

Roland Stenglin

**Reiki
Energie und Weg**

Scanned by Jingshen

Windpferd
Reihe Shangrila

1. Auflage 1994
Isbn 3-89385-135-6

Mit der Popularität von Reiki steigt auch die Nachfrage nach möglichst umfassender Information. Roland Stenglin legt hier allgemeinverständlich das, was Reiki ist, wie Reiki funktioniert und was Reiki bewirken kann. So vielfältig wie die Menschen sind auch die Reaktionen auf Reiki. Roland Stenglin möchte den Skeptikern zeigen, wie sie verstandesmäßig mit dem „Unfaßbaren“ umgehen können, möchte den Reiki-Praktizierenden noch ein Stück mehr Reiki-Praxis vermitteln, um sie einen Schritt weiter vom „Reiki-machen“ zum „Reiki-sein“ zu führen.

Roland Stenglin ist Jahrgang 1958, er studierte Pharmazie und absolvierte Fortbildungen im Bereich Homöopathie, Bach-Blüten-Therapie und Aromatherapie.

Inhalt

<i>Inhalt</i>	2
<i>Danksagungen</i>	4
Vorwort.....	4
Was ist Reiki?	7
Reiki - die Essenz allen Seins	8
Die Energie des Lebens	11
Vom Bienenstaat zum Unternehmen.....	12
Zehn Eigenschaften der Reiki-Energie.....	13
Reiki — das Usui-System der medizinischen Behandlung	15
Zurück zur Natur '	16
Die fünf Lebensregeln des Dr. Usui.....	17
Das System.....	20
Die Weisheit der Energieschlüssel.....	22
Wozu Reiki?.....	26
Bei wem kann Reiki angewendet werden?	26
Wie wirkt Reiki?	27
Beweise	28
Die Weinprobe	29
Aurafotografie	30
Kirlianfotografie	33
Die Techniken der Grundstufe	33
Die Techniken der Aufbaustufe	35
Beispiele.....	38
Reiki meistern: die universelle Einstimmung	42
Rei-Ki: All-Es ist Energie.....	45
Alles ist Energie	46
Die Ebenen der Energie	46
Wie oben, so unten	49
Die Hauptchakras.	50
Das Resonanz - Prinzip.....	52
Wozu leben wir ?.....	56
Der Faktor Mensch.....	58
Polar contra ganzheitlich	60
Jeder findet seinen Meister	62
Die innere Kompetenz	63
Reiki ist nicht gleich Reiki.....	63
Die Schulen.....	64
Anziehung	68
Altar und Räucherstäbchen.....	69
Reiki als Wegbegleiter.....	71
Das Energiefeld einer Entscheidung.....	72
Kreativer mit Reiki	73
Die Ent-Scheidung.....	74
Die Steine im Strom	77
Das Unterbewußtsein: dein treuer Diener.....	79
Energie und Bewußtsein	80
Das Ende einer Täuschung.....	81
Aus der Praxis	85
Die Bank und ihr Meister.....	86
Reiki im Beruf.....	90

Planen mit Reiki	91
Reiki on the Job – ein Erfolgskonzept.....	95
T.A.S.T.E. mit Reiki I.....	96
Es gibt viel zu tun mit Reiki II	100
Die Geschichte von Reiki	104
Die Wiederentdeckung	105
Anhang.....	111

Danksagungen

Ich bedanke mich ganz herzlich bei allen, die dazu beigetragen haben, daß dieses Buch entstehen konnte:

Zuerst bei meinen Eltern, die mich werden ließen, was ich geworden bin, dann bei Andria, die mich für die feinstoffliche Welt aufgeschlossen und mir meine beiden Söhne geschenkt hat, die meine besten und strengsten Lehrer sind.

Ich danke Werner, der mich zu Reiki geführt hat, sowie Gary Samer und Engelbert Maugg, meinen hervorragenden Reiki-Lehrern mit Herz und Verstand.

Ich danke dem Universum, daß es mich mit Beate zusammengeführt hat. Vieles in diesem Buch entsprang unserem gemeinsamen Ringen um mehr Klarheit. Ich danke Dir, daß ich jeden Tag neu mit Dir beginnen, neu mit Dir vollenden, neu von Dir lernen kann!

Dank sei auch meinen Schülern und all den anderen Freunden des Reiki-Zentrums Allgäu, die mich nie müde werden ließen und lassen, mich immer aufs neue mit der Thematik auseinanderzusetzen.

Vorwort

Ich schließe meine Augen,

bitte um Licht für mich und mein Buch, damit möglichst vielen Menschen Reiki in leicht verständlicher Weise anschaulich gemacht werden möge, und gebe mir eine Reiki-Einstimmung. Ich öffne meine Augen und beginne zu schreiben - genau das, was Sie gerade lesen.

So vielfältig wie die Menschen sind auch ihre Reaktionen auf das Thema Reiki.

In vielen Gesprächen habe ich nur einen deutlich skeptischen Blick geerntet, worauf möglichst rasch das Thema gewechselt wurde, um nicht versehentlich unhöflich zu werden.

Andere ließen sich rasch von der Sache überzeugen, aber es bestand die Furcht, von der Familie, Freunden, Bekannten ausgelacht zu werden. Daneben gibt es sicherlich auch viele, die befürchten, im guten Glauben einen Kurs zu besuchen und dann Gauklern, Schachern und Scharlatanen in die Hände zu fallen.

Und dann sind da natürlich noch die vielen Reiki-Freunde, die bereits einen oder mehrere Kurse besucht und mit ihren persönlichen Erfahrungen die Gewißheit der richtigen Entscheidung gefunden haben und auch allen Anfeindungen der „Ungläubigen“ lächelnd widerstehen. Sie sind immer wieder dankbar für neue Tipps und Anwendungsmöglichkeiten aus der unerschöpflichen Quelle der Vielfalt, die Reiki bietet.

Ich möchte den Skeptikern zeigen, wie sie verstandesmäßig mit dem „Unfaßbaren“ umgehen können, ich möchte den Unsicheren bei der Wahl des für sie richtigen Lehrers helfen, und ich möchte den Anwendern noch ein Stück mehr Reiki-Praxis vermitteln, um sie einen Schritt weiter vom „Reiki geben“ zum „Reiki sein“ zu führen.

Sieht man sich heute - Mitte 1994 - nach Reiki um, so findet man Bücher und Musik-Kassetten zum Thema in der Esoterik-Ecke der Buchläden. Die Anzeigen der immer zahlreicher werdenden Reiki-Lehrer stehen fast ausschließlich in esoterischen Zeitschriften oder in den Spalten „spirits“, „Meditation“ oder „Sonstiges“ der Wochenblättchen. Ich wünschte mir, daß die Bücher im Regal „Gesundheit“ oder „Lebenshilfe“ stehen und die Anzeigen in der Rubrik „Unterricht“.

Leider wird dieser Tatbestand den vielfältigen Möglichkeiten nicht gerecht, die Reiki jedermann bietet. Auch demjenigen, der die spirituelle Weiterentwicklung (noch) nicht als sein oberstes Lebensziel verfolgt.

Reiki, das wie Akupunktur jahrzehntelang im praktischen medizinischen Alltag Japans eingesetzt war, bekam bei seiner Verbreitung in den Westen einen dicken Mantel der Esoterik umgehängt, der es nun in seiner Bewegungsfreiheit stark einschränkt.

Daher will ich im vorliegenden Buch zeigen, daß Reiki auch hervorragend in Bereichen eingesetzt werden kann, die vom klaren Verstand und dem Umgang mit Fakten bestimmt werden: im beruflichen Alltag bis hin zum Arbeitsbereich der Manager und Führungskräfte, in Unternehmen, Banken und Konzernen, dort also, wo täglich Entscheidungen gefällt werden, die für viele Menschen von existentieller Bedeutung sind.

Natürlich auch im therapeutischen Tätigkeitsfeld, aus dem es ja stammt und in dem ich selbst tätig bin.

Aber auch am häufigsten Arbeitsplatz der Welt, nämlich im Haushalt, und in der liebsten Zeit des Menschen, seiner Freizeit.

Lange schon ist es gesellschaftsfähig geworden, im Stillen oder öffentlich meist fernöstliche Techniken wie Yoga, Tai Chi oder autogenes Training, Silva Mind oder NLP einzusetzen, um den Anforderungen des Alltags noch besser begegnen zu können. Der spürbare Vorteil dieser Methoden hat schnell die anfänglichen Ressentiments verblasen lassen.

Reiki hat den großen Vorteil gegenüber diesen Techniken, daß es keiner oft

jahrelangen Übung bedarf und die Anwendung jederzeit und unauffällig stattfinden kann.

Noch ein Wort an die Skeptiker unter Ihnen:

In diesem Buch werden Ereignisse beschrieben und Theorien aufgestellt, die Ihnen als klar und rational denkenden Menschen sicherlich manchmal - gelinde ausgedrückt - seltsam erscheinen mögen. Um so mehr, wenn Sie bisher keine eigenen Erfahrungen mit Reiki machen konnten.

Nehmen Sie den Inhalt dieses Buches daher wie ein Geschenk: versuchen Sie, es unvoreingenommen und offenen Herzens zu lesen - oder schenken Sie es weiter.

Vor hundert Jahren war Fernsehen auch noch unglaublich, weil bis dahin nur von der Kristallkugel einer Wahrsagerin bekannt war, daß man damit über riesige Entfernungen sehen kann.

Zum Verständnis der grundlegenden Gesetze des Universums bin ich nicht durch rationales Denken gelangt.

Albert Einstein

Anmerkung: Wenn in diesem Buch der Begriff „Behandlung“ verwendet wird, ist damit lediglich die Übertragung von Reiki-Energie mit den Händen gemeint, nicht aber der medizinische Begriff der Anamnese, Diagnose und Therapie. Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, daß die Anwendung der Reiki-Energie nicht eine medizinische Behandlung durch Arzt oder Heilpraktiker ersetzen soll oder kann. Die medizinische Behandlung obliegt ausschließlich dem genannten Personenkreis und kann von Reiki-Anwendungen begleitet werden. Hierauf wird auch im Text näher eingegangen.

Was ist Reiki?



*Das Tao, das man zeigen kann,
ist nicht das ewige Tao
Der Name, den man nennen kann,
ist nicht der ewige Name
Tao Te King, Vers 1*

Reiki - die Essenz allen Seins

Das Ki von Rei

Der japanische Begriff Reiki setzt sich aus den beiden Silben Rei und Ki zusammen, die jede für sich bereits einen komplexen Begriff wiedergeben.

Je nachdem, nach welcher der beiden großen Reiki-Richtungen sie ausgebildet wurden, bevorzugen Reiki-Lehrer zwei unterschiedliche Schreibweisen, die jedoch in ihrer Bedeutung identisch sind:

Rei

Ki

T.R.T.A.I

Reiki-Alliance

Der Begriff Reiki ist zum ersten Mal in einem Text des chinesischen Legalisten Guanzi belegt, der im dritten vorchristlichen Jahrhundert lebte. Dort wird er erklärt als das Innerste vom Inneren, das sich im Herzen befindet. Entfernte es sich, würde man sterben.

Der Zen-Buddhismus hat diesen Begriff übernommen. Dort bedeutet es soviel wie „der wirkliche Kern (im Sinne von Essenz) meines Selbst“.

Ein großes japanisch-englisches Wörterbuch übersetzt die Silbe Rei mit „soul, spirit; Holy Spirit“, also Seele, Geist; Heiliger Geist.

Weitere mit der Silbe Rei zusammengesetzte Begriffe, die an dieser Stelle aufgeführt sind, beziehen sich auf heilige Handlungen oder Gegenstände, wie zum Beispiel

reiho = Heiliger Berg oder

reiden = Mausoleum, Schrein

Für die Silbe Ki bietet das genannte Wörterbuch gleich eine ganze Reihe von Übersetzungen an, wohl weil es im Englischen - wie auch im Deutschen - kein Äquivalent gibt, das diese Silbe mit einem Wort richtig und umfassend zu übersetzen

vermag. So findet man die Bedeutungen:

Geist, Gemüt, Seele, Herz;

Stimmung, Gefühl, Interesse, Neigung;

Wesensart, Verfassung, Natur;

Sorgfalt, Aufmerksamkeit;

Luft, Atmosphäre; Duft; Geruch; Geschmack; Energie, Essenz, Anzeichen, Symptome;

Anflug, Prise, Schattierung, Spur;

Glanz, Aufblitzen; Ahnung.

Faßt man alle Bedeutungen zusammen, bietet sich die folgende Übersetzung an: Das Ki eines Wesens ist die Summe all seiner Eigenschaften. Es ist die innere Essenz dieses Wesens. Darüber hinaus beschreibt Ki die für das betreffende Wesen typische Schwingung und die von ihm ausgehende energetische Ausstrahlung, wie sie für das Individuum, aber auch für seine Gattung einzigartig sind. Gleiches gilt entsprechend für das Ki von unbelebter Materie, also von Gegenständen.

Werden nun die beiden Begriffe Rei und Ki verbunden, könnte man sinngemäß übersetzen, Reiki ist die heilige Energie oder geistliche (im Sinne von spirituelle) Essenz. Geht man den Ursprüngen des deutschen Wortes „heilig“ nach, gelangt man zum Beispiel über das englische „wholing“ zum inhaltlich verwandten Begriff „ganzheitlich“. Übersetzt man Reiki mit „ganzheitliche Energie“, wird zwar nur ein Teilaspekt deutlich, aber ein wesentlicher, wie Sie später sehen können: die Reiki-Kraft ist nicht unterscheidbar in positiv und negativ oder auch nur einen Aspekt davon, sondern sie ist eine ganzheitliche Kraft, das heißt, sie enthält beide Aspekte polarer Paarungen zu gleichen Teilen und repräsentiert deren ausgeglichene Mitte: schwarz und weiß drücken den Oberbegriff „Helligkeit“ aus, männlich und weiblich das „Geschlecht“, plus und minus im elektrisch-physikalischen Sinne stellen die „Ladung“ dar. Reiki ist Helligkeit, Geschlecht und Ladung in jeder ihrer polaren Formen und zugleich - ganzheitlich - die Summe aller denkbaren Zwischenstadien und repräsentiert daher vollständig den zugehörigen Oberbegriff.

Assoziiert man „heilig“ mit dem All-Es, dem Universum, ergibt sich die Übersetzung, die sich im deutschen Sprachraum eingebürgert hat: „Das Wort Reiki bedeutet universale Lebensenergie. Es wird als jene Kraft definiert, die in allen Dingen der Schöpfung wirkt und lebt. Das Wort setzt sich aus zwei Teilen zusammen. Die Silbe Rei beschreibt den universalen, unbegrenzten Aspekt dieser

Energie, Ki ist ein Teil des Rei, es ist die vitale Lebenskraft, die durch alles Lebendige fließt.

Reiki ist „das innere Wesen aller Daseinsformen“.

Es wird schwierig sein, allein durch die Übersetzung der beiden Silben eine annähernd umfassende Vorstellung von Reiki zu erhalten. Reiki kann nicht beschrieben werden, es muß bei einer immer subjektiv geprägten Umschreibung bleiben. Reiki muß immer wieder erfahren werden, damit es zu einem schrittweise wachsenden Einverstandensein mit seinem Wesen und Wirken kommen kann. Nur wer viele Erfahrungen mit der Reiki-Kraft gesammelt hat, versteht die oft ganz unterschiedlich anmutenden Definitionen aus einer Sicht, die allen Definitionen gemeinsam ist. Und er kann mit diesen Definitionen dann auch nur die eigenen Begriffsbestimmungen ergänzen, um sein Bild von Reiki immer weiter zu vervollständigen.

Eine alte Sufi-Geschichte verdeutlicht diese Problematik: Ein Wanderzirkus hatte seinen Elefanten in einem Stall in der Nähe einer Stadt untergebracht, in der man noch nie einen Elefanten gesehen hatte. Vier neugierige Bürger hörten von dem verborgenen Wunder und machten sich auf, um vielleicht im voraus einen Blick darauf zu erhaschen. Als sie jedoch zu dem Stall kamen, gab es kein Licht darin. Sie mußten ihre Untersuchung also im Dunkeln vornehmen. Der eine bekam den Rüssel des Elefanten zu fassen und meinte folglich, das Tier müsse einer Wasserpfeife ähneln; der zweite erfuhr ein Ohr und schloß, es sei eine Art Fächer; der dritte, der ein Bein anfaßte, konnte es nur mit einer lebenden Säule vergleichen; und der vierte schließlich, der seine Hand auf den Rücken des Elefanten legte, war überzeugt, eine Art Thron vor sich zu haben. Keiner von ihnen konnte sich ein vollständiges Bild davon machen, und den Teil, den ein jeder von ihnen erfuhr, konnte er nur in Begriffen beschreiben, die ihm bekannte Dinge bezeichneten. Das Ergebnis der Expedition war Verwirrung. Jeder der vier war sicher, daß er recht hatte; und keiner der anderen Bürger der Stadt konnte verstehen, was wirklich geschehen war, was die vier tatsächlich erfahren hatten. *

**aus: Idries Shah, "Die Sufis", Diederichs Gelbe Reihe*

Im vorliegenden Buch wird also den bekannten und beobachtbaren Eigenschaften von Reiki ein breiter Rahmen geschenkt, um Ihnen möglichst viele Aspekte der universellen Lebensenergie vorzustellen. Auch um Ihnen zu helfen, Reiki von vielem

unterscheiden zu können, was zu Unrecht unter dem Namen Reiki gehandelt wird. Aus dem Bereich des nicht direkt Beobachtbaren erscheinen mir die folgenden Aspekte wichtig:

„Reiki ist Weisheit und Wahrheit“ (Hawayo Takata), Licht und Liebe, in allem innewohnend und einfach, wie alles Wahre in dieser Welt einfach ist.

Was ich Ihnen nicht vorstellen kann, ist Ihr persönlicher Eindruck von Reiki. Den sollten Sie selbst erfahren dürfen, und erst dann haben Sie den wichtigsten Teil Ihres Wissens um Reiki erhalten. Wie wollen Sie einem von Geburt Blinden beschreiben, wie herrlich blau der Himmel heute ist?

Die Energie des Lebens

Um eine Vorstellung von den Kräften und Möglichkeiten zu erhalten, die Reiki als die universale Lebensenergie freizusetzen vermag, genügt es, mit offenen Augen durch die Natur zu gehen und die Vielfalt des Lebens bewußt wahrzunehmen. Reiki, die innere Essenz allen Seins, stellt ja den Bauplan und die treibende Kraft aller Ausformungen der Natur dar. An diesen naheliegenden Beispielen läßt sich die Anpassungsfähigkeit, der Einfallsreichtum, die Widerstandskraft und Konsequenz des Lebens ablesen.

Betrachten Sie als Beispiel für Anpassungsfähigkeit und Widerstandskraft die Gruppe der Algen - relativ einfache Pflanzen, die in einer unübersehbaren Artenvielfalt von mikroskopisch kleinen einzelligen Organismen mit tierähnlichen Merkmalen bis zu den riesengroßen Tangen vorkommen. Man findet sie im Wasser, auf Baumstämmen, in Eis und Schnee, sogar im inneren kristalliner Gesteine. Durch ihre Fähigkeit, sich extremen Umweltbedingungen anzupassen und je nach den Gegebenheiten das Einzelgängertum oder die Gemeinschaft Gleichgesinnter vorzuziehen, haben diese Wesen eine Widerstandskraft entwickelt, die sie dazu befähigt, praktisch überall auf dieser Erde vorzukommen.

Zum Thema Einfallsreichtum fallen mir zwei Beispiele aus ganz unterschiedlichen Bereichen ein:

Eine bestimmte Orchidee ahmt in ihrer Blütenform den Hinterleib des Weibchens einer bestimmten Wespenart nach. Wenn das Wespenmännchen versucht, sich mit der Blüte zu paaren, heften sich die Pollensäcke der Orchidee am Hinterleib der Wespe fest, die sie zur nächsten Blüte und zum nächsten untauglichen Versuch weiterträgt.

Ein ähnliches Beispiel von Nachahmungskunst findet sich bei gewissen

Gottesanbeterinnen, Heuschrecken, die mit ihrer nachgeahmten Blütenform Insekten anziehen. Sie verhalten sich absolut ruhig und packen ihre Beutetiere, sobald sie in Reichweite geraten sind. Lassen Sie sich bitte nicht vom Aspekt des „Fressens und Gefressen-Werdens“ erschrecken. Er ist natürlicher und fester Bestandteil dieser Schöpfung. Bewundern Sie mit mir den Ideenreichtum, die Verspieltheit und Kreativität, mit der sich das Leben entfaltet.

Ist Ihnen die Idee, technische Perfektion und Symmetrie eines Spinnennetzes schon einmal bewußt geworden? Oder die Organisationsstruktur eines Ameisenhaufens? Oder die Koordination beim Flug einer Taubenschar? Kennen Sie alle chemischen Vorgänge, die in einer einzigen Zelle Ihres Körpers ständig ablaufen?

Sie sehen, es gibt hinter vielen auf den ersten Blick unmöglich erscheinenden Tatsachen des Lebens tausenderlei Anzeichen für eine Art übergeordneter Intelligenz, die diese „Wunder der Natur“ erdenkt und manifestiert. Eine der möglichen Bezeichnungen für diese Intelligenz ist für mich Reiki - die Essenz allen Seins.

Vom Bienenstaat zum Unternehmen

Ein Bienenvolk, sei es nun wild lebend oder in der Obhut eines Imkers, ist ein faszinierendes Gebilde der Natur. Einzelwesen, mit äußerst unterschiedlichen individuellen Aufgaben betraut, arbeiten perfekt an einem gemeinsamen Ziel, das für jedes Einzelwesen uninteressant ist, nämlich der Arterhaltung. Quasi als Gegenleistung erhält das einzelne Wesen die Möglichkeit, zu (leben und zu überleben in Form von Nahrung, Schutz und Wärme. Vielzählig sind entsprechende Beispiele in der Natur: ein Ameisenvolk, ein Rudel Rehe. Ja sogar unser Körper, aufgebaut aus Myriaden einzelner Zellindividuen mit unterschiedlichster Aufgabenverteilung von der Fettzelle bis zur Nervenzelle.

Alle Einzelwesen stellen einen Teil ihrer Arbeitsleistung der Erhaltung des Gesamtorganismus zur Verfügung, indem sie neben den Vorgängen, die die Zelle am Leben erhalten, auch Tätigkeiten übernehmen, die nur für die Allgemeinheit von Nutzen sind.

So sammelt ein Teil des Bienenvolkes Nektar und Pollen, den die Biene zum Schwärm zurückträgt. Ein anderer Teil baut die Waben zur Nahrungskonservierung und Brutpflege. Andere Arbeitsgruppen übernehmen die Aufzucht, Wächterfunktion oder die Begattung. Jedes Individuum wäre für sich allein nur kurze Zeit

überlebensfähig. Die Aufgabenteilung in der Gemeinschaft jedoch sichert für alle Mitglieder die Existenz.

Die Organisation und Steuerung dieser Vielzahl von Individuen übernimmt eine übergeordnete Instanz. Sie weist jeder Biene entsprechend ihrem Alter und ihrer Geburt die ihr zustehenden Aufgaben zu. Sie sorgt auch dafür, daß dieser „intelligente“ Mechanismus ständig aufrechterhalten bleibt, denn sonst wären alle Lebewesen der Gruppe in Gefahr. Meine Bezeichnung für diese Instanz: Reiki, die universelle Lebensenergie, die hier auf diese spezielle Weise Leben fördert und den harmonischen, natürlichen Zustand erhält.

Wie kann man diese Wirkungsweisen von Reiki auf ein Unternehmen der Wirtschaft übertragen?

Ein Unternehmen ist der Zusammenschluß von Menschen, die durch die Übernahme verschiedenartiger Aufgaben an der Entwicklung des gesamten Unternehmens beteiligt sind. Die Zielsetzung des Unternehmens ist den meisten Beschäftigten in direkter Sicht gleichgültig, sie erhalten jedoch als Gegenleistung für ihre Arbeit Nahrung, Schutz und Wärme (in Form von Geld, das für Essen, Miete und Heizung wieder ausgegeben wird). Die einzelnen Abteilungen sind wie die spezialisierten Organe eines Organismus Gruppen von Menschen mit gleicher Aufgabe. Die Kommunikation zwischen den Abteilungen und die Gesamtsteuerung des Unternehmens findet nach Prinzipien statt, die alle in der Natur ihre Entsprechung finden. Wenn man nun bereit ist, die Aussage zu übernehmen, daß Reiki die Kraft ist, die im Bienenstaat „für Ordnung sorgt“, dann sollte es keine Schwierigkeiten bereiten, die Vorstellung zu akzeptieren, daß Reiki in einem Unternehmen sowohl die einzelnen Mitarbeiter als lebende Wesen unterstützt als auch die organisch gewachsene und nach natürlichem Vorbild funktionierende Infrastruktur. Worin unterscheidet sich der Bienenstaat vom Unternehmen? Ein Bienenstaat kann nicht in Konkurs gehen, weil die Einzelwesen nicht über einen freien Willen verfügen, der es ihnen erlauben würde, Eingriffe in das von der Natur perfekt erdachte System vorzunehmen. Dieser freie Wille wird uns in den nächsten Kapiteln noch mehrmals beschäftigen.

Zehn Eigenschaften der Reiki-Energie

Manches wird Reiki genannt, was in Wirklichkeit nicht Reiki ist. Ich zähle Ihnen zehn sichere Erkennungsmerkmale auf, die eine Energie haben muß, wenn sie die Essenz allen Seins ist und darauf ausgerichtet, die natürliche und harmonische

Entwicklung jedes Wesens zu fördern.

1) Reiki wirkt stets zum Wohle des Empfängers.

Dies bedeutet nicht automatisch, daß alle Wirkungen auch angenehm sein müssen. Manchmal ist es für das Ganze nützlicher, etwas Unangenehmes zu erleben. Aber wenn auch die Medizin manchmal bitter sein kann, zählt letztlich allein das Ergebnis. Und das kann - soweit es mit Reiki bewirkt wurde - nur zum Wohle des Empfängers sein. Ich nenne diese Aussage deswegen den „Paragraph Eins des Reiki-Systems“, da sich alle weiteren Eigenschaften der Reiki-Energie aus diesem Gesetz ableiten lassen.

2) Reiki kann nicht mißbraucht werden.

Die Energie wirkt nur in der oben beschriebenen Art, die natürliche, harmonische Entwicklung dessen zu fördern, was mit ihr in Kontakt gebracht wird; sie kann nicht anders. Daher ist es unsinnig, Reiki für Ziele einsetzen zu wollen, die diesem Prinzip nicht gehorchen.

3) Reiki wirkt immer auf der Ursachen-Ebene.

Wenn Symptome bei der Reiki-Behandlung verschwinden, dann deshalb, weil deren Ursache (= Sinn) transformiert wurde, und nicht, weil das Symptom abgeschaltet wurde. Dies gilt sowohl für die körperlichen Symptome einer Erkrankung wie auch ' beispielsweise für die Symptome eines Ungleichgewichtes in einem Unternehmen.

4) Reiki wirkt auf allen Ebenen des Seins.

Da die universelle Energie aus der höchsten Ebene, dem Urgrund allen Seins, kommt (s. Kapitel „Die Ebenen des Seins“), durchleuchtet sie auf ihrem Weg zur materiellen alle dazwischenliegenden Ebenen und transformiert Blockaden, wo sie sie findet.

5) Die Reiki-Anwendung kennt keine Einschränkungen.

Jedes „nicht bei ...“, „höchstens ...“ oder „nur, wenn ...“ ist der Lebensenergie fremd: wenn für den Grund der Anwendung genügend Energie übertragen wurde, wirkt der Überschuß auf einer anderen Ebene zum Wohle des Empfängers weiter.

6) Der Gebende ermüdet nicht durch die Anwendung.

Wer sich nach einer Anwendung ausgelaugt fühlt, hat nicht (oder nicht ausschließlich) Reiki übertragen, sondern (zusätzlich) von seinen eigenen Energien. Wenn Sie sich von Mitleid oder eigenen Wünschen hierzu verleiten lassen, verringern Sie den Effekt der belebenden Energie, die Sie übertragen.

7) Der Empfänger braucht keinen Glauben an Reiki.

Das Annehmen von universeller Lebensenergie ist ebensowenig ein bewußter Akt wie die Verdauung (= Annehmen materieller Energie). Daher ist kein Glaube an die Wirksamkeit, keine Konzentration auf das Geschehen oder eine bestimmte Vorbereitung erforderlich.

8) Die Wirkung ist unabhängig von der Verfassung.

Ob Spender oder Empfänger - Die Wirksamkeit der Energie hängt nicht von der körperlichen Verfassung ab oder davon, wie der Mensch sich im Augenblick fühlt, da die Energie höchstens durch Geist und Gefühl gelenkt, nicht aber erzeugt wird.

9) Die Wirkung ist unabhängig von der Umgebung.

Sicherlich wirkt eine angenehme Atmosphäre, in der man die Licht-Energie genießt oder weitergibt, auf anderen Ebenen hilfreich zum Gesamterfolg mit. Die Reiki-Energie selbst wirkt jedoch auch unter negativen äußeren Umständen und hilft mit, deren Einwirkung zu verringern.

10) Es sind keine Reinigungsübungen nötig.

Reiki ist selbst eine reinigende Energie. Wer mit Reiki reinigen kann, muß sich nicht vorher für Reiki reinigen. Die beste Reinigungsübung für den Energiekörper ist die häufige Anwendung von Reiki für sich selbst und andere.

Reiki — das Usui-System der medizinischen Behandlung

Die Entdeckung

Die Legende um die Art und Weise, wie Dr. Usui zu diesem Wissen kam, liegt - wie viele Legenden - in verschiedenen Versionen vor und ist stark von mystifizierenden Elementen durchwebt, während scheinbar eindeutige Angaben von Orten und Ereignissen bereits nach 100 Jahren teilweise nicht mehr nachvollziehbar sind. Die wesentlichen Kernpunkte der Legende, die; in allen mir bekannten Versionen enthalten sind, sollen kurz aufgeführt werden. Dr. Usui war in Kyoto als Rektor und Lehrer einer christlichen Missionsschule tätig und wurde eines Tages von seinen Schülern gefragt, wie Jesus Christus durch das Auflegen der Hände heilen konnte. Er konnte diese Frage nicht beantworten, legte seine Ämter nieder und begab sich auf eine langjährige Forschungsreise, die ihn zuerst an eine amerikanische Universität und dann zurück nach Japan führte. Im Laufe seiner Studien stellte er fest, daß die Antwort auf seine Frage nicht in der christlichen Literatur zu finden war und wandte sich buddhistischen Urtexten zu, da bekannt ist,

daß auch Buddha heilende Energien durch die Hände fließen lassen konnte. Nach wiederum jahrelangem Aufenthalt in einem Zen-Kloster machte es ihm sein profundes Fachwissen in Kombination mit einem vertieften Meinungs austausch mit dem Zen-Abt und der Übung von Meditationstechniken möglich, in einer Form von Erleuchtungs-Erlebnis die inneren und äußeren Zusammenhänge zu überblicken und ein in sich zusammenhängendes System aufzustellen, bei dessen Anwendung der direkte Zugang zur Lebensenergie hergestellt wird. Da sich seine ersten Erfahrungen über die Wirkung der wiederentdeckten Kraft auf die Behebung von Krankheiten erstreckten, nannte er - oder einer seiner ersten Schüler? - sein System „USUI SHIKIRYOHO“, zu deutsch „das Usui-System der medizinischen Behandlung“.

Zurück zur Natur '

Die universale Lebensenergie, jene Kraft, der Dr. Usui im letzten Jahrhundert den Namen Reiki gab, ist eine Naturkraft, wenn nicht sogar die Urkraft der Natur überhaupt, denn ohne das Wirken dieser Energie wäre keine Entwicklung möglich, könnte sich kein Lebewesen zu dem entfalten, was sein natürlicher und gesunder Zustand ist.

Die Übertragung einer Energieschwingung, die beim Empfänger eine harmonisierende und normalisierende Wirkung erzielt, ist ein ganz natürlicher Vorgang. Zu Zeiten, als die Menschen noch den ungebrochenen Kontakt zu Natur und Umwelt hatten, als jeder noch spüren konnte, wie sich das Wetter in den nächsten Tagen entwickelte, war auch die Übertragung von Reiki ein normaler Vorgang. Ein Kind, das heute zu seiner Mutter kommt, weil es Schmerzen hat, wird in vielen Fällen nach kurzer Behandlung zu seinen unterbrochenen Aktivitäten zurückkehren. Scheinbar hat hier die Wärme der mütterlichen Hand ein kleines Wunder bewirkt. r

Ich halte diese Wärme für ein (jedem Reiki-Anwender bekanntes) Phänomen, das auf den Fluß der Lebensenergie zwischen Geber und Empfänger hinweist. Die Mutter hat also Reiki übertragen, ohne einen Kurs besucht zu haben. Hier war das Zusammenwirken verschiedener Faktoren zum auslösenden Moment für die Anwendung dieser uralten Energie geworden. Die Mutterliebe hat den direkten Kontakt zur Quelle der Urkraft

hergestellt und die augenblickliche, ja fast instinktmäßige Handlung des Handauflegens ließ keine Zeit, durch Aktionen des Verstandes diesen natürlichen

Zugang zu blockieren. Ich glaube, daß der jedem Menschen angeborene Reflex, bei Schmerzen die Hand auf die betroffene Stelle zu legen, eine unbewußte Erinnerung an die Zeit ist, als der Handkontakt noch Heilung bewirkt hat. Leider ist durch die vielfältigen Einflüsse von Erziehung, Zivilisation und materialistischem Weltbild den meisten Menschen der Zugang zur Kraftquelle verschlossen worden. Wenn Reiki-Energie ab und zu noch eingesetzt wird, wie im obigen Beispiel der besorgten Mutter, geschieht dies vom Anwender unbewußt, und er wird dies wohl auch in den seltensten Fällen registrieren.

Das hervorragende Verdienst von Dr. Usui liegt also nicht so sehr in der Entdeckung einer Naturkraft, sondern in der Entdeckung eines Systems, das diese Naturkraft jederzeit, überall und bewußt einsetzbar macht, und damit jedem Menschen eine Fähigkeit wiedergibt, die der Gattung Mensch vor langer Zeit zu eigen war und die ihr nur im Laufe der Entwicklung in starkem Maße verlorengegangen ist.

