiki@arcor.de)

Enzianweg 18, 86984 Prem - Gründl bei Lechbruck • Oberbayern/ Ostallgäu

## Zypern

LUST ZU LEBEN  
Mainstreet 2  
CY-8630 Praitoria, Paphos  
Zypern  
Tel.: +49 173-6545961  
Email: [info@lust-zu-leben.de](mailto:info@lust-zu-leben.de)  
Intuitives Reiki, Reiki-Coaching, Spirituelles Business-Mentoring, Reisen & Retreats, Meditation & Medialität

>>> 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](mailto:info@reiki-magazin.de)  
Tel.: 030 - 89 74 60 93

+ über unsere Website:  
[www.reiki-magazin.de](http://www.reiki-magazin.de)

dort: „Reiki-Anbieter-Verzeichnis“  
dort: „Eintrag in die Druckausgabe des Reiki Magazins“

Reiki-Utensilien gibt es im Reiki-Shop:  
[www.reiki-magazin.de](http://www.reiki-magazin.de)

Mehr Geld  
Mehr Kunden  
Mehr Erfolg

**ViGeno**

**YEAH!**

Endlich Autor bei ViGeno  
Sei mit dabei – [www.ViGeno.de](http://www.ViGeno.de)

# Kleinanzeigen

## Urlaub & Reisen

### Auszeit im Kloster

Tanken Sie neue Energie durch Ruhe und Stille im Kloster Fünfbrunnen in Luxembourg.

06.-09. Mai 2021

4 Tage für 435 € = Auszeit im Kloster

02.-09. Juli 2021, 8 Tage für 795 €

(auch 4 Tage möglich) = Wildkräuterseminar

16.-19. September 2021

4 Tage für 435 € = Auszeit im Kloster

Seminare im Begegnungs- und Meditationszentrum Neumühle in Thünsdorf:

15.-17. Oktober 2021

230 € = Reikiwochenende

19.-21. November 2021

230 € = Meditationswochenende

Infos: [www.heikunde-im-forsthaus.de](http://www.heilkunde-im-forsthaus.de)

Tel: 06834/962602

„**Touching India's Heart**“ Reisen mit allen Sinnen erleben. - Jetzt unter neuem Namen! - Eintauchen in die verzauberte tropische Landschaft Süddiens, 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: Palmbattlesung (Bangalore) sowie Nordindien-Tour (Delhi, Varanasi). Info und Anmeldung:

Simone Grashoff, Tel.: 0049-(0)176-20801555,  
Email: [welcome@touching-indias-heart.com](mailto:welcome@touching-indias-heart.com)  
[www.touching-indias-heart.com](http://www.touching-indias-heart.com)

## Urlaub & Reisen

### 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](mailto:reiki4u2@otenet.gr)

[www.fokkebrink.info](http://www.fokkebrink.info)

## Fastenwanderungen

### 500 Fasten-Wanderungen überall

Früchte mögl., Woche ab 330 €. Tel. 0631-47472

[www.fastenzentrale.de](http://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 1/22 ist am 26.10.2021.

Bitte senden Sie Ihre Kleinanzeige an den: olivers Verlag, Wiesbadener Straße 14, 12161 Berlin – oder nutzen Sie unser Online-Formular auf: [www.reiki-magazin.de](http://www.reiki-magazin.de), bei Stichwort „Netzwerk“, dort: „Kleinanzeigen“.

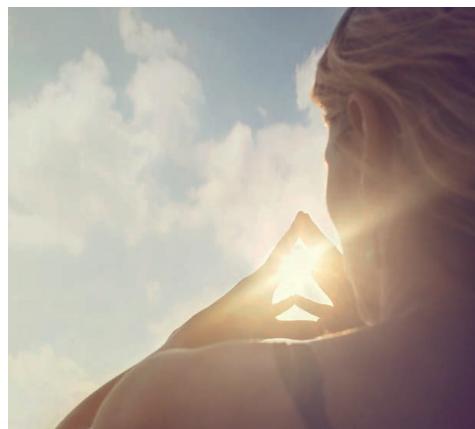
### Sie möchten einen Eintrag im Reiki-Branchenbuch?

