

# REIKI

REI = Universelle KI = Lebensenergie



*Reiki kann unsere Selbstheilungskräfte aktivieren  
und zu allgemeinem Wohlbefinden verhelfen!*

## **Was ist Reiki?**

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 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. Reiki 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. Dabei kann eine der Wirkungen sein, dass sich körperliche Symptome auflösen oder mindestens abschwächen.

## **Entstehungsgeschichte**

Reiki wurde zu Beginn des letzten Jahrhunderts von dem Japaner Dr. Mikao Usui wiederentdeckt und weiterentwickelt. Schon vorher jedoch hatte das Handauflegen eine jahrtausend 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 Sintomönch wanderte er helfend durch Japan. Er wurde buddhistischer Mönch und studierte intensiv alte Schriften.

Er beschloss 1922 nach einer spirituellen Eingebung beim Meditieren auf dem Berg Kurama, andere mit der Spirituellen Lebenskraft zu behandeln. Außerdem wollte er in anderen Menschen die 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, welche für die körperliche Gesundheit und seelische Ausgeglichenheit sorgt. Für den einen kann es Entspannung, für den anderen mehr Energie und Tatkraft sein. Reiki kann den eigenen Entwicklungsprozess fördern, die körpereigenen Selbstheilungskräfte aktivieren und harmonisieren und das seelische Wohlbefinden ausgleichen. Die Energie fließt dorthin, wo sie am meisten benötigt wird.

Es kann Blockaden lösen. Dabei gleicht Reiki Energiedifferenzen aus, die sich als Erschöpfung, Verspannung, Stress, Unruhe und Stimmungsschwankung bemerkbar machen. Reiki wirkt entspannend, kann Schmerzen und akute Symptome lindern. Es kann fördernd auf Heilungsprozesse wirken bzw. kann Therapien und medizinische Behandlungen unterstützen.

Der Empfänger braucht nicht an Reiki zu glauben. Reiki funktioniert auch bei Bewusstlosen, Tieren und Pflanzen. Die Energie muss nur gebraucht und angenommen werden. Mittels Reiki werden **keine** Diagnosen gestellt.

## Technik des Reiki

Der Reiki-Empfänger legt sich bekleidet auf eine Massageliege oder setzt sich auf einen Stuhl. Der Reiki-Gebende verbindet sich mit der erlernten 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. Reiki fließt während der Behandlung durch den Gebenden in den Körper des Empfangenden. Dieser nimmt soviel auf, wie er momentan benötigt.

## Nebenwirkungen/Vorsichtsmassnahmen

Es sind bisher keine Nebenwirkungen bekannt. Reiki darf auch problemlos mit einer schulmedizinischen Behandlung oder anderen komplementärmedizinischen Methoden kombiniert werden wie oben schon erwähnt wurde.

## Wer kann Reiki anwenden?

Jeder, der die entsprechenden Einweihungen von einem Reikilehrer erhalten hat.

### *Gokai, mögliche geistige Lebensregeln:*

*Ärgere dich nicht*

*Sorge dich nicht*

*Sei dankbar*

*Erfülle deine Pflichten*

*Sei nett zu deinen Mitmenschen (auch zu den Tieren und der Umwelt)*

Als einfache Selbstbehandlungsmethode haben die eingeweihten Personen Reiki jederzeit zur Hand. Schon eine Kurzbehandlung hilft Stress abzubauen und kann neue Kraft für den Rest des Tages geben.



Norbert Leibbach, CH - 4663 Aarburg, 062 791 61 19,

[info@renoki.ch](mailto:info@renoki.ch)

November 2007

[www.renoki.ch](http://www.renoki.ch)