Die fünf Lebensregeln des Dr. Usui

Nachdem Dr. Usui bei seiner Arbeit in den Slums von Kyoto Menschen wiedergefunden hatte, die er Jahre zuvor bereits geheilt und zur Ausbildung in ein Kloster geschickt hatte, war ihm klar, daß es neben der Anwendung der Energie einer Hilfestellung bedarf, um die Wertschätzung für und den Umgang mit Reiki zu erleichtern. Dafür stellte er fünf Lebensregeln auf, die er seinen Schülern ans Herz legte. In ihnen sind sowohl die Kernaussagen des Buddhismus als auch die Grundgedanken des Christentums wiederzufinden, die er auf diese einfache, jedoch sehr wirkungsvolle Weise weitergab. So sagt der Buddhismus, es gebe drei Dinge, die den Menschen von der Erleuchtung abhalten, also von der Fähigkeit, die Welt so zu sehen, wie sie wirklich ist: der Zorn, das Verhaftetsein mit weltlichen Dingen und die Unwissenheit. Christus sagte „liebe Deinen Nächsten wie Dich selbst“ bis hin zum „liebet Eure Feinde!“, er sagte auch „sorget Euch nicht“ und lehrte seine Gemeinde anhand von Gleichnissen die kosmischen Gesetze. Die Lebensregeln lauten im einzelnen:

Gerade heute ärgere Dich nicht.

Wenn Sie sich über irgend etwas ärgern, ärgert sich Ihr Ego* Ihre Person über etwas, was nicht so lief wie erwartet. Dies kann ein instinktives Muster sein, das Sie von unseren tierischen Vorfahren ererbt haben. Dann sollte der Mensch in Ihnen darüber schmunzeln, daß das Tier in Ihnen in diesem Punkt noch nicht

weitergekommen ist.

Dies kann aber auch die Enttäuschung des Teils in Ihnen und allen Menschen sein, der nach Erkennen strebt und sich wieder einmal „verkalkuliert“ hat. Eine Erwartung ist nicht eingetroffen. Macht nichts! Bekanntlich lernen wir aus Fehlern - zumindest schneller als aus angenehmen Erfahrungen. Sehen Sie sich Ihren Ärger offen und neugierig an. Verzeihen Sie sich, daß Sie sich geärgert haben! Lesen Sie das Kapitel „Enttäuschung“ und fragen Sie sich dann, welchen Grund es überhaupt gab, sich aufzuregen.

Wenn Sie sich über einen Mitmenschen geärgert haben, wenn er Ihnen gar zum Feind geworden ist, bedenken Sie, daß er Ihr I;eind ist und es sicherlich andere Menschen geben, die ihn gerade jetzt einen Freund nennen. Den Feind an sich gibt es nicht, es gibt nur persönliche - Ihre persönlichen - Feindschaften. Ein Teil dieser Feindschaft liegt also bei Ihnen. Genaugenommen sind Sie es ganz allein, der sein Gegenüber zum Feind macht. Wenn Sie dies erkannt haben und dazu noch einen Weg finden, diese Feindschaft zu beenden, können Sie diesem Menschen für seine Hilfe bei der großartigen Aufgabe danken, die Sie mit diesem Prozeß gemeistert haben - und Ihren (ehemaligen) Feind dafür ein wenig lieben.

Gerade heute soll Dich nichts sorgen

Dieser Grundsatz ist der schwerste - zumindest für mich. Werfen wir einen Blick in das Buch der Bücher: „Darum sage ich Euch: Sorget Euch nicht für Euer Leben, was ihr essen und trinken werdet; auch nicht für Euren Leib, was Ihr anziehen werdet. ... Sehet die Vögel unter dem Himmel an: Sie säen nicht, sie .?. ernten nicht, sie sammeln nicht in die Scheunen; und Euer himmlischer Vater ernährt sie doch. Seid Ihr denn nicht viel mehr als sie?“ (Matth. 6, V. 25 u 26).

Spätestens seit dem Tage, da wir unser Elternhaus verlassen haben, glauben wir, uns immer wieder ernsthafte Sorgen um unser leibliches Wohl machen zu müssen. Hier ist nicht gemeint, - daß wir uns nicht um unser Auskommen kümmern sollten, denn sowohl die Bibel als auch Dr. Usui sprechen von Gram und Sorge, von psychischen Zuständen nahe der Depression, in die wir verfallen, wenn wir uns ausmalen, wie schrecklich Hunger sein muß. Doch mal ehrlich, lieber Leser: gab es in Ihrem Leben einen einzigen Tag, an dem Sie hungern müßten, weil es nichts mehr zu essen gab und auch kein Geld mehr, einen Laib Brot zu kaufen? Und selbst wenn Sie zu den wenigen gehört haben, die das erlebt haben - es gab ja wohl einen Ausweg. Aber haben Sie diesen Ausweg durch Ihre Sorge bewirken können? Gehen

Sie doch in Gedanken einmal Ihr bisheriges Leben durch. Welche entscheidenden Wendepunkte haben Sie selbst geplant und ausgeführt und wieviel davon kam „von außen“, „durch Zufall“, „anders als erwartet“? Sehen Sie den Stellenwert, den „Sorge“ in Ihrem Leben erworben hat? Er dürfte nicht allzu groß sein.

Gerade heute sei dankbar

Die konsequente Fortsetzung der Gedanken um die Sorge im Leben ist die Dankbarkeit für alle Segnungen, die Sie erfahren durften, ohne daß Sie viel dazu beitragen müßten. Allein das Loslassen der alltäglichen Sorgen um das Überleben, das wir im vorstehenden Abschnitt besprochen haben, ist schon Grund genug zur Dankbarkeit. Und dann sind da noch die Selbstverständlichkeiten, deren wir uns erst dann bewußt werden, wenn wir sie nicht mehr haben: Sonne, saubere Luft, frisches Wasser, Freunde, Gesundheit, Vertrauen...

Wann haben Sie wem zuletzt dafür gedankt? Nicht in Form großartiger und oft leerer Formeln und Litaneien, sondern ganz einfach aus vollem Herzen.

Und zuletzt: aus „Fehlern“ lernt man am besten. Ich möchte lieber sagen, aus unangenehmen Erfahrungen lernt man am besten, denn die meisten Fehler sind im Augenblick ihres Entstehens keine Fehler, sondern werden erst im nachhinein als solche bewertet. Also seien Sie auch dankbar für die unangenehmen Erfahrungen in Ihrem Leben, denn Sie durften aus ihnen lernen. Sollten Sie nicht aus ihnen gelernt haben, danken Sie dem Universum für seine Geduld, Ihnen immer wieder die gleiche unangenehme Situation zu präsentieren, bis Sie aus ihr gelernt haben! Ich bin nicht zynisch, wenn dies auch so klingen mag. Ich versuche, ehrlich zu sein. Und damit sind wir bei der nächsten! Regel des Dr. Usui:

Gerade heute verdiene Dein Brot ehrlich.

Wir alle sind Teil eines großen Ganzen. Sowohl wir als auch das große Ganze leben nach den Naturgesetzen, durch die sich die Reiki-Energie ausdrückt. Die Bienen im Bienenstock können nicht anders leben als nach diesen Gesetzen. Wir Menschen schon. Wir können versuchen, unseren persönlichen Vorteil durch eine Handlungsweise zu erlangen, die zum Nachteil eines anderen Wesens ist. Wir können täuschen, lügen und übervorteilen. Dies mag kurzfristig weiterhelfen, langfristig gesehen begibt man sich jedoch in die Gefahr, „aufzufliegen“ und dadurch den Schutz der Gemeinschaft zu verlieren. Darüber hinaus stellt man sich

freiwillig abseits vom Ganzen, sondert sich ab, versündigt sich (Sünde = Sonderung). Wozu soll das dienen?

Gerade heute sei freundlich zu allen Lebewesen.

Wenn Sie mir in der Interpretation der vier vorangegangenen Lebensregeln zustimmen, ist diese letzte Regel eine automatische Konsequenz aller anderen. Wir sind alle Teile des Ganzen, nicht nur wir Menschen sondern alle Wesen. Schließen Sie kurz die Augen und stellen Sie sich vor, es gäbe außer Ihnen kein lebendes Wesen auf diesem Planeten! Eine furchtbare Vorstellung! Wenn Sie also dankbar für die lebendige Umgebung sind, werden Sie auch freundlich zu ihr sein.

Ein anderer Denkansatz führt zum gleichen Schluß. Das zweite hermetische Gesetz „wie oben, so unten; wie innen, so außen“ (s. Kapitel „Wie oben, so unten“) sagt eindeutig, daß Ihre Umgebung sich Ihnen so präsentiert, wie Sie sich im Inneren fühlen. Auch das Resonanzprinzip läßt keine andere Interpretation zu: Sie ziehen an, was im Augenblick für Sie paßt.

Wenn Sie mürrisch sind, wird auch Ihre Umgebung mürrisch auf Sie reagieren. Wenn Sie freundlich sind, kommt Ihnen Freundlichkeit entgegen. „Wie man sich bettet, so liegt man!“, „Wie man in den Wald hineinruft, so schallt es heraus“. Seien Sie einfach freundlich zu allem, was wie Sie Teil des großen Ganzen ist, dann sieht die Welt automatisch freundlicher aus.

Eine sehr schöne und ausführliche Interpretation dieser fünf Lebensregeln findet sich in Paula Horans Buch „Die Reiki Kraft“ (s. Kapitel Bibliographie).

Das System

Um im Rahmen eines Reiki-Kurses die Fähigkeit zurückzuerhalten, Reiki-Energie zu „kanalisieren“, sind drei Voraussetzungen zu erfüllen:

Die Einstimmung

Der Lehrer muß die richtige energetische Einstimmung des Kursteilnehmers vornehmen. Sie dient dazu, den Energiekörper des Menschen - bekannt aus der chinesischen, ayurvedischen und anderen fernöstlichen Zweigen der Medizin - wie ein Musikinstrument oder einen Rundfunkempfänger einzustimmen, damit die Ur-Energie zuverlässig und dauerhaft weitergegeben werden kann.

Diese Einstimmung ist in der Seminar-Grundstufe unterteilt in vier unterschiedliche Einstimmungsvorgänge. Der erste hat als sogenannte „universelle Einstimmung“ eine Bedeutung, die über die hier genannte hinausgeht und in einem späteren Kapitel beschrieben wird.

Einstimmung zwei bis vier dienen der „dauerhaften Installation der Reiki-Leitung“. Dies bedeutet: Ist jemand einmal richtig eingestimmt, bleibt die Fähigkeit zum

Übertragen der Reiki- . Energie ein Leben lang erhalten.

In der Aufbaustufe ist ein weiterer Einstimmungsvorgang erforderlich, der wiederum von den vier ersten abweicht, um den Energiekörper auf die Anwendung der erweiterten Möglichkeiten von Reiki vorzubereiten.

Dies setzt sich auch in den weiteren Graden fort.

Das „innere Wissen“

Jeder Einstimmungs-Vorgang stellt eine Sequenz von genau in Form und Anwendung definierten Energieschlüsseln oder Symbolen dar, deren Wirksamkeit sowohl von der Einhaltung der Reihenfolge wie auch der Form der exakten Energieschlüssel abhängt.

Nun ist das hierzu erforderliche Wissen - ich nenne es gerne „inneres Wissen“, weil es den Absolventen der jeweiligen Stufe vorbehalten sein sollte - an sich kein Geheimnis. Aber so wie ein verantwortungsbewußter Elektromeister seinen Lehrling nicht ohne entsprechende Vorbereitung an einem Stromverteilungskasten arbeiten läßt, wird ein Reiki-Lehrer darauf achten, daß die Energieschlüssel, die er kennt, nicht in unvorbereitete Hände - also Hände ohne die dafür erforderliche Einstimmung - fallen. Die Berichte über Einzelfälle, in denen diese Schlüssel ohne die zugehörige Einstimmung angewendet wurden, sind unterschiedlich. Daher kann ich keine einheitliche Erfahrung weitergeben. Allein die Tatsache, daß auch von unangenehmen Begleiterscheinungen berichtet wurde, läßt es angeraten erscheinen, vom unautorisierten Gebrauch Abstand zu nehmen. Zumal ein solcher Gebrauch mit hoher Wahrscheinlichkeit nicht die Anwendung von Reiki-Energie darstellt und daher die Sicherheit der Reiki-Eigenschaften nicht mehr gegeben ist. Die Energieschlüssel für sich allein stellen bereits Energieformen dar, die erst im Kontext mit der Einstimmung seines Anwenders zu Teilen des sicheren Reiki-Systems werden.

Ich werde diese Schlüssel so benennen, daß jedem Teilnehmer der Aufbau- und Meisterstufe klar ist, welchen Schlüssel ich anspreche. Die größte Bedeutung hat der „Kraftschlüssel“, da er mit allen anderen Symbolen kombiniert wird. Dann gibt es einen „Wächter“, der zum Schutz und zur Harmonisierung eingesetzt wird, und den „Kontaktschlüssel“, den längsten Schlüssel.

Die Absolventen des Dritten Grades wenden zusätzlich den „Meisterschlüssel“ an.

Die Kompetenz des Lehrers

Ich bin der Auffassung, daß man im Reiki-System im Gegensatz zu Lehrern anderer Art zwei Kompetenzen unterscheiden muß, die ich die „innere“ oder

energetische und die „äußere“ oder menschliche Lehrbefähigung nenne. Die „innere“ Kompetenz gehört zum Energie-System wie die Symbole und die Einstimmungen. Daher wird sie hier erläutert. Die „äußere“ Kompetenz ist ein Thema im Kapitel „Jeder findet seinen Meister“ und wird dort näher ausgeführt.

Wir stehen hier am schwierigsten Punkt für den Außenstehenden: Woran soll er erkennen, ob der Lehrer, der für Reiki-Kurse wirbt, auch die Kompetenz hat, Einstimmungen nach dem Usui-System vorzunehmen? Worin besteht diese „innere“ Kompetenz?

So wie die Teilnehmer der Grund- und Aufbaustufe die entsprechenden Einstimmungen erhalten, müssen auch die Lehrer und alle weiteren Grade innerhalb des in sich geschlossenen Reiki-Systems eingestimmt sein. Ohne Einstimmung keine zuverlässige Wirkung. Dieser Grundsatz ist auf allen Stufen unumgänglich und muß von einem autorisierten Reiki-Lehrer nachgewiesen werden können. Dies ist nur dadurch möglich, daß sein eigener Lehrer - und zwar derjenige, bei dem er die Lehrer-Ausbildung absolviert hat - wiederum von einem hierfür kompetenten Lehrer eingestimmt wurde und so weiter. Läßt sich die Reihe auf Hawayo Takata zurückverfolgen, die als Großmeisterin das komplette Reiki-System über Dr. Chijuro Hayashi von Dr. Usui vermittelt bekam, ist diese Kompetenz gegeben.

Die Weisheit der Energieschlüssel

Die im Reiki-System verwendeten Schlüssel sind faszinierende, multidimensionale Energiekörper von vielseitiger Aussagekraft und Wirkung. Sie sind Symbol und Bedeutung, Mandala und Mantra, Schlüssel und Schloß in einem. Der berühmte Psychologe Carl Gustav Jung hat sich intensiv mit Symbolen, ihrer Aussage und ihrer Bedeutung für die menschliche Seele auseinandergesetzt. Eine seiner wichtigsten Aussagen zu diesem Thema ist die, daß die Seele täglich nach Ausdrucksmöglichkeiten Ausschau hält. Werden sie ihr versagt, projiziert sie diesen Mangel in Form von Krankheitssymptomen auf den Körper. Symbole helfen der Seele, ihren Ausdruck zu finden. Dies ist die erste wichtige Funktion der Reiki-Schlüssel:

Die Seele weiß um die innere und vollständige Bedeutung > jedes der Symbole und nimmt dankbar die Gelegenheiten wahr,

sich durch deren Anwendung auszudrücken, auch wenn der Verstand sich nicht oder nur unvollständig über die Bedeutung im klaren ist. Des weiteren sind diese Schlüssel Energiekörper, das heißt, sie haben eine ganz bestimmte, den

Eigenschaften des Schlüssels zugeordnete Energie, die man fühlen und unter bestimmten Umständen auch sehen kann. Wie ein ins Wasser fallender Stein ein Papierschiffchen zum Schwanken bringt, das in der Nähe schwimmt, erzeugt ein Reiki-Symbol eine Energie an der Stelle im Raum, wo es erstellt wird. Seine Energie wirkt so auf andere Energien, die sich an dieser Stelle befinden, wie es die zehn Eigenschaften beschreiben: sie werden harmonisiert und transformiert.

Gemäß ihrer inneren Aussage haben die verschiedenen Schlüssel auch voneinander abweichende Charakteristika, die ich im folgenden anhand meiner eigenen, subjektiven Erfahrungen beschreiben möchte, soweit dies mit Worten überhaupt möglich ist. Beschreiben Sie einem von Geburt Blinden die Farbe Rot, dann können Sie mein Problem nachvollziehen!

Schnell wie der Blitz

Will man den Namen des Kraftsymbols aus dem Japanischen übersetzen, gibt es mehrere sinnvolle Möglichkeiten. Eine gängige Übersetzung lautet „Blitzartig manifestiert sich die universelle Energie". Diese Übersetzung bezieht sich auf die Tatsache, daß die Energie in dem Augenblick im vollen Umfang zur Verfügung steht, in dem man sie durch Handauflegen oder die Anwendung dieses Symbols aktiviert.

Eine weitere Übersetzungsmöglichkeit lautet: „Den Zugang zu etwas durch totale Anerkennung der dahinter stehenden Kraft erhalten." Wenn Sie sich also ganz der Energie öffnen, die durch Sie fließen will, wird sie das auch tun, erhalten Sie den Zugang zu ihr. Mit anderen Worten ausgedrückt: DEIN Wille geschehe!

Dieses Symbol charakterisiert die Reiki-Energie in Aktion, unmittelbar und unveränderlich, sozusagen Lebensenergie pur.

Daher müssen alle anderen Symbole auch mit diesem kombiniert werden, um aktiv werden zu können.

Der Wächter

Der Name des zweiten Symbols kann wörtlich übersetzt werden als „Der Wesenskern des tapferen Soldaten im Dienste der Essenz alles Seins", anschaulicher vielleicht mit „Der Wächter der Seele(n)".

Die Grundeigenschaft der Symbolenergie ist der Ausgleich zwischen unharmonischen Polen auf allen Ebenen der polaren Welt. Diese Eigenschaft und sein naher Bezug zur Seelenenergie, der schon im Namen zum Ausdruck kommt, wird oft genutzt, um mit dem Symbol im psychischen Bereich ausgleichende und harmonisierende Energien einzubringen.

Die rechte Gesinnung

Der dritte Energieschlüssel gibt die Bedeutung seines Namens und damit seines Mantras zweifelsfrei preis:

„Die Kraft aus dem Ursprung liegt in einer rechtschaffenen Einstellung des Herzens.“

Dies sagt aus, daß nur derjenige auf die Urenergie zugreifen kann, der das mit der richtigen, weil rechtschaffenen Einstellung tut. Sie haben ja bei den zehn Eigenschaften der Reiki-Energie gesehen, daß sich Reiki jedem Versuch der Manipulation entzieht, indem es sich abschaltet. Dieser Effekt wird hier als Gesetzmäßigkeit beschrieben. Nur die rechte Gesinnung ermöglicht die Anwendung von Reiki als Kraft des Ursprungs.

Die Grundenergie dieses Symbols ist eine verbindende, daher auch die Bezeichnung „Kontaktsymbol“. Es kann jedoch nicht nur die Raum und Zeit überwindende Verbindung beim Fernreiki herstellen, sondern hilft auch bei der Überwindung von Grenzen aller Art, seien es Blockaden auf der psychischen oder anderen Ebenen, seien es mentale Einengungen oder „unüberwindbare“ Gegensätze jeglicher Art. Der Kontakt zur höchsten Ebene, die allen Seinsformen gemeinsam ist, umgeht jede Begrenzung und öffnet Türen.

Das große Licht

Historisch ist dies der Beiname eines sehr weisen Herrschers: „Der große Erleuchtete“. Im Buddhismus ein Begriff für jemanden, der sein wahres Ich erkannt hat. Das Sanskritwort hierfür ist Mahaprabhasa.

Dieser Schlüssel symbolisiert die Einwirkung der kosmischen, ganzheitlichen Energie auf die Energiekörper der für uns wahrnehmbaren materiellen Welt. Ähnlich wie ein Radio, das die nicht wahrnehmbaren Wellen des Senders umwandelt, um die enthaltene Information (Musik, Sprache) in Form von Energien weiterzugeben, die für uns hörbar sind. Diese Einwirkung geschieht zum einen bei der Reiki-Anwendung, wo die ganzheitliche Energie Veränderungen im Körper, in der Emotionalebene oder an* deren Ebenen des behandelten Wesens vollzieht. Zum anderen aber auch beim Einstimmungsvorgang, wo eine dauerhafte Veränderung im Energiekörper des Eingestimmten vorgenommen wird, um die Fähigkeit zum Kanalisieren der Reiki-Energie wieder einzurichten.

Diese Fähigkeit, universelle Energie bewußt anzuwenden, ist ein Geschenk des Universums, das wohl die wenigsten Reiki-Freunde in seinem ganzen Umfang zu

schätzen wissen. So wird beispielsweise im Zen eine vergleichbare Fähigkeit erst nach jahrelanger Übung erreicht und auf der Stufe der Meister mit einem fast identischen Symbol beschrieben. Christliche Mystiker haben jahrzehntelang innigst um diese Fähigkeit gerungen und nur wenigen wie Meister Eckhard ist es auch gelungen, sie zu erhalten. Heute dagegen wird Reiki im Sonderangebot ab DM 50.- verhökert, die genannte Meisterstufe wird im Schnellverfahren - 3 Stunden zu DM 1000, Essen inbegriffen - an den Mann/die Frau gebracht. Können Sie mit mir fühlen, daß hier wohl etwas nicht ganz richtig verstanden wurde?

Die Kraft Buddhas

Dieses Symbol ist dem vierten Grad des Reiki-Systems nach der T.R.T.A.I.-Schule zugeordnet. Die Tradition der Reiki-Alliance kennt weder diesen Grad noch das zugehörige Symbol. Sein Name würde in der deutschen Übersetzung ungefähr lauten „Vier Teile des wahren Geistes“. Der Begriff spricht auf die Kraft oder besser göttliche Autorität Buddhas an, die sich in vier Formen ausdrückt: sein Mitgefühl mit allen Wesen, die Macht einer mystischen Gesetzmäßigkeit, nach der alle Menschen zur Erleuchtung gelangen, die Kraft des Glaubens und die Macht der Übung.

Symbole sind wie Mantras Energien, die durch ständige Wiederholung verinnerlicht werden können, auch wenn der Verstand ihre Bedeutung nicht erfassen kann. Dadurch, daß die Techniken des Reiki-Systems die Anwendung der Symbole bedingen, findet automatisch diese Wiederholung und damit die Verinnerlichung der Symbol-Energien statt, die ihren Ausdruck in einer Veränderung des Menschen findet. Wie eine Kerze, die den Raum erhellt, selbst Licht ist und um so heller wird, je mehr Licht sie an den Raum abgibt, so zeigt die Ausstrahlung eines Reiki-Anwenders um so deutlicher die Wandlung zum Hellen, Lichten, Leichten, je mehr dieser Reiki anwendet.

Um Mißverständnissen vorzubeugen, weise ich hier noch einmal deutlich darauf hin, daß die kosmische Energie, die durch die Symbole ausgedrückt wird, kein Ausfluß buddhistischer Lehre oder Glaubens ist. Die Energien sind für Menschen aller Konfessionen, Weltanschauungen und Philosophien die gleichen. Lediglich der Umstand, daß Dr. Usui aus dem Umfeld des Zen-Buddhismus stammt, hat dazu geführt, daß die Manifestation und die Beschreibung der Symbol-Energien in Begriffen des Buddhismus stattfand.

Die hier genannten Charakteristika der Symbole sind nur ein Ausschnitt aus ihrer

Bedeutungsvielfalt. Es ist Thema von Workshops, die Reiki-Symbole mit dem Verstand und, was viel wichtiger ist, mit dem Herzen immer mehr zu erfassen, und ich glaube, es wird selten jemandem gelingen, alle Aspekte zu erfahren.

Wozu Reiki?

Wer kann Reiki anwenden ?

Neben der Einstimmung in das Reiki-System, die ein Reiki-Anwender haben muß, ist die einzige Voraussetzung die Fähigkeit zum bewußten Einsatz dieser Energie. Dabei ist es nicht erforderlich zu wissen, was im einzelnen vor sich geht, sondern es genügt der Wunsch, die Energie zu übertragen. So hat die Erfahrung gezeigt, daß bereits Kinder ab ca. drei Jahren sehr gute Vermittler sind, wenn sie eingestimmt wurden und ihnen spielerisch die Freude am „Handauflegen“ beigebracht wurde. Zum einen fehlen hier selbstaufgelegte oder von der Umwelt anerzogene Blockaden, und zum anderen spüren die Kinder auch schon den wohltuenden Einfluß beim Geben und Nehmen. Wenn Sie den Grundkurs besucht haben, genügt es, die Hand an die gewünschte Stelle zu legen mit dem Wunsch, Reiki fließen zu lassen, und es wird geschehen. Weitere Voraussetzungen gibt es nicht.

Bei wem kann Reiki angewendet werden?

Reiki als innerste Essenz aller Daseinsformen wird von allen Wesen angenommen und genutzt, daher ist die Anwendung unbeschränkt möglich.

Gerade die Einfachheit der Anwendung in Kombination mit der unzähligen Vielfalt der Anwendungsmöglichkeiten machen die Faszination des Reiki-Systems aus. Täglich gibt es neue Gelegenheiten und Arten von Empfängern, die behandelt werden können:

Reiki fördert Wachstum und Gesundheit von Pflanzen, sei es zur Zierde oder im professionellen Einsatz von Gärtnereien und Landwirtschaft, Tiere als Haustiere oder Nutzvieh schätzen die Energie und profitieren von ihr, Menschen, die vertraut, verwandt und befreundet sind, aber auch Mitarbeiter, Kunden, Patienten, Chefs, Gruppen von Menschen unterschiedlichster Gemeinsamkeiten - angefangen bei Ihnen selbst - können, wenn sie dies wollen, Harmonie, Gesundheit und Vitalität zum Nulltarif erhalten. Last but not least auch Vorhaben oder Ereignisse, die ja immer direkt oder indirekt mit Menschen zu tun haben, und sei es nur mit Ihnen selbst.

Da die positiven Veränderungen durch eine Reiki-Behandlung auch im

körperlichen Bereich stattfinden, war und ist das Reiki-System schon seit seinem Entdecker Dr. Usui zumeist im medizinischen Bereich verbreitet.

Dr. Usuis erste Erfahrungen waren die Heilung seiner eigenen wundgestoßenen Zehe, die Behandlung eines eitrigen Zahnes und die Schmerzlinderung bei seinem Freund und Gastgeber, der an Arthrose litt. Auch Usuis Nachfolger als Großmeister des Reiki-Systems hatte sich auf den medizinischen Bereich spezialisiert: Dr. Hayashi gründete eine erfolgreiche Klinik in Tokyo, in der über Jahrzehnte hinweg ausschließlich und intensiv mit Reiki gearbeitet wurde. So wird auch heute Reiki hauptsächlich in ganzheitlichen und Naturheil-Praxen eingesetzt; meist in Kombination mit anderen Behandlungsformen, die auf einer anderen Ebene die Therapie unterstützen. Da Reiki Wachstum in Harmonie und Leben in Gesundheit fördert, unterstützt es jede schulmedizinische oder ganzheitliche Behandlung, lindert Nebenwirkungen und fördert die Anregung der Selbstheilungskräfte. Dies beschränkt sich nicht allein auf die körperliche Ebene, sondern läßt sich hervorragend auf die Arbeit im psychotherapeutischen Bereich ausdehnen.

Um nur wenige Beispiele herauszugreifen, seien einige Berufe genannt, die einen hervorragenden Nutzen vom Einsatz der universellen Lebensenergie haben:

Immer häufiger liest man von den Klagen überlasteter Lehrer und der zunehmenden Gewalt und Kriminalität in den Schulen. Ich bin davon überzeugt, daß nur drei Lehrkräfte einer höheren Schule in der Lage wären, eine für alle Schüler und den Lehrkörper ausreichende Energiemenge zu kanalisieren. Durch den harmonisierenden Einfluß würde Reiki Konflikte, Gewalt und Kriminalität entschärfen und die dort gebundene Energie in konstruktive Bahnen lenken. Die ausgleichende und beruhigende Wirkung auf die Lehrkräfte wäre im Vergleich dazu nur als ein erwünschter Nebeneffekt einzustufen, der sowohl durch direkte Behandlung, als auch über die Harmonisierung der Umwelt erreicht wurde.

Wenn ich an typische Streßberufe denke, fallen mir zuerst Manager und Börsenmakler ein. Welche zusätzlichen Erfolge wären hier möglich, wenn sie die im Kapitel „Reiki als Wegbegleiter“ beschriebenen Möglichkeiten einsetzen! Mehr Spannkraft, Kreativität, Intuition und Ruhe - und das nur durch das Auflegen einer Hand auf den eigenen Körper, nebenbei, unauffällig, wirksam...

Wie wirkt Reiki?

Auch wenn Sie keine medizinische Ausbildung haben, können Sie Reiki bei sich selbst und anderen anwenden, um Energie zuzuführen, zu harmonisieren und die

Selbsteilungskräfte anzuregen. Da Reiki das Wissen um alle Daseinsformen in sich trägt (es ist das Ki von Rei), ist es für Sie überflüssig, Diagnosen oder einen Therapieplan aufzustellen. Dies ist in vielen Ländern auch vom Gesetz her nur denjenigen erlaubt, die approbierte Ärzte oder geprüfte Heilpraktiker sind. Führen Sie eine Ganzkörperbehandlung durch, wie Sie es im Kurs gelernt haben, und überlassen Sie es Reiki, wohin es fließt und wie es den bestmöglichen Erfolg für den Empfänger herbeiführt. Wenn die Zeit für eine solche Behandlung nicht ausreicht, legen Sie die Hände auf die schmerzenden Stellen oder die Körperregionen, die signalisieren, daß von ihnen Unwohlsein ausgeht (meist Magen oder Kopf).

Mindestens ebenso wichtig ist der Ausgleich der tagtäglich auf Sie einströmenden psychischen Belastungen. Es ist in der Schulmedizin bekannt, daß Streß, Hektik oder unfreundliche Mitmenschen erhebliche gesundheitliche Risiken bergen. Hier drücken volkstümliche Redewendungen am besten aus, welche Körperregionen die ersten Alarmzeichen für derartige Überlastungen geben: „Mir ist die Affäre auf den Magen geschlagen“, „heute ist mir die Galle übergelaufen“, „das ist mir ganz schön an die Nieren gegangen“, „ich habe richtig weiche Knie bekommen“, „er geht mir auf den Geist“ und „mir brummt der Schädel“. Sie sehen auch hier an der Vielfalt der möglichen Symptome den Nutzen einer Ganzkörperbehandlung. Oder wählen Sie* beispielsweise vor dem Einschlafen die im Kapitel T.A.S.T.E. beschriebene Übung: die Erfahrung zeigt, daß „Der siebenarmige Leuchter“ oft nicht bis zum Ende durchgeführt werden kann, weil sich der Erfolg in Form eines erholsamen Schlafes bereits vorher einstellt. Die zu Beginn dieses Kapitels beschriebenen zehn Eigenschaften der Reiki-Energie beschreiben am einfachsten die Wirkung. Wenn Sie in die Betrachtung einzelner Anwendungsmöglichkeiten einsteigen möchten, empfehle ich Ihnen die im letzten Kapitel „Bibliographie“ aufgeführte Literatur zu Reiki.

Beweise

Sicherlich werden viele von Ihnen, liebe Leser, nun sagen, das klingt ja alles schön und gut - oder auch, das klingt mir viel zu phantastisch -, aber gibt es denn nicht irgendeinen Beweis für die Existenz dieser Reiki-Kraft? Es gibt ja auch andere Effekte, die den gleichen Erfolg vortäuschen könnten, wie Suggestion, Autosuggestion oder „Einbildung“.

Gerade aufgrund meiner naturwissenschaftlichen und schulmedizinischen Ausbildung stehe ich selbst immer wieder skeptisch und kritisch vor diesen Fragen.

Daher habe ich schon frühzeitig begonnen, für mich und später für meine Kursteilnehmer Versuche durchzuführen, die in deutlicher und reproduzierbarer Weise die Wirksamkeit einer Kraft zeigen, die bis dahin mancher Anwender noch nicht einmal ganz wahrhaben wollte. Die Problematik besteht in der Tatsache, daß die Reiki-Energie selbst nicht sichtbar, hörbar oder elektronisch meßbar gemacht werden kann. Zu beobachten sind nur die Auswirkungen der Energie auf Systeme, die sich verändern können, also in der Regel auf Lebewesen oder auch Ereignisse. Dabei sollte von vornherein der Einfluß von Erwartungshaltung, Ablehnung oder Wunschdenken beim Empfänger ausgeschaltet werden können.

Unter diesen Voraussetzungen können bereits die vielen Erfolge als Beweise dienen, die an Tieren, Pflanzen oder Kleinkindern erzielt wurden, weil diese kaum oder gar nicht auf eine Suggestion des Behandlers ansprechen. Es gibt hierzu wie auch zu den Erfolgen im Berufsleben Bücher, die nur aus positiven Erfahrungsberichten bestehen (siehe Bibliographie „Reiki on the Job“, „Reiki and the Animal Kingdom“).

