

Reiki – Kanal für die universelle Energie sein



Reiki ist eine natürliche Heilmethode aus Japan. Dabei wird universelle Lebensenergie (Rei = universell, ki = Energie) durch sanftes Handauflegen übertragen. Reiki kann von jedem erlernt werden. Die Energie wird gezielt weitergegeben, ohne dass der Geber seine eigene Kraft einsetzt. Er ist nur Kanal. Heute wird Reiki weltweit angewendet, unter anderem als Begleittherapie in Krankenhäusern, in Heilpraxen sowie zur Selbstbehandlung oder für Familie und Freunde.

Was ist Reiki?

Reiki ist eine sanfte energetische Methode, bei der die Selbstheilungskräfte aktiviert werden. Die Hände werden für mehrere Minuten in bestimmten Positionen auf den Körper gelegt. Reiki hat kein festes Ziel: Die Energie fließt dorthin, wo sie benötigt wird. Sowohl bei direkten Anwendungen als auch bei Fern- und Mentalbehandlungen bleibt die Intention des Gebenden außen vor. Handauflegen ist in allen Kulturen bekannt – Reiki verstärkt die natürliche Energie, die dabei fließt.

Geschichte und Verbreitung

Reiki wurde von Dr. Mikao Usui (1865–1926), einem japanischen Mönch, begründet. Auf der Suche nach einer Methode, die Körper und Geist heilt, studierte er über Jahre religiöse und philosophische Schriften, reiste und zog sich schließlich 21 Tage zum Fasten zurück. So entwickelte er die Technik, Energie als Heilkraft zu übertragen. Usui gründete die erste Reiki-Klinik in Japan. Nach seinem Tod verbreiteten seine Schüler die Methode weiter. 1935 brachte Hawayo Takata Reiki nach Hawaii und später in die USA und nach Europa, wo sie das Usui-System lehrte.

Wie wirkt Reiki?

Während einer Reiki-Anwendung wird die feine Energie oft als Wärme oder Entspannung spürbar. Blockaden und Spannungen können sich lösen, Durchblutung und Stoffwechsel werden angeregt, der Körper kann entgiften. Auch emotionale Belastungen wie Ängste, Groll oder Stress können sich lösen. Reiki unterstützt die Selbstheilung, verbessert den Schlaf und stärkt Vertrauen und Selbstbewusstsein. Begleitend können Reinigungsreaktionen auftreten, etwa durch Tränen oder das Aufkommen alter Erfahrungen. Reiki ergänzt jede andere Heilmethode, ersetzt jedoch nicht ärztliche Behandlung.

Reiki lernen

Reiki wird über Seminare bei einem Reiki-Meister oder -Lehrer vermittelt, idealerweise aus der traditionellen Linie des Usui-Systems.

1. Grad

Lernen der Handpositionen für die Behandlung und vier energetische Einweihungen zur Öffnung des Heilkanals.

2. Grad

Nach Anwendungserfahrung mit dem 1. Grad erfolgt die Einführung in drei Symbole für die Verstärkung der Energie, mentale Behandlung und Fernanwendung.

Meister-/Lehrergrad:

Nach längerer Erfahrung mit beiden Graden folgt die Einweihung ins Meistersymbol und die Möglichkeit, selbst Einweihungen durchzuführen.

Ablauf einer Reiki-Anwendung

Reiki wird in bequemer Kleidung angewendet, die Energie durchdringt Kleidung und Körper. Ein Teil der Behandlung findet auf dem Rücken liegend, ein anderer auf dem Bauch statt; Mentalbehandlungen im Sitzen. Eine vollständige Anwendung dauert etwa 60 Minuten. Mehrere Anwendungen hintereinander sind für den Einstieg empfehlenswert.

Wer kann Reiki anbieten?

In Deutschland darf Reiki nur von Ärzten oder Heilpraktikern zu therapeutischen Zwecken angewendet werden. Für Entspannung und Wohlbefinden bei gesunden Menschen kann Reiki von jedem angeboten werden.

Reiki in Kombination mit Schulmedizin

Reiki wird weltweit in Kliniken als Begleittherapie eingesetzt, insbesondere in Japan, den USA und Großbritannien. Reiki kann durchgehend ergänzend und begleitend zur konventionellen und naturheilkundlichen Medizin als Selbstheilungsimpuls angewendet.

Reiki als lebenslange Möglichkeit zur Selbstbehandlung und Behandlung der Welt

Den größten Schatz, den Reiki in sich birgt, ist die Möglichkeit, lebenslang, kostenlos und ohne Nebenwirkungen energetisch intensiv zu arbeiten: an sich selbst, seinem Umfeld und über die Fernbehandlung auch als positiven energetischen Einfluss auf die Welt. Dabei sind persönliche Sichtweisen, politische Einstellungen und Vorstellungen nicht von Belang. Das wäre Manipulation durch Magie. Man ist bei Reiki nur Kanal. Unbeteiligt. Absichtslos. Man mischt sich nicht ein. Die Energie, die fließt, schafft sich ihren Weg genau dahin und wirkt in genau der Weise, wie es die Heilung der Menschen und der Sache braucht.