

Brigitte Müller · Horst H. Günther

Reiki

HEILE DICH SELBST

//////////////////// SILBERSCHNUR //////////////////////

Alle Rechte – auch die des auszugsweisen Nachdrucks, der fotomechanischen Wiedergabe, der Übersetzung und der Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen – vorbehalten.

ISBN 10: 3-89845-157-7

ISBN 13: 978-3-89845-157-4

© Verlag „Die Silberschnur“ GmbH

1. - 40. Auflage, Peter Erd Verlag

41. Auflage 2006, Silberschnur Verlag

Titelbild: Sharon Nichols, USA

Zeichnungen: Atelier Duschl, Deutschland

Gestaltung & Satz: XPresentation, Boppard

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag „Die Silberschnur“ · Steinstr. 1 · D-56593 Göllesheim

www.silberschnur.de

E-mail: info@silberschnur.de

Inhalt

Vorwort	11
Einleitung	15

Erster Teil: Reiki. Geschichte und Gegenwart

Was ist <i>Reiki</i> ?	19
Die Legende des Usui-Systems	22
Zur Erinnerung an Mrs. Hawayo Takata	34
Rezepte von Hawayo Takata	39
Wie erhält man die <i>Reiki</i> -Heilkraft?	40
Einweihung/Einstimmung in den 1. Grad	40
Einweihung/Einstimmung in den 2. Grad	41
Der Weg zum <i>Reiki</i> -Meister (Ausbildung und Einweihung zum <i>Reiki</i> -Meister)	43

Zweiter Teil: Reiki. Die Praxis

Hinweise zum Leitfaden für <i>Reiki</i> -Praktizierende	47
Selbstheilung mit <i>Reiki</i>	48
Abbildungen zur <i>Reiki</i> -Selbstbehandlung	50
Kopfpositionen	50
Grundpositionen	59
Sonderpositionen	64
Rückenpositionen	67
Anatomische Skizzen von Mensch, Hund, Katze und Pferd	73
Empfehlungen für die <i>Reiki</i> -Behandlung	79
Allgemeine Empfehlungen	79
Konkretes Vorgehen	82
Besondere Wahrnehmungen und Reaktionen bei <i>Reiki</i> -Behandlungen	85

Abbildungen zur Reiki-Behandlung	88
Kopfpositionen	89
Grundpositionen	101
Sonderpositionen	106
Rückenpositionen	108
Erste Hilfe mit <i>Reiki</i>	117
<i>Reiki</i> -Kurzbehandlung	120
Chakra-Harmonisierung mit Reiki	121
Abbildungen zur Chakra-Harmonisierung mit Reiki-Selbstbehandlung	124
Abbildungen zur Chakra-Harmonisierung mit Reiki-Fremdbehandlung	127
<i>Reiki</i> -Gruppenbehandlung	130
<i>Reiki</i> -Behandlungen für werdende Mütter und Babys	132
Altenpflege und Sterbebegleitung für Mensch und Tier mit <i>Reiki</i>	134
<i>Reiki</i> -Behandlung von Tieren	140
Abbildungen zur Reiki-Behandlung von Tieren	144
<i>Reiki</i> -Behandlung von Pflanzen, Mineralien und Gegenständen	149
<i>Reiki</i> -Anwendungen für Speisen und Getränke	151
Fern-Behandlung mit <i>Reiki</i> 2. Grad	153
Das universelle Gesetz des Gebens und Empfangens	154
Mit Reiki zum Weltfrieden auf unserer Erde	156
<i>Reiki</i> zur Vitalisierung der Gesundheit (bei Beschwerden von A-Z)	160
<i>Reiki</i> zur Unterstützung anderer Therapieformen sowie alternativer Heilweisen	172
Kirlian-Fotografie und <i>Reiki</i>	174
Mein Weg und meine Erlebnisse mit <i>Reiki</i> (von Brigitte Müller, <i>Reiki</i> -Meisterin/-Lehrerin)	178
Mein Weg und meine Erlebnisse mit <i>Reiki</i> (von Horst H. Günther, <i>Reiki</i> -Meister/-Lehrer)	190

Dritter Teil: Reiki. Authentische Erlebnisberichte

Erlebnisberichte von Seminarteilnehmern	209
Wie hast du <i>Reiki</i> empfunden?	209
Was war dein besonderes Erlebnis?	210
Wie fühlst du dich jetzt (körperlich, geistig, seelisch)?	211
Wie empfindest du deine Hände nach der <i>Reiki</i> -Einweihung?	212
Aussagen über Selbstheilungsreaktionen während des Seminars	213
Was ist <i>Reiki</i> für dich?	215
Erfahrungen aus der <i>Reiki</i> -Praxis	216
Mein Weg zu <i>Reiki</i>	216
Berichte von <i>Reiki</i> -Behandlungen	219
<i>Reiki</i> – ein neues Seinsgefühl	236
Behandlungserlebnisse mit Tieren und Pflanzen, mit Gegenständen und Technik	238
Erfahrungen mit <i>Reiki</i> -2. Grad- und Fernbehandlungen	242
Schlusswort	247