Um jedoch nicht allein auf die Aussagen anderer oder eigene, vielleicht doch subjektiv gefärbte Erfahrungen zurückgreifen zu müssen, habe ich folgende Experimente durchgeführt, die sich als reproduzierbar erwiesen haben:

Die Weinprobe

Ein sehr empfindlicher Indikator für die Wirkungen der Reiki-Energie ist Wein. Der beste Wein wird vom Winzer bereits von Anfang an in harmonischem Einklang mit der Natur herangezogen. Schutz und Pflege der Reben erfolgen mit natürlichen Mitteln, er gedeiht im „kontrolliert biologischen Anbau“. Wenn dann auch die Verarbeitung, der „Ausbau“ mit Liebe, Fingerspitzengefühl und rein natürlichen Mitteln erfolgt, wird ein Wein entstehen, bei dem die harmonisierende Wirkung von Reiki nicht mehr viel zu verbessern hat und der auch unbesorgt und ohne Katzenjammer genossen werden kann. Ich beziehe meine guten Tropfen von einem Reiki-Freund, der sich vor Ort beim Winzer umsieht, Anbau und Ausbau begutachtet, die angebotenen Weine verkostet und auch einer Behandlung mit Reiki unterzieht. Erst wenn all diese Kriterien einen guten Wein anzeigen, kauft er ein. Und ich kann mich immer auf ihn und seine Weine verlassen.

Die Weine, bei denen ich im Reiki-Seminar die Wirkungsweise der Lichtenergie demonstrieren will, habe ich dagegen im Supermarkt und so billig wie möglich gekauft. Gemäß „Paragraph 1“ transformiert Reiki alle nicht lebensfördernden und

nicht natürlichen Bestandteile des Weines und versucht, die Harmonie des Ganzen zu erhöhen. Dies macht sich in einer deutlichen Geruchs- und Geschmacksveränderung bemerkbar: der Wein baut seine unangenehmen Seiten ab und wird lieblicher. Dies kann jedoch im Extremfall dahin gehen, daß bei ungünstigem Verhältnis von Kunst und Natur der Wein wie ein Kartenhaus in sich zusammenfällt, dem man den künstlichen Kleber entzieht: er wird innerhalb weniger Minuten zu Essig.

Nimmt man für mehrere Versuche Wein aus der selben Abfüllung, der jedesmal einer frisch entkorkten Flasche entnommen wird, sind diese Versuche zuverlässig wiederholbar.

Aurafotografie

Seit einigen Jahren gibt es die Möglichkeit, mit einer speziellen Versuchsanordnung (Aura-Imaging) eine Momentaufnahme der ganzheitlichen Konstitution des fotografierten Menschen zu machen. Hierzu werden Biofeedback-Parameter an den Händen gemessen, über einen Kleinrechner in Farben umgesetzt und bestimmten Gebieten auf der Fotografie zugeordnet. Erfahrene Interpreten dieser Fotografien haben mit Verwunderung auf die positiven Auswirkungen kurzer Behandlungen hingewiesen, die aus den veränderten Farben der Bilder abzulesen sind. Ein Beispiel ist unten abgebildet:

Das erste Foto wurde im „normalen“ Zustand von Anspannung, Alltagsstreß und etwas Hektik gemacht. Foto 2 zeigt die Veränderungen nach nur 10 Minuten Eigenbehandlung: die dunkle Zone um Hals und Kopf - ein Zeichen für Anspannung und Energiemangel - wurde geringer, die Umwandlung gelber Bereiche nach Rot zeigt den Zufluß von Energie an. Foto 3 wurde im Anschluß an Foto 2 aufgenommen, jedoch nach dem „Genuß“ von einer Tasse Kaffee und einer Zigarette. Wie deutlich zu sehen ist, sind alle positiven Veränderungen der Reiki-Behandlung verschwunden und das Foto 3 sieht wieder fast so aus wie Foto 1.

Die abgebildete Aufnahmereihe ist nur eine von vielen, die an verschiedenen Testpersonen jeweils vor und nach einer Reiki-Behandlung von ca. 20 Minuten durchgeführt wurden. Alle zeigen eindeutige Ergebnisse in Richtung des entspannenden und ausgleichenden Effekts der Behandlung.



*Aurafotografie 1
(normaler Alltagszustand)*



*Aurafotografie 2
(nach 10 Minuten Reiki-
Eigenbehandlung)*



*Aurafotografie 3
(Genuß von Tee- und Kaffee nach der
Reiki-Behandlung)*



Kirlianfotografie

Ein anderer technischer Weg, den Energiekörper des Menschen sichtbar zu machen, ist die bereits Ende der 50er Jahre entdeckte Kirlian-Fotografie. Hier können anhand charakteristischer Muster detaillierte Aussagen über den physischen und psychischen Zustand des Probanden gemacht werden. Und auch hier sind deutliche Unterschiede vor und nach einer Reiki-Behandlung zu sehen, die auf die harmonisierende und gesundheitsfördernde Wirkung hinweisen.

Paula Horan hat bereits 1989 in ihrem Buch „Die Reiki-Kraft“ derartige Aufnahmen veröffentlicht. Inzwischen ist eine Fülle an diesbezüglichem Material hinzugekommen. Eine dieser Aufnahmen ist nebenstehend abgebildet:

Reiki-Hände in Kirlian-Fotografie (oben: vor der Behandlung, unten: nach der Behandlung), aus: „Die Reiki-Kraft“ von Paula Horan, Windpferd Verlag

Die Techniken der Grundstufe

Ob Sie den Reiki-Grundkurs besucht haben, die Techniken der Aufbaustufe beherrschen oder gar den Meistertitel führen, Reiki ist ganz und wird Ihnen ungeteilt zur Verfügung stehen. Auch die Ziele der Lichtenergie werden die gleichen bleiben, nur die Art der Anwendung gemäß Ihren Möglichkeiten variieren.

Die zuverlässigste Technik, um den Lichtkontakt herzustellen, ist das Auflegen der Hände, wie es im Grundkurs gelehrt wird. Hier gibt es keine „mentalen Routinen“ der Kontaktaufnahme (Aufbaustufe) oder der Einstimmung (Dritter Grad). Es genügt, die Hand aufzulegen und zu denken, daß Sie nun Reiki senden und schon ist der Energiefluß aktiviert. Der Nachteil dieser Technik ist nur, daß sie nicht ganz so viele Anwendungsmöglichkeiten bietet wie die höheren Grade.

Sie können sich selbst und anderen die Hände auflegen, je öfter, desto besser. Im stillen vielleicht leichter als in Anwesenheit anderer, aber warum sollte es denn niemand sehen? Vielleicht hatte Napoleon seine typische Handhaltung auch von seinen ständigen Gallenproblemen?

Zur Kontaktaufnahme mit nicht anwesenden Personen oder mit Situationen können Sie sich des Tricks eines „Stellvertreters“ bedienen, wie er auch in der Aufbaustufe als Teil der Technik benutzt wird. Nehmen Sie ein Foto des Empfängers oder einen Notizzettel mit einer eindeutigen Identifizierung (Name, Vorname, Wohnort und bei häufigen Namen auch Straße und Hausnummer) und legen Sie die Hand darauf in dem Bewußtsein, daß Sie dieser Person jetzt Licht senden. Wenn Sie

einen bestimmten Teil der Gesamtpersönlichkeit herausnehmen und dorthin speziell Licht senden, zum Beispiel für die Gesundheit oder eine bevorstehende Prüfung, sollten Sie sich allerdings bewußt sein, daß Sie durch eine solche Eingrenzung Reiki die Möglichkeit nehmen, in einen anderen Bereich einzufließen, wo es für den Empfänger in diesem Augenblick vielleicht noch wichtiger wäre! Der freie Wille jedes Menschen muß ja vom Univesum akzeptiert werden, dies ist ein kosmisches Gesetz und gilt auch bei Reiki-Anwendungen. Das bedeutet, daß Sie die von Ihnen kanalisierte Energie auch zweckgebunden einsetzen können, sofern es zum Wohle des Empfängers dient. Ich jedoch habe es mir abgewöhnt, die Lichtenergie mehr als unbedingt erforderlich einzuschränken. Ich sende einem Menschen Licht ohne „fördernde“ oder einschränkende Zusätze.

Wenn ich einen Zusatz mache, der für den Empfänger tatsächlich sehr wichtig ist, ist er unnötig, weil Reiki sowieso dahin fließt, wo es - im Rahmen des festgelegten Zielbereichs - am nötigsten ist. Wenn ich den Bereich jedoch nicht getroffen hätte, bliebe dem Empfänger Energie vorbehalten, die ihm nur deswegen nicht zugute kam, weil mein Ich mich zu dieser falschen Zielansprache verleitet hatte. Das wäre sicherlich nicht die beste Entscheidung gewesen. Als Stellvertreter kann im Geschäftsleben auch eine Tagesordnung dienen oder eine Akte oder ein bestimmter Eintrag im Terminbuch. Mir erscheint die[^] folgende Formulierung am besten geeignet: „Solange ich meine Hand auf ... lege, steht dies stellvertretend für alle Personen, die an diesem Vorgang teilnehmen und für das Energiefeld des Vorgangs selbst.“

Da Sie nicht die weiterführende Technik der Aufbaustufe benutzen können, muß Ihr Bewußtsein als Brücke für die Lichtenergie dienen. Das bedeutet in der Praxis, daß die Energie nur solange zum Ziel fließen kann, wie Sie mit dem Bewußtsein beim Ziel sind (bitte möglichst, ohne bestimmte Ereignisse herbeizuwünschen oder sonstige Manipulationen vorzunehmen). Eine Ablenkung läßt den Kontakt sofort abreißen. Solange der Kontakt besteht, können Sie Ihr Bewußtsein durchaus auf einzelne Personen, Themen oder Situationen richten, um mit Hilfe des Resonanzprinzips Informationen über den energetischen Zustand zu sammeln. Gehen Sie danach aber möglichst immer wieder zum Gesamtobjekt zurück.

Die Techniken der Aufbaustufe

Die Lichtbrücke

Mit Hilfe der Symbole, die in der Aufbaustufe des Reiki-Systems gelehrt werden, ist es möglich, ohne direkten physischen Kontakt jederzeit eine „Lichtbrücke“ zu Personen oder Ereignissen herzustellen, die räumlich und/oder zeitlich vom Sender getrennt sind.

Stellvertreter

Hierzu bestimmen Sie einen „Stellvertreter“, wie schon im vorangegangenen Kapitel beschrieben. Die bequemste Stellvertreter-Position ist wohl der eigene Oberschenkel: Definieren Sie also beispielsweise Ihren linken Oberschenkel als stellvertretende Position. Sie können auch eine andere Körperstelle dazu nehmen oder einen Gegenstand oder den Tisch vor Ihnen oder die Tastatur, an der Sie arbeiten oder oder oder. Sie müssen den Stellvertreter lediglich bequem mit der Hand oder besser den Händen erreichen können. Und es muß die Möglichkeit bestehen, den Kontakt zu verlieren. Ein Handschuh oder ein in die Hand geklebt Pflaster sind als Stellvertreter deswegen umstritten. Bestimmen Sie als nächstes, wofür der Stellvertreter steht, also wohin die Energie genau fließen soll. Bei mir heißt es meistens „stellvertretend für alle Kopf- und Körperpositionen von X“, wobei X der Name des Empfängers ist. Oder definieren Sie „stellvertretend für den gesamten Energiekörper des XY-Regional-Meetings am kommenden Montag“. Wichtig ist dabei, daß der Empfänger so definiert wird, daß er für einen Außenstehenden eindeutig identifizierbar wäre. Dies kann durch Namen, Vornamen und Aufenthaltsort geschehen, wobei zum Beispiel ein Peter Müller aus Neustadt wahrscheinlich nicht mehr eindeutig ist.

Es kann aber auch durch einen Parameter eindeutig festgelegt werden, zum Beispiel „stellvertretend für den Vorsitzenden der Z-Tagung am Freitag“ oder „stellvertretend für meinen Ansprechpartner bei Firma A, der mit mir Projekt M besprechen wird“ oder einfach „stellvertretend für die Person, für die mich Frau F gestern am Telefon um Hilfe gebeten hat“, weil Sie den Notizzettel des Telefonats inzwischen verloren haben.

Wenn Sie im Rahmen des Erfolgskonzepts Reiki on the Job eine Pinwand oder eine Zettelbox für Ihre Reiki-Objekte angelegt haben (s. Kapitel „Reiki on the Job“), definieren Sie schnell und eindeutig „stellvertretend für alle Objekte meiner Reiki-on-

the-job-Pinwand". Sie müssen dann keinen bevorzugten Teilbereich erwählen, ihn noch einmal aus dem Gedächtnis holen und genau definieren, denn Reiki selbst wird aus allen Objekten Ihrer Pinwand diejenigen auswählen, die am meisten Energie benötigen. Ganz einfach ...

Den Kontakt herstellen

Der nächste Schritt besteht darin, die Energieschlüssel über dem Stirn-Scheitel-Bereich des Empfängers anzuwenden, um die Lichtbrücke herzustellen. Hierzu können Sie entweder ein Foto des Empfängers benutzen, das Sie als stellvertretend für den Empfänger definieren, oder sich den Empfänger vor Ihrem geistigen Auge vorstellen und die Symbole in Ihrer Vorstellung über dem Kontaktbereich visualisieren oder einen Körperteil oder Gegenstand als stellvertretend für den Kontaktbereich festlegen (empfehlenswert, weil einfach, ist hier das Knie).

Wichtig! Nur wenn Sie bereits im ersten Schritt (Festlegung der stellvertretenden Positionen) den Kopfbereich des Empfängers ausdrücklich mit einer stellvertretenden Position verknüpft haben, können Sie auf die separate Festlegung des stellvertretenden Kontaktbereichs (=Stirn-Scheitel-Bereich) in diesem zweiten Schritt verzichten! Wenn Sie Licht für Ereignisse senden wollen, sind diese ja immer mit einer Person verbunden, meist mit Ihnen selbst. Diese steht dann mit ihrem Kontaktbereich stellvertretend für das gesamte Ereignis und alle mit ihm verbundenen Personen. Sie visualisieren oder zeichnen nun die Symbole in der Reihenfolge über der stellvertretenden Kontaktstelle, wie Sie sie im Kurs gelernt haben.

Mir sind zwei „gültige“ Reihenfolgen bekannt, wobei die Reihenfolge nicht austauschbar ist, sondern vom dazugehörigen Einstimmungsvorgang abhängt, den der Lehrer der Aufbaustufe angewendet hat.

Noch einmal der gesamte Ablauf:

- 1) Definition der stellvertretenden Position(en).
- 2) Damit verbunden die Definition des Empfängers, sei es Mensch, Situation oder etwas anderes.
- 3) Definition des stellvertretenden Stirn-Scheitel-Bereichs (Kontaktstelle).
- 4) Anwendung der Symbole in der richtigen Reihenfolge.

Damit ist die Kontaktaufnahme beendet, die Lichtbrücke hergestellt. Die Lichtbrücke bleibt solange bestehen (ohne daß Sie dies extra festlegen müßten), wie Ihre Hände auf der/den stellvertretenden Position(en) liegen. Wenn Sie die Hand

bewußt kurzzeitig von dieser Position wegnehmen, um beispielsweise beim Autofahren zu schalten, bleibt der Kontakt bestehen. Wenn Sie die Hand ohne dieses Bewußtsein von der stellvertretenden Stelle nehmen, ist der Kontakt unterbrochen und kann nur durch die erneute vollständige Kontaktaufnahme wiederhergestellt werden. Sie können dann allerdings die Festlegung der Stellvertreter vereinfachen, indem Sie sie definieren, „wie in der vorangegangenen Reiki-Sendung“. Dann ist danach nur noch die Anwendung der Energieschlüssel erforderlich.

Die für eine Reiki-Sendung zur Verfügung stehende Zeit ist äußerst unterschiedlich. Manchmal kann man mehrere Stunden einer Zug- oder Autofahrt verwenden, manchmal bleiben nur Sekunden zur Kontaktaufnahme. Dementsprechend detailliert oder allgemein wird die Zielfestlegung sein.

Wenn es an Ihrer Bürotür klopft und ein ebenso unerwarteter wie unerfreulicher Besucher tritt ein, wird Ihnen nicht viel mehr Zeit bleiben, als im Aufstehen zu denken „Meine Gürtelschnalle (oder linke Jackett-Tasche) steht stellvertretend für alle Kopf- und Körperpositionen des Besuchers Z und mein jetziges Gespräch mit ihm/ihr“ und dann die Hand so lange und so oft wie möglich auf der stellvertretenden Position zu behalten.

Wenn Sie sich dagegen lange Zeit ungestört der Betrachtung eines Problems widmen können (zum Beispiel während einer Reise), können Sie immer neue stellvertretende Positionen definieren, um gleichzeitig die Resonanz dieser Teilbereiche Ihres Problems zu spüren und Licht-Energie dorthin zu senden.

Wichtig! Notieren Sie unbedingt Gedankensplitter, Ideen und Einfälle, die Ihnen während des Reiki-Kontakts zu bestimmten Teilbereichen einfallen. Sie sind mit Sicherheit alle einer eingehenden Prüfung würdig! Verbannen Sie in diesem Zusammenhang das Wort „Einbildung“ aus Ihrem Wortschatz oder verwenden Sie es nur noch in seiner wörtlichen Bedeutung, denn Sie werden im Kapitel „Das Resonanzprinzip“ erkennen, daß Ihre Wahrnehmungen sehr wohl eine Berechtigung haben.

Gruppensendungen

Wenn Sie die Kontaktaufnahme zu einer Situation konsequent durchdenken und den ersten Abschnitt im Kapitel „Reiki als Wegbegleiter“ gelesen haben, werden Sie erkannt haben, daß in einem solchen Fall Reiki gleichzeitig an mehrere Personen geschickt wird. Dies ist durchaus möglich und im Erfolgskonzept Reiki on the Job sogar der Regelfall. Wir sprechen hier von einer sogenannten Gruppensendung!

Ob Sie nun einer Gruppe von Menschen oder einer Situation oder einer Entscheidung Licht senden wollen, immer wenn mehrere Personen beteiligt sind, haben Sie zwei Möglichkeiten: entweder senden Sie allen Menschen dieser Gruppe einzeln Reiki-Energie, dann visualisieren Sie die drei Symbole über der Kontaktstelle jedes einzelnen Empfängers. Oder Sie fassen die Empfänger zu einer Gruppe zusammen (zum Beispiel bei einer bestimmten Situation, an der mehrere Personen beteiligt sind). Dann müssen Sie einen weiteren Stellvertreter definieren, nämlich die Person, deren Kontaktstelle stellvertretend für die Kontaktstellen aller anderen Personen steht. In einem solchen Fall sind alle Empfänger über die gemeinsame Situation verbunden und werden Lichtenergie hauptsächlich in den Teilbereichen empfangen, über die sie mit dieser Situation zusammenhängen. Auch hierfür ein Beispiel: Ich möchte den Teilnehmern meines nächsten Reiki-Grundkurses vorab Lichtenergie zukommen lassen und befinde mich im Zug auf dem Weg zu ihnen. Dann verwende ich folgende Definition: „Mein rechter Oberschenkel steht stellvertretend für alle Kopf- und Körperpositionen aller Teilnehmer des anschließenden Reiki-Kurses. Mein rechtes Knie steht hierbei stellvertretend für den Stirn-Scheitel-Bereich eines jeden Kursteilnehmers und für die Kontaktstelle der Kursenergie allgemein.“ Dann zeichne ich die Symbole über das rechte Knie und lege anschließend meine rechte Hand auf den rechten Oberschenkel. Sollte ich meine rechte Hand brauchen, nehme ich sie in dem Bewußtsein vom Oberschenkel, daß ich in Kontakt bleibe und die Hand gleich wieder zurücklegen werde.

Beispiele

Licht für meine Mutter in Bad Y

Ausgangssituation: Meine Mutter hat mich aus ihrem 300 Kilometer entfernten Heimatort angerufen und mir erzählt, daß sie wieder so starke Rückenschmerzen hat. Ich habe versprochen, Ihr Reiki zu schicken.

1) Stellvertretende Positionen: mein linker Oberschenkel steht für alle Frontpositionen, wobei das Knie den Scheitel vertritt und die Leistenbeuge ihr Wurzelchakra, mein rechter Oberschenkel entsprechend für die Rückenpositionen.

2) Der Empfänger ist hiermit bereits definiert.

3) Auch der stellvertretende Stirn-Scheitel-Bereich ist hiermit bereits definiert (linkes Knie).

4) Die Anwendung der Energieschlüssel über meinem linken Knie stellt den Kontakt her.

Nun kann ich Position für Position auf meine Schenkeln durchgehen und werde wohl in diesem Fall etwas länger auf der Mitte des rechten Oberschenkels bleiben, wo die schmerzende Stelle ist.

Der siebenarmige Leuchter bei mir selbst

Schlagen Sie bitte im Kapitel „T.A.S.T.E.“ die Übung des siebenarmigen Leuchters nach, um die stellvertretenden Positionen nachvollziehen zu können.

Ausgangssituation: Ich sitze in einem Wartezimmer und weiß, daß ich etwa eine halbe Stunde warten muß. Ich möchte mein mitgebrachtes Buch lesen und gleichzeitig den siebenarmigen Leuchter durchführen, ohne bei den anderen Menschen im Wartezimmer aufzufallen. ,

1) Stellvertretende Positionen: Mein rechter Oberschenkel steht zum Knie hin für das Herzchakra, zur Leistengegend hin für Solarplexus und Kehlkammer gleichzeitig. Mein linker Oberschenkel steht zum Knie hin für Sakralchakra und Drittes Auge gleichzeitig, zur Leiste hin für Basis- und Kronenchakra gleichzeitig.

2) Empfänger der Lichtenergie bin ich selbst (und wenn ich möchte, gleich noch eine liebe Person mit mir).

3) Der stellvertretende Stirn-Scheitel-Bereich ist mein rechtes Knie.

4) Die Visualisierung der Symbole stellt den Kontakt her. Je nach Gefühl, Lust und Laune kann ich nun die Übung durchführen, indem ich einfach meine Hände auf wechselnde Positionen auf den Schenkeln lege. Wenn ich zum Umblättern des Buches die zweite Hand brauche, nehme ich sie in dem Bewußtsein weg, daß ich sie gleich wieder auflege, und die Übung kann beliebig fortgesetzt werden.

Die Besprechung am Donnerstag

Ausgangssituation: Am Donnerstag findet eine Besprechung statt, die eine heiße Diskussion erwarten läßt und deren Ausgang mir wichtig ist. Ich bitte also das Universum um Unterstützung dahingehend, daß das Ergebnis aus höchster Sicht für alle Beteiligten das beste ist, und führe die Sendung abends im Bett aus.

1) Stellvertretende Positionen: mein Körper steht stellvertretend für alle Beteiligten der Sitzung am Donnerstag, dem Soundsovielsten, in X und für den Energiekörper der Sitzung.

2) Die Empfänger sind damit definiert,

3) ebenso die Kontaktstelle (nämlich meine eigene).

4) Ich stelle nun den Kontakt her, indem ich vor dem Spiegel die Symbole über meinem eigenen Stirn-Scheitel-Bereich visualisiere, und gehe zu Bett.

Meine bevorzugten Positionen in diesem Beispiel sind Herz und Kopf.

Reiki für die Krise in Jugoslawien

Ausgangssituation: Ich möchte Licht in die Krisenregion Jugoslawien schicken, um die vielen Energien ein wenig zu harmonisieren, die dort aufeinanderprallen. Ich bin mir bewußt, daß ich keine Partei ergreife und die Vorgänge dort einen tieferen Sinn haben, auch wenn ich ihn nicht erfassen kann.

- 1) Stellvertretende Positionen: Mein Körper steht stellvertretend für alle Beteiligten der Krise in Jugoslawien.
- 2) 2) Ich sende bewußt allen Beteiligten und nicht speziell den Regierenden, der A-Partei, den Kindern oder Verwundeten Reiki. Woher will ich beurteilen können, wer am dringendsten die Energie benötigt?
- 3) Die stellvertretende Kontaktstelle ist meine eigene.
- 4) Die Symbole stellen den Kontakt her.

Einzelne Symbole beim Fernreiki

Die unterschiedlichen Charakteristika der Energieschlüssel lassen sich auch in der Fernanwendung zur Verstärkung des Energieflusses einsetzen, wenn der Energiekontakt bereits hergestellt ist. Sie setzen die Symbole also zu Beginn Ihrer Sendung in der gelernten Reihenfolge zur Kontaktaufnahme ein und können sie während der Sendung einzeln wiederholen:

Als neutraler und kraftvoller Energieverstärker dient das Kraftsymbol, das Sie einfach in bestimmten Abständen auf die stellvertretende Position zeichnen.

Verwenden Sie das Wächtersymbol (das Sie bitte immer mit einem nachfolgenden Kraftsymbol aktivieren und verstärken), wenn Sie der Meinung sind, daß ihr Empfänger besonders auf* der psychischen Energie-Ebene Licht braucht oder der Ausgleich von zwei gegensätzlichen Polen die weitere Entwicklung fördern könnte.

Wenn Sie zu erkennen glauben, daß Blockaden zu überwinden sind, Grenzen aufgelöst werden sollten oder der Kontakt zwischen Personen hilfreich wäre, setzen Sie das Kontaktsymbol ein, das Sie bitte auch mit nachfolgendem Kraftsymbol verstärken.

Der kosmische Notausgang

Hüten Sie sich bitte vor zu starker Einschränkung oder gar Manipulationen bei der Festlegung des Empfängers, da im letzteren Fall der Schutz der Reiki-Energie

wegfiele - sie schaltet sich ab -, aber die manipulative Energie, die ja auf einer anderen Ebene beheimatet ist, voll zum Tragen kommt. Je mehr Sie bei der „Zielansprache“ auf die Weisheit von Reiki vertrauen, desto weniger Verantwortung tragen Sie für die Folgen Ihrer Energie-Sendung.

Wenn Sie dennoch in Einzelfällen ins Detail gehen möchten, verwenden Sie eine, »kosmische Notausgangs-Formulierung“, die Sie davor schützt, versehentlich zu manipulieren. Bauen Sie in die Festlegung des Reiki-Empfängers Nebensätze ein wie „wenn es aus überpersönlicher Sicht richtig ist“ oder „die Energie fließe nur zum Wohle aller Beteiligten“ oder ähnliche Formulierungen. Die Reiki-Energie kann nicht manipulieren, aber diese Formulierung verhindert den Einfluß Ihrer persönlichen Energien aus anderen Ebenen (emotional, mental und so weiter) für die Fälle, die der Notausgangs-Formulierung widersprechen. Nehmen wir an, ein Bekannter von Ihnen steht vor einer Prüfung und bittet Sie, ihm doch hierfür Licht zu senden. Natürlich kommen Sie dieser Bitte gern nach und definieren den Reiki-Empfänger wie folgt: „Mein Oberschenkel steht stellvertretend für alle Kopf- und Körperpositionen meines Bekannten X in Y. Solange meine Hand auf dem Oberschenkel liegt, möge das Licht dahingehend wirken, daß mein Bekannter die Z-Prüfung am Soundsovielten besteht.“ Leider können Sie nicht wissen, ob es für Ihren Bekannten aus der höchsten Sicht richtig ist, diese Prüfung beim ersten Mal zu bestehen. Vielleicht ist er ja bei der Einschätzung seiner beruflichen Bestimmung auf dem Holzweg und sein Höheres Selbst möchte ihm mit dem Versagen signalisieren, daß für ihn ein besserer Weg bereitsteht. Oder vielleicht hat er für sich selbst noch zu wenig vom Prüfungsstoff begriffen, um diesen Lebensabschnitt abschließen zu sollen.

Was passiert? Die Reiki-Energie schaltet sich in diesem Fall ab und es könnte sogar sein, daß Sie durch Ihren innigen Wunsch, Ihr Bekannter möge die Prüfung bestehen, durch mentale oder emotionale Energien das Bestehen „herbeiwünschen“. Dann hätten Sie eine Situation erschaffen, die Sie persönlich verantworten müßten, obwohl Sie doch nur aus ganzem Herzen das Beste gewollt haben: Sie hätten sich Karma aufgeladen!

Als der Sender von Reiki sind Sie hier in der beneidenswerten Situation, helfen zu können, ohne wissen zu müssen, wie es genau und am besten vor sich geht! Definieren Sie einfach ihr Ziel ein wenig anders und fügen Sie eine Notfall-Klausel ein:

„... Solange meine Hand auf dem Oberschenkel liegt, möge das Licht

dahingehend wirken, wie es für meinen Bekannten Y in dieser Prüfungssituation aus höchster Sicht am wichtigsten ist." Nun ist die Situation ganz anders: Sie haben getan, was in Ihrer Macht stand, nämlich Reiki geschickt. Sie haben ja schon vorher das Vertrauen erworben, daß Reiki - als innerste Essenz auch Ihres Bekannten - viel besser weiß, was für diesen gerade „ansteht“. Und diese bestmögliche Entwicklung unterstützen Sie durch den Einsatz von Reiki.

Reiki meistern: die universelle Einstimmung

So wie ein Radio auf die Frequenz des gewünschten Senders eingestimmt werden muß, damit er mit der gesendeten Musik mitschwingen und sie weitergeben kann, so müssen die feinstofflichen Energiekörper der meisten Menschen zuerst wieder auf die Schwingung der universellen Lebensenergie eingestimmt werden, bevor sie diese weitergeben können.

Ich nenne diesen Vorgang „Einstimmung“, andere Lehrer sprechen von „Einweihung“. Ich halte den Begriff „Einstimmung“ für treffender, weil der Einstimmungsvorgang ein mehr „mechanischer“ Prozeß der Feinregulierung des Energiekörpers ist, während bei einer Einweihung ein zusätzlicher Bewußtseinsprozeß stattfindet, der zwar im Kurs erwünscht ist, aber nicht notwendig durch die Anwendung der Energieschlüssel bewirkt wird. Mit anderen Worten: ein Adept, der in die Anwendung einer ganzheitlichen Energie eingeweiht wird, weiß, was er tut, wenn er die Energie einsetzt. Ein Reiki-Schüler wird dieses Wissen nicht durch den Einstimmungsvorgang - die „innere Kompetenz“ des Lehrers - erhalten, sondern höchstens durch das didaktische Geschick seines Lehrers - dessen „äußere Kompetenz“.

Während also ein Reiki-Anwender der Grund- und Aufbaustufe mit Hilfe unterschiedlicher Techniken Lebensenergie lenkt, soviel ihm als Wesen möglich ist (gemäß seiner Kapazität), kann der Meister durch den Vorgang der Einstimmung anderen Wesen dazu verhelfen, selbst im Rahmen ihrer Kapazität Lichtenergie zu kanalisieren. Er öffnet also gleichsam neue Kanäle für das Licht, die neben seinem eigenen leuchten können. Er vermehrt die Lichtpunkte, indem er zu den bestehenden neue hinzufügt. Sein Werk ist auf unserer Ebene schöpferisch.

Einstimmungen werden üblicherweise im persönlichen Kontakt vorgenommen, sie können aber auch bei räumlicher Trennung, also auf die Ferne, erfolgen.

Was passiert hierbei?

Es gilt, den Weg des Herzens zu ebnen, also die Verbindung vom Eintrittspunkt der kosmischen Energie zu ihrem Austrittspunkt zu öffnen.

Das Chakra, das der Verbindung zur höchsten kosmischen Ebene zugeordnet ist, ist das Kronenchakra. Der Einstimmungsvorgang beginnt demzufolge am Scheitel. Austrittsstelle sind die Handflächen, denn wir geben die Reiki-Energie mit den Händen weiter. Dies hat sowohl einen sehr praktischen, wie auch einen symbolischen Hintergrund. Der praktische Hintergrund besteht einfach darin, daß die Hände die am vielseitigsten verwendbaren Gliedmaßen unseres Körpers sind. Überdies verfügen sie in , der Handfläche auch noch über das für den Energieaustritt benötigte Chakra. Hier „verläßt“ die Reiki-Energie den Körper. Der symbolische Hintergrund ist darin zu sehen, daß die Hände -organisch wie im übertragenen Sinne - die Verlängerung unseres Herzens darstellen. Was liegt daher näher, als die bedingungslose, göttliche Liebe, die Reiki darstellt, auch symbolisch aus unserem Herzen strömen zu lassen. Der Einstimmungsvorgang endet daher bei den Händen und wird dadurch aktiviert, daß die Verbindungen der Hände zu den Chakren Krone, Stirn und Herz hergestellt werden.

Wie im Kapitel „Das System“ beschrieben, werden im Grundkurs vier innerlich und äußerlich voneinander abweichende Einstimmungen vorgenommen, um eine lebenslange Verbindung für die Reiki-Energie herzustellen. Die erste dieser vier Einstimmungen, diejenige also, die den „Kanal“ herstellt, wird auch „universelle Einstimmung“ genannt. Diese ist es auch, die der Reiki-Meister von Fall zu Fall einsetzt, anstatt Reiki zu schicken. Ihre Wirkung hält etwa zwei bis sieben Tage an, das heißt, die Personen, die eingestimmt wurden, sind innerhalb des angegebenen Zeitraums selbst ein Reiki-Sender.

Reiki-Meister kann nur sein, wer von einem hierfür innerlich kompetenten Lehrer eingestimmt wurde. Darüber hinaus müssen die Energieschlüssel und ihre richtige Anwendung innerhalb des Einstimmungsvorgangs beherrscht werden. Diese beiden Voraussetzungen genügen aus energetischer Sicht für die korrekte Anwendung des universellen Einstimmungsvorgangs.

Dennoch halte ich es für die Reputation des Reiki-Systems für äußerst abträglich, wenn einem Meister - auch wenn er kein Lehrer ist -, nicht auch ein gutes Maß an äußerer Kompetenz dessen zeigen kann, was er gemeistert hat. Er sollte also gut über die Eigenschaften und Wirkungsweise von Reiki Auskunft geben können und

außerdem in der Lage sein, eine grobe Einordnung des Reiki-Systems in die Welt der feinstofflichen Energien vorzunehmen. Weiterhin muß ein gewisser Grad an persönlicher Reife vorhanden sein, wenn ein Meister der Herzensenergie eingestimmt wird. Wir haben sogar Hinweise darauf, daß Menschen, deren Ego zu früh meint, ein Meister werden zu müssen, im Anschluß an die Einstimmung „nachreifen“. Allerdings in einem oftmals schmerzlicheren Prozeß, als dies ohne Meister-Energie vielleicht der Fall gewesen wäre. Das wird auch verständlich, wenn man sich die Eigenschaft der Energie vor Augen führt. Sie wirkt stets zum Wohle des Empfängers und unterstützt das natürliche Wachstum auf allen Ebenen. Wenn also Ihr freier Wille dem Universum signalisiert, daß Sie den Meisterpfad gehen wollen, wird auch ein Maximum des für Sie vertretbaren Wachstums auf allen Ebenen bereitgestellt. Schon manchem wäre wohler gewesen, er wäre langsamer gesund geworden.

