



Reiki - Informationen

Reiki ist bestrebt, den physischen Körper und die Seele in Einklang zu bringen.

Reiki (gesprochen Reeki) ist das japanische Wort für "Universelle (rei-) Lebensenergie (ki)" und wird als die Energie bezeichnet, die Grundlage allen Lebens ist. Reiki ist bestrebt, den physischen Körper und die Seele in Einklang zu bringen. Reiki fließt durch einfaches Handauflegen. Durch den Gebenden hindurch, in den Körper des Empfangenden. Reiki ist aber nicht die persönliche Kraft des Gebenden, sondern er dient lediglich als Kanal, durch den die universelle Lebensenergie fließt. Der Gebende kann nicht beeinflussen und wird auch nicht beeinflusst.

Die Reiki-Energie fließt durch jedes Material wie z. B. Kleidung, Gipsverbände oder Bandagen. Reiki ist an keine Glaubensrichtung gebunden und ersetzt nicht den Arzt, Heilpraktiker oder Psychologen. Reiki ist weniger eine Heilungsmethode im medizinischen Sinne, als eine Methode zur Entwicklung der Persönlichkeit auf allen Ebenen. Eine der "Nebenwirkungen" ist dabei, dass sich körperliche Symptome auflösen, wenn der betreffende Mensch aus den ihm zugrunde liegenden psychischen Strukturen herauswächst.

Entstehungsgeschichte des Reiki

Reiki wurde zu Beginn des letzten Jahrhunderts von dem Japaner Dr. Mikao Usui wiederentdeckt und weiterentwickelt. Schon vorher jedoch hatte das Handauflegen eine jahrtausende lange Tradition. Dr. Usui war ein sehr wissensdurstiger, bereister, und in verschiedensten Berufen erfahrener Mann (u.a. als Sekretär eines Ministers und als Geschäftsmann). Der wirtschaftliche Erfolg blieb aus und Mikao Usui widmete sich den spirituellen Lehren. Als Shintomönch wanderte er helfend durch Japan.

Er wurde buddhistischer Mönch und studierte intensiv alte Schriften. 1922 beschloss er nach einer spirituellen Eingebung beim Meditieren auf dem Berg Kuarama, andere mit der Spirituellen Lebenskraft zu behandeln. Außerdem wollte er in anderen Menschen Fähigkeit wecken, ebenfalls die Kraft des Reiki zu übertragen. Reiki kam dann etwa 1980 durch einen seiner Schüler über Hawaii/USA nach Europa.

Wie wirkt Reiki?

Reiki wirkt als innere Heilquelle, die die für körperliche Gesundheit und seelische Ausgeglichenheit sorgt. Reiki fördert den eigenen Entwicklungsprozess, aktiviert die körpereigenen Selbstheilungskräfte und harmonisiert und gleicht das seelische Wohlbefinden aus. Es löst Blockaden und entgiftet den Körper von Schlacken. Dabei gleicht Reiki Energiedifferenzen aus, die sich als Erschöpfung, Verspannung, Stress, Unruhe und Stimmungsschwankung bemerkbar machen.

Reiki wirkt entspannend kann Schmerzen und akute Symptome erleichtern und es wirkt fördernd auf Heilungsprozesse bzw. unterstützt Therapien und medizinische Behandlungen.

Technik des Reiki

Eine Reiki-Behandlung dauert in der Regel zwischen 30 und 90 Minuten. Begonnen wird beim ersten Mal mit einem ausführlichen Vorgespräch. Anschließend legt der Reiki-Empfänger sich bekleidet auf eine Massageliege oder setzt sich auf einen Stuhl. Der Reiki-Gebende verbindet sich mit der auf erlernte Weise mit der Energie und legt seine Hände auf oder etwas über den Körper des Empfängers.

Vom Kopf abwärts werden die wichtigsten Organe, Energiebahnen und Chakren (Energiefelder aus der indischen Heilkunde) Schritt für Schritt behandelt. In den 7 Haupt-Chakren auf der Körpervorderseite zwischen Damm und Scheitel sitzen oft Blockaden, die aufgelöst werden müssen.

Reiki fließt während der Behandlung durch den Gebenden in den Körper des Empfangenden. Dieser nimmt soviel auf, wie er momentan benötigt. Während der Behandlung kann der Betroffene sagen, was er fühlt. Oft sind es Wärme- oder Kältegefühle, manchmal tauchen innere Bilder auf, oder lange unterdrückte Gefühle tauchen auf.

Wie kann Reiki eingesetzt werden ?

Reiki kann bei vielen Beschwerden therapiebegleitend eingesetzt werden, insbesondere bei psychosomatischen Beschwerden. Häufig wird Reiki versucht bei:

- chronischen Schmerzen
- Verdauungsbeschwerden
- Muskelverspannungen
- Nervosität und Angstzuständen
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Emotionalen, Mentalen Problemen
- Stress bedingte Alltags-Problemen
- Schlafstörungen
- Probleme mit dem Entspannen (wie z.B. „Hirnkino“) u.v.m.

Nebenwirkungen

Es sind keine Nebenwirkungen bekannt. Reiki kann auch problemlos mit einer schulmedizinischen Behandlung oder anderen komplementärmedizinischen Methoden kombiniert werden.

Renate Höllmüller

Reiki/Meister Ausbildung (Grad 3) nach Dr. Mikao Usui seit 1995

(Die Behandlung wird mit Bekleidung und im Liegen durchgeführt)