Anhang

Adressen und Informationen	251
Seminare	251
Literatur- und Musikempfehlungen	253
Bücher	253
Musik	255
Visualisations-CDs	255
Ein wichtiger Hinweis bezüglich der <i>Reiki</i> -Einweihungen	256
<i>Reiki</i> in der Rechtsprechung	258

Vorwort

Die Welt braucht *Reiki*

Das derzeitige Leben auf unserem Globus braucht dringend Heilenergie. Zu viele Menschen sind geistig, seelisch und körperlich krank, niedergeschlagen, pessimistisch und destruktiv. Heilenergie brauchen wir für den täglichen Umgang miteinander, für den Umgang mit uns selbst, für den Umgang mit der Natur, für die Politik und Wirtschaft, Erziehung und Bildung, für den Weltfrieden, die entwicklungspolitische Gerechtigkeit und die Bewahrung der Schöpfung für alle nachfolgenden Generationen.

Reiki ist eine solche Heilquelle, eine solch notwendige Liebe, Licht in der Finsternis der Herzen und Institutionen.

Tagtäglich bitten viele Menschen um diese Kraft der Spiritualität, sie senden ihre guten Gedanken und durch Fernheilung *Reiki* für die Politik, für den Weltfrieden, für die Heilung der Natur, für die Erhaltung unserer Erde. Sie registrieren, dass sich schon viel gewandelt hat, dass das Umweltbewusstsein größer wird, dass die Militärblöcke weicher werden, dass Frieden möglich wird – zwar nicht durchweg, sondern mit Rückschlägen, aber die Hoffnung ist nicht abwegig. Und sie schreiben diese Veränderungen großen Ausmaßes nicht zuletzt ihrem Bemühen um Heilenergie zu. Sie verbessern die Chance unseres Zusammenlebens.

In unserem Zeitalter, in dem die Kulturen zu einer Welt zusammenwachsen, gewinnt östliches Denken für den westlichen Menschen immer mehr an Bedeutung. Entsprechend werden auch die Erfahrungen und Weisheiten wieder belebt und neu überdacht, die das Erbe aller Kulturgeschichte sind, die den inneren Kern – die »Esoterik« –

menschlichen Wissens ausmachen. Sie sind eine Antwort auf die exoterisch-äußerliche, sinnlos ausbeutende und wegwerfende »Kultur« unserer Tage.

Reiki ist für östliches und westliches Denken ideal. Es wird in beiden Kulturen praktiziert (so etwa im Heilpraktiker-Beruf mit Homöopathie, Massage etc.), und es wird auch wissenschaftlich zu erforschen versucht.

Diese Offenheit statt okkultur Verborgtheit zeigt sich auch darin, dass *Reiki* mit bekanntem spirituellem und theologischem Wissen zu verbinden ist. Außerdem ist *Reiki* praktisch und einfach zu handhaben und im Alltag ohne allzu viele Übungen und Techniken erfolgreich einzusetzen.

Wie der Name sagt, sind in *Reiki* die universale Energie und die Lebensenergie miteinander vereint. Diese Energie ist allen Völkern schon immer bewusst gewesen, unter vielen verschiedenen Bezeichnungen – übrigens auch der christlichen Mystik und den christlichen Meditationslehren.

Reiki kann je nach Weltanschauung verschieden gedacht werden. Es kann so verschieden gedacht und genutzt werden, wie eben die universale und die Lebensenergie verschieden gedacht und genutzt werden. Entsprechend seiner Entdeckung in Japan beziehungsweise seiner Erwähnung im Sanskrit kann es unpersönlich gedacht werden: als Kraft, als kosmische und vitale Energie, als physikalische, biologische, soziale, mentale und spirituelle Qualität. Wer auf einer dieser Grundlagen Erfahrungen mit *Reiki* machen will, wird entsprechende Ergebnisse haben. Wer zum Beispiel unter geeigneten physikalischen oder biologischen und medizinischen Modellen Experimente mit *Reiki* macht, wird qualitative physikalische oder biologische Ergebnisse bekommen; wer mit *Reiki* zwischenmenschliche Konflikte zu lösen sucht, wird auch darin Erfahrungen und Erfolge registrieren; wer *Reiki* mit Mentaltraining verbindet, wird viel größere Möglichkeiten als ohne *Reiki* feststellen; und wer schließlich in Kategorien der Universalkraft denkt, kann mit *Reiki* theologische, weltanschauliche, anthroposophische und mystische Gedanken verbinden.

In allen diesen Bereichen liegen Erfahrungen mit *Reiki* vor. So etwa experimentiert eine sich entwickelnde energetische Medizin mit der Wirkung von *Reiki* auf die Energielage des Menschen. *Reiki* hat danach nachweislich Einfluss auf das körpereigene Strahlungsfeld; seine Wirkungen zielen insbesondere auf eine Stärkung des Gesundheitsstatus'.