Rei-Ki: All-Es ist Energie



*Es fließt durch alle Dinge,
innen und außen,
und kehrt zum Ursprung aller Dinge zurück.*

Tao Te King V.25

Alles ist Energie

Wie die moderne Physik seit vielen Jahrzehnten erkannt und bewiesen hat, gibt es so etwas wie feste Materie nur in unserer Anschauung. Auch das Buch, das Sie gerade in den Händen halten, besteht ausschließlich aus in Schwingung befindlichen Energiepaketen, die sich - verschwindend klein - in einem unverhältnismäßig großen leeren Raum bewegen. Alles ist Energie, die sich nach den Gesetzen der Schwingung bewegt. Die berühmte Formel von Albert Einstein, sei sie auch inzwischen umstritten, bringt diese Aussage auf den Punkt: $E = m \cdot c^2$, zu deutsch: „Energie ist gleich Masse“, oder „Masse ist gleich Energie“, oder „alles, was wir als Masse ansehen, ist (zugleich) Energie“. Der verbindende Faktor ist hierbei in irgendeiner Form die Lichtgeschwindigkeit. Mit diesem Phänomen des Übergangs von Masse in Energie und von Energie in Masse sind die Physiker bereits so vertraut, daß sie die Masse von atomaren Teilchen routinemäßig in Energie-Einheiten messen.

Wie unterscheidet sich nun ein Apfel von seinem Apfelbaum, ein Mensch vom anderen, der Gedanke an Urlaub in Zypern von der Erinnerung an den Tod eines geliebten Menschen?

Sie unterscheiden sich im Maß an Energie, das sie enthalten. So wird der Apfelbaum wesentlich mehr Energie haben als der Apfel, während zwei Menschen oder zwei Gedanken in etwa gleich viel Energie haben beziehungsweise sind.

Sie unterscheiden sich darüber hinaus in der Art der Energie, so wie sich rotes von grünem Licht in der Art der Energie unterscheiden, zu erkennen an der Farbe. Die Art der Energie oder auch ihre Ausdrucksform ist festgelegt in ihrer Schwingungsfrequenz. Deshalb unterscheidet sich rotes von gleich hellem grünem Licht nur in der Frequenz. Und deshalb kann der Gedanke an den Tod eines geliebten Menschen im gleichen Maße lahmen, wie der Gedanke an den Urlaub beflügelt (vorausgesetzt, Zypern ist ein Land Ihrer Träume, doch darauf kommen wir im Kapitel „Das Resonanzprinzip“).

Die Ebenen der Energie

Um ein tiefergehendes Verständnis für die Gesetzmäßigkeiten der Reiki-Wirkung zu erreichen, gebe ich einen kurzen Überblick über den energetischen Aufbau des Menschen,

Die Schwingungsfrequenz erlaubt eine Zuordnung zu verschiedenen Ebenen. Die

unterste, am langsamsten schwingende Ebene ist die der unbelebten, kalten Materie. Die höchstschwingende Energie ist diejenige, die alles aus sich hervorgebracht hat und immer noch hervorbringt: der Urgrund allen Seins, das kosmische Prinzip, Gott. Der Mensch steht mit einer großen Bandbreite verfügbarer Schwingungsfrequenzen dazwischen.

Seine unterste Schwingungsebene wird durch den physischer! Körper repräsentiert. Die energetische Ausstrahlung des Körpers reicht wie eine kleine Lichtkrone etwa 5 bis 10 cm über die Haut. Dies wird die Gesundheitsaura genannt. Sie kann deutlich gefühlt und unter bestimmten Umständen auch gesehen werden.

Nicht mehr sichtbar, aber sehr wohl spürbar sind die Gefühle. Diese Emotionen sind ebenfalls in einem „Körper“ beheimatet, nämlich dem sogenannten „Emotionalkörper“. Wenn zwei Menschen aufeinander zugehen, hängt der Abstand, in dem sich beide am wohlsten fühlen, davon ab, wie groß die Sympathie zwischen beiden ist. Beobachten Sie den Abstand zweier Menschen, die sich „nicht riechen“ können, und Sie haben eine ungefähre Vorstellung von der Größe ihrer beiden Emotionalkörper.

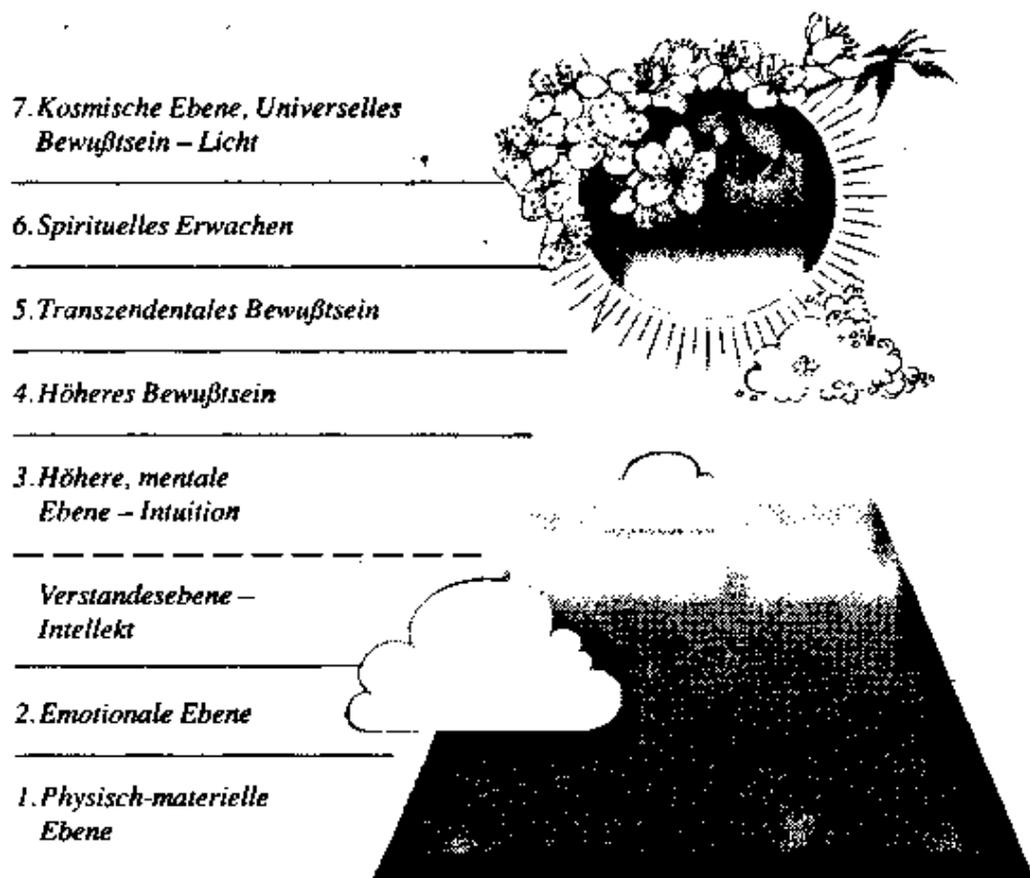
Intellekt, Geist, Verstand sind die Ausformungen der nächsten Ebene, des „Astralkörpers“. Hierzu gehören am oberen Ende des Schwingungsspektrums auch Intuition und „die höhere geistige Ebene“. Es gibt Menschen, die mit ihrer „Ausstrahlung“ einen riesigen Saal füllen und alle Menschen darin begeistern können. Ihr Astralkörper ist dank ihrer hohen Energie so groß und angenehm geworden, daß er diese Wirkung erzielen kann.

Auf der Leiter der Schwingungsebenen folgen nun noch weitere Ebenen, über deren Benennung und Wirksamkeit ganze Philosophien existieren. Für uns wichtig: die höchste, dem Menschen zugängliche Schwingungsebene ist diejenige der universellen Lebensenergie. Von ihr gehen alle tieferliegenden Schwingungen aus, und sie durchstrahlt alle diese Ebenen.

Jedes Individuum drückt in seinem Energiekörper unter anderem die Summe aller Erfahrungen aus, die die Seele gemacht hat. Dies sind die ererbten Eigenschaften auf körperlichem Gebiet, sei es als Rasse oder als Individuum, die Erinnerung an das sogenannte kollektive Unbewußte aller Gattungsglieder, das Innere Kind der Einzelpersönlichkeit, die täglichen Erfahrungen aus diesem und früheren Leben. Alle Muster, Probleme, Erinnerungen, die nicht dem Ruß des Lebens entsprechen, sind als Blockaden innerhalb einer bestimmten Ebene des Energiekörpers gespeichert

und wirken sich dementsprechend auf die individuelle Art aus, wie sich diese Seele ausdrückt.

Folgt man diesem Bild, werden die Eigenschaften Nr. 3 und Nr. 4 der Reiki-Energie verständlich: Reiki wirkt auf allen Ebenen des Seins und setzt immer bei den Ursachen an. Stellen wir uns die Erdatmosphäre an einem wolkigen Tag vor. Der Erdboden (unser physischer Körper) wird nur schwach erwärmt und erhält wenig Licht, da die Sonnenstrahlen zwar wirken, aber nicht im vollen Umfang bis zum Boden durchdringen können. Unabhängig davon, in welcher Höhe die Wolken hängen, arbeiten die Sonnenstrahlen nun daran, diese aufzulösen. Dabei werden sie bei den Wolken anfangen, die am höchsten schweben, die anderen liegen in dieser Zeit ja noch im Schatten. Erst wenn alle Wolken zwischen Sonne und Erdboden aufgelöst sind, fällt das Licht auf den Boden.



Die Energie-Ebenen mit Wolken und Sonne

Der Boden ohne Licht sei unser Körper mit Symptomen von Unwohlsein und Krankheit. Der Grund liegt - nach schulmedizinischer Sicht in 70 %, nach meiner Ansicht in 100 % der Fälle - auf einer der darüberliegenden Ebenen. Auslöser dieser psychosomatischen Symptome sind Blockaden und störende Einflüsse auf der psychischen Ebene, der Verstandes- oder einer noch höheren Ebene. Erst wenn

diese Blockaden aufgelöst sind, kann das Symptom verschwinden. Wer mit Medikamenten das Symptom vertreibt, schraubt - bildlich gesprochen - nur eine brennende Öldruck-Warnleuchte aus dem Armaturenbrett. Die Blockaden sind wiederum erst aufgelöst, wenn genügend Licht auf die Wolken wirken konnte. Es ist also eine Frage der Behandlungszeit, multipliziert mit dem Maß an fließender Energie, wie lange ein Mensch behandelt werden muß, bis ein Symptom verschwindet.

Es wird auch deutlich, daß das Licht - Reiki - zuerst bei den höchsten Wolken beginnen muß, die die tiefsitzendsten Blockaden in unseren Energiekörpern repräsentieren, bevor die niederen Schichten freigeräumt werden können. Also geht Reiki automatisch zu den Ursachen, weil es vorher an die Symptome gar nicht herankommt. Wenn Sie die Hände auflegen oder eine Fernbehandlung durchführen, gehen Sie vor wie ein Gärtner, der einen Gartenschlauch an den Rand seines Teiches legt. Wenn der Teich unterschiedlich tief ist (unterschiedliches Energieniveau in den einzelnen Bereichen), wird das Wasser immer zuerst zum/tiefsten Punkt fließen, bevor die anderen Teile aufgefüllt werden. Dies ist ein Naturgesetz und davon unabhängig, an welche Stelle Sie den Gartenschlauch gelegt haben. Es kann höchstens einen Unterschied in der Zeit geben, die das Wasser vom Rand bis zur tiefsten Stelle braucht.

Wie oben, so unten

„Wie oben, so unten, wie unten so oben. Wie außen, so innen, wie innen, so außen.“

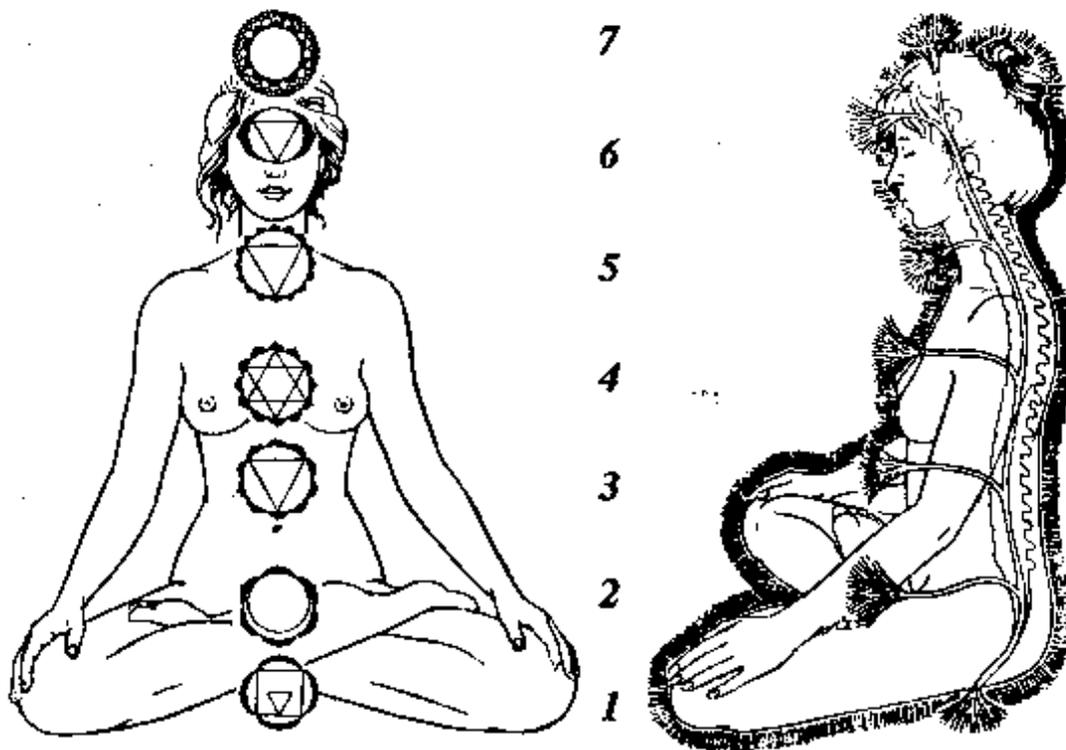
Dieses zweite große hermetische Prinzip gibt die Erkenntnis wieder, daß Harmonie, Übereinstimmung und Entsprechung zwischen den verschiedenen Erscheinungsebenen von Leben und Sein bestehen. Die Ursache und Begründung für diese Erkenntnis ist die Tatsache, daß alles im Universum vom selben Ursprung herrührt und damit denselben Gesetzen, Prinzipien und Merkmalen unterliegt. So gelten die Gesetze der Schwingung, zu denen auch die Erscheinungen der Resonanz und Interferenz zählen, sowohl bei den Wasserwellen auf einem Teich wie auch bei den Radiowellen einer Rundfunkstation oder der „Ausstrahlung“ eines Menschen.

Wurde ein Gesetz auf einer Ebene als richtig und gültig erkannt, kann es nach dem Grundsatz „wie unten, so oben“ auch als gültig für alle anderen Ebenen des

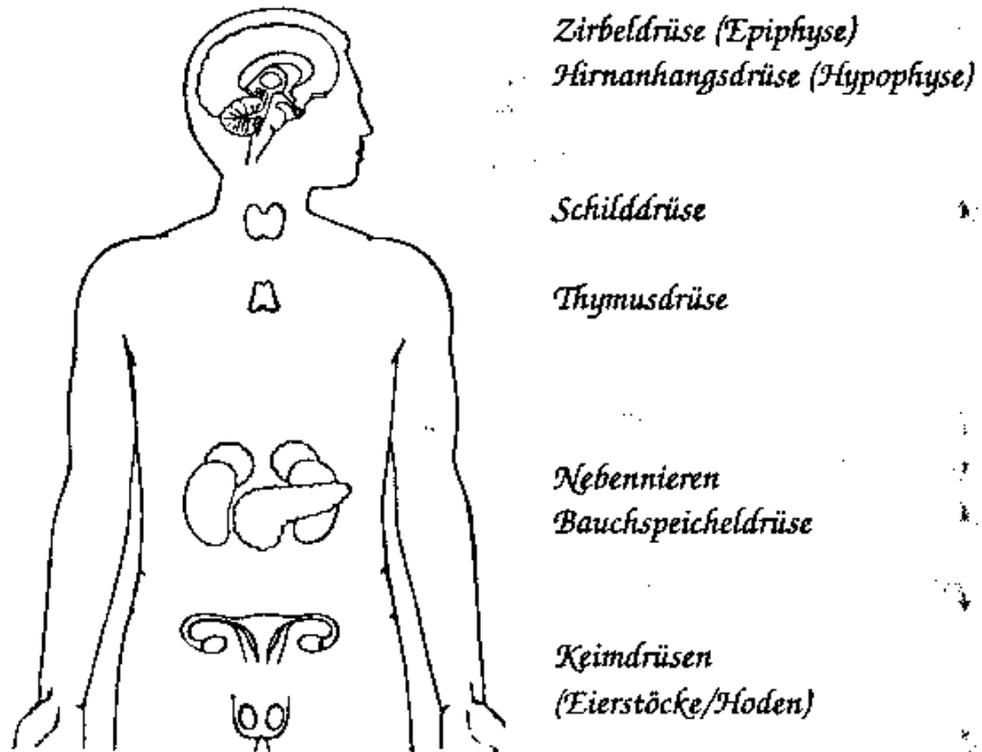
Seins angesehen werden. Als Beispiel für Entsprechungen auf verschiedenen Ebenen seien die Chakras des Menschen und ihre Entsprechungen aufgeführt. Ein Chakra - das Wort stammt aus dem Sanskrit und heißt Rad - ist ein Hauptknotenpunkt der feinstofflichen Energiebahnen im Körper. Diese Energiebahnen samt ihren Knotenpunkten sind auch in der traditionellen chinesischen Medizin bekannt und dienen beispielsweise als Grundlage für die Akupunktur. Je nach der Zuordnung ihrer Bedeutung kennt man eine unterschiedliche Anzahl von Haupt- und Nebenchakras. Als Beispiel für ein Nebenchakra wurde im Kapitel „Das System“ die Handinnenfläche genannt, die bei der Einstimmung in das Reiki-System als „Austrittspforte“ der Energie festgelegt wird.

Die Hauptchakras.

Die folgende Aufzählung und Beschreibung der Chakras will keinen Anspruch auf Vollständigkeit erheben und soll nur zur Orientierung bei den nachfolgend beschriebenen Übungen dienen. Wenn Sie sich intensiver mit dem Wissen und den Funktionen der Chakras auseinandersetzen möchten, darf ich Sie auf die in der Bibliografie aufgeführte Literatur zu diesem Thema verweisen.



Die sieben Hauptchakras



Die wichtigsten Drüsen des Menschen

Das Wurzelchakra	
Lage	Am Damm zwischen den Beinen mit Öffnung nach unten
Weitere Namen	Basis-, Grund-, Muladhara-Chakra
Entsprechung	Verbindung zur Erde, die Kraft zum Überleben, Bodenständigkeit
Drüse	Nebennieren
Das Harazentrum	
Lage	Eine Handbreit unterhalb des Nabels
Weitere Namen	Sexual-, Sakral-, Svadisthana-Chakra
Entsprechung	Sexualität, Kreativität, die geistigen und körperlichen Kinder
Drüse	Keimdrüsen (Hoden / Eierstöcke)
Das Solarplexus-Chakra	
Lage	Eine Handbreit über dem Nabel, Magengrube
Weitere Namen	Sonnengeflecht, Manipura-Chakra
Entsprechung	Emotionen, speziell Angst und Agression, Macht
Drüse	Bauchspeicheldrüse
Das Herzchakra	
Lage:	Am unteren Ende des Brustbeines

Weitere Namen	Anahata-Chakra
Entsprechung	Bedingungslose Liebe, Mitgefühl, spirituelles Wachstum
Drüse	Thymusdrüse
	Das Kehlchakra
Lage:	Vor dem Hals
Weitere Namen	Hals-, Visuddha-Chakra
Entsprechung	Kommunikation nach innen und aussen
Drüse	Schilddrüse
	Das Dritte Auge
Lage:	In der Mitte der Stirn
Weitere Namen	Stirn-, Ajna-Chakra
Entsprechung	Aussersinnliche Wahrnehmung, Intuition, Visualisation
Drüse	Hypophyse
	Das Kronen-Chakra
Lage:	Auf dem höchsten Punkt des Kopfes
Weitere Namen	Tausendblättriger Lotus, Scheitel-, Sahasrara-Chakra
Entsprechung	„Ich bin“, Verbindung zum Kosmos, Erleuchtung
Drüse	Zirbeldrüse (Epiphyse)

Die Chakras stellen also Punkte im Körper dar, die über ihre Entsprechungen den Zugang zu verschiedenen Themenbereichen des Gesamt-Energiekörpers des Menschen herstellen. Sie sind also sowohl Pforten nach „innen“, weil über sie eine Behandlung des zugehörigen Themenkomplexes möglich ist, als auch Pforten nach „außen“, weil sich der energetische Zustand in innen widerspiegelt.

Das Resonanz - Prinzip

Wenn alles in der Welt Schwingung ist, wie wir oben sehen konnten, gelten beim Zusammentreffen von unterschiedlichen Energiekörpern auch im sogenannten feinstofflichen Bereich die aus der Physik bekannten Gesetze. So haben zwei Schwingungsfelder unterschiedlicher Frequenz praktisch keinen Einfluß aufeinander. Erst wenn die Schwingungszahl sich annähert oder gleich wird, treten Resonanzeffekte auf, die dazu führen können, daß sich die Felder gegenseitig aufheben oder verstärken (Interferenz).

Die tibetische Klangschale

Es gibt eine Vielzahl von Musikinstrumenten, die zugleich auch als Heilmittel eingesetzt werden. Eines davon ist die tibetische Klangschale. Sofern es sich um Original-Instrumente handelt, sind diese nach genau festgelegten Vorschriften gegossen und senden beim Anschlagen und Reiben ein sehr breites Spektrum unterschiedlicher akustischer Schwingungen aus, die von den zugehörigen feinstofflichen Schwingungen überlagert sind. Fragt man in einer Gruppe von Menschen nach den Eindrücken, die ein fünfminütiges Klangschalenkonzert hinterlassen hat, so erfährt man ganz unterschiedliche und meist körperliche Reaktionen: Angenehmes Schweregefühl, Wärme im Brustbereich, „dicker“ Kopf, Kribbeln in den Armen usw. Erstaunlicherweise können in derselben Hörprobe bei verschiedenen Menschen auch entgegengesetzte Reaktionen auftreten. Die Erklärung für dieses Phänomen bietet das Resonanz-Prinzip: Jede der anwesenden Personen reagiert auf einen bestimmten Teil des Klangspektrums, der für sie in diesem Augenblick wichtig ist. Entweder, weil energetische Blockaden zur Reaktion gebracht werden oder weil die energetische Unterversorgung in einem bestimmten Bereich aufgefüllt wird.

Die Reiki-Behandlung läßt sich mit der beschriebenen Klangschalen-Behandlung sehr gut vergleichen, denn Reiki als Schwingung aller Daseinsformen bietet dem Empfänger das gesamte Spektrum aller existierenden Schwingungen an. Aus diesem Angebot reagiert der Behandelte ganz allgemein auf den Bereich der Daseinsform „Mensch“ und speziell auf die Frequenzen, die in diesem Augenblick für ihn wichtig sind, um zum natürlichen, gesunden Zustand zurückkehren zu können. Dabei werden, wie gesagt, alle Ebenen des Wesens Mensch erfaßt und nicht nur die körperliche, auch wenn Reiki-Erfahrungen am leichtesten auf dieser körperlichen Ebene registriert werden können.

Alles, was mich mehr als 15 Minuten erregt...

Dieses Modell der Resonanz läßt sich nach dem Gesetz „Wie oben, so unten“ auf viele Ebenen übertragen. Bewegen wir uns im Bereich der Gefühle, reagieren wir ständig auf Energien, die von außen an uns herangetragen werden. Es gibt Mitmenschen, von denen wir uns angezogen fühlen, bevor wir noch Einzelheiten über sie erfahren haben. Und umgekehrt können uns Menschen vom ersten Augenblick an unsympathisch sein, obwohl wir keine rationalen Gründe dafür erkennen können. Erst später erkennen wir vielleicht, daß die eine Person uns

„etwas geben“ kann und die andere Person Resonanz in einem Gefühlsbereich bewirkt hat, der in uns mit unangenehmen Erfahrungen verbunden ist. Eine psychologische Faustregel lautet: Alles, was mich mehr als 15 Minuten erregt, hat direkt mit meiner Person zu tun. Nur die Kontakte mit Menschen oder Ereignissen, die in uns eine Resonanz auslösen, bleiben uns länger als die genannte Zeit im Gedächtnis. Alles andere verschwindet wieder in der großen Summe der täglich auf uns einströmenden Erfahrungen und Energien. Wir sollten dann auch ein paar Gedanken daran verschwenden, was uns in einem solchen Fall zum Schwingen gebracht hat, ob als angenehme Erfahrung oder als unangenehme. Wir können daraus lernen, was uns gut tut und wo wir noch angreifbar sind, weil alte Muster und Blockaden nicht aufgelöst sind.

Der feinstoffliche Radar

Gehen wir in der Beobachtung dieser Resonanz-Effekte noch einen Schritt weiter und über die deutlichen, emotional geladenen Erfahrungen hinaus, so kommen wir in einen Bereich der Schwingungen, wo wir uns bewußt auf die Beobachtung feiner Resonanzen konzentrieren. Der Auslöser für diese Beobachtung ist also nicht mehr die Gefühlsregung auf eine starke Energie, sondern der verstandesmäßig gestartete Prozeß der Beobachtung im feinstofflichen Bereich. Es gibt hierfür zwei Begriffe: Feinfühligkeit und Intuition. Ich möchte die Unterscheidung dahingehend ziehen, daß die Intuition die mehr passive Seite darstellt, die Feinfühligkeit die aktive. Will ich mich bewußt in eine Person oder ein Ereignis einspüren und beobachte feine Schwankungen in meinem Wohlbefinden, in der Ausstrahlung meines Gegenübers oder in der psychologischen Gesamtsituation einer Gruppe, setze ich Feinfühligkeit ein. Die Intuition ist dagegen mehr ein Beobachten von Resonanzen, die ich zuvor nicht bewußt auf ein Ziel ausgerichtet habe, sondern erst nach dem Eintreffen der Information wahrnehme und ihrem Ursprung zuordne. Das zugrundeliegende Prinzip ist aber bei beiden Begriffen das gleiche.

Streichen Sie am besten ab heute das Wort „Einbildung“ aus Ihrem Vokabular. Jede vermeintliche Einbildung ist eine Resonanz, die Ihr Verstand aus bestimmten Gründen nicht wahrhaben will.

Wenn Sie sich das physikalische Bild der Resonanz vor Augen halten, wird deutlich, daß es für Sie zwei Möglichkeiten gibt, die eintreffenden Informationen - Reaktionen auf den von Ihnen ausgesandten Impuls - deutlicher zu machen: Sie können die Energiequelle verstärken oder Ihre „Antennen“ empfindlicher machen.

Der erste Weg ist gangbar, indem Sie lernen, welche Einflüsse Ihre Reiki-Kapazität mindern oder fördern. Der einfachste Weg zur Förderung besteht in der Anwendung der Energie-Schlüssel aus der Aufbaustufe. Aber auch der Grad Ihrer persönlichen Entwicklung spielt hierfür eine wesentliche Rolle.

Der zweite Weg ist Übungssache: Lehnen Sie „Einbildung“, nicht sofort und pauschal ab. Vieles wurde Ihnen von Ihrer Umwelt als Einbildung abgestempelt und Sie benutzen dieses Schema unkritisch weiter. Erlauben Sie einfach allen Eindrücken, sich in Ihrem Gefühl oder Verstand zu manifestieren. Beobachten Sie und vergleichen Sie deren Zuverlässigkeit und Reproduzierbarkeit anhand der Erfahrungen, die Sie in diesem Zusammenhang später machen. Festigen Sie so das Vertrauen in diese Informationen. Vor fünf Jahren hätte ich die Existenz einer „Aura“, also eines unsichtbaren Energiekörpers um den Menschen herum als Hirngespinnst abgetan. Heute kann ich sie fühlen und unter günstigen Umständen auch sehen. Und trotzdem überprüfe ich diese Eindrücke immer an anderen, besser faßbaren Parametern. Wenn ich eines Tages genügend Erfahrungen und Bestätigung meiner Beobachtungen gesammelt haben werde, wird das Ansehen der, Aura für mich so zuverlässig sein wie Pulsfühlen.

Der Körper als Meßstation

Der Mensch als ganzheitliches Wesen registriert auf allen Ebenen die auf ihn einströmenden Energien. Werden negative Einflüsse nicht transformiert oder verarbeitet, setzen sie sich fest, entweder im zugehörigen Energiekörper oder in einer tieferliegenden Ebene. An einem Tag, an dem es nur so hagelt von schlechten Nachrichten (geistige Ebene), fühlt man sich bald nervös und ängstlich (emotionale Ebene) und schließlich müde und kaputt (körperliche Ebene). Hält die Situation ohne Gegensteuerung an, kommen Krankheitssymptome hinzu. Man „hat die Nase voll“, „der Kopf platzt“, es ist etwas „im Halse stecken geblieben“. Immer wenn die Absichten des „Höheren Selbst“ vom Verstand - oder besser Unverstand - unterlaufen werden, drückt es seine Hinweise auf Ebenen aus, die in oder unterhalb der Ursachenebene liegen. Je länger das Problem verkannt wird, auf desto tiefere Ebenen sinkt es, bis es sich im körperlichen Bereich als dem am deutlichsten Sichtbaren manifestiert.

Wenn Ihnen der Mechanismus dieses Vorgangs klar geworden ist, können Sie ihn nutzen, indem Sie nicht erst warten, bis sich ein Problem im Körper widerspiegelt,

sondern Sie können lernen, bereits auf höheren Ebenen die nötige Sensibilität zu entwickeln, um Probleme frühzeitig zu erkennen. „Bewußtes Leben“ ist das Schlagwort hierzu und meint nichts anderes, als verstandesmäßig zu registrieren, welchen Einfluß bestimmte Menschen auf Ihr Gefühlsleben haben, wie sich bestimmte, immer wiederkehrende Situationen auf Ihre Leistungsfähigkeit auswirken, vor welchem Ereignis Sie bereits Angst haben, bevor es eingetreten ist und so weiter. Spüren Sie auch in Ihren Körper, in Form welcher Symptome sich diese Gefühle niederschlagen? Drückt der Magen? Wird die Brust eng? Dröhnt der Kopf? Schwillt die Nase zu? Werden Sie heiser? Mit der Zeit werden Sie die Erfahrung machen, daß ein sehr enger Zusammenhang zwischen der Art des Problems und dem reagierenden Körperorgan besteht - eben aufgrund des Resonanzprinzips. Umgekehrt kann dann beim Einsatz von Reiki - oder anderen Methoden der (echten!) Problembewältigung - dieses Körperorgan die Schlüsselstelle für die Behandlung sein.

Wozu leben wir ?

In einer Zeit, als es den Menschen auf Erden noch nicht gab, lebten alle Wesen, gesteuert von ihren Instinkten, in Harmonie und Einklang mit ihrer Umwelt. Die Natur hatte perfekte Öko-Systeme geschaffen, die anpassungsfähige und funktionstüchtige Gleichgewichte im Nebeneinander von Tieren und Pflanzen garantierten. Es war ein Paradies. Ein Paradies, in dem auch die Vorfahren des Menschen noch nach den gleichen Gesetzmäßigkeiten „gelebt wurden“ wie die Tiere.

Doch dann kam etwas ganz Neues auf die Welt. Die Bibel beschreibt diesen Vorgang als Vertreibung aus dem Paradies:

Die Schlange - schon immer das Symbol für Ganzheit, Weisheit und Gesundheit (Äskulapstab) - sprach zu Eva „... Vielmehr weiß Gott, daß euch, sobald ihr davon esset, die Augen aufgehen, und ihr wie Gott sein werdet, indem ihr Gutes und Böses erkennt.“ ... Sie nahm von seiner Frucht, aß und gab auch ihrem Manne neben ihr, und auch er aß. (1. Mose 3, 5 - 6)

Der Mensch entwickelte Bewußtheit, die Fähigkeit zu erkennen, Erkenntnis. Er hatte vom Baum der Erkenntnis gegessen. Damit einher ging der „freie Wille“: als erstes Wesen hatte der Mensch die Möglichkeit erhalten, Nein zu sagen. Nein zu dem, was ihm bisher seine Instinkte vorgeschrieben hatten. Dies konnte natürlich nicht gleich von Anfang an gutgehen, denn wo sollte dieser arme Mensch die

bewußten Erfahrungen hernehmen, die es dem instinktiven Wissen von Millionen Generationen vor ihm gleich tun konnte. Die erste Erkenntnis bestand für ihn nach Bibelberichten darin, daß er nackt war.

Erstaunlicherweise hatte er in diesem erschreckenden Augenblick, als er sich und seine Gattin nackt unter dem historischen Apfelbaum fand, nichts Eiligeres zu tun, als zum nächsten Feigenbaum zu laufen, anstatt sich gleich der Blätter neben sich zu bedienen. Oder war der Baum der Erkenntnis vielleicht doch eine Feige, also von jener Gattung, die Jesus, der Christus, aus so unerklärlichem Grunde verfluchte, nachdem er den Tempel gereinigt hatte (Matthäus 21, V. 19)?

