

# Das Authentische Reiki

## Wirkungsweise und Ursprung

**Das authentische Reiki** ist eine uralte Methode zur Aktivierung universaler Lebensenergie. Durch bloßes Handauflegen ist man mit Reiki in der Lage diese Energie auf sich selbst und andere Lebewesen zu übertragen. Universale Lebensenergie wirkt immer harmonisierend, ganzheitlich und ausschließlich zum Wohle des Empfängers. Sie regt die Selbstheilungskräfte an und bringt uns in Kontakt mit uns selbst, unserer Lebensaufgabe und unseren wahren Bedürfnissen. Mit Hilfe von Reiki können wir somit auch Blockaden in unserem Energiesystem auflösen. Sind unsere Energien im Fluss, so kommen wir in unsere Kraft und unsere innere Mitte. Wir können unseren Alltag somit besser bewältigen. Es gibt dabei auch keine unerwünschten Nebenwirkungen. Reiki ist japanisch und setzt sich aus den beiden Silben »Rei« und »Ki« zusammen. »Rei« bedeutet »universal, ganzheitlich« und »Ki« bedeutet »Lebenskraft, universale Energie«.

Jedes Lebewesen kommt mit einer gewissen Menge an Lebensenergie auf die Welt. Diese vermindert sich im Laufe des Lebens und verbraucht sich vorschnell durch negative (Umwelt)-Faktoren, wie zum Beispiel, schlechte Ernährung, Umweltgifte, Umweltbelastungen wie Elektrosmog, Abgase, etc. Durch Reiki kann die verloren gegangene Lebensenergie auf völlig