Sie können im Reiki-Branchenbuch (S. 58 bis 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, erhalten Sie 15% Rabatt für beide Einträge, im ersten Jahr.

Schicken Sie uns den Text Ihres Reiki-Adresseintrags an: [info@reiki-magazin.de](mailto:info@reiki-magazin.de) – oder rufen Sie uns an: Tel.: (030) 89 74 60 93 – oder nutzen Sie unser Online-Formular auf unserer Website:

[www.reiki-magazin.de](http://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.: (030) 85 73 16 46.



**PERSÖNLICHER REIKI-MEISTER-STEMPTEL  
JAPANISCHE KALLIGRAFIE**

MIT STEMPELMÄCHER UND REIKIMEISTER (SEIT 1997) **FOKKE BRINK**

Kreiere deinen eigenen Stempel.  
Praktiziere Japanische Kalligrafie.

Deinen Weg mit Reiki.  
Dein Sein als Reiki Meister.

[www.FokkeBrink.info](http://www.FokkeBrink.info)



**Reiki**

**氣**

Niki Tianika Mountain School  
for Life-Philosophy and Reiki-Art

Fokke Brink & Maria Kumb  
Odios Niki Tianika 1  
23070 Foutia-Monemvasia, Greece

+30-27320-66188  
reiki4u2@otenet.gr  
[www.fokkebrink.info](http://www.fokkebrink.info)



# Heiler Ausbildung 2021

**CANTOR HOLISTIC TOUCH®**

ERLERNEN SIE EINE HEILKUNST, DIE ...

- ... DEN HEILUNGSWEG GANZHEITLICH UNTERSTÜTZT
- ... GEZIELT DIE URSACHEN VON PROBLEmen LÖST
- ... BEI ALLEN LEBENSTHEMEN ANWENDBAR IST
- ... IHRE HEILERISCHEN FÄHIGKEITEN VERSTÄRKt
- ... DIE OPTIMALEN GRUNDLAGEN VERMITTELT
- ... DAS ENERGETISCHE SYSTEM FUNDIERT ERKLÄRT
- ... AUCH DIE GEISTIGEN POTENTIALE FÖRDERT
- ... DURCH DIE WISSENSCHAFTEN BESTÄTIGT WIRD
- ... SICH SEIT 30 JAHREN INTERNATIONAL BEWÄHRT

AUCH IN THERAPEUTISCHEN FACHKREISEN!

Blaubeerwald Institut® · D-92439 Altenschwand  
Tel. +49/(0)94 34-30 29 · Fax +49/(0)94 34-23 54  
[info@blaubeerwald.de](mailto:info@blaubeerwald.de) · [www.cantorholistictouch.de](http://www.cantorholistictouch.de)



Christine Strübin



## Arkturianische Schule

Sehnsucht nach den Sternen?

Wir sind nicht allein:  
Viele von uns hatten Inkarnationen bei Sternenvölkern.  
Viele von uns wurden bei den Bewohnern des Sternensystems Arkturus auf die „Mission Erde“ vorbereitet,

Aktiviere in geführten Meditationen deine Erinnerungen und deine arkturianischen Heilfähigkeiten.

Dein persönlicher Betreuer und deine Eltern erwarten dich auf dem Lichtschiff.