Lassen wir diese Frage offen, da sie uns hier nicht viel weiter bringt. Sehen wir lieber, wie sich die Geschichte dieser Neuentdeckung der Natur weiterentwickelt: Gott sprach zu Adam, nachdem er ihn mit den neuen Spielregeln (1. Mose 3, 16 - 19) vertraut gemacht hatte. „Ja, der Mensch ist jetzt wie einer von uns geworden, da er Gutes und Böses erkennt.“ (1. Mose 3, 22). Er erkennt ihn als seinesgleichen an (!), muß ihn daher aber auch aus dem Paradies vertreiben, um den Baum des (ewigen) Lebens vor seinem Zugriff zu schützen. Denn noch ist es nicht an der Zeit, daß der Mensch das ewige Leben erhalte. Dies symbolisieren die himmlischen Heerscharen mit dem blankgezogenen Schwert, dem Zeichen des kosmischen Gesetzes. Dazu muß er erst den Weg zurück ins Paradies finden.

Hierin besteht also unsere menschliche Hauptaufgabe: Die Absonderung aus dem Paradies des natürlichen, harmonischen, gesunden Zusammenlebens (Sonderung - Sünde - „Erbsünde“) im Zustand der Bewußtheit zu überwinden und - quasi trotz Bewußtheit - in die Lage zu kommen, wieder in Harmonie und nach Maßgabe der kosmischen Gesetze mit der Umwelt im Einklang zu stehen. Dann ziehen wir Menschen wieder ein ins Paradies, allerdings mit einem kleinen, aber entscheidenden Unterschied: wir tun dies bewußt und nicht mehr instinktiv. Dann haben wir unsere Aufgabe in der Mitte zwischen Gott (Erkenntnis von Gut und Böse) und der unbewußten Natur (dem Tod unterworfen) erfüllt und können demzufolge auch vom Baum des ewigen Lebens essen.

Welche Kraft könnte hilfreicher wirken, uns dieser Gesetze des Lebens bewußt zu werden, als die Kraft, die das Leben steuert, als die Kraft, die wir Reiki nennen?

Was tun Sie also, um „zum Paradies zurückzukehren“? Sie wenden Reiki an! So oft wie möglich und mit wachsenden Sinnen, um zu lernen, was durch die Reiki-Energie gefördert wird und wo sie sich abschaltet, was dem kosmischen Plan

entspricht und wo es sich nicht um lebensfördernde Aktionen handelt. Durch diese aufmerksame Anwendung machen Sie sich die Gesetze des Lebens mehr und mehr bewußt: Sie nutzen ihre theoretische Fähigkeit zur Erkenntnis, die Sie von Adam mit dem legendären Biß in den Apfel erhalten haben, zur praktischen täglichen Anhäufung von Erkenntnissen, die es Ihnen letztlich erleichtern, sich in der Welt zu behaupten. Denn Sie sind mit mir sicherlich einer Meinung, daß es sich leichter lebt im Zusammenwirken mit den Gesetzen der Welt als im Einzelkampf gegen sie.

So gesehen ist Reiki ein Weg zu mehr Selbsterkenntnis und Bewußtseinsweiterung.

Der Faktor Mensch

Wie kommt es zu den beschriebenen Konflikten zwischen dem „Höheren Selbst“ des Menschen und dem Teil, den ich als Verstandesmenschen bezeichnet habe?

Das „Höhere Selbst“ eines jeden Menschen trägt in sich den jeweiligen Lebensplan in Form bestimmter Energien, die aufzulösen oder zu fördern sind. Dieser Lebensplan wird durch die universale Lebenskraft manifestiert und unterstützt. Kann sich das Wesen unangefochten entwickeln, wird es zu einem Prachtexemplar seiner Gattung werden. Dies ist bei den meisten Pflanzen und Tieren auch der Fall, sofern sie in einer intakten Umwelt leben können.

Der Mensch stellt in der Schöpfung insofern einen Ausnahmefall dar, als er sich - im Gegensatz zu allen anderen Wesen dieser Erde - seiner selbst (beziehungsweise seines Selbst) bewußt ist und es ihm gestattet ist, mit Hilfe des Verstandes und Geistes über seinen Instinkten zu stehen. Dies wird im christlichen Kontext durch den Baum der Erkenntnis symbolisiert, von dem der erste Mensch aß, also das erste Wesen, das sich vom Tier in dieser Eigenschaft unterscheiden konnte. Mit dem Erhalt dieser Eigenschaft untrennbar verbunden ist die Tatsache, daß der nun entstandene freie Wille des Menschen für das gesamte Universum in hohem Maße unantastbar ist - sonst wäre es ja kein freier Wille. Diese „Vereinbarung“ zwischen der Schöpfung und dem Menschen ist ein kosmisches Gesetz und wurde von Adam mit dem Fall aus der Ganzheit oder Einheit erkaufte - es erfolgte die Vertreibung des Menschen aus dem Paradies. Von diesem Tage an waren die Probleme für den Menschen vorprogrammiert. Herausgefallen aus der Einheit führt sein Weg nun mit Hilfe des freien Willens und seines Verstandes über viele, viele Erfahrungen hin zu dem Punkt, wo das Paradies wieder auf ihn wartet. Dieses zukünftige Paradies darf

man sich nicht als Garten mit hoher Hecke an irgendeiner Stelle der Erde vorstellen, sondern als Einheit aller Teile der Schöpfung, wie sie im alten Paradies herrschte. Allerdings mit einem gravierenden Unterschied: diese Einheit basiert nicht mehr auf der Unbewußtheit seiner Mitglieder und den systemimmanenten Regeln (den Instinkten), sondern wird nun bewußt wahrgenommen und aufrechterhalten vom Menschen, der sich erst dann zu Recht als die Krone der (uns bekannten) Schöpfung bezeichnen darf, dem die Welt Untertan sei.

Die Suche des Menschen nach der Erkenntnis des Paradieses und dessen Umsetzung in dieser Welt ist die Aufgabe, der auch das „Höhere Selbst“ eines jeden Einzelnen nachstrebt.

Aus dieser Perspektive heraus lassen sich zwei Richtungen ableiten, das eigene Leben zu gestalten: im Einklang mit den Plänen des „Höheren Selbst“ oder gegen dessen Intentionen. Da die Gestaltung des Lebens untrennbar mit dem Treffen von Entscheidungen zusammenhängt, werden auch diese Entscheidungen in die eine oder andere Richtung führen. Und wenn Sie diese Entscheidungen mit Hilfe der Reiki-Energie unterstützen, können Sie mit etwas Übung an der Qualität der fließenden Energie erkennen, ob Sie „richtig“ liegen. Da Reiki nicht gegen ein lebendes Wesen wirken kann, werden nur solche Energien durch Reiki gefördert, die für Ihr Wohl und dasjenige der von Ihrer Entscheidung Betroffenen wirken. Wenn Sie also eine Entscheidung gefällt haben, die entweder zu Ihrem oder dem Nachteil eines anderen Beteiligten wirkt, kann keine Energie fließen, und Sie werden auch keinen Energiefluß wahrnehmen. In einem solchen Fall spreche ich von Manipulation, der sich Reiki immer entzieht. Hier liegt der entscheidende Vorteil von Reiki: Sie können weder bewußt noch unbewußt Reiki in manipulative Pläne schicken oder in Vorhaben, die zum Nachteil eines Beteiligten wirken würden.

Hingegen werden alle Lebenssituationen unterstützt, die sich zum Vorteil aller entwickeln.

Das Gesagte bezieht sich allerdings ausschließlich auf die ganzheitliche Reiki-Energie. Alle anderen Energien, seien Sie geistig oder auf anderen Ebenen, haben polare Eigenschaften und können von Ihnen in der einen oder anderen Richtung eingesetzt werden. Sie tragen dann die Verantwortung für Ihr Tun, auch wenn Sie es unbewußt getan haben.

Um diesen gesamten Themenkreis auf eine Aussage zu bringen: je mehr Sie etwas wollen, desto größer ist die Gefahr, etwas „falsch“ zu machen. Je mehr Sie auf

die göttliche Führung vertrauen, desto sicherer sind Sie auf dem richtigen Weg. Und das Fortschreiten auf diesem Weg garantiert Ihr Einsatz von Reiki

Wie heißt es im Tao Te King?

Der Weise wirkt, ohne, etwas zu tun,

und lehrt, ohne etwas zu sagen.

Dinge tauchen auf, und er läßt sie kommen;

Dinge verschwinden, und er läßt sie gehen.

Er hat, aber er besitzt nichts

und wirkt, aber er erwartet nichts.

Tao Te King, Vers 2

Polar contra ganzheitlich

Wir alle kennen die Welt als Oben und Unten, Hell und Dunkel, Gut und Böse. Aber wir leben nicht deswegen in dieser Welt, weil sie nun einmal so beschaffen ist, sondern weil wir von Kind auf dazu erzogen wurden, zu einer Eigenschaft - oben, hell, gut - das zugehörige „Gegenteil“ zu suchen, anstatt nach seiner „Ergänzung“ Ausschau zu halten, also nach dem Teil, der das erste ganz macht.

Und so kennen wir nur die Welt der Gegensätze und bemühen uns verzweifelt, soviel „Gutes“ wie möglich zu tun, ohne zu erkennen, daß wir damit automatisch dem „Bösen“ Vorschub leisten. Weil nämlich sonst die Welt aus ihrer Mitte geraten würde, was schlicht und einfach unmöglich ist. Der richtige Weg besteht vielmehr darin, den Ausgleich - die Mitte - zwischen Gut und Böse zu finden, um so das eine mit dem anderen auszugleichen. Der scheinbare Widerspruch zwischen unserer polaren - in Gegenteile gegliederten - Weltsicht und einer Philosophie des ganzheitlichen Aufbaus der Welt löst sich in dem Moment auf, wo wir akzeptieren, daß es auch hier kein Entweder - Oder gibt, sondern nur beides: unsere Welt ist ganzheitlich, wenn wir sie als Ganzheit betrachten. Und sie ist zugleich polar, wenn wir sie in Pole zerlegen, bewerten, beurteilen (das Urteilen) oder gar einseitig sehen. Reiki ist eine einzig und allein ganzheitlich wirkende Energie. Es wird sich nicht unsere Weltmaßstäbe anlegen oder unserem Urteil anschließen. Die Reiki-Energie hat ausschließlich die Intention, alle Daseinsformen und speziell das Leben in seinem natürlichen und harmonischen Gleichgewicht zu halten und in seinem vorgesehenen Wachstum /u fördern. Reiki erschafft eine Welt des Fressens und Gefressen-Werdens ohne Wertung für eins von beidem. Die „böse“ Laus an unserer „guten“ Zimmerpflanze lebt

auch aus und durch Reiki.

Was geschieht denn, wenn ich meine von Lusen befallene Zimmerpflanze mit Reiki behandle? Sehen Sie in der Natur nach, was der natürliche, harmonische Gleichgewichtszustand ist: eine gesunde Zimmerpflanze mit wenig oder gar keinen Lusen, die nicht etwa tot von den Blättern fallen, sondern sich ein Opfer suchen, das leichter zu befallen ist, weil ihm die Widerstandskraft fehlt.

Wer erfolgreich mit der universellen Lebensenergie arbeiten will, sollte sich ständig diese Gesetzmäßigkeiten vor Augen halten und wird dabei erkennen, wie wunderbar und letztlich wie logisch und einsichtig das Leben organisiert ist.

Jeder findet seinen Meister



*Wer selber leuchten will,
wird nicht erleuchtet.*

*Wer selber jemand sein will,
kann nicht erkennen, wer er wirklich ist.*

Tao Te King, Vers 24

Die innere Kompetenz

Schon im Kapitel „Das System“ habe ich dargelegt, daß Reiki ohne die innere, energetische Kompetenz des Lehrers nicht funktionieren kann. Zwar können andere Wege, seien sie natürlich vorhanden oder erlernt, dazu führen, daß ein Mensch ganzheitliche Energie mit allen Eigenschaften des Reiki-Systems überträgt. Ohne die Einstimmung innerhalb des intakten Systems besteht dafür jedoch keine Garantie. Dies ist vergleichbar mit dem Kauf eines wertvollen Orient-Teppichs. Sicherlich können Sie durch eigene Kenntnisse in der Lage sein, einen handgeknüpften alten Teppich von einem neuen Fabrikzeugnis zu unterscheiden. Ein Kaufinteressent jedoch, wenn er nicht auch dasselbe ausgezeichnete Fachwissen hat, wird auf dem Gutachten eines Sachverständigen bestehen. Ohne dieses kann der Teppich seinen Wert haben, eine Garantie besteht jedoch nicht. Wie kann nun wiederum die innere Kompetenz eines Reiki-Lehrers in Erfahrung gebracht werden? Ich habe bereits erwähnt, daß es Voraussetzung ist, daß die Lehrer Ihres Lehrers sich in lückenloser Reihe auf Dr. Usui zurückverfolgen lassen müssen.

Ich denke, es kann als Nachweis gelten, wenn die ersten Lehrer dieses „Stammbaumes“ Mitglied einer der beiden führenden Reiki-Organisationen „The Radiance Technique Association International“ (T.R.T.A.I., früher A.I.R.A.) oder „Reiki Alliance“ waren oder sind. Sogenannte „freie Reiki-Lehrer“, die keiner dieser Organisationen mehr angehören, jedoch nach deren Tradition ausgebildet wurden, haben die von äußeren Formen unabhängige „innere“ Kompetenz dennoch von ihrem Lehrer übertragen bekommen.

Reiki ist nicht gleich Reiki

Leider werden heute viele Seminare unter dem Namen Reiki angeboten, die mit Reiki nichts oder nur noch Teile gemeinsam haben. Leider verwenden diese Schulen auch den Namen Reiki, obwohl sie nicht bereit sind, das in sich geschlossene System des Dr. Usui unverändert zu übernehmen. Da werden neue oder aus anderen mystischen Systemen überlieferte Energieschlüssel eingebaut, neue Grade ge- und erfunden sowie Kursformen angeboten, die vom Umfang und Preis gar nicht halten können, was ihre Namen versprechen. Es mag sein, daß ich hier Reiki-Varianten, die mittels anderer Faktoren ähnliche Ergebnisse erzielen wie das Original-System, in einen Topf werfe mit Systemen, die bereits auf den ersten Blick

nur der schnellen Mark dienen. Es steht mir auch nicht an, darüber zu urteilen, welche Systemvariante „Recht haben“ könnte und welche nur Kundenfänger betreibt. Ich gestehe mir aber das Recht zu, darauf hinzuweisen, daß bei allen unautorisierten Varianten die Garantie der zehn Eigenschaften und aller anderen in diesem Buch getroffenen Aussagen über Reiki nicht mehr erfüllt ist (siehe das Beispiel vom Orient-Teppich im vorigen Kapitel). Der Wildwuchs auf diesem Gebiet nahm im Jahre 1993 leider derartige Formen an, daß eine große Anzahl von „Original-Reiki-Lehrern“ zu einer konzertierten (Anzeigen-)Aktion aufriefen, um diesem Unwesen ein Ende zu bereiten. Leider ist es bisher nicht gelungen, und ich sehe die Ursache dafür einfach in der mangelnden Unterscheidungsfähigkeit der Interessenten. Hier täte Aufklärung not, und vielleicht können die folgenden Abschnitte ja einen kleinen Teil dazu beitragen.

Die Schulen

Wenn Sie die Entwicklung von Reiki verfolgt haben (siehe auch Kapitel „Geschichte von Reiki“), können Sie nachvollziehen daß es meiner Meinung nach nur zwei autorisierte Schulen des Original Dr. Usui-Reiki-Systems gibt: die T.R.T.A.I. und die „Reiki-Alliance“. Meine persönliche Erfahrung mit Schülern und Lehrern beider Schulen hat mir bestätigt, daß allem Anschein nach und trotz bestehender geringfügiger Unterschiede beide Linien innerhalb des Original-Systems arbeiten. Ich versuche daher, beide Schulen kurz zu charakterisieren, indem ich Gemeinsamkeiten und Unterschiede gegenüberstelle.

Gemeinsamkeiten

Voraussetzung für die Fähigkeit, Reiki zu übertragen, ist die im Kapitel „Das System“ beschriebene Dreiheit: exakt festgelegte Energieschlüssel, die für die jeweilige Stufe vorgesehene(n) Einstimmung(en) und die innere Kompetenz des Lehrers, der diese Einstimmung vornimmt. Die Einteilung der Stufen bis zum Lehrergrad ist gleich: Grundstufe, Aufbaustufe und Meistergrad, auf den in Form einer weitergehenden Ausbildung der Lehrergrad aufbaut. Beide Schulen berufen sich darauf, ihr Wissen und den Auftrag zur weiteren Verbreitung von Reiki von Frau Hawayo Takata persönlich erhalten zu haben: Frau Dr. Barbara Ray in protokollierten Sitzungen, Frau Phyllis Lei Furomoto als Enkelin der Großmeisterin im Rahmen der familiären Beziehungen. Obwohl Frau Takata erst im Jahre 1980 diesen Planeten verließ, ist es wohl nicht möglich - oder nicht erwünscht -, diese Frage eindeutig zu

klären, obwohl beispielsweise Frau Dr. Ray ein Tonband-Dokument von der Gründungs-Versammlung der A.I.R.A. (American Internation Reiki Association, Vorläuferin der heutigen T.R.T.A.I.) unter Verschuß haben soll, aus dem hervorgeht, daß Frau Takata ihr im Rahmen dieser Veranstaltung die Großmeisterschaft übertragen hat. Ähnliche Beweise scheint es auch in dem Meisterkreis um Frau Furomoto zu geben. Alle in diesem Buch beschriebenen Eigenschaften der Reiki-Energie und die damit verbundenen Anregungen und Hinweise sind gleichartig für Schüler beider Schulen anzuwenden.

Unterschiede

Die T.R.T.A.I. lehrt neben den obengenannten drei Graden vier weitere, wobei sich folgendes System ergibt:

- Grundstufe,
- Aufbaustufe,
- Meister- und Lehrergrad (3 A und 3B)
- Vierter Grad
- Fünfter Grad und Lehrer (für den Ersten bis Vierten Grad)
- Sechster Grad
- Siebenter Grad und Lehrer (für den Ersten bis Siebenten Grad)

Inzwischen wurden aus - zumindest energetisch - unerklärlichen Gründen noch eine Reihe von Zwischenstufen geschaffen, wie beispielsweise der sogenannte „Radiant Third Degree“. Dieser ist auf der Stufe des Meistergrades angesiedelt neben dem „Third Degree for Personal Growth“ (dies ist der Meistergrad) und dem „Teacher Training „ (dies ist die Lehrerausbildung, die ihrerseits in Ausbildung zum Lehrer für Grundstufe und für Aufbaustufe unterteilt ist).

Bisher wird von vielen Lehrern der ehemaligen A.I.R.A. und der jetzigen T.R.T.A.I. bestritten, daß in der Reiki-Alliance ein Lehrer auch die innere Kompetenz besitzt, einen anderen Lehrer einzustimmen. In der T.R.T.A.I. ist hierzu ja die Ausbildung zum Lehrer im Fünften Grad erforderlich.

Dagegen erhebt sich allerdings sofort die Frage, wie denn in der T.R.T.A.I. ein Lehrer des Siebenten Grades eingestimmt wird, die in diesem System genauso die Endstufe darstellt, wie im System der Reiki-Alliance der Dritte Grad? Die Vertreter der Reiki-Alliance ihrerseits verweisen auf ihre Erfahrungen und werfen der T.R.T.A.I. vor, mit den weiteren Graden nur mehr Geld verdienen zu wollen.

Meine eigene Erfahrung zeigt, daß beide Schulen Recht haben, aber Sie sehen,

liebe Leser, daß auch in so hochliebevoller Umgebung wie zwischen Meistern der Reiki-Schulen noch menschliche Regungen und wissenschaftlicher Disput gepflegt werden. Der größte Erfolg dieses (für mich sinnlosen) Disputs dürfte darin zu finden sein, daß möglichst viele Reiki-Aspiranten der einen Schule vor der anderen Schule und deren Lehrer gewarnt werden, weil diese ja angeblich nicht die innere Kompetenz haben. Zur Ehrenrettung vieler Lehrer muß ich allerdings auch sagen, daß ich Kollegen kenne, die sowohl im Gespräch mit anderen Lehrern wie auch bei Informationsabenden diese Thematik gar nicht erst ansprechen, weil sie um deren Ineffizienz wissen.

Meine Lebensgefährtin, eine kompetente Reiki-Meisterin, die in beiden Schulen als Lehrerin ausgebildet ist, hat mir gesagt, daß es Unterschiede in den Einstimmungsvorgängen gibt. Ein gewissenhafter Lehrer der Aufbaustufe, der nicht genau weiß, wo sein Schüler den Grundkurs absolviert hat, wird deswegen die Einstimmungen der Grundstufe wiederholen, bevor er in die Aufbaustufe einstimmt.

Es läßt sich daraus jedoch auch ableiten, daß es für einen Menschen durchaus möglich und verträglich ist, die Einstimmungen beider Schulen zu erhalten.

Die T.R.T.A.I. ist in ihrer Sicht- und Lehrweise sowie ihrer Organisationsstruktur mehr wissenschaftlich-westlich orientiert, wogegen man die Reiki-Alliance als ganzheitlich-östlich charakterisieren kann.

Die Erstere kennt umfassende Richtlinien, anhand derer die Schüler zu den höheren Graden zugelassen werden. Diese Richtlinien werden je nach Seminar per Fragebogen überprüft und zentral in Amerika registriert. Sieht man einmal von dem leidigen Streit um die Anzahl der Grade und Symbole des Usui-Systems ab, kann man als Schüler der T.R.T.A.I. sicher sein, anhand der traditionellen Reiki-Richtlinien „ausgebildet“ zu werden. Dafür mangelt es mir im ganzen etwas an der Herzlichkeit und vor allem Flexibilität, die man doch vom pulsierenden Leben aus göttlicher Freude erwarten sollte.

Im Gegensatz dazu findet man bei Lehrern der Alliance ein breites Spektrum der Ausdrucksformen und Anschauungen. Insgesamt sehe ich den Schwerpunkt mehr im Herzen als im Verstand, mehr in der Sensibilität als in der Logik. Dagegen sind auch die Abweichungen von der „reinen Lehre“ des Dr. Usui häufiger. Leider scheint die mehr gefühlsbetonte Sicht des ganzheitlichen Reiki-Systems öfter zu dem Irrtum zu verleiten, daß auch die Einhaltung der originalen Symbole und Einstimmungen nicht so eng gesehen werden müsse, wenn nur das gute Gefühl dabei stimmt.

Ich kann und möchte dies nicht werten, denn jeder findet seinen Meister, und die Zugehörigkeit zu einer oder anderen Organisation beziehungsweise Schule hat hierbei nur selten einen entscheidenden Einfluß. Meine obige Schilderung kann sicherlich auch nur meine subjektive Meinung wiedergeben. Es ist jedoch auffällig zu beobachten, daß doch einige Meister, auch und gerade aus der Anfangszeit, von der damaligen A.I.R. A. zur Alliance gewechselt sind, während mir umgekehrte Fälle nicht bekannt sind.

Die äußere "Kompetenz"

Ein guter Reiki-Lehrer sollte neben der inneren auch seine „äußere“ Kompetenz beweisen, indem er nur Wissen weitergibt, das auch auf Reiki, seine Eigenschaften und seine Anwendung zutrifft. Fragen Sie beispielsweise ehemalige Kursteilnehmer eines Lehrers Ihrer Wahl nach deren Erfahrungen und vergleichen Sie diese mit den zu Beginn beschriebenen zehn Eigenschaften der Reiki-Energie. Oder fragen Sie den Lehrer selbst danach. Beobachten Sie Kursteilnehmer, wie sich die Anwendung von Reiki auf ihre Lebensumstände und vor allem das damit verbundene Lebensgefühl auswirkt. Fragen Sie, welcher Einsatz — nicht an Geld, sondern an Zeit, Energie und Engagement - für Ihren zukünftigen Lehrer erforderlich war, um sich die innere und äußere Kompetenz anzueignen.

Selbstverständlich gehört auch die Verantwortung gegenüber den Schülern zu diesem Thema. Diese ist im Kurs selbstverständlich und sollte auch nicht mit dem Ende des Kurses aufhören. So wissen meine Schüler, daß sie sich auch nach dem Kurs jederzeit und kostenlos mit Fragen über Reiki an mich wenden dürfen. Die folgenden Negativbeispiele, tatsächlich vorgekommen, zeugen meines Erachtens von mangelnder äußerer Kompetenz: Eine Schülerin wurde durch die Kraft der Einstimmungen sehr deutlich vor bestehende psychische Probleme gestellt, die ihr dann während des Kurses bewußt wurden. Dies führte zu starkem Weinen mit dem entsprechenden emotionalen Umfeld. Dennoch entließ sie der Lehrer, ohne sich weiter um sie persönlich zu bemühen. Richtig wäre gewesen, mit Hilfe von weiterer Reiki-Behandlung und vor allem persönlicher Zuwendung den Gemütszustand wieder zu stabilisieren und der Schülerin zu helfen, mit den Informationen umzugehen, die ihr dieser Zustand geben wollte.

Eine Reiki-Freundin, von der ich wußte, daß sie den Lehrer-Kurs absolviert hatte, bat mich um detaillierte Informationen zu verschiedenen Themen des Reiki-Systems.

Auf meine erstaunte Nachfrage, warum sie das nicht ihren Lehrer frage und warum diese Themen nicht überhaupt im Kurs besprochen wurden, erklärte sie mir, der Lehrerkurs habe bei ihr nur drei Stunden gedauert(!). Fragen oder die Bitte um weitere Informationen seien unter einem Vorwand abgewiesen worden. Von daher war mir dann auch verständlich, warum dieser Kurs „nur“ ein Zehntel der Summe gekostet hat, die ich bezahlt habe. Und wir waren uns einig, daß sogar dieser Preis noch nicht preis"wert" war.

Warum nenne ich in einem Buch so deutlich Roß und Reiter, das für Reiki sprechen soll und ein Bild von dieser wunderbaren Energie vermitteln will? Weil ich denke, daß Sie ein Anrecht darauf haben, nach meinem besten Wissen über alle Aspekte von Reiki informiert zu werden. Und in der gleichen Art, wie ich Ihnen Reiki als Energie beschrieben habe und beschreiben werde, möchte ich unverblümt auf Reiki als System eingehen, wie es sich im Jahre 1994 aus meiner persönlichen Sicht darstellt. Auch eine Vielzahl der autorisierten Lehrer hat erkannt, daß es blauäugig ist, die Augen vor dem entstandenen Wildwuchs zu verschließen und darauf zu warten, daß Reiki selbst alles wieder ins Lot bringt. Es liegt in der Natur einer ganzheitlichen Energie, daß sie alle Facetten des Spektrums zuläßt, und es liegt an Ihnen, sich für den Mittelweg dieser Facette zu entscheiden. Sammeln Sie also Informationen über Ihre(n) zukünftige(n) Lehrer, wo immer sie können.

Anziehung

Wenn Ihnen diese Informationen ein positives Bild vermittelt haben, besuchen Sie Ihre(n) Lehrer(in), entweder auf einem Informations-Abend in der Gruppe oder zu einem persönlichen Gespräch. Sie sollten einfach „ein gutes Gefühl“ in der Nähe dieses Menschen haben, da Sie ihm ja auch eine gehörige Portion Vertrauen vorab mitgeben müssen. Denn während des Kurses werden Sie in der „Energiearbeit“ ein Ihnen unbekanntes Terrain betreten, das der Lehrer aber sehr wohl kennt. Dies setzt zwischen Ihnen und Ihrem Lehrer eine Basis der Vertrautheit und des Vertrauens voraus. Machen Sie sich aber nicht allzu viele Gedanken, sondern folgen Sie eher Ihrem Gefühl.

Auch hier ist das Resonanzprinzip wirksam, und Sie werden deutlich fühlen, welcher Lehrer Sie anzieht, oder „Ihnen liegt“. Diesen sollten Sie dann auch wählen. Er wird zu dieser Zeit der Richtige für Sie sein.

Sie können später ja immer noch bei den meisten Lehrern die Gelegenheit nutzen,

meist gegen geringes Entgelt, einen Kurs zu wiederholen und andere Arten der Darstellung und Vermittlung der Kursinhalte kennenzulernen. Legen Sie sich nicht zu sehr auf eine Linie oder einen Lehrer fest! Reiki ist die Lebensenergie, und das Leben ist vielfältig und anpassungsfähig. Seien Sie es auch!

Altar und Räucherstäbchen

Vor einiger Zeit hatte ich ein interessantes Gespräch mit einer Reiki-Schülerin, die zu einem unserer Reiki-Abende kam, jedoch ihre Kurse bei einem anderen Lehrer absolviert hatte. Die Reiki-Freunde, die regelmäßig zu unseren monatlichen Abenden kommen, sehen in diesen Abenden auch eine willkommene Gelegenheit, Gedanken und Erfahrungen auszutauschen und sich im vertrauten Kreis wohlfühlen. Die „Neue“ jedoch war entsetzt: bei ihrem Lehrer sollte während der gegenseitigen Behandlungen nicht gesprochen werden, und der ganze Abend lief, wenn überhaupt gesprochen werde, in andächtigem Flüstern ab, und überhaupt sei die Unruhe in meiner Gruppe ja unerträglich. Ich erklärte ihr meine Ansicht über das verträgliche Maß von Ablenkung während der Reiki-Behandlung, sie tat jedoch ihre abweichende Meinung durch zukünftiges Fernbleiben kund. Ich sehe darin überhaupt kein Problem, nehme diese kleine Episode jedoch zum Anlaß, etwas über die Art und Weise zu wiederzugeben, wie der Umgang mit Reiki manchmal gesehen wird.

Die tiefe Ehrfurcht wohl eines jeden Lehrers vor der Reiki-Kraft wird oft ausgedrückt in andachtsähnlichen Zusammenkünften, wo bei Räucherstäbchen und Kerzenschein ausschließlich den Worten des Lehrers und Meisters gelauscht wird. Etwas flapsig ausgedrückt, geht es oft heiliger zu als in der Kirche. Dies ist für die exakte Übertragung von Reiki-Energie sicher weder hinderlich noch förderlich, aber auch nicht jedermanns Geschmack. Es entsteht jedoch leicht der falsche Eindruck für Außenstehende und auch für Anfänger, dies sei für Reiki erforderlich. Dann ist der nächste Schritt naheliegend, Reiki-Anwender als Anhänger einer Sekte, Heilungs-Religion oder pseudoreligiöser Weltanschauung einzuordnen. Dies ist jedoch schon allein deswegen unsinnig, weil Reiki auch bei anderen als menschlichen Wesen wirkt und von einem Hindu genauso wirksam eingesetzt werden kann wie von einem Christen.

Ich denke, Sie sollten sich auch in diesem Punkt von Ihrem Gefühl leiten lassen und selbst einschätzen, wo für Sie der angemessene Mittelweg zwischen Ehrfurcht vor der göttlichen Energie und übertriebener Liturgie liegt. Da Reiki von Menschen

angewendet wird, gibt es auch hier Pharisäer und Samariter. Wählen Sie sich einen Samariter als Lehrer(in)!

Reiki als Wegbegleiter



*Du möchtest die Welt bessern?
Ich glaube nicht, daß das gelingen kann.*

Die Welt ist heilig.

Sie kann nicht verbessert werden.

*Wenn Du Dich einmischst,
wirst Du sie verderben.*

*Wenn Du sie festhältst,
wirst Du sie verlieren.*

Tao Te King, Vers 29

Das Energiefeld einer Entscheidung

Jede Entscheidung, die Sie treffen, hat Auswirkungen in die verschiedensten Richtungen. Nehmen wir als Beispiel an, Sie sind Personalchef und einer Ihrer Mitarbeiter bittet Sie um mehr Gehalt. Sie müssen nun entscheiden, ob Sie dieser Bitte entsprechen können oder nicht.

Diese Entscheidung zerfällt in viele Einzelenergien, die Sie abwägen werden, bevor Sie dem Mitarbeiter antworten:

Das Energiefeld des Mitarbeiters:

- Hat der Mitarbeiter die Gehaltserhöhung verdient? (was Sie beurteilen müssen)
- Ist sie aus höchster Sicht für ihn richtig? (was Sie nicht wissen können)
- Ist jetzt der richtige Zeitpunkt dafür? (was Sie nur bedingt entscheiden können)
- Oder ist ein Lob vielleicht genauso wertvoll?

(das hätte vielleicht bereits früher entschieden werden müssen)

Das Energiefeld des Unternehmens:

- Kann das Unternehmen diese Gehaltserhöhung tragen? (was Sie entscheiden müssen)
- Hat das Unternehmen Vorteile, wenn dieser Mitarbeiter zufriedener ist? (was Sie nur bedingt entscheiden können)
- Welche anderen Auswirkungen kann dieser kleine Schritt für das Gesamtunternehmen haben?

(was Sie wohl nur selten entscheiden können)

Ihr eigenes Energiefeld:

- In welcher Stimmung sind Sie? (worauf Sie eigentlich Einfluß nehmen können müßten)
- Haben Sie alle Informationen für diese Entscheidung? (was Sie entscheiden müssen)
- Welche Auswirkung hat die Entscheidung auf Ihre eigene Position (zum Beispiel gegenüber Ihren Vorgesetzten)? (was Sie nur bedingt vorhersehen können)

Das Energiefeld Ihrer Vorgesetzten:

Diesen gegenüber müssen Sie Ihre Entscheidung vertreten. Dieses Energiefeld wird zum größten Teil von Ihrer eigenen Erwartungshaltung geformt, denn Sie werden als in Ihrem Bereich selbständig Arbeitender wohl nur in Ausnahmefällen die Rückendeckung Ihres Vorgesetzten einholen. Sie nehmen dagegen an, er würde die eine oder andere Reaktion zeigen, wenn Sie zu ihm gegangen wären, und richten

sich nach dieser Annahme.

Das Energiefeld anderer Mitarbeiter:

Diese werden sich anhand Ihrer Entscheidung überlegen, ob sie die gleiche Bitte an Sie stellen:

- Hat diese Energie überhaupt einen nennenswerten Einfluß auf Ihre Entscheidung?

(was Sie entscheiden müssen)

- Könnte Ihre Entscheidung - so oder so — einen Flächenbrand auslösen?