Erfahrungen mit *Reiki* bei kommunikativen Konflikten, überhaupt im Kommunikationsprozess, zeigen, dass in größerer Ruhe, Gelassenheit und Harmonie verhandelt wird.

Die Verbindung von mentalen Methoden mit *Reiki* zeigt grundsätzlich die Möglichkeit zu einer optimalen Persönlichkeitsentwicklung, zur Konzentrationsfähigkeit, zur Einbeziehung des Über/Unterbewusstseins als Helfer und »siebter Sinn«, als Kraftquelle zur optimistischen Lebensgestaltung.

Und schließlich vervollständigt *Reiki* das Wissen um kosmisch-spirituelle Zusammenhänge, um das Spiel der kosmischen Kräfte, es führt manchen Agnostiker und angeblichen Atheisten auf die Frage nach unsichtbaren Kräften, auf die Erfahrung einer Mystik zurück.

Reiki kann aber auch persönlich gedacht werden, es tritt also nicht in Widerspruch zu jüdischen, christlichen, muslimischen oder anderen Denkweisen. Die universale vitale Lebensenergie ist Gott, der Myriaden von Geistwesen schuf und schafft, die IHM dienen – wie auch wir. *Reiki* ist dann der unendliche Kosmos geistiger Helfer bis hin zu Gott, wo *Reiki* seinen Ursprung hat. Und wir Menschen dürfen im Übermaß von *Reiki* Gebrauch machen, *Reiki* überall verwenden, weil dadurch Licht, Liebe und Dank überall hinkommen und die Finsternis vertreiben, die Lieblosigkeit, die Undankbarkeit.

Die Kirchen sollten also die Entwicklung von *Reiki* fördern. Denn sie erhalten dadurch ein Mittel, die christliche Spiritualität mit Leib und Seele erfahrbar zu machen, wie es ja Dr. Usui, ein japanischer christlicher Mönch, gezeigt hat. Und, was in der christlichen Meditationsgeschichte oft vernachlässigt wurde, es werden Wege und Methoden gewiesen, wie Körper, Seele und Geist aus ihren Blockaden herauskommen. Nicht nur das: Wir haben durch *Reiki* die Erfahrung

von Heilung. Der Christ denkt sofort an die vielen Handauflegungen, die Jesus Christus, der größte Helfer aller Zeiten, durchführte. Es ist dringend an der Zeit, Jesus als Heiland zu entdecken.

Dieses Buch zeigt, dass *Reiki* vor allem praktisch ist. Beim kleinsten Anzeichen einer Unpässlichkeit kann ich mir die Hand auflegen und der Krankheit vorbeugen; ich bin so nicht nur eher vor Krankheiten geschützt, sondern ich stärke auch meine Gesundheit. *Reiki* schützt und schafft ein vertrauensvolles Lebensgefühl. Das bedeutet nicht, dass keine Widerstände zu überwinden wären, keine Phasen der Entmutigung, der Niedergeschlagenheit; aber *Reiki* hilft bei dem Bemühen, durch positive Gedanken davon loszukommen – gemäß dem Spruch: Es ist nicht schwierig zu fallen, aber die Qualität eines Menschen zeigt sich in der Art und Weise, wie er wieder aufsteht.

Reiki braucht Zeit. Man muss schon die Geduld aufbringen, sich sich selbst zuzuwenden, um *Reiki* zu bitten, *Reiki* fließen zu lassen und für *Reiki* zu danken. Es ist nicht wie eine Tablette, die man schluckt, um dann im Stress weiterzuarbeiten. Mit *Reiki* kommt man zu Ruhe und Gelassenheit, zu einer neuen Lebenshaltung.

Reiki kann man nicht instrumentalisieren. Ich kann der Kraft nichts diktieren, ich kann ihr nur vertrauen und danken. Auch Enttäuschungen über das Weiterbestehen einer Krankheit, auch über den Tod, können nicht verhindert werden; in solchen Fällen ist aber sichergestellt, dass die Krankheit bestmöglich verläuft, dass der Tod eine Erlösung wird.

Reiki schafft eine positive Grundstimmung, die sich auch anderen durch Ausstrahlung mitteilt. Es schafft Selbstvertrauen und Hilfe in schwierigen Situationen.

Ich freue mich sehr darüber, dass dieses Buch verfasst wurde und dass es mithilft, *Reiki* noch weiter zu verbreiten. Von dieser unendlichen Kraft und Lebenskraft können nie genug Menschen erfahren.

Peter Heitkämper
Professor an der Universität Münster

Chakra-Harmonisierung (Selbstbehandlung)



Abbildung 67: Ausgleich des Sakral-Chakras (2.) mit dem Hals-Chakra (5.).