[www.arkturanische-schule.de](http://www.arkturanische-schule.de)

Der Reiki-Shop auf: [www.reiki-magazin.de](http://www.reiki-magazin.de)



# Zum Schluss

© Wiresstock - stock.adobe.com

## Unwiederholbar

Von Oliver Klatt

„Das Ziel ist, es *nicht* wiederholen zu können ... dann hat man einen Nerv getroffen!“

Das sagt der französische Regisseur Jacques Audiard über sein Ziel beim Drehen von Filmszenen. Für seine preisgekrönten Spielfilme erreicht er dies durch häufiges Wiederholen einzelner Szenen beim Dreh. Bis hin zu dem Punkt, wo sich eine besondere Intensität und Authentizität dabei einstellt.

Es ist paradox ... wie vieles in der Welt, das Tiefe besitzt, das eine Botschaft für uns hat. Durch häufiges Wiederholen einzelner Takes kommt es irgendwann zu einer Art Durchbruch bei den Schauspielern. Sie wachsen über sich selbst hinaus – und das Ergebnis ist eine sehr lebendige, einzigartige Darstellung der verkörperten Rolle. Dies geschieht in einer Mischung aus Routine, als Basis, und einem plötzlichen, begnadeten Moment, der irgendwie dazu kommt.

Sicherlich sind die Aufnahmen für einen Spielfilm nicht direkt vergleichbar mit so etwas wie ‚Reiki geben‘. Dreharbeiten

für einen Film haben auch etwas Künstliches, Gestelltes. Wohingegen Reiki jederzeit natürlich schwingt und einfach ist. Doch auch beim Reiki geben, für sich selbst oder für andere, sind es oft die einzigartigen Momente, die den Unterschied machen ... im besten (Heilungs-) Fall unwiederholbare Momente. Genau dann hat man „einen Nerv getroffen ...“ und: Heilung geschieht, Einsicht stellt sich ein, innerer Frieden wird möglich. Man ist wieder einen Schritt weiter.

## Moment der Gnade

Ermöglicht wird dies ebenfalls durch Routine als Basis (= regelmäßige Anwendung) ... und schließlich durch einen plötzlichen Moment der Gnade, der ganz natürlicherweise präsent wird, sich ereignet. Handauflegen, stetig wiederholt ... und schließlich ein besonderer Augenblick tiefer innerer Berührt-heit, oft plötzlich, unerwartet.

Dazu kann man nun die Frage stellen: Wie soll man so etwas eigentlich wissenschaftlich untersuchen? Wissenschaftliche Studien zielen doch letztlich darauf ab, dass bestimmte Wirkungen wiederholbar auftreten. Aber wie soll individuelle Heilung einordbar, kategorisierbar sein?

Selbst wenn dies ein schwieriges Unterfangen ist, vielleicht vergleichbar mit einer sogenannten Sisyphus-Arbeit\*, so denke ich doch, dass es sinnvoll ist, sich darauf einzulassen. In wissenschaftlichen Untersuchungen ist ja vieles auch schlicht eine Frage der anvisierten Bezugspunkte, der untersuchten Parameter.

Für die gesellschaftliche Anerkennung scheint dieses Vorgehen – zumindest im heutigen Geistesmilieu starker Wissenschaftsorientiertheit – fast unmöglich.

Für den Einzelnen wiederum mag dies jedoch wenig bis gar nicht bedeutsam sein. Sind doch individuelle Erfahrungen auch und vor allem ganz ohne eine solche gesellschaftliche Einordnung vollkommen pur erfahrbar und (er)lebbar. ■

\* So bezeichnet man Aufgaben, die trotz größter Anstrengung nie ganz fertig gestellt werden können. Die Bezeichnung geht auf den griechischen Helden Sisyphus zurück. Durch einen Verrat an den Göttern zog er den Groll dieser auf sich. Daraufhin musste er stets von neuem einen großen Felsstein einen steilen Hang hinaufrollen. Und immer kurz bevor er oben ankam, entglitt ihm der Stein – und er musste wieder neu beginnen.