(was Sie nur bedingt wissen können)

- Sollen die Mitarbeiter aus Ihrer Entscheidung eine Erfahrung für sie persönlich ableiten?

(was Sie nicht wissen können)

Sicherlich ist diese Aufzählung nicht vollständig, aber Sie sehen: Es gibt viele Einflüsse auf Ihre Entscheidung und viele Auswirkungen durch Ihre Entscheidung: solche, die Sie kennen, und solche, die Sie nicht oder nur zum Teil kennen.

Als verantwortungsvoller Entscheidungsträger werden Sie wohl zuallererst versuchen, so viele Informationen wie möglich zum gesamten Energiefeld Ihrer Entscheidung einzuholen. Wenn die Entscheidung hingegen nicht von außen initiiert wird wie in diesem Beispiel des Personalchefs, sondern in Ihrem Inneren stattfindet, wie beispielsweise bei einem Architekten, der zwischen verschiedenen eigenen Ideen wählen soll, dann müssen im ersten Schritt diese Ideen erst reifen.

Kreativer mit Reiki

Vor jeder zielgerichteten Handlung steht die Festlegung des Zieles. Wenn sie nicht wissen, welchen Weg Sie gehen wollen, können Sie den ersten Schritt nicht tun. Nun ist es ja meist so, daß zu Beginn einer Entscheidungsfindung eine bestimmte Vorstellung besteht, was man erreichen möchte. Dazu gibt es dann aber doch eine ganze Reihe verschiedener Möglichkeiten, das Ziel zu erreichen. Manche Möglichkeit ist Ihnen sicherlich bekannt, manche aber auch fremd, und hier beginnt bereits das Feld der Anwendungen für Reiki:

Fördern Sie die Kreativität mit Reiki!

Wie oft sitzt man vor dem Computer, dem Reißbrett oder einem Notizzettel, und es geht einfach nichts mehr. Eigentlich sollten Sie vor Ideen sprühen, aber der Erfolgszwang oder andere Einflüsse haben Sie blockiert. Was ist zu tun? Sie

möchten einen Zustand erreichen, in dem Sie kreativ sind. In welchem Zustand ist man kreativ? Wenn man frisch, ausgeglichen und frei von äußeren Zwängen ist.

Also geben Sie sich eine Eigenbehandlung mit Reiki! Bevor-/ugen Sie die Körperpartien, die sich in ihrem un kreativen Zustand in Erinnerung gebracht haben: ein verkrampfter Magen, ein rauchender Kopf, ein zugeschnürter Hals, es gibt hier keine Standardantwort. Damit führen Sie sich zum gewünschten Zustand. Sollten Sie übermüdet sein, wird es vernünftig sein, dem durch Reiki nun verstärkten Impuls zu folgen und sich für eine kurze Zeit zu entspannen, um danach um so leistungsfähiger zu werden. Wenn Sie Reiki in der Aufbaustufe gelernt haben, hilft Ihnen das Wächtersymbol, seelische Belastungen abzugleichen, das Kraftsymbol verstärkt alle Anwendungen, und das Kontaktsymbol überwindet die Grenzen, die Ihnen durch die Energieblockaden gesetzt sind. Schalten Sie den Verstand während der Behandlung aus, aber legen Sie etwas zum Schreiben in unmittelbare Nähe. Mir sind die besten Ideen im Zustand der beginnenden Tiefenentspannung gekommen, bevor es zum Schlaf übergeht. Notieren Sie diese Eingebungen sofort, Sie könnten Sie später bereits vergessen haben.

Wenn Sie nun die bekannten Wahlmöglichkeiten um neue erweitert haben, die Sie in dieser kreativen Phase geschaffen oder gefunden haben, beginnt der Prozeß der Auslese, und es gilt, aus dem Angebotenen das Richtige auszuwählen.

Die Ent-Scheidung

Unser gesamtes Leben besteht aus Entscheidungen. Tiere leben in den meisten Fällen nach einer fest programmierten Automatik, den Instinkten, die ihnen sagen, welches Verhalten als Reaktion auf einen bestimmten Umweltreiz folgen muß. Die menschliche Erkenntnisfähigkeit in Verbindung mit dem freien Willen schafft uns dagegen ständig Situationen, in denen wir uns zwischen zwei oder mehr Möglichkeiten für eine entscheiden müssen. Das heißt, Sie müssen die Scheidung oder Trennung von der Möglichkeit aufheben, die Sie gewählt haben. Das bedeutet auch, daß Sie sich also auch voll auf den Weg einlassen müssen, denn einen zaghaften Schritt zu tun, heißt noch nicht, den Weg gegangen zu sein. Die Ent-Scheidung wurde dann noch nicht vollzogen.

Wie machen Sie das?

Bisher werden Sie wohl so vorgegangen sein,

- daß Sie alle Informationen gesichtet haben, die Ihnen zu diesem Thema zur

Verfügung stehen. Dabei müssten Sie zuerst akzeptieren, nicht alle Einflußgrößen zu kennen. Dieses Annehmen, nicht alles wissen zu können, geschieht bei den ersten Entscheidungen bewußt, danach wohl nur noch automatisch, also unbewußt.

- daß Sie dann bei wichtigen Entscheidungen die Informationen noch einholen werden, die Ihnen wesentlich erscheinen und bisher unbekannt waren,
- um danach unter Abwägung aller für Sie erkennbaren rationalen Faktoren die Lösung zu finden, die aller Voraussicht nach - also auf der Basis Ihrer bisherigen Erfahrungen mit ähnlichen Situationen - für alle Beteiligten (oder nur für Sie?) die beste ist.

Wie entscheiden Sie nun mit Hilfe der Reiki-Energie?

Sie erkennen und akzeptieren wiederum, nicht alle Einflußgrößen zu kennen. Sie wissen aber und vertrauen darauf, daß die Reiki-Energie, die ja Idee und treibende Kraft allen Seins ist, alle Größen kennt und richtig zu werten weiß.

Machen Sie sich das Resonanzprinzip zunutze und richten Sie Ihr Bewußtsein auf die verschiedenen Situationen, die aus den unterschiedlichen Entscheidungsmöglichkeiten entstehen könnten:

1. Arbeiten Sie zuerst allein mit Ihrem Gefühl und Ihrer Intuition, um eine Bestandsaufnahme der derzeitigen Energien zu machen, wie sie sich auf den verschiedenen Ebenen der Energie darstellen. Stellen Sie sich die möglichen Alternativen Ihrer Entscheidung vor und spüren Sie in Ihrem Bauch, in Ihrem Herzen und vielleicht auch an anderen Stellen des Körpers, welche Wirkungen jede der Alternativen hervorruft. Notieren Sie die Wahlmöglichkeit, bei der in der Summe die angenehmsten Empfindungen auftraten, und die Teilbereiche, die dem entgegenstehen.

2. Als nächstes arbeiten Sie mit der Reiki-Energie, bevor Sie die Ergebnisse logisch verknüpfen, um nicht Gefahr zu laufen, sich durch vorgefertigte Meinungen selbst zu beeinflussen. Lassen Sie die im folgenden beschriebenen Einflüsse auf sich wirken und analysieren Sie erst danach. Senden Sie also je nach Ihren Möglichkeiten Licht-Energie in den gesamten Energiekörper dieser Entscheidung. Schränken Sie das Ziel der Energie so wenig wie möglich ein und lassen Sie für eine dem Umfang der Entscheidung angemessene Zeit Energie fließen. Dann gehen Sie wieder vor, wie in Schritt 1 beschrieben. Sie werden mit hoher Wahrscheinlichkeit in Teilbereichen eine Wandlung der Empfindungen registrieren können. Dort, wo anfangs unangenehme Empfindungen verschwunden oder gar in angenehme

verwandelt worden sind, hat es sich um Widerstände gehandelt, die aus tieferen Energie-Ebenen - meist aus dem Emotionalbereich — stammen und für diese Entscheidung nicht (mehr) von Bedeutung sind, obwohl sie ohne Reiki wahrscheinlich einen Einfluß auf Ihre Entscheidung genommen hätten.

Dort, wo ein gegenteiliger Effekt eingetreten ist, also Widerstände entstanden oder verstärkt worden sind, wurden Disharmonien sichtbar gemacht (Ihnen ist „ein Licht aufgegangen“), die für die Entscheidung wesentlich sind. Dies heißt nicht automatisch, daß Sie mit dieser Alternative auf dem Holzwege sind, aber Sie sollten speichern, daß Ihnen auf diesem Weg - sollten Sie sich für ihn entscheiden - Themen und Energien begegnen werden, die Sie dann noch einmal aufgreifen müssen. Ein altes Sprichwort sagt: „Wo die Angst ist, ist der Weg“ und meint damit, daß die „dünnen Brettchen“ im Leben nicht immer die richtigen oder wichtigen sind. Aber Sie sollten dennoch anhand Ihrer Empfindungen prüfen, wie dick Ihnen nach der Reiki-Behandlung dieses Brett erscheint, bevor Sie beginnen, daran zu bohren.

3. Sie haben nun neben den sowieso zugänglichen „realen“ Informationen auch zwei „Stimmungsbilder“ der anderen Energie-Ebenen empfangen. Eines, das die Energien so widerspiegelt, wie sie aus Ihrem persönlichen Erfahrungsbereich erschienen, und ein weiteres, das die „Wahrheit“ oder mit anderen Worten die Energie wiedergibt, wie sie sich aus überpersönlicher Sicht darstellt.

Nutzen Sie nun Ihren Informations-Vorsprung und kombinieren Sie diese Bilder mit den Fakten. Demgemäß werden Sie Ihre Entscheidung fällen.

Wenn Sie so vorgegangen sind, müßten Sie als erstes Feedback zumindest ein gutes Gefühl bei Ihrer Entscheidung haben.

Sicherlich wird bei den ersten derartigen Entscheidungen der Einfluß der Fakten auf Ihre Entscheidung überwiegen. Prüfen Sie jedoch nach - am besten anhand kurzer Notizen zu Ihrer

Entscheidungsfindung -, wie sich eine Entscheidung gemäß Ihrem Gefühl bei der Reiki-Behandlung langfristig auf den Themenkomplex ausgewirkt hätte. Sie bauen dadurch das Vertrauen in die bislang unbekannte Größe Reiki auf, ohne vorerst vom gewohnten Pfad Ihrer Entscheidungen abrücken zu müssen.

Öffnen Sie sich zuerst Ihren Wahrnehmungen und kontrollieren Sie deren Zuverlässigkeit. Dann werden Sie sie ganz automatisch in Ihren Entscheidungsprozeß integrieren und sind damit den anderen um ein „Sinnesorgan“ voraus.

Die Steine im Strom

Sie waren schöpferisch tätig und haben mehrere Energiekörper in Form von Ideen, Plänen oder Wahlmöglichkeiten geschaffen. Danach haben Sie sich für eine oder ein paar wenige Möglichkeiten entschieden, wie im vorherigen Kapitel beschrieben wurde. Noch besteht diese Möglichkeit erst auf dem Papier und - wesentlich vollständiger - in Ihrem Kopf, aber es sind bereits • alle Eigenschaften in diesem Energiekörper angelegt, die bei ihrer Verwirklichung Realität würden: die angenehmen und auch die unangenehmen. Allein die Tatsache, daß die Idee noch nicht realisiert wurde, unterscheidet den jetzigen Zustand von einer möglichen Wirklichkeit.

Das hindert Sie aber nicht daran, mit diesem Energiekörper genauso zu arbeiten, wie wir es an anderen Beispielen schon gesehen haben. Auch ohne Reiki würden Sie nun Ihren Weg, Ihren Plan, Ihre Idee im Kopf analysieren, die Schwachpunkte herausarbeiten und die Vorteile deutlich machen.

Lassen Sie mich anhand des folgenden „Cleanings“ zeigen, daß Reiki keine abgehobene Technik darstellt, sondern sich nahtlos mit anderen Hilfsmitteln kombinieren läßt, die zum gleichen Ziel hinführen wollen. Die angeführte Technik - eine ebenso einfache wie wirksame Kombination aus Psychokybernetik und ganzheitlicher Energiearbeit hat sich vielfach bewährt. Das Ziel ist es hierbei, Ihnen Blockaden bewußt zu machen, die Sie bisher hindern oder noch hindern könnten, Ihr Ziel zu erreichen, Ihre Möglichkeit zu realisieren. Das Ziel ist es, die Steine im Strom beiseite zu räumen.

Nehmen wir an, Sie sind Architekt und haben sich als Entwurf einer neuen Stadthalle für ein recht futuristisches Modell entschieden. In den bisher beschriebenen Entscheidungsphasen ist dieser Entwurf als klarer Sieger hervorgegangen.

Bevor Sie nun beginnen, mit Reiki an der Realisierung des Entwurfs bei Ihren Auftraggebern zu arbeiten, sollten Sie für sich noch einmal prüfen, ob Sie selbst Ihrer Sache sicher sind. Nehmen Sie also bitte ein Blatt Papier und teilen Sie es senkrecht in zwei Spalten. Schreiben Sie in die linke Spalte: „Mein Entwurf Futur II der neuen Stadthalle gewinnt in der Ausschreibung.“ Sicherlich werden Ihnen spontan Gegenargumente einfallen. Schreiben Sie daher in der rechten Spalte: „Stadtrat Müller ist aber besonders konservativ.“ Nun wieder links: „Futur II hat das Rennen gemacht“ und rechts „Andere Entwürfe sind aber billiger.“ Führen Sie das Spiel

solange durch, bis es für Sie keine Gegenargumente mehr gibt, Sie also nicht mehr wissen, was Sie auf die rechte Seite schreiben sollen.

Nun bearbeiten Sie Ihre Liste folgendermaßen: Lesen Sie die linke Seite laut vor, legen Sie Ihre Hand auf die erste Aussage und lassen Sie Reiki hineinströmen. Lesen Sie nun leise das zugehörige Gegenargument auf der rechten Seite und geben Sie ebenso Reiki hinein. Wenn Sie die Aufbaustufe haben, verstärken Sie den Lichtfluß, indem Sie mit der Hand oder dem Kugelschreiber das Kraftsymbol über die jeweilige Aussage malen.

Solange Reiki fließt, spüren Sie in sich, ob und wie sich die Gewichtung der Aussage für Sie ändert. Sollten Ihnen Gegenargumente einfallen, notieren Sie diese. Erst wenn Sie das Gefühl haben, diese Aussage hat keine hemmende Wirkung mehr für Sie, gehen Sie weiter. Dieser Vorgang kann längere Zeit dauern. Wenn Sie das Gefühl haben, das Argument behält ständig seine Bedeutung, sollten Sie prüfen, ob Sie tatsächlich die richtige Entscheidung getroffen haben.

Fahren Sie fort, indem Sie laut die nächste Aussage der linken Seite vorlesen (in unserem Beispiel „Futur II hat das Rennen gemacht.“) und mit der Hand Reiki einfließen lassen.

Ihre Liste ist erfolgreich bearbeitet, wenn Sie in der untersten Zeile links schreiben können „Der Entwurf Futur II wird angenommen.“ und rechts „JAAA!“.

Erst dann sind die Steine im Strom beseitigt und Sie können Ihre gesamte Energie ungehindert in die Verwirklichung lenken.

Noch ein paar Hinweise zur Formulierung Ihrer Aussage. Diese Aussage, auch Affirmation genannt, stellt eine Energie dar, die wortwörtlich und haargenau so existiert, wie Sie sie formuliert haben - und nicht, wie Sie sie eigentlich gedacht hatten! Daher beachten Sie folgendes:

1) Formulieren Sie die Affirmation so, als sei sie bereits eingetroffen. Ihr Ziel ist ja nicht der Wunsch nach dem Ereignis - den hegen sie ja bereits, sonst würden Sie diese Arbeit nicht auf sich nehmen. Ihr Ziel ist das Ereignis selbst. Also: „Der Entwurf ist angenommen.“ anstatt: „Ich möchte, daß der Entwurf angenommen wird.“

2) Das Unterbewußtsein kennt die Worte „nicht“, „ohne“, „kein“ nicht. Beispiel: Bitten Sie einen Freund, kurz die Augen zu schließen und sich unter gar keinen Umständen einen Elefanten vorzustellen. Er wird mit Sicherheit zuerst einen Elefanten sehen. Also: „Der Entwurf ist angenommen.“ anstatt: „Der Entwurf findet keine ernstzunehmende Konkurrenz.“

Das Unterbewußtsein: dein treuer Diener

Oder: Warum ich beim Autofahren am besten Reiki praktiziere.

Sie sind sicher schon in die Situation gekommen, daß Sie am Steuer Ihres Wagens saßen und in eine lebhafte Diskussion mit Ihren Beifahrern verwickelt wurden. Plötzlich wunderten Sie sich, warum Sie so langsam fahren, bis Sie das Schild zur Aufhebung der Geschwindigkeitsbegrenzung sahen. Sie hatten während der Diskussion das Begrenzungsschild nicht bewußt wahrgenommen, aber dennoch die Geschwindigkeit reduziert. Oder Sie kamen in eine Situation, die Ihre Aufmerksamkeit auf den Verkehr richtete und wußten anschließend nicht mehr, in welchem Satz Sie unterbrochen wurden.

Beide Situationen zeigen deutlich, daß bei gewohnten Tätigkeiten wie eben dem Autofahren ein großer Prozentsatz im un(ter)bewußten Bereich quasi automatisiert abläuft. Unser Unterbewußtsein ist ja auch dafür verantwortlich, daß wir nicht zu jeder Sekunde an das Atmen oder den Herzschlag denken müssen, ohne in Lebensgefahr zu kommen.

Den gleichen Mechanismus können Sie sich in beiden Richtungen zunutze machen:

Sie können bei einer alltäglichen Tätigkeit eine ausgiebige Reiki-"Sitzung" einlegen, die neben der „Erleuchtung“ und „Durchleuchtung“ eines Problems gleichzeitig den angenehmen Nebeneffekt körperlicher Entspannung bringt. Sollten Sie von Ihrer alltäglichen Beschäftigung bewußt in Anspruch genommen werden, unterbrechen Sie in diesem Moment die Sitzung und nehmen Sie sie anschließend wieder auf. Also: Reiki beim Bügeln! Oder während einer Bahn-/Flugreise oder im Wartezimmer oder...

Sie können aber auch Ihr Unterbewußtsein darauf programmieren, Reiki zu senden, während Ihr Bewußtsein sich von anderen Dingen vereinnahmen läßt. Dies funktioniert allerdings nur mit der Technik der Aufbaustufe. Sie können also während des* Fernsehens, während einer Tagung und sogar beim Schlafen (nachgewiesen!) Reiki senden. Sie müssen hierzu nur bewußt die Stellvertreter bestimmen, den Kontakt herstellen und dann während der unbewußten Phase dafür sorgen, daß Ihre Hand die/ stellvertretende Position nicht verläßt. Zwar ist das Unterbewußtsein anscheinend nicht in der Lage, ebensoviel Reiki zu kanalisieren, wie wenn Sie dies in einem bewußten Akt tun, aber Sie nutzen die Zeit, in der Sie anderweitig beschäftigt sind, und überdies ist „ein bißchen Reiki besser als gar kein Reiki“, wie

Großmeisterin Hawayo Takata gesagt haben soll.

Energie und Bewußtsein

Dem Menschen als Bindeglied zwischen den geistigen und materiellen Ebenen ist es möglich, alles zu verwirklichen, was er sich vorstellt. Es sind nur unsere Beschränkungen, die uns davon abhalten, Dinge zu tun, die „wundersam“ sind. Jedes „Das geht nicht“, das uns im Laufe unserer Entwicklung und der unserer Vorfahren eingeimpft wurde, blockiert unsere natürlichen Fähigkeiten. Viele geistige Lehrer haben uns gelehrt und vorgemacht, daß es sehr wohl möglich ist, Blinde sehend und 5000 Menschen mit nur fünf Broten und zwei Fischen satt zu machen.

Dies sind nicht die einzigen Beispiele dafür, daß die Fülle aller Möglichkeiten jederzeit für uns bereitgehalten wird und wir nur lernen müssen, zuzugreifen.

Ob Buddha, Jesus oder Anthony Robbins, Joseph Murphy oder Ernst Tepperwein, alle wissen und sagen uns, daß es lediglich eine Frage unseres Bewußtseins ist, ob wir Zugang zu der Fülle erhalten oder nicht. Es ist unwichtig, ob Sie den Achtfachen Pfad des Yoga beschreiten, Zen meditieren oder Tai Chi üben: jede Energietechnik, die ohne Gefahr für Leib und Leben betrieben werden kann, darf dem Übenden nur soviel Energie zur Verfügung stellen, wie für ihn im jeweiligen Entwicklungsstadium förderlich ist. Und der Gradmesser dafür, was dem einzelnen zuträglich ist, ist sein Bewußtseinszustand. Solange eine Energieanwendung Dinge bewirkt, die dem Ausführenden wie ein Wunder erscheinen, hat er noch nicht den Bewußtseinszustand erreicht zu erkennen, daß das, was er gerade bewirkt hat, ganz normal ist und ihn bisher lediglich seine eigene Beschränkung davon abgehalten hat.

Reiki kann laut Paragraph I nichts bewirken, was nicht zum Wohle des Empfängers geschieht. Daher können mit Reiki auch keine Erfahrungen gemacht werden, für die der Reiki-Schüler noch nicht bereit ist. Wenn es vom Anwender entsprechend oft eingesetzt wird, wird Reiki versuchen, den Anwender dahin zu führen, daß er die Gelegenheit erhält, für ihn wichtige Erfahrungen zu machen, um damit die persönliche Entwicklung zu fördern. So gesehen ist Reiki auch ein Einweihungsweg wie Yoga oder ähnliches. Es ist aber immer eine Aufgabe des freien Willens des Menschen, diese Erfahrungen auch geschehen zu lassen, bereit dafür zu sein und die Ergebnisse zu akzeptieren, die möglich sind. Und diese Aufgabe kann Reiki nicht übernehmen, sonst wäre der Sinn der Vertreibung aus dem Paradies verfehlt. Der Mensch muß ja aus eigener Erkenntnis und freien Stücken

den Weg zurück finden und eben nicht durch einen Automatismus wie es die alten Instinkte waren.

Es gibt also sehr wohl die Fälle der Reiki-Freunde, die tagtäglich intensiv Reiki anwenden und dennoch auf ein Wunder warten, anstatt den eigenen Entwicklungsprozeß voranzutreiben. Wenn dann das Leben den Lernprozeß durch unangenehme Situationen beschleunigen möchte, wird wiederum Reiki eingesetzt in dem Glauben, die unangenehmen Situationen werden eini ach wegharmonisiert, und alles ist in Butter. Wenn dann durch die treibende Kraft von Reiki und die mangelnde Lernbereitschaft neue Schicksalsschläge eintreten, heißt es, Reiki hat nicht gewirkt, oder es war nicht genügend Energieübertragung möglich. Hier sitzt der Reiki-Anwender einem Irrtum auf: Reiki ist nicht ein Allround-Equalizer, sondern ein Motor für gesundes, natürliches und harmonisches Wachstum. Wenn ein Grashalm unter einer Asphaltdecke eingeschlossen ist und zum Licht strebt, wird er trotz Druck von oben den Gegendruck erhöhen, wahrscheinlich sogar unter Schmerzen, um den Durchbruch zu erreichen. Reiki erhöht hier auch den Gegendruck, denn die Alternative für den Grashalm ist nur der Tod. Aber halt! Es gibt eine Gewißheit durch den Paragraphen 1: Reiki wird den Druck nur soweit erhöhen, wie es in der jeweiligen Situation dem Empfänger zum Wohle gereicht.

So gibt es also Reiki-Freunde, die viel Erfolg haben bei der Anwendung, und solche mit weniger Erfolg. Es gibt allerdings keine ohne Erfolg! Der Unterschied liegt in dem Grad, wie der Anwender selbst den Erfolg erlaubt, das Wunderbare geschehen läßt, weil er weiß, daß Wunder nichts anderes sind als normale Ereignisse, die außerhalb seines bisherigen Erfahrungsbereichs lagen.

Wenn Sie - wie ich— zu den Menschen gehören, die noch keine Wunder mit Reiki erlebt haben, seien Sie dankbar für das bisher Erhaltene und insoweit getröstet, als Ihnen die Eigenschaft, Reiki-Kanal zu sein, ein Leben lang erhalten bleibt und damit auch die Hilfestellung, wann immer Sie in dem von Ihnen gewünschten Tempo an Ihrer Bewußtheit weiterarbeiten möchten.

Energie und Bewußtsein sind im gleichen Maße verbunden wie Masse und Energie. Dies ist die Erklärung, warum der Glaube dann Berge versetzen kann, wenn er zur Gewißheit geworden ist.

Das Ende einer Täuschung

Jede Enttäuschung ist das Ende einer Täuschung! Wenn Sie von etwas

enttäuscht wurden, hatten Sie bis zu diesem Zeitpunkt eine andere Erwartung als das Resultat, das sich dann letztlich gezeigt hat. Jetzt erkennen Sie die Diskrepanz, und Ihre Täuschung hat aufgehört. Das ist doch etwas Vorteilhaftes! Sie sind ab sofort in diesem Punkt keiner Täuschung mehr erlegen. Es wäre wohl schöner gewesen, wenn alles so gekommen wäre wie erwartet, aber nun haben Sie eine Erfahrung mehr auf dem Konto, und diese gilt es zu nutzen.

Übertragen wir das nun auf Reiki, das Sie - wie in den vorangegangenen Kapiteln beschrieben - in eine Entscheidung, eine Situation oder auch in das Symptom einer Krankheit geschickt haben. Am Ende - also zu dem Zeitpunkt, an dem Sie die Behandlung für beendet erklärt haben -, stand ein Resultat, das Sie nicht erwartet haben und bei einer Einordnung in positiv - negativ eher der enttäuschenden Seite zuzurechnen ist.

Was könnte geschehen sein?

Hier gibt es mehrere Möglichkeiten, die Sie bitte nachfolgend prüfen, um die nächste Entscheidung zu fällen: weitermachen oder neu beginnen?

Lassen Sie mich die möglichen Erklärungen für Ihre Enttäuschung aufzählen und kommentieren:

Das Resultat ist nicht das endgültige, Sie haben bei einem Zwischenergebnis die Anwendung unterbrochen.

Wenn Sie beobachten, wie eine verschmutzte Wunde heilt, wird nach dem Wundverschluß eine Entzündung einsetzen und sich Eiter bilden. Wenn Sie den Augenblick, in dem der Eiter aufbricht, als das Resultat des Heilungsprozesses ansehen, werden Sie der Meinung sein, alles ist schlimmer als vorher. Ebensolche Fälle gibt es auch im psychischen wie in allen anderen Bereichen. Wir hatten im Kurs eine Dame mit verschiedenartigen Ängsten und einem Beziehungsproblem zu ihrer Mutter. Ohne auf diese bekannten Umstände näher einzugehen, machten wir eine Meditation, in der wir in Begleitung der Reiki-Energie in unserem Leben zurückgingen, um verschiedene Situationen zu beleuchten und vielleicht zu transformieren. Plötzlich begann die Dame nach Luft zu ringen und schließlich markerschütternd zu schreien, als würde man sie strangulieren. Nach dem ersten Schreck schickten wir alle - es war ein Aufbaukurs - Reiki, nahmen sie in den Arm, versuchten sanft, sie zu beruhigen und ihr das Gefühl zu geben, nicht allein zu sein. Als die erschreckenden Erlebnisse vor ihrem inneren Auge vorübergezogen waren und sie wieder in der Lage war, zu sprechen, berichtete sie, daß sie ihre eigene

Geburt erlebt hatte, die als Zangengeburt vonstatten ging und jetzt - im Alter von etwa fünfunddreißig Jahren - noch einmal in so qualvoller Weise an ihr vorübergezogen war. Eine Nachfrage nach einigen Wochen ergab, daß sich viele ihrer Ängste, die wohl auf diesem Geburtstrauma beruhten, verflogen waren.

Hätten wir die Behandlung bei den ersten Anzeichen des Unwohlseins unterbrochen, wäre es vielleicht nicht zu diesem dramatischen Wiedererleben gekommen. Aber die Ängste wären dadurch sicherlich auch nicht verschwunden.

Reiki hat in dieser Situation den Druck für die Dame verstärkt, sich noch einmal in die Situation zu begeben. Sie war in ihrem Inneren dazu bereit - vielleicht durch den Umstand, daß sie sich in einer sehr netten, aber doch ziemlich anonymen Gruppe mit Reiki gut aufgehoben fühlte. Also hat Reiki die traumatische Energie dieses Ereignisses in der Form gesteuert, daß die Dame keinen Schaden nahm, dennoch aber im vollen therapeutisch sinnvollen Maße in die Situation einsteigen konnte. Die richtige Reaktion in einer solchen Situation ist daher: weitermachen mit Reiki! Wenn Sie also bei der Prüfung Ihrer Enttäuschung feststellen, daß der Prozeß noch in Gang sein könnte, gilt dasselbe: weitermachen mit Reiki!

Es sind Steine im Strom verblieben, mit denen Sie die Verwirklichung selbst blockiert haben.

In dem benutzten Bild von den Steinen im Strom hängt es von der Größe der Steine ab, ob sie im Wasser fortgeschwemmt werden können oder liegenbleiben. Ebenso hängt es von der Größe einer Energieblockade ab, ob und wie schnell Reiki sie auflösen kann. In jedem Fall sind unsere Gedankenmuster („So etwas gibt es nicht“) und Selbstbeschränkungen („Das kann vielleicht der X schaffen, ich jedoch bin noch lange nicht so weit“) durchaus in der Lage, die Wirkung von Reiki abzuschwächen oder gar zu neutralisieren. Dies ist der Grund, weshalb eine Affirmation auf solche Blockaden geprüft werden sollte, bevor man damit arbeitet.

Das richtige Vorgehen: Prüfen Sie (gegebenenfalls noch einmal), ob Sie alle Steine im Strom gefunden haben, wie dies im zugehörigen Kapitel beschrieben wurde.

Das gewünschte Ergebnis war nicht das aus höchster Sicht beste Ergebnis.

Reiki geht keine Kompromisse ein. So wie das Wasser im Gartenteich nicht auf halber Höhe stehenbleibt, weil es dort ja auch benötigt wird, so unterstützt Reiki die bestmögliche Lösung für den Empfänger und nicht die zweitbeste. Oftmals kann man den Wert eines Ereignisses erst richtig ermessen, wenn eine gewisse Zeitspanne

verstrichen ist. Zwar ist man zuerst enttäuscht, weil das gewünschte Resultat nicht eingetreten ist, aber oftmals wird diese Enttäuschung dann abgelöst von einem tiefen Respekt vor der innewohnenden Weisheit des Universums, die zum tatsächlichen Ergebnis geführt hat.

Sollte jedoch gar nichts geschehen sein, liegt die Vermutung nahe, daß Sie Ihren Wunsch so stark und gezielt unterstützt haben, daß Sie Reiki keine Ausweichmöglichkeit mehr gelassen haben und es sich einfach abgeschaltet hat. Prüfen Sie hier also folgende Punkte:

- Ist das tatsächliche Ergebnis besser als das erwartete?
- War das Ziel Ihrer Reiki-Sendung zu sehr eingeschränkt?
- Hatten Sie die „kosmische Notausgangs-Klausel“ vergessen?

Wenn Sie alle drei Fragen mit Nein beantworten können und dennoch sicher sind, „echtes“ Reiki angewendet zu haben, sollten Sie sich - vielleicht mit Hilfe eines ganzheitlichen Therapeuten - das scheinbar negative Ergebnis sehr genau ansehen, um zu erkennen, was Sie daraus lernen sollen.

In jedem der drei Fälle kann ich nur den Rat geben: lernen Sie aus der Erfahrung, die Sie mit dieser Reiki-Anwendung machen durften, und machen Sie weiter! Vergessen Sie nicht: Reiki lehrt Sie, zurück ins Paradies zu finden, weil es Ihnen die Natur- und kosmischen Gesetze an anschaulichen Beispielen vor Augen führt.

Aus der Praxis



*Das Tao wird auch die große Mutter genannt:
leer und doch unerschöpflich
Bringt es unendliche Welten hervor.
Du kannst es gebrauchen,
wie Du willst.
Tao Te King, Vers 6*

Die Bank und ihr Meister

Zu Beginn des Jahres 1994 lernte ich einen Mann kennen, von dem man schon in den Kursen erzählt hatte, daß er mit Reiki eine Bank vor dem Ruin gerettet und in Rekordzeit in die schwarzen Zahlen geführt hatte. Da meine persönliche Intention auch dahin geht, der Geschäftswelt die Vorteile der Reiki-Anwendung nahezu legen, hatte ich größtes Interesse an dieser Legende und ging ihr nach. So traf ich nach einer längeren Reise den Meister, der sich bereit erklärt hatte, mir unter dem Siegel der Anonymität von seinem Werk zu berichten. Er bestand deshalb auf der Wahrung der Anonymität, weil er sah, daß die Zeit für derartige Entdeckungen noch nicht reif ist, und wußte, daß die Enthüllung „esoterischer Machenschaften“ für ihn das politische und gesellschaftliche Aus bedeuten könnte oder ihn zumindest der Lächerlichkeit preisgeben würde. Dies ist zwar schade, aber ich mußte ihm Recht geben. Nennen wir ihn also Mac (wie den ehemaligen Präsidenten der Weltbank McNamara) und verlegen wir seine Bank ins Bankenparadies Luxemburg, nennen wir sie „Luxemburgische Nationale“. Mac holte mich also am Zug ab und ging zuerst mit mir in ein Restaurant und später in „seine“ Bank, um mir die Geschichte von Bankrott und Wiederaufbau mit Reiki zu erzählen:

"... die Bank ist im Besitz der öffentlichen Hand, und die Spitzen der Bank, also die Aufsichtsratsvorsitzenden, haben sehr wenig Fachwissen. Ich glaube, ich war der erste Bankier, der je an der Spitze der Bank war. Ursprünglich war mein Einsatz für etwa drei Monate gedacht, um einmal nach dem Rechten zu sehen und im Anschluß daran einen anderen Direktor einzusetzen. Für diesen Posten hat sich aber dann niemand interessiert, weil der Ruf der Bank inzwischen sehr gelitten hatte. Auf diese Weise wurde ein Jahr aus meinem dreimonatigen Einsatz.

Die Bank ist ein Staatsinstitut. Hier arbeiten also Beamte, die Vorteile gegenüber den anderen Banken hatten: wenn diese Bank zahlungsunfähig wird, dann muß der Staat zahlen. Da fließt das Geld sozusagen automatisch. Aufgrund dieser Tatsache waren die Angestellten den Konkurrenzwind nicht gewöhnt. Dann kam das Unwetter, der Skandal: es wurden für Hunderte von Millionen Kredite mit für die Bank schlechten Konditionen gewährt, Geschenke verteilt - unkontrolliert -, und in der Organisation ging alles drunter und drüber. Die Führung, die beim Bekanntwerden des Skandals erstarrte, gelähmt war, mußte ersetzt werden. Diese Manager waren beim Personal sehr beliebt, weil sie immer Geschenke verteilt haben. Es war gemütlich, man hatte es nett. Alle waren mit allen per Du ...

Und dann kam der eiserne Besen: zuerst Schimpf und Schande in der Öffentlichkeit, jeden Tag eine Pressemeldung mit neuen negativen Enthüllungen. Die Leute waren verunsichert. Also war ich zu Beginn meiner Tätigkeit mit der Feindschaft eigentlich aller 600 oder 650 Mitarbeiter konfrontiert. Daneben waren die Ansprüche aus Öffentlichkeit, Politik und Kundschaft groß: ich sollte endlich mal Ordnung schaffen!

Das war die Ausgangslage. Und mein Einsatz war überstürzt, gleichsam über Nacht, in einer Bank, die ich nicht kannte. Ich kam von außen und bekam fast einen Schock, als ich feststellen mußte, daß das Instrumentarium, mit dem die Bank arbeitete, etwa zehn Jahre im Hintertreffen, also hoffnungslos veraltet war. Das hat mich an die alte Soldatengeschichte erinnert: Der Offizier fragte den Soldaten: „Was machen Sie, wenn das Feuer von oben, unten und allen Seiten kommt?“ Antwort: „Hut ab zum Gebet!“

Und in dieser hoffnungslosen Lage kam Reiki.

Für mich selbst war die Aufgabe eine Überlebensübung. Außerdem ging es darum, den Leuten zu helfen, mit diesen erschreckenden Veränderungen, diesem sich überstürzenden Umbruch fertig zuwerden, ihre Arbeit zu machen, wieder ein gewisses Mindestmaß an Sicherheit zu gewinnen in dieser Zeit der Verunsicherung und gleichzeitig mit der Presse fertig zu werden, die keinen guten Faden an der Bank ließ, bis ich kam. Zu der Zeit, als ich den Kurs Reiki 2 machte, als ich lernte, Fernreiki zu geben, hatte ich eine Vorstandssitzung zu leiten, die außerordentlich komplizierte Themen hatte, sehr heterogen zusammengesetzt war und in der jede Menge von unvernünftigen Begehrlichkeiten hochkamen. In einem Gedankenaustausch habe ich den Reiki-Lehrer gefragt, was ich da tun kann. Seine Empfehlung war, ich sollte Fernreiki geben, und zwar indem ich mir den Raum, die Zeit und die Personen vorstellte, mich als Stellvertreter für alle betrachtete und dann Reiki mit den entsprechenden Symbolen gab. An Ort und Stelle könne ich Reiki noch verstärken. Diese Empfehlung führte ich durch. Mit Hilfe von Reiki ging es in diesem Gremium zwei Jahre lang gesittet zu - in einem Maße, das nicht zu erwarten gewesen war bei der Ausgangslage. Die Diskussionen verliefen nie hitzig, sondern sehr sachlich. Obwohl das Resultat nicht unbedingt meinen Wünschen entsprach, konnten sich alle Beteiligten nach Beendigung der Sitzungen noch in die Augen sehen, was ich zwar auch formuliert hatte, von dem ich aber noch mehr gehofft hatte, daß Reiki diesen Vorgang verstärkt. Das war sozusagen mein Gesellen-, mein Lehrstück und

eigentlich schon die ganze Geschichte ...

... Im einzelnen: Ich gebe Reiki generell und gezielt, ich gebe es auf Distanz, in der Sitzung, wenn der Aufsichtsrat tagt...

Ich programmiere einfach die Reiki-Kraft. Sagen wir mal, die Sitzung dauert von 10 Uhr bis abends 18 Uhr. Dann schicke ich eben schon in der Nacht vorher für diesen Zeitraum Reiki mit dem Fernsymbol. Ich erwarte lediglich eine konstruktive Auseinandersetzung, also ein positives Gespräch, Problemlösungen zum höchsten Nutzen der Beteiligten. Darunter verstehe ich die Öffentlichkeit, die Kunden, den Aufsichtsrat, die Geschäftsleitung, die Kader und Mitarbeiter. Obwohl jeder seine individuellen Bedürfnisse hat, verbindet eins alle: diese Bank soll noch weiter funktionieren, und zwar gut funktionieren, damit das Vertrauen erhalten bleibt und wir reelle Geschäfte machen. Ich kann am Abend nicht sagen, wir haben das erreicht, aber ich kann sagen, wir haben gut gearbeitet. Wir sind auseinandergegangen in der Überzeugung, daß wir wirklich einen Schritt weiter gekommen sind, daß wir uns verstanden haben und daß es gut weitergeht. Manchmal kommt dann auch eine Rückmeldung aus den Reihen der Kollegen, auch aus anderen Lagern, wenn gesagt wird: „Das war jetzt wieder einmal eine gute Sitzung.“ In dieser Phase war der Vizepräsident mein „Stecken und Stab“. Ich erwähne das, weil er politisch ganz anders denkt als ich. Das ist nicht selbstverständlich und gehört deshalb vielleicht auch zu dem guten Ergebnis."

Meine Frage: „Inwieweit haben Sie Beobachtungen gemacht, daß Reiki im Sinne eines harmonischen, natürlichen Wachstums gewirkt hat?"

Mac: „Es haben sich Leute, die nicht dazu paßten und hinderlich oder schädlich waren, eigentlich fast selbst hinausgearbeitet. Bei einzelnen hat man schon gesagt, wir passen nicht zusammen, machen Sie etwas oder in der Richtung. Aber andere haben sich auf unerklärliche Art unmöglich gemacht, so daß sich die Probleme von allein gelöst haben ...

Ich habe Reiki jetzt etwa gleich lange wie Sie, also seit 1987 89. Schon vorher hatte ich folgendes beobachtet: wenn ein Chef mit einer klaren Linie, mit fundiertem Konzept da ist, auf den man sich verlassen kann und der Vertrauen und Respekt gewinnen kann, dann scheiden die 'Fehlfarben' - so nenne ich die Leute - von selbst aus. Man könnte vielleicht sagen, Reiki hat die Sache beschleunigt."

Meine Frage: „Gab es Einzelheiten, Kleinigkeiten, wo etwas ganz anders gelaufen ist, als es geplant war?"

Mac: „Ja. Wir hatten eigentlich alle immer Angst vor den Medien. Deshalb haben wir stundenlang in Rollenspielen mit 'bösen Journalisten' geübt. Auch diese Medientreffen habe ich mit Reiki beschickt — vorher und gleichzeitig. Irgendwie waren die dann alle so zahm, jedesmal ein Aha-Effekt.“

Meine Frage: „Wie geht das 'gleichzeitig'? Wie machen Sie das während so einer Sitzung?“

Mac: „Gedanklich, rein gedanklich. Wenn Sie jetzt zum Beispiel ein gehässiger Mensch wären, dann sende ich Ihnen in Gedanken das fünfte Symbol. Ich muß Ihnen vielleicht erklärend sagen, daß ich ein sehr bequemer Mensch bin. Es ist also so, daß ich Reiki in Einklang mit dem Höheren Selbst, dem größten gemeinsamen Nutzen sende. Dazu wende ich die Symbole stellvertretend an einem Menschen an. So habe ich das mit meinem Lehrer besprochen. Der Kontakt bleibt bestehen, mindestens bis zum vorgegebenen Termin und solange ich ihn nicht willentlich oder wissentlich abbreche. Das sind meine Gedanken. Willentlich und wissentlich, das ist meine eigene Erfindung. Stellvertretend für die 12 Positionen oder andere, die noch nötig sein könnten, ist all das, was ich mit meinen Händen oder Füßen berühre. Ich habe keine Zeit, die Knie zu berühren und so weiter, das liegt nicht drin. Ich muß mich frei bewegen. Ich kann nicht immer daran denken.“

Ich handele nach dem Motto 'doppelt genäht hält besser': zwischen Weihnachten und Neujahr erhält alles in meinem Umfeld Reiki - die Familie, die Enkelkinder oder auch die Bank oder einzelne Bezugspersonen...

Die Bank betrachte ich als Wesenheit, wie die Erde auch eine ist. Man sieht ja, was passiert, wenn sie sich kratzt irgendwo, und dann gebe ich Reiki mal für das Jahr 1994. Ganz generell lasse ich los. Eben aus Bequemlichkeit. Außerdem gebe ich Reiki, wenn eine Situation im Entstehen begriffen ist und ich denke, hier braucht es Reiki speziell, also im voraus und auf Distanz und natürlich an Ort und Stelle noch einmal.

Zum Beispiel: Ich sitze oben, bin Präsident, also Vorsitzender. Dann gebe ich das Kraftsymbol, nur in Gedanken, mache keine Gesten. Ich denke, daß meine Augen sich bewegen, aber das hat noch niemand kommentiert. Und wenn sich dann irgendeiner wüst verhält, kommt er noch einmal in den Genuß.

Bitte verstehen Sie, ich hatte keine Zeit zur Besinnung. Wenn Sie 18 Stunden am Tag pausenlos arbeiten und auch noch etwas schlafen müssen, dann können Sie keine schönen Gedanken haben, sondern Sie müssen im Grunde genommen

handeln. Ich habe einfach Reiki gegeben - während der U-Bahn-Fahrt und beim Einschlafen oder beim Aufwachen oder beim Rasieren oder eben wenn die Wogen gerade hochgingen. Ich konnte keine hehren Gedanken pflegen ..."

Tief beeindruckt, nachdenklich und glücklich fuhr ich nach Hause. Hier hatte ich einen Menschen erleben dürfen, der ebenso bescheiden wie selbstverständlich „Reiki im Alltag“ praktizierte. Ohne „hehre Gedanken“, aber mit faszinierendem Erfolg. Wenn Sie diesem Mann im Restaurant gegenüber gesessen hätten, hätten Sie nicht geglaubt, daß er seit Jahren das Pensionsalter erreicht und dabei diese Aufgabe in bester gesundheitlicher und nervlicher Verfassung hinter sich gebracht hatte.

Reiki im Beruf

Wie im medizinischen Bereich liegen auch für das Geschäftsleben viele Erfahrungsberichte vor, die die Erfolge der Anwendung im jeweiligen Beruf beschreiben (siehe Bibliographie: Love, Reiki on the Job). Lassen Sie mich anhand der folgenden Beispiele zeigen, wie die Anwendung in speziellen beruflichen Situationen aussehen kann.

Reiki im Verkauf

Kauf und Verkauf von Waren und Dienstleistungen dienen im Idealfall dazu, einen Bedarf des Käufers zu decken und eine adäquate Gegenleistung zu erhalten. Häufig braucht der Käufer den Kaufgegenstand gar nicht wirklich, sondern hegt einen durch Werbung oder andere Einflüsse erzeugten Wunsch nach etwas Unnötigem. In anderen Fällen ist die für den Kauf geforderte oder gegebene Gegenleistung nicht adäquat, also die Ware zu teuer.

Wenn Sie Reiki in ein Geschäft schicken, sei es als Käufer oder als Verkäufer, um zu „guten“ Abschlüssen zu kommen, wird die Lebensenergie dahingehend wirken, daß der für alle Beteiligten bestmögliche Zustand im Sinne des Natürlichen und Harmonischen erreicht wird. Wenn Sie beispielsweise Computer verkaufen, wie ich das auch jahrelang getan habe, werden Sie durch den Einsatz von Reiki erreichen, daß im Verkaufsgespräch dasjenige Modell in den Mittelpunkt gerückt wird, das den Anforderungen des Kunden am nächsten kommt. Seien Sie nicht traurig, wenn es kleiner als das von Ihnen favorisierte Modell ist! Wenn Ihr Kunde sich gut auskennt, wird er sowieso dahin tendieren, wenn nicht, schaffen Sie sich einen zufriedenen Kunden und erreichen langfristig mehr als durch den kurzfristigen Erfolg eines hohen

Abschlusses.

Als es für mich darum ging, meine Apotheke zu verkaufen, hatte ich eine klare Vorstellung, wieviel Geld ich dafür erhalten wollte, um meine Kredite ablösen zu können. Jedoch es kam zu keinem Abschluß, obwohl ich einige Interessenten hatte. Also klärte ich meine Absicht für mich selbst noch einmal in den wesentlichen Punkten: 1) Ich möchte die Apotheke wirklich verkaufen. Anders ausgedrückt: Ich habe keine Angst davor, was danach kommt, auch wenn das noch nicht feststeht. 2) Ich möchte nach dem Verkauf schuldenfrei sein.

Danach setzte ich Reiki ein, indem ich mich selbst und die Verkaufssituation „behandelte“ und darum bat, mir den geeigneten Interessenten und vor allem den richtigen Preis zu „schicken“. Bei einer dieser Behandlungen bildete sich in meinem Inneren ein Preis, der mir absurd erschien, weil er um 40 % (!) unter dem zuerst berechneten lag. Dennoch setzte ich mich hin und rechnete mit allen Geldquellen, die mir zur Verfügung standen, dem Wert meines Wagens, meiner Versicherungen, die ich dann nicht mehr brauchte und so weiter. Und es kam als Minimalpreis genau der Wert heraus, der mir in der Behandlung vorgeschwebt war. Zwei Tage später meldete sich ein Interessent und beim Verkaufsgespräch wenige Wochen später kam der Abschluß zu genau diesem Preis zustande, weil dieser das Maximum war, was der Interessent zu zahlen bereit war. Wir hatten für alle Beteiligten das Beste erreicht.

Welche Wirkungen sind mit Reiki in diesem Zusammenhang noch erzielbar?

Sie werden durch eine Eigenbehandlung vor und während des Gesprächs (Hand am Solarplexus) ruhiger, offener und harmonischer (s. unten unter „Streßmanagement“).

Wenn Sie sich mit den Techniken der Aufbaustufe auf verschiedene Teilbereiche des Verkaufs einstellen, können Sie über das Resonanzprinzip erkennen, wo energetische Problemzonen sind, und sich bereits im Vorfeld darauf einstellen. Dies kann sich auf den Kunden beziehen, auf das Produkt, den richtigen Zeitpunkt oder den Preis. Fühlen Sie selbst!

Planen mit Reiki

Sie selbst wissen besser als ich, welche Faktoren und Einflußgrößen bei der Planung Ihrer Strategien, Produkte und Ziele von Bedeutung sind. Darauf kann ich nicht detailliert eingehen. Dennoch gibt es einige grundsätzliche Vorgänge, für die ich die Auswirkungen von Reiki darstellen möchte.

"Im Anfang war das Wort" (Job. I, 1). Der Beginn eines jeden Planes ist die Idee. Wenn Ihnen diese Ideen vorgegeben werden, ist dies um so besser, aber vielleicht leben Sie davon (zum Beispiel als Architekt, Werbefachmann), Ideen zu haben. Dann kennen Sie sicher auch die Tage, an denen Ihnen einfach nichts einfällt. Kombinieren Sie in einer solchen Situation alle Maßnahmen, die Sie sonst auch ergreifen, mit einer Reiki-Selbstbehandlung. Wenn Sie die Aufbaustufe haben, setzen Sie bevorzugt das Kontaktsymbol ein. Wenn Sie aufgrund von Streß oder Ärger un kreativ sind, besser das Wächtersymbol (bitte immer in Kombination mit dem Kraftsymbol). Gönnen Sie sich die Übung des siebenarmigen Leuchters oder behandeln Sie die Chakren einzeln von unten nach oben. Es seien an diesem Beispiel noch einmal die Auswirkungen der Chakrenbehandlung aufgeführt. Notieren Sie unbedingt die Bilder, die während der Behandlung vor Ihrem inneren Auge vorbeiziehen:

Grundchakra: Ihre Bodenständigkeit wird gefestigt, Sie verstärken die Kraft, die die Basis Ihrer Planung sein wird, das Fundament wird gelegt.

Sakralchakra: Hier liegt Ihre Kreativität, hier ist das Zentrum, das Ihre - auch geistigen - Kinder erzeugt.

Solarplexus: Wut, Aggression stören den Gedankenfluß und werden harmonisiert, während die Kraft „aus Ihrer Mitte“ der Motor Ihrer Planungsaktivitäten sein wird und von daher viel Licht brauchen kann.

Herzchakra: Planen Sie nicht für Ihren Geldbeutel oder Ihr Ansehen, sondern zum Wohle des Kunden. Lassen Sie Produkte mit Herz entstehen, aus denen Ihre Liebe zum Produkt und zum Kunden spricht.

Kehlchakra: Hier wird gesteuert, wie Sie Ihre Pläne kommunizieren, also „an den Mann/die Frau“ bringen werden.

Stirnchakra: Der Sitz der Intuition ist neben dem Sakralchakra der wichtigste Punkt für die Behandlung. Nicht umsonst, sind beide Chakren beim „siebenarmigen Leuchter“ miteinander verbunden. In dieser Position sollten die wichtigsten „Eingebungen“ kommen.

Kronenchakra: „... doch der Segen kommt von oben!“ So wie die Erde die Basis schafft, kann ein Werk nur wertvoll sein, wenn es aus höchster Sicht Anklang findet. Nehmen Sie die göttliche Mithilfe bewußt an und danken Sie auch dafür, wie Sie dies vielleicht unbewußt durch den Einsatz von Reiki bereits tun. Das Kraftsymbol hat ja die Charakteristik „DEIN Wille geschehe“!

Stressmanagement

Stress hat zwei hauptsächliche Ursachen: Gehetztheit oder Angst.

Auch wenn „man“ für Sie die Termine macht, sind Sie doch immer Herr über Ihre eigene Zeit. Regelmäßige Reiki-Anwendung wird Sie also dahin führen, Ihre Zeit besser einteilen zu lernen oder auch den Mut zu haben, einen Termin kurzfristig abzusagen. Welches Mittel auch immer in Ihrer persönlichen Situation das hilfreichste ist, Reiki wird Ihnen helfen, es zu erkennen und dann auch einzusetzen. Es wird Ihnen jedoch nicht aus dem Nichts mehr Zeit schenken, Sie müssen die Veränderungen auch selbst durchführen!

„Angst“ hat im Deutschen den gleichen Wortstamm wie „Enge“. Sie befinden sich also in einer Situation, in der Sie sich in die Enge getrieben fühlen. Ihre Gedanken, Ihre erlernten Verhaltensmuster gaukeln Ihnen eine Situation vor, die lebensbedrohlich erscheint, und bringen Sie „aus Ihrer Mitte“. Ziehen Sie sich für 10 Minuten an einen Ort zurück, wo Sie ungestört sind. Atmen Sie tief durch, um die für Angst typische flache Atmung bewußt abzuschalten. Das Bio-Feedback wird bereits den ersten Schritt in Richtung auf die Befreiung tun. Legen Sie die Hände auf die Körperstellen, wo Sie die Angst deutlich spüren. Vielleicht schnürt sie Ihnen die Kehle zu, vielleicht verkrampft sich der Magen, vielleicht zittern Ihre Knie.

Wenden Sie nun das Indianer-Sprichwort „Sieh der Angst ins Auge, und sie wird lächeln!“ an. Stellen Sie sich vor, wie die Situation, vor der Sie Angst haben, im schlimmsten Fall ausgehen könnte. Unterscheiden Sie bei der Betrachtung der Folgen genau, was unangenehm für Sie (nicht für andere, das kommt später!) werden könnte und was wirklich lebensbedrohlich ist. Denken Sie auch daran, wie das Leben nach dieser Situation weitergeht. Was wird sich ändern, was bleibt? Wenn Sie diese Bestandsaufnahme gemacht haben und die Angst immer noch spüren, machen Sie die Übung „Privat kino“, wie sie im Kapitel „Es gibt viel zu TUN mit Reiki II“ beschrieben ist. Wenn Sie die Symbole der Aufbaustufe nicht kennen, genügt es, die Hände während der Übung dort zu belassen, wo Sie die Angst in Ihrem Körper spüren.

Wenn Sie Reiki fließen lassen, geben Sie sich vollkommen der Macht und Liebe der universellen Energie hin, die alles Leben erzeugt und fördert. Erlauben Sie sich, daß gerade in einer Stress-Situation der Gedanke an diese zuverlässige, aufbauende, liebende Kraft in Ihnen einen tiefen Frieden und ein warmes Gefühl erzeugt. In diesem Moment ist Ihr Stress wie weggeblasen und die Restenergie, die ursprünglich

zerstörerisch wirkte, wird sich zu Ihrem Nutzen verwandeln und Ihnen bei der Bewältigung dieser Situation helfen. Ich habe es viele Male selbst erlebt.

Die große Sitzung

Was für die Einzelentscheidung „Gehaltserhöhung“ galt, die wir im Kapitel „Das Energiefeld einer Entscheidung“ beleuchtet haben, gilt in komplexerem Maße auch für eine Vorstandssitzung oder ähnliche Besprechungsrunden. Im vorangegangenen Kapitel „Die Bank und ihr Meister“ kam ein Anwender zu Wort, dessen beruflicher Alltag zu einem großen Teil aus solchen Sitzungen besteht.

Jede einzelne der dort zu treffenden Entscheidungen hat ein ähnliches Energiefeld wie die Gehaltserhöhung, doch steht nicht immer eine adäquate Zeitspanne zur Verfügung, um erst den Einfluß von Reiki auf den Ebenen der Energie zur Geltung kommen zu lassen und dann in Ruhe eine Entscheidung zu treffen. Hier sind die Absolventen der Oberstufe oder des Meistergrades im entscheidenden Vorteil, weil sie mehr Kapazität und gezieltere Techniken zur Verfügung haben.

In jedem Fall sollte jedoch schon vor jeder Sitzung Energie übertragen werden. Hier genügt es, als Ziel die Teilnehmer der Sitzung und den gesamten Sitzungsverlauf anzugeben. Reiki weiß dann schon, wo es gebraucht wird. Und wenn Sie während dieser Reiki-Sendung als Empfänger nach dem Resonanzprinzip hineinspüren, bei welcher Person oder zu welchem Thema sich der Energiefluß verstärkt, haben Sie bereits eine „Vorahnung“, worauf Sie sich später in der Sitzung gefaßt machen müssen.

Auch während der Sitzung können Sie Ihre Hände als Sensoren für die Energie verwenden. Definieren Sie den Tisch oder die Stuhllehne als stellvertretende Position und als stellvertretenden Kontaktbereich für alle Anwesenden, machen Sie zu Beginn der Sitzung die Symbole darüber, und Sie haben den Verlauf der Sitzung auf diese Art und Weise „in der Hand“.

Es gibt allein für diese spezielle Situation so viele verschiedene Anwendungsmöglichkeiten, daß ich Ihnen nur empfehlen kann, mit Freude und Kreativität zu experimentieren und Erfahrungen zu sammeln. Es lohnt sich!

Reiki on the Job – ein Erfolgskonzept

Aufgrund der Tatsache, daß Menschen im Erwerbsleben die meiste Zeit am Arbeitsplatz verbringen und dort auch mit den meisten Problemen konfrontiert werden, haben wir ein Seminarkonzept entwickelt, das Reiki speziell für die Anwendung im beruflichen Alltag lehrt. Ich habe auch in diesem Buch ganz bewußt viele Anwendungsbeispiele für Reiki aus dem Berufsleben genommen: das Energiefeld einer Entscheidung, Unternehmen als organische Wesen, die Bank und ihr Meister und so weiter.

Jeder, der plant, entscheidet, kommuniziert oder führt, findet eine Vielzahl von Anwendungsmöglichkeiten, um mit Reiki die besseren Resultate zu erzielen.

Die bisher aufgeführten Beispiele geben auch einen Einblick in die Mechanismen, die mit Reiki zum Erfolg im Beruf führen. Im Seminar werden diese Mechanismen vertieft und anhand von Situationen des beruflichen Alltags eingeübt.

Daher ist das Konzept „Reiki on the Job“ primär auf Manager, Führungskräfte und Entscheidungsträger in Wirtschaft, Politik und Verwaltung ausgerichtet. Diese setzen Reiki dann vor allem in den folgenden Bereichen ein: Für sich selbst zur Erhaltung der geistigen und körperlichen Vitalität, Energie und Spannkraft,

in ihrer Eigenschaft als Führungskraft für ihre untergebenen Mitarbeiter und Arbeitsbereiche mit gleichem Ziel, in ihrer Eigenschaft als Entscheidungsträger, um mit den in diesem Buch aufgeführten Werkzeugen im ganzheitlichen Sinne zu planen, zu entscheiden und das Geplante umzusetzen.

Das Seminar ist in zwei Abschnitte untergliedert, die energetisch der Grund- und der Aufbaustufe normaler Reiki-Kurse entsprechen. Der erste Seminarabschnitt - Seminardauer ca. 15 Stunden - befaßt sich mit den Hintergründen und der Theorie von Reiki, hier werden die vier Einstimmungen der Grundstufe vorgenommen und Erfahrungen mit der universellen Lebensenergie gesammelt. Es werden die Anwendungsmöglichkeiten der Grundstufe im beruflichen Alltag vorgestellt und geübt.

Nach einer Praxisphase von drei bis sechs Monaten, in der das Gelernte im Alltag ausgeführt und praktische Erfahrung gesammelt wird, schließt sich der zweite Seminarabschnitt an. Hier werden die Techniken der Aufbau stufe gelehrt, die weiterführende Einstimmung vorgenommen und die theoretischen Hintergründe vertieft besprochen (Resonanzprinzip, Energiefelder und so weiter). Auf der Basis dieses Wissens können nun Anwendungsmöglichkeiten für das Tätigkeitsfeld des

einzelnen Teilnehmers erarbeitet werden, Strategien entwickelt und die Kombination mit anderen Techniken geprüft werden. Auch dieser Abschnitt dauert ca. 15 Stunden. Wird dies von den Teilnehmern gewünscht, ist es möglich, nach den Seminaren eine Erfahrungs-Austausch-Gruppe zu besuchen oder zu bilden, in der die Ergebnisse der eigenen Anwendung besprochen werden, Anregungen und Tips ausgetauscht und anstehende Fragen beantwortet werden.

Weitere Informationen zu Ort und Zeit, Gebühren und Mindest-Teilnehmerzahl können beim Verfasser, beim Verlag oder beim Reiki-Zentrum Allgäu in Kempten erfragt werden.

T.A.S.T.E. mit Reiki I

Mein Reiki-Lehrer pflegt am Ende eines jeden Grundkurses die Teilnehmer daran zu erinnern, daß es die Zeit von 40 Tagen braucht, bis eine neue Verhaltensweise zur Gewohnheit geworden ist. Wenn Sie es sich beispielsweise zur guten Gewohnheit machen wollen, jeden Morgen nach dem Aufstehen die Übungen „Die fünf Tibeter“ zu machen, dann müssen Sie diesen Vorsatz mindestens 40 Tage lang durchhalten. Sollten Sie es an einem Tag vergessen oder keine Zeit haben, müssen Sie wieder von vorn anfangen, die Tage zu zählen. Ebenso ist es, wenn Sie sich die Reiki-Anwendung zur Gewohnheit machen wollen.

Sein Merkwort dafür war TASTE: Tägliche Anwendung sichert täglichen Erfolg. Um Ihnen die tägliche Anwendung zu erleichtern, hier eine Übung, die üblicherweise vor dem Schlafengehen durchgeführt wird, um die psychischen Einwirkungen des Alltags zu kompensieren und für einen harmonischen Schlaf zu sorgen:

Der siebenarmige Leuchter

Der siebenarmige Leuchter ist eine Behandlung, die Sie sich selbst gönnen. Der Name leitet sich von der Tatsache ab, daß die wichtigsten Energiebahnen der sieben Hauptchakren ähnlich angeordnet sind wie die Arme eines Leuchters für sieben Kerzen:

Nehmen Sie sich etwa eine halbe Stunde Zeit, schaffen Sie sich eine Umgebung der Wärme, Ruhe und Geborgenheit und setzen oder legen Sie sich bequem hin. Jede der folgenden Positionen sollte etwa fünf Minuten eingehalten werden. Wenn dafür komponierte Musik zur Verfügung steht (s. Bibliographie „Reiki-Musik“), kann diese als Zeitmesser verwendet werden, ansonsten ist das eigene Gefühl das beste Instrument zur richtigen Dosierung.

In der ersten Position liegen beide Hände auf dem Herzchakra.

In der zweiten Position liegt eine Hand auf oder vor dem Kehlochakra, die andere Hand auf dem Solarplexus. Durch die innere Verbindung der beiden Energiezentren fließt nun die Lichtenergie hauptsächlich zwischen diesen Polen und betreibt eine Harmonisierung und einen Ausgleich eventueller Ungleichgewichte.

Die dritte Position verbindet das Dritte Auge mit dem Harazentrum. Sollten Sie diese Übung im Sitzen machen, empfiehlt es sich, die Hände zu wechseln. So geht die Hand, die zuvor auf der Kehle lag, nun zum Harazentrum und die andere Hand wechselt vom Solarplexus zum Dritten Auge. Da beide Hände gleichartig in die ganzheitliche Energie eingestimmt sind, ist es unerheblich, welche Hand in welcher Position liegt, und es bedeutet eine erhebliche Entlastung, wenn man die obere Hand mit der unteren tauschen kann.

In der vierten Position liegt eine Hand zwischen den Beinen auf dem Wurzelchakra und die andere auf dem Scheitel, dem Kronenchakra.

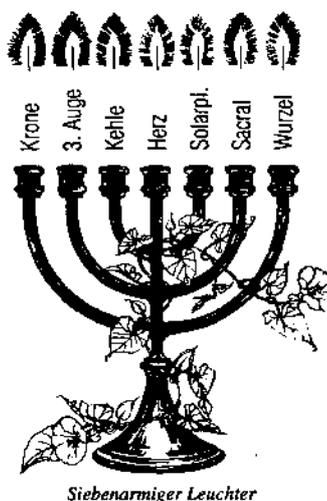
Nun geht die bisherige Reihenfolge im Fünf-Minuten-Takt rückwärts:

Stirn und Sakralchakra

Hals und Magengrube

und zuletzt wieder beide Hände auf dem Herzen.

Ich empfehle diese Übung immer am Abend des ersten Tages meiner Grundkurse, und viele Schüler berichten mir am nächsten Tag, daß sie nur bis zur zweiten oder dritten, manchmal noch bis zur fünften Position gekommen waren. Dann waren sie eingeschlafen. Und dies auch bei Menschen, die mir zuvor im Kurs noch von massiven Schlafstörungen berichtet hatten.



Reiki im Notfall

Nicht immer steht ausreichend Zeit zur Verfügung, eine vollständige Ganzkörperbehandlung durchzuführen, wie sie in leicht variierenden Formen in den Grundkursen gelehrt wird. Gerade in Notfallsituationen hat es sich als hilfreich erwiesen, sich auf die folgenden Positionen zu konzentrieren, denn „ein bißchen Reiki ist besser als gar kein Reiki" (Hawayo Takata):

Position 1: Eine Hand auf der Stirn, die andere im Nacken. Hier werden speziell die im Kopf sitzenden Steuerdrüsen angesprochen, die Zirbeldrüse, die Hypophyse und der Hypothalamus.

Position 2: Eine Hand auf dem Herzen, die andere abwechselnd auf jeder Niere. Reiki auf dem Herzchakra wirkt beruhigend auf der emotionalen Ebene, die Hand auf den Nebennieren normalisiert die Ausschüttung des „Schreck-Hormons" Adrenalin. Die Wirkung hier ist vergleichbar mit der Einnahme von Bach-Blüten-Notfall-Tropfen. Zusätzlich wird durch die Stimulierung der Nebennieren auch die für Heilungsprozesse erforderlichen körpereigenen Cortisone angeregt.

Position 3: Je eine Hand etwa fünf Zentimeter über und unter dem Nabel. Die fernöstliche Medizin kennt den Begriff des sogenannten „Dreifach-Erwärmers", einer Kombination von drei Energie-Punkten, die besonders geeignet zum „Auftanken" sind. Das Solarplexus- und das Sakral-Chakra sind zwei dieser drei Punkte. Neben der Harmonisierung des Schock-Erlebnisses im Sonnengeflecht kann hier also eine gezielte Vitalisierung oder Energetisierung durchgeführt werden. Sind äußerlich sichtbare Verletzungen vorhanden oder klagt der Empfänger der Reiki-Energie über Schmerzen an bestimmten Stellen, legen Sie selbstverständlich auch eine Hand auf diese Stellen.

Natürlich gilt auch in Notfallsituationen das Bild vom Gartenschlauch am Teich, das ich in Kapitel „Die Ebenen der Energie" vorgestellt habe. Aber wir möchten in einer solchen Situation nicht gerne warten, bis das Wasser - also die Reiki-Energie - seinen Weg zum Energiedefizit gefunden hat. Wenn Sie jetzt wissen, welche Positionen einen inneren energetischen Zusammenhang zum Notfall-Geschehen haben, können Sie dieses Wissen nutzen, um schneller zu helfen. Wenn Sie es im Schrecken der Situation vergessen haben, gehen Sie einfach wieder Ihrem Gefühl nach und wenden Sie Reiki an, wo es Ihnen richtig erscheint. Auch wenn dies vielleicht nur der zweitbeste Weg ist, so ist er doch wesentlich hilfreicher als

Nichtstun.

Selbstverständlich werden Sie in einer Notfall-Situation neben der Reiki-Behandlung auch alle anderen Erste-Hilfe-Maßnahmen anwenden, die Sie gelernt haben. Beides ergänzt sich ja ausgezeichnet. Und denken Sie auch daran, sich selbst nach dem überstandenen Schrecken zu behandeln: Meist schlägt die Sache auf den Magen, geht an die Nieren oder es schlottern noch die Knie! Wie sagte Hawayo Takata: „You are the Number One!“ (Du bist die Nummer Eins!)

Es gibt viel zu tun mit Reiki II

Sie haben es sicher bereits während Ihres Kurses zur Aufbaustufe gemerkt: die Möglichkeit, durch die Anwendung Raum und Zeit zu überbrücken, läßt die Vielzahl der Anwendungen von Reiki ins schier Unüberschaubare wachsen. Sie könnten und können dann auch Reiki Tag und Nacht einsetzen. Mein Lehrer Gary Samer drückte es so aus: Nach einiger Zeit „gibst Du nicht mehr Reiki, Du bist Reiki, 24 hours a day. T.U.N.: Tag und Nacht. Dies ist die Fortsetzung von TASTE aus dem vorherigen Kapitel: Es gibt viel zu TUN!

The bliss bomb

Sie haben im vorherigen Kapitel den siebenarmigen Leuchter als Übung kennengelernt, mit der Sie sich eine Wohltat für Ihren Körper schenken. Die folgende Übung ist noch wesentlich einfacher und zielt auf die psychische Ebene. Der Name der Übung stammt wiederum von meinem australischen Lehrer Gary und wird wohl am treffendsten mit Stimmungs-Rakete übersetzt (bliss = Seligkeit, Wonne).

Je mehr Zeit Sie für diese Übung aufbringen können, desto besser, aber zehn Minuten sollten es schon mindestens sein. Legen Sie eine Hand an den Hinterkopf in Höhe des Nackenansatzes und die andere auf die Stirn. Zeichnen Sie vor Ihrem geistigen Auge zuerst das Wächtersymbol und anschließend das Kraftsymbol in die eine und danach in die andere Handfläche. Wiederholen Sie etwa zweimal pro Minute diesen Vorgang der Visualisierung. Beobachten Sie einfach die Wirkung und genießen Sie sie.

Reiki-Notruf- System

Eines von fast alltäglichen Telefonaten: „Ich habe einen Notruf! Frau Elisabeth B. wurde gestern nach einem schweren Unfall in die Klinik Y eingeliefert und hat mehrere Brüche und Prellungen. Bitte schickt für eine Woche Reiki!" Da es kein zuviel an Reiki geben kann und die Energie auch ohne unser Zutun weiß, wie sie .- am wirkungsvollsten ist, erschien es uns wichtig, dafür zu sorgen, ; daß in solchen Fällen schnell und möglichst viel Reiki geschickt werden kann. Daher haben wir in unserem Reiki-Zentrum mit den Schülern der Aufbaustufe ein sternförmiges Telefon-Netz installiert, in dem Notfälle wie der geschilderte sehr schnell alle 35 Teilnehmer erreicht. Wer in seiner Familie oder dem Freundeskreis einen Notfall hat (unsere Definition des Notfalls: es besteht die Gefahr eines Schadens an Leib oder Seele), kann im Zentrum anrufen und die Situation schildern. Dann wird entschieden, ob und

wie lange die Person im Notruf verbleibt. Dann geht die Nachricht an sechs Teilnehmer, die ihrerseits jeweils den nächsten Reiki-Freund benachrichtigen. Hier werden nur Namen und Aufenthaltsorte weitergegeben, um eine eindeutige „Zielansprache“ zu ermöglichen. Alles andere kann der Reiki-Kraft überlassen werden und schützt somit die Privatsphäre des Betroffenen.

Ein Beispiel:

Brief vom 3.12.: „... Bei meinem Freund wurde ein Lymphom festgestellt und er befindet sich seit einigen Tagen im Krankenhaus in Y, Anfang nächster Woche wird mit der Chemotherapie begonnen.... Obwohl der Gesundheitszustand meines Freundes äußerst kritisch ist, konnte ich mit den ständigen Reiki-Behandlungen zumindest erreichen, daß er oft tagelang schmerzfrei ist.“

Der junge Mann wurde am 6.12. in den Notruf aufgenommen, zunächst für eine Woche. Schon bald kam ein erstes Resultat:

Brief vom 17.12.: „... Meinem Freund geht es in der Zwischenzeit schon sehr gut. Die Schmerzen sind weg, auch die Chemotherapie zeigt bis auf das Auftreten von Übelkeit, die aber jedesmal durch die Einnahme von Bach-Blüten-Notfall-Tropfen erfolgreich bekämpft werden kann, keine weiteren Nebenwirkungen. Der physische und psychische Zustand meines Freundes ist so gut, daß ich immer wieder den Eindruck habe, er unterzieht sich im Krankenhaus lediglich einer Erholungskur. Vielleicht wäre es möglich, daß mein Freund im Reiki-Notruf-System noch 1 bis 2 Wochen verbleibt. Derzeit befindet er sich in Z, ab 27.12. wieder im Krankenhaus von Y wo er zwei Wochen behandelt wird...“

Hier hat sich ein Kreis von Reiki-Freunden des Zweiten Grades gefunden, die ehrenamtlich diese Nachrichten weitergeben und dann die betroffenen Mitmenschen in ihre tägliche „Fern-Reiki-Sendung“ aufnehmen. Was haben diese „Reiki-Samariter“ von ihrem Einsatz? Lediglich das Gefühl, täglich ein gutes Werk zu tun, und das zusätzliche angenehme Gefühl, das Reiki bei demjenigen hervorruft, der sich als Kanal zur Verfügung stellt. Sollte es in Ihrer näheren Umgebung nicht auch so einen Notruf-Stern oder -Ring geben?

Mittwoch 9 Uhr, mittags 12 Uhr

Bereits seit den Anfängen deutscher Reiki-Seminare wird in jedem Aufbaukurs eine Vereinbarung weitergegeben, die ein ähnliches Ziel verfolgt wie der Reiki-Notruf: die „Mutter-Erde-Sendung“. Adressat ist hier keine bestimmte Person, sondern der Gesamtorganismus Erde mit all seinen Bewohnern. Die Schüler der Reiki-Alliance-

Tradition kennen diesen Termin als täglich um 12 Uhr mittags, die Schüler der A.I.R.A.-Tradition haben jeden Mittwoch um 9 Uhr MEZ vereinbart. Im ersteren Fall wandert der Reiki-Lichtkreis ständig mit den Ortszeit-Zonen um die Erde, im zweiten Fall wird durch die Konzentration auf einen festen Termin versucht, die Wirkung zu erhöhen. Ob im Ersten oder Zweiten Grad: Sie sollten diesen Termin nicht versäumen! Hier können Sie üben, Reiki-Energie zu spüren und gleichzeitig nach dem Resonanzprinzip erfahren, wo auf dieser Erde am meisten Energie gebraucht wird. Wenn Sie den Ersten Grad absolviert haben, nehmen Sie ein Foto der Erde zur Hand, setzen oder legen Sie sich zur angegebenen Zeit bequem hin, definieren Sie das Foto als stellvertretend für die gesamte „Mutter Erde“ und legen Sie ihre Hände in dem Bewußtsein auf das Foto, gleichzeitig im Reiki-Kreis mit Tausenden anderen Reiki-Freunden Licht für die Erde zu senden. Wenn Sie den Zweiten Grad absolviert haben, wenden Sie nun den Vorgang der Kontaktaufnahme an, wenn Sie den Meistergrad absolviert haben, stimmen Sie die Erde und alle Teilnehmer des Lichtkreises ein. Bei meinem ersten „Lichtkreis“ dieser Art saß ich bei regnerischem Wetter mit geschlossenen Augen auf meinem Lieblingsplatz vor dem Fenster und stellte den Kontakt her. Mit Erstaunen registrierte ich nebenbei, daß wohl die Sonne zwischen die Wolken getreten sein mußte, da mein Gesicht und speziell die Stirn angenehm erwärmt wurde. Nach den vereinbarten fünfzehn Minuten öffnete ich die Augen, und es gab von Sonne keine Spur: ich hatte die Reiki-Energie gespürt, die in verstärktem Maße durch das Dritte Auge ausgetreten war!

Sollten Sie Gelegenheit haben, zum angegebenen Zeitpunkt oder auch bei einem Reiki-Treffen die Mutter-Erde-Sendung durchzuführen, befragen Sie doch die Teilnehmer hinterher nach ihren Gedanken, die während der Sendung auf getreten waren. Wir haben im Reiki-Zentrum die Erfahrung gemacht, daß bei weitem nicht die angeblichen „Krisen-Gebiete“ die meiste Energie benötigen, sondern die häufigsten Themen die Natur betraten. Die Teilnehmer berichteten von „geistigen Ausflügen“ in die Regenwälder, zum Ozonloch oder an Stellen akuter Umweltverschmutzung. Denken Sie ans Resonanzprinzip: wenn Sie der Energie erlauben, frei zu wählen, geht sie dahin, wo sie am dringendsten benötigt wird. Und wenn Sie feinfühlig genug geworden sind, objektiv und ohne Wunschvorstellung der Energie „hinter herzulauschen“, werden Sie erfahren, wohin sie geflossen ist, also wo sie aus höchster Sicht dringend erforderlich ist. Haben auch Sie Einfluß auf die Welt- und Umweltpolitik? Jetzt wissen Sie, wie Sie diesen am besten nutzen können!

Privatkino

Diese Übung ist darauf ausgerichtet, Sie mit unangenehmen Situationen oder Ängsten aus der Vergangenheit, Gegenwart oder Zukunft arbeiten zu lassen. Sie gibt Ihnen die Möglichkeit, sich mit dem Problem auseinanderzusetzen, ohne im sonst üblichen Maße persönlich darin verwickelt zu sein.

Setzen oder legen Sie sich an einen ruhigen Platz, schließen Sie die Augen und legen Sie Ihre Hände auf das Herz. Stellen Sie sich vor, Sie sitzen im Kino, und vor Ihnen auf der Leinwand läuft ein Film ab, in dem Sie sich und die unangenehme Situation sehen können. Nehmen wir an, Sie haben Angst vor Spinnen, und nun sehen Sie sich selbst allein in einem Zimmer mit einer Spinne. Lassen Sie das unangenehme Gefühl sich richtig in Ihrem Körper ausbreiten, spüren Sie genau, welche Reaktionen -Schweißausbruch, trockene Kehle, zitternde Knie - diese Vorstellung in Ihnen hervorruft. Je mehr Sie sich trauen, in diese Vorstellung hineinzugehen, desto größer wird der Erfolg der Übung sein. Wenn Sie sich das nicht allein zutrauen, vertrauen Sie sich einer Reiki-Freundin an, die Ihnen zur Seite sitzt und die Übung mit ihren Händen unterstützt. Wenn Sie das Gefühl haben, Ihre Reaktion auf die Situation hat ihr größtes Ausmaß erreicht, senden Sie von Ihrem imaginären Kino-Platz das Wächtersymbol und das Kraftsymbol in Richtung der Leinwand. Wenn Ihnen das Schwierigkeiten bereitet, genügt auch das Kraftsymbol allein. Machen Sie nun beides: Senden Sie die Symbole und lassen Sie das Gefühl der Situation auf der Leinwand auf Sie wirken. Sie werden sehen, daß die Wirkung langsam nachläßt. Wenn Sie eine Reiki-Anwenderin der Aufbaustufe zur Seite haben, kann diese mit den drei Symbolen zusätzlich eine Lichtbrücke zu Ihrer Kino-Leinwand schlagen. Aber möglichst erst, wenn Sie ganz in Ihrem Gefühl sind und selbst beginnen, die Energieschlüssel zu visualisieren.

Die Geschichte von Reiki



*Wahre Vollkommenheit scheint unvollkommen
und ist doch ganz sie selbst.*

Wahre Geradlinigkeit scheint krumm

Wahre Weisheit scheint albern

Wahre Kunst scheint kunstlos.

Tao Te King, Vers 45

Die Wiederentdeckung

Im 19. Jahrhundert kam in Japan ein Junge mit dem Namen Mikao Usui zur Welt. Von Missionaren erzogen, wurde er Christ und nahm später eine Position von hohem Rang als Direktor einer christlichen Knaben-Schule in Kyoto ein. In seiner Doppelrolle als Geistlicher und Direktor arbeitete Dr. Usui mit seinen Schülern, bis ihn eines Morgens während des Gottesdienstes mehrere seiner älteren Schüler fragten, ob er sprichwörtlich glaube, was in der Bibel steht. Als Dr. Usui dies bejahte, verlangten sie von ihm eine Demonstration seines Glaubens: er solle ein Wunder vollbringen, wie Jesus es getan hatte. Da Dr. Usui das nicht konnte, erklärten sie seinen Glauben für blind und nicht ausreichend, um den ihren zu stärken, denn sie benötigten mehr als blinden Glauben.

Dr. Usui war sehr betroffen, trat von seiner Position zurück und wollte in ein westliches - christliches - Land reisen, um zu lernen, wie Jesus Wunder tat, um dann nach Kyoto zurückzukehren und den Beweis für seinen sprichwörtlichen Glauben zu liefern.

Sein Ziel war Amerika, wo er sich an einer Universität einschrieb, um die christlichen Schriften genauer zu studieren. Sein Interesse richtete sich auf die Wunderheilungen, und als ihm klar wurde, daß er aus seinen Studien nichts über die Heilungen Jesu lernen konnte, wandte er sich den buddhistischen Schriften zu, denn Buddha und seine frühen Anhänger hatten Heilungen des Körpers vorgenommen. Intuitiv wußte er, daß die Antwort in dieser Tradition zu finden sei.

Nach sieben Jahren in Amerika entschloß sich Dr. Usui, nach Kyoto zurückzukehren, wo er die buddhistischen Sutras gründlicher studieren konnte. Im Verlauf seiner Suche traf er einen Zen-Abt, der ihn einlud, in seinem Kloster zu bleiben, solange er seinen Studien nachging. Dr. Usui nahm diese Einladung an und lebte mehrere Jahre bei den Mönchen. Zuerst studierte er die Skripten auf japanisch. Als er nicht fand, was er suchte, lernte er chinesisches und las die Sutras in dieser Sprache. Er kam einer Antwort näher, fand aber immer noch nicht ganz, was er brauchte.

Wieder hatte er Zweifel an der Übersetzung und entschied sich, Sanskrit zu lernen, da der Buddhismus ursprünglich aus Indien kam. Er wurde ein Magister des Sanskrit, und in dieser Sprache fand Dr. Usui schließlich, was er gesucht hatte: er stieß auf Symbole und Sätze, die die Anleitung für Buddhas System der Heilung

durch Handauflegen darstellten! Einfach und klar! Vor 2500 Jahren geschrieben!

Nun mußte er die Teile zusammenfügen, um sie in die Praxis umsetzen zu können. Er beschloß, zu diesem Zweck zu fasten und zu meditieren - in der Hoffnung, eine Vision zu empfangen, die ihm alles erklären würde. Beim Abschied im Kloster gab er die Anweisung, man solle nach seinem Körper suchen, wenn er nicht innerhalb von 22 Tagen zurückgekehrt sei.

Nur mit einer Ziegenlederflasche voll Wasser bestieg er den heiligen Berg Kurayama vor den Toren Kyotos. Er fand eine Kiefer in der Nähe eines Flusses und ließ sich dort nieder, um zu meditieren.

Am frühen Morgen des letzten Tages, als die Nacht kurz vor Anbruch der Dämmerung am dunkelsten war, schaute er zum schwarzen Himmel, wo er ein entferntes Licht sah. Während er es beobachtete, wurde es ganz hell und bewegte sich sehr schnell auf ihn zu. Sein erster Impuls war auszuweichen. Dann dachte er an all die Jahre, die er mit Suchen verbracht hatte, saß bewegungslos und sah mit weitgeöffneten Augen, wie das Licht in seine Stirn eindrang. Er fiel nach hinten und verlor das Bewußtsein.

Als er wieder zu sich kam, stand die Sonne hoch am Himmel - jedoch erinnerte er sich genau an alles, was in der Zwischenzeit passiert war. Als das Licht ihn traf, hatte er wunderschöne Farben wahrgenommen, eine nach der anderen, in allen Tönen des Regenbogens.

Es folgte ein intensives weißes Licht, dann große transparente Blasen vor seinen Augen, die je einen der Schlüssel enthielten, die er in den Sanskrittexten gefunden hatte. Wenn eine Blase in sein Blickfeld kam und stehenblieb, wurden ihm die Anweisungen für die Verwendung des Schlüssels gegeben. Sobald er die Informationen im Gedächtnis hatte, entfernte sich die Blase und eine andere mit einem anderen Schlüssel nahm ihren Platz ein. Auf diese Weise erhielt Dr. Usui die völlige Unterweisung in die Bedeutung der Energieschlüssel. Jetzt hatte er die gesuchten Geheimnisse. Er wußte, daß dies der Zugang zur Universellen Lebensenergie war, die er „Reiki“ nannte, und damit war das Usui-System der medizinischen Behandlung geboren. Dr. Usui war voller Energie und wollte sofort nach Kyoto zurückkehren. Er stand von seiner langen Meditation auf und stieg mit schnellen Schritten den Berg hinunter. Während er vorwärts eilte, stieß er sich schmerzhaft seine Zehe; also probierte er sofort aus, was er gelernt hatte. Als er seine Zehe umfaßte, erfuhr er unmittelbare Heilung und erhielt die erste Bestätigung

für die Wahrheit seiner Vision.

Während er weiter den Berg hinabstieg, bemerkte er, daß er hungrig war, und als er daher zu einem Imbißstand am Straßenrand gelangte, setzte er sich an den Tisch. Die Mahlzeit wurde von der Enkelin eines alten Mannes serviert, die große Schmerzen wegen eines entzündeten Zahnes hatte. Ihr Gesicht war geschwollen, und sie hatte es mit einem Tuch verbunden. Dr. Usui bat um die Erlaubnis, ihre Wange zu berühren. Die Schmerzen hörten sofort auf, und die Schwellung ließ nach, so daß sie und ihr Großvater übereinstimmten, daß dies ein ganz ungewöhnlicher Mönch sei. Dr. Usui setzte seinen Weg nach Kyoto fort, freudig erregt, weil er einen weiteren Hinweis auf die Wahrheit seiner Unterweisung bekommen hatte.

Der Weg des Dr. Usui

Zuerst begab sich Dr. Usui für mehrere Jahre in die Slums von Kyoto, wo er die Bettler heilen wollte. Es wollte die jüngeren unter ihnen ins Kloster schicken, wo die Mönche sie unterrichten würden, damit sie ihren Lebensunterhalt verdienen könnten. Mit der Zeit sah er bekannte Gesichter, wenn er durch das Viertel ging, und auf seine Anfrage erhielt er die Auskunft, daß dies tatsächlich einige der jungen Leute waren, die er geheilt und dann ins Kloster zur Schule geschickt hatte. Sie waren in die Slums zurückgekehrt, weil sie es weitaus schwieriger fanden, sich ihren Lebensunterhalt zu verdienen, als täglich betteln zu gehen. Er fügte Reiki die „Fünf Spirituellen Regeln“ hinzu und beschloß, niemandem mehr Reiki zu geben, der es nicht zu schätzen wußte.

Er begann, von Ort zu Ort durch Japan zu reisen und Reiki zu lehren. Es entstand ein großer Kreis von Schülern um ihn, und Mitte 1920 traf er einen Mann, der sein engagiertester Anhänger wurde, Dr. Chujiro Hayashi. Zu dieser Zeit soll er elf Meister in das System eingeweiht haben.

Reiki in Japan

Nach dem Tode von Dr. Usui wurde Dr. Hayashi Reiki-Großmeister und setzte die Tradition des Lehrens und Heilens in seiner Klinik in Tokyo fort.

Dies war die Klinik, in die im Herbst 1935 eine junge Frau mit dem Namen Hawayo Takata kam, um Erleichterung für ihre zahlreichen Leiden zu finden. Als sie die Behandlungsmethode ; in dieser Klinik kennengelernt hatte, wollte sie auch Reiki lernen, aber eine Bekannte machte ihr keinen Mut. Sie sagte, daß Japan viele Kulturen an die Außenwelt weitergegeben hatte - Kendo, Judo, Karate, die

Teezeremonie, Ikebana - aber nicht Reiki. Es werde sorgsam gehütet und dürfe Japan nicht verlassen. Frau Takata war dennoch entschlossen, einen Weg zu finden. Außergewöhnliche Umstände und hervorragende Fürsprecher ermöglichten es ihr tatsächlich, daß Frau Takata die komplette Ausbildung im Reiki-System durchlaufen durfte. Ihr persönlicher Einsatz in den nächsten Jahren hatte sogar zur Folge, daß sie am 10. Mai 1941 zur Nachfolgerin von Dr. Hayashi ausgewählt wurde. Zu jener Zeit, 1941, gab es nur fünf lebende Lehrerinnen und Lehrer, einschließlich Frau Chie Hayashi.

Westwärts

Frau Takata kehrte in ihre Heimat Honolulu zurück, von wo aus sie die nächsten dreißig Jahre in Hawaii von Insel zu Insel reiste, um Seminare zu halten. Im Herbst 1973 gab sie auf eine Einladung hin ein Seminar für eine große Gruppe auf einer Insel vor der Küste des Staates Washington, und damit fingen sieben arbeitsreiche Jahre an. Sie reiste zur Pazifikküste, in den Mittleren Westen, den Osten, Süden und Südwesten der Vereinigten Staaten und nach Kanada: Lehren war ihr Beruf geworden. Die Gruppen wuchsen an Anzahl und Größe, und es waren offensichtlich zusätzliche Lehrer nötig. Daher begann sie, einige ihrer Schülerinnen und Schüler auszubilden. Als sie im Dezember 1980 im Alter von 80 Jahren die Erde verließ, hatte sie einen Kreis von zweiundzwanzig Reiki-Meistern und -Meisterinnen eingeweiht, jedoch keine offizielle Erklärung über ihre Nachfolge abgegeben.

Die Nachfolge

Zwei Meisterinnen aus dem genannten Kreis traten von da an als Reiki-Großmeisterinnen auf: Phyllis Lei Furomoto, die Enkelin von Frau Takata, und Frau Dr. Barbara Ray.

Phyllis Lei Furomoto ist mit der „Reiki-Allianz“ (The Reiki Alliance) verbunden, einer Gruppe von Meister/innen, die ihre Absicht erklärt haben, in der Tradition des Mikao Usui-Systems des Reiki zu lehren, und sie ziehen Schüler/innen an, die diese Heilkunst gleichzeitig für ihr bewußtes spirituelles Wachstum benutzen.

Frau Dr. Barbara Ray gründete den Amerikanischen Internationalen Reiki-Verband (The American International Reiki Association A.I.R.A.), der ein mehr westliches Bild von Reiki entwarf. Die Ziele der Gruppe umfassen die Errichtung von Normen für Praktizierende und Meister/innen, die Vermittlung eines erweiterten Verständnisses von Reiki und eine Mitgliedschaft, die für alle Reiki-Schüler/innen offen ist. 1991 wurde die Organisation umbenannt in „The Radiance Technique

Association International" (T.R.T.A.I.)» wohl hauptsächlich, um sich von den Meister/innen und Organisationen zu differenzieren, die ein anderes Verständnis von Reiki lehren.

Viele Meister/innen arbeiten unabhängig, ohne einer der beiden Organisationen anzugehören, obwohl die meisten nach einer dieser beiden Traditionen ausgebildet wurden.

Wenn wir in Erinnerung behalten, daß Reiki nur Gutes bewirken kann, daß es nur heilen und Gleichgewicht bringen kann, daß es Universelle Lebensenergie ist, dann können wir verstehen, daß Reiki nicht geteilt ist, sondern einfach nur auf zwei verschiedene Arten daran arbeitet, sich selbst in der Welt zu verwirklichen. Reiki kann die verschiedensten Energieträger als Kanal wählen, und es wird alle diejenigen anziehen, die ihm gegenüber offen sind und Harmonie und Wachstum für sich und andere schaffen wollen. Daher wird Reiki jeden zu dem Lehrer oder der Lehrerin leiten, die für ihn die richtigen sind.

Reiki heute

Leider haben Geschäftssinn und überzogene Selbstdarstellung, fehlende Ausbildungsrichtlinien und andere Faktoren dazu geführt, daß es inzwischen viele Lehrer/innen gibt, die Reiki anbieten, aber nicht lehren. Wohl in der Meinung, Reiki allein könne vielleicht nicht ausreichen, um die zahlreichen - oder raren? - Schüler zufriedenzustellen, werden atlantische, tibetische, Rosenkreuzer- und andere Elemente in die Seminare eingebunden und nicht oder nicht klar genug vom Usui-System der medizinischen Behandlung getrennt. Die Folge ist ein esoterischer Mischmasch, von dem sich offensichtlich ausreichend viele Menschen angezogen fühlen, der aber nicht mehr Reiki heißen darf. Sobald fremde Elemente Einzug in das geschlossene Reiki-System finden, kann keine Garantie mehr dafür übernommen werden, daß die zehn Eigenschaften der Reiki-Energie noch gewährleistet sind.

Ich weise ausdrücklich darauf hin, daß auch andere energetische Systeme die gleichen Wirkungen und den gleichen hohen Wert für die Menschheit darstellen können wie das Reiki-System des Dr. Usui. Dann aber mögen sie bitte auch ihren eigenen Namen verwenden, damit sich nicht noch weitere Organisationen und Lehrer vom Begriff Reiki abkehren, weil andere ihn mißbrauchen, während sie selbst das traditionelle System lehren.

Ausblick

Es ist mein innigster Wunsch, Reiki bei allen Menschen den hohen Stellenwert zukommen zu lassen, den es verdient. Der wichtigste Schritt dahin besteht darin, die starken Verunsicherungen aus der Welt zu schaffen, die durch unterschiedliche, oft gegensätzliche Aussagen über Reiki in der Öffentlichkeit entstehen. Sicherlich hat jeder Reiki-Lehrer seine persönliche Art, sein Bild von Reiki in den Kursen oder bei Informationsveranstaltungen weiterzugeben. Und es liegt in der Natur der Energie, daß Schablonen, Schubladen und Vorschriften hier keine Anwendung finden können. Ich halte es jedoch für dringend erforderlich, eine Minimalanforderung an die Reiki-Kurse der verschiedenen Stufen zu stellen, um den immer zahlreicheren Interessierten die Chance zu geben, sich ein Bild von den Meistern zu machen, bei denen sie einen Kurs besuchen möchten. Die Lehrer der T.R.T.A.I. unterliegen von seiten ihrer Organisation einer solchen Verpflichtung, und ich begrüße die Anstrengungen von Walter Lübeck, der auch für andere Reiki-Lehrer in dieser Richtung weitergedacht hat.

Solange beispielsweise Reiki-Lehrer in ihren Informationsabenden die Meinung (ent)stehen lassen, mit Fernreiki könnten Krankheiten übertragen werden, können solche tiefgreifenden Ausbildungsmängel die Interessenten ja nur davon abhalten, sich auf den Reiki-Weg einzulassen. Und wer eine solche Information einmal erhalten hat, wird sich kaum woanders weitere Informationen einholen, um den gewonnen Eindruck zu korrigieren, und damit nicht durch die Tür gehen, die er für sich schon geöffnet hatte.

Das Bild von Reiki in der Öffentlichkeit sollte ähnlich klar sein wie das von Akupunktur, Yoga, Shiatsu, Homöopathie und anderen Systemen, die anfangs auch mit Skepsis und Unglauben bedacht wurden, jedoch im Laufe der Jahre ihren Stellenwert beweisen konnten. Dann kann jeder aufgrund vollständiger und richtiger Informationen für sich selbst entscheiden, ob er für Reiki offen ist und dies für ihn ein gangbarer Weg ist. Wir leben zwar in einer Welt der Gegensätze oder besser gesagt der Polaritäten. Reiki aber ist die Kraft der Mitte, die diese Gegensätze vereinen kann und hilft, ein Bild von den wunderbaren Abläufen des in dieser Polarität pulsierenden Lebens zu vermitteln. Reiki ist - so gesehen - zwar in dieser Welt aber nicht von dieser Welt. Daher kann es nicht angehen, daß die Auswirkungen dieser Polaritäten Reiki wieder ins Vergessen drängen, wo es doch schon ins Bewußtsein so vieler Menschen getreten ist.

Anhang



*Wenn Du nach anderen blickst,
um erfüllt zu werden,
wirst Du niemals wirklich erfüllt.
Sei erfüllt von dem, was Du hast,
freue Dich an den Dingen, wie sie sind.
Wenn du erkennst, daß nichts fehlt,
gehört Dir die ganze 'Welt.*

Tao Te King, Vers 44

Sicherlich haben Sie, verehrter Leser, viele Themen vermißt, die Sie von einem Reiki-Buch erwartet hätten. So zum Beispiel die Handpositionen, Reiki-Musik zur Behandlung oder „Reiki für ...“ (hier dürfen Sie einsetzen Babys, Drogenabhängigkeit, Lebensmittel, Partnerschaft, Pflanzen, Sexualität, Sterbebegleitung, Tiere). Auch habe ich - obwohl Apotheker - der Behandlung von Krankheiten kein Kapitel gewidmet und bin nicht eingegangen auf „Reiki und ...“ (hier dürfen Sie einsetzen Aromatherapie, Bach-Blüten, Edelsteine, Massagen, Medikamente, Meditationen, Psychotherapie und und und).

Mein Anliegen war es, aus der Vielzahl der Möglichkeiten diejenigen herauszunehmen, die bisher noch wenig Beachtung fanden und ohne seitenlange Erläuterungen die wichtigen dazugehörenden Stichpunkte aufzuzeigen, um Sie, liebe Leser, zu eigenen Erfahrungen anzuregen.

Wenn Sie nun zu bestimmten Themen noch mehr für den Verstand tun möchten, seien Ihnen nachstehend Bücher vorgestellt, die von mir sehr gern gelesen wurden und teilweise auch zur Entstehung dieses Buches beigetragen haben.

Für die entsprechende Atmosphäre beim Lesen, Behandeln oder Meditieren seien noch einige musikalische Kompositionen aufgeführt, die ich schätzen gelernt habe.

Ich wünsche Ihnen vor allen Dingen viel Freude an und mit Reiki, den Mut, neue Wege zu gehen und die Klarheit, das lohnende Ziel Ihres persönlichen Lebensweges sehen zu können.

Bücher zu diesem Buch

Bodo J. Baginski, Shalila Sharamon: „Reiki“, Synthesis Verlag Bodo J. Baginski, Shalila Sharamon: „Das Chakra-Handbuch“,

Windpferd Verlag Marvella Lightfield: „The Radiance Technique and the Animal Kingdom“, Radiance Associates Steven Love: „Reiki on the Job“, Radiance Associates Klries Shah: „Die Sufis“, Diederichs Gelbe Reihe Heien B. Haberly: „Reiki - Hawayo Takatas Story“, Archedigm Publications

Beate Blaszok: „Reiki fürs Leben“, Goldmann, Reihe Ganzheitlich heilen

Hans Endres: „Das spirituelle Menschenbild“ Knauer Lao Tse: „Tao Te King“ detebe Klassiker Paula Horan: „Die Reiki-Kraft“ Windpferd Verlag

Die Bibel'

Weitere Buchempfehlungen

Gary Zukav: „Die tanzenden Wu Li Meister“, ro ro ro Meurois-Givaudan: „Vom Geist der Sonne“, Kailash Ariel Tomioka: „Vom Atem der Liebe getragen“, Ansata

Brigitte Ziegler: „Erfahrungen mit der Reiki-Kraft", Windpferd Daskalos: „Parabeln", Knauer Douglas-Klotz: „Das Vaterunser", Knauer Johann Wolfgang von Goethe: „Faust I und II", Reclam Elisabeth Haich: „Einweihung", Goldmann, Esoterik Brigitte Ziegler/Paula Horan: „Die Kraft aus der Mitte des Herzens", Windpferd

Peter Kelder: „Die Fünf Tibeter", Integral Verlag Bodhigyan G. Ziegler: „Vision der Freude" Goldmann, Esoterik Annie Kirkwood: „Marias Botschaft an die Welt", Ch.Falk Verlag

Musik für Reiki und zum Entspannen

Deuter: „Tao Te King", Bauer

Aeolia: „Angel Love", „Love in the Wind", „Majesty"

Patrick Bernard: „Atlantis Angelis", „Solaris Universalis", „Shamanika"

Sandelan: „Spiritual Journey", „Divine Harmony", „Spiritual Healing" Project Healing: „Music for Reiki" Karunesh: „Beyond body and mind" Merlin's Magic „Reiki", Windpferd Verlag Merlin's Magic „Reiki - Light Touch", Windpferd Verlag

Der Autor

Roland Stenglin, geboren 1958, besuchte das humanistische Gymnasium und stellte dort bereits seine naturwissenschaftliche Neigung unter Beweis durch die Teilnahme am Bundeswettbewerb „Jugend forscht" im Fachbereich Astrophysik. Er studierte Pharmazie an der Friedrich-Wilhelms-Universität in Würzburg.

Von Beruf Apotheker leitet er eine öffentliche Apotheke. Hier bildete er sich auf dem Gebiet der ganzheitlichen Medizin fort, hauptsächlich in der Homöopathie, Bach-Blüten- und Aromatherapie.

Auf dem kaufmännischen Gebiet beschäftigte er sich mit dem Verkauf, Product Management und der Programmierung von Computerprogrammen für Apotheken. Seit Jahren führt er Schulungen für den Einsatz von Computern und den entsprechenden Programmen in Apotheken durch.

In seiner Freizeit widmet sich der alleinerziehende Vater von zwei Söhnen Themen wie Weltreligionen, Meditation und Psychologie, aber auch esoterischen Bereichen wie Astrologie und Tarot.

Er fand 1989 zu Reiki und besuchte die Kurse der Grund- und Aufbaustufe bei Engelbert Maugg (damals Mitglied der A.I.R.A.). Nach zwei Jahren Erfahrungen in der Praxis absolvierte er den Meisterkurs bei Gary Samer, Australien, und Engelbert Maugg. Die weitere einjährige Ausbildung schloß er als Reiki-Lehrer ab und führt

seitdem Reiki-Kurse der Grund- und Aufbaustufe durch. Darüber hinaus bietet er spezielle Kurse für Unternehmer an sowie Vertiefungskurse für Schüler der Aufbaustufe.