# Das Reiki Magazin Abo

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



## Abo-Prämie 1

### Reiki-Anstecker

Ohne Zuzahlung

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

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



## 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.



## 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](http://www.windpferd.de)



## Bestellcoupon für Abonnement und/oder Geschenk-Abo

### Rechnungsempfänger:

Name, Vorname

Straße

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

### Ich zahle auf folgende Weise:

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](http://www.reiki-magazin.de) das für ein Abonnement nötige **SEPA-Lastschriftmandat downloaden** (siehe [www.reiki-magazin.de/abonnement.html](http://www.reiki-magazin.de/abonnement.html)) und dieses ausgefüllt beilegen.

### Ja, ich möchte das **REIKI MAGAZIN** abonnieren.

Zunächst für ein Jahr (vier Ausgaben) zum Preis von derzeit jährlich € 36,- inkl. Porto und Versand A + CH: € 39,- 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)

### Ich bestelle ein Geschenk-Abonnement\* für eine/n Reiki-Freund/in!

= Abo für ein Jahr: € 36- (in CH + A: € 39,- ) / 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 kontaktieren Sie uns bitte!

### Name u. Adresse der beschenkten Person:

### Senden Sie diesen Coupon an:

olivers Verlag

Wiesbadener Str. 14, D-12161 Berlin

[info@reiki-magazin.de](mailto:info@reiki-magazin.de)

\* 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, kontaktieren 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 01 /2022



© Andrea Danti - stock.adobe.com

### Themen in der kommenden Ausgabe

Die ersten Reiki-Geschichten aus dem Reiki Magazin-Schreibwettbewerb • • • Silke Kleemann mit dem ersten Teil ihrer Artikelserie über „Die frühen Frauen im Reiki“ • • • „Reiki-Apps für's Smartphone“, ein Artikel von Melina Tobisch • • • Fortsetzung des Interviews mit René Vögeli, u.a. zu den Themen „Aussöhnung“ und „Phyllis Furumoto“ • • • Weitere aktuelle Themen rund um Reiki

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

- Ausgabe 1/2022: Erscheinungstermin in der 48. Kalenderwoche 2021, Ende November 2021 (Anzeigenschluss: 25. Oktober 2021 / für Kleinanzeigen & Adresseinträge: 26. Oktober 2021)
- Ausgabe 2/2022: Erscheinungstermin in der 12. Kalenderwoche 2022, Mitte/Ende März 2022 (Anzeigenschluss: 14. Februar 2022 / für Kleinanzeigen & Adresseinträge: 15. Februar 2022)
- Ausgabe 3/2022: Erscheinungstermin in der 25. Kalenderwoche 2022, Mitte Juni 2022 (Anzeigenschluss: 16. Mai 2022 / für Kleinanzeigen & Adresseinträge: 17. Mai 2022)

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  
Wiesbadener Str. 14  
12161 Berlin  
Tel.: 030 - 85 73 16 46  
E-Mail: redaktion@reiki-magazin.de

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

Anzeigenbetreuung:  
Tel.: 030 - 85 73 16 46  
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

Druck:  
Divyanand Verlags-GmbH,  
Herrischried

Einzelpreis:  
€ 8,90 • A: € 9,50 • CH: SFR 11,-

Jahres-Abo (4 Ausgaben):  
D: € 36,- / A + CH: € 39,-  
Sonstiges Ausland: € 39,-

Bankverbindung:  
olivers Verlag, O. Klatt  
Deutsche Bank  
IBAN:  
DE47 1007 0024 0426 7050 00  
BIC: DEUTDEDDBER

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

Vertriebskennzeichen:  
Pressepost A 42880

ISSN 1432-5063

Das Reiki Magazin erscheint quartalsweise seit Januar 1997.

Copyright Fotos:  
siehe im jeweiligen Beitrag

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

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. 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.

Hinweis zur ProReiki-Verbandsseite:  
Für die Inhalte der Verbandsseite von ProReiki – der Berufsverband e.V., die in jeder Ausgabe des Reiki Magazins auf den Seiten 34 und 35 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 von Angaben im Reiki Magazin entstehen. Die Informationen, die im Zusammenhang mit Behandlungsmethoden stehen, sind für Interessierte zur Weiterbildung gedacht.

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

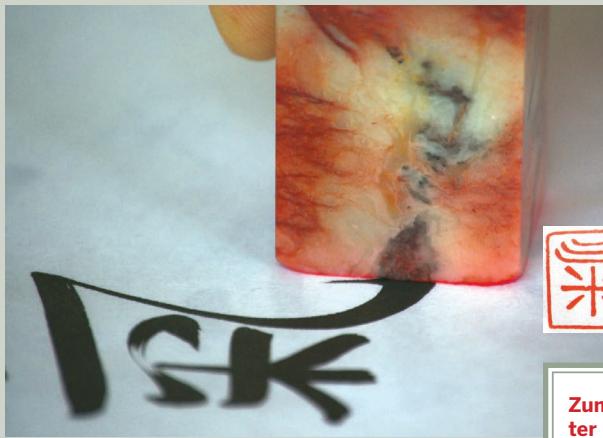
SEPA-Lastschriftmandate:  
Unsere SEPA-Lastschriftmandate stehen auf unserer Website zum Download bereit auf:  
[www.reiki-magazin.de/abonnement.html](http://www.reiki-magazin.de/abonnement.html)  
[www.reiki-magazin.de/eintrag-druckausgabe.html](http://www.reiki-magazin.de/eintrag-druckausgabe.html)  
(für Adresseinträge)

Hinweis zu Plastikfolie für Heftversand:  
Das Reiki Magazin wird in einer Folie aus LDPE (Low Density Polyethylene) versandt. Diese besteht aus Kohlenstoff und Wasserstoff, bei ihrer Herstellung entstehen keine giftigen Gase und keine giftigen Abwässer. Sie enthält keine Weichmacher, sie ist wiederverwendbar und zu 100 Prozent recyclingfähig. Sie gilt als umweltfreundlich, da weder bei der Produktion noch bei der Verbrennung schädliche Dämpfe entstehen. LDPE ist nicht vergleichbar mit beispielsweise dem sehr schädlichen PVC. LDPE hat eine deutlich bessere Ökobilanz als sehr viele andere Verpackungsmittel – u.a. auch als Briefumschläge. Die Produktion von Briefumschlägen verbraucht mehr Ressourcen und Energie als die Produktion von LDPE. Ein Versand des Reiki Magazins in Briefumschlägen hätte eine deutlich schlechtere Ökobilanz.

# Reiki-Urkunden & Stempel



**Der beliebte Meisterstempel „Ki“ ist jetzt wieder erhältlich!**



**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!**



Ki-Meisterstempel

Siehe auch im Reiki-Shop:  
[www.reiki-magazin.de](http://www.reiki-magazin.de)

**Zum Zeitpunkt wo ein Reiki-Meister ganz in seine Kraft kommt,** legt er sich nach traditioneller Lehre einen original handgefertigten Meisterstempel zu. Fortan tragen die Urkunden, die er an seine Seminarteilnehmer ausgibt, „seinen“ Stempel. Stempelmacher Fokke Brink hat limitierte Serien solcher Meisterstempel (je 40 Stück) exklusiv für die Reiki Magazin-Leserinnen und -Leser angefertigt. Jeder Stempel ist ein Unikat und handgearbeitet.



- Serie B -

## 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 Stck.) für 7,50 €**

**„Set 2 - gemischt“**

**(je 1 Urkunde aller vier Grade der drei Hochformat-Serien + 1 Urkunde der Querformat-Serie/13 Stck.) 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: DEUTDEDDBER  
Kontoinhaber: Oliver Klatt

Bitte Artikel und Rechnung an:

Name: .....

Straße: .....

PLZ/Ort: .....

Land: .....



„Nichts ist so beständig,  
wie der Wandel.“

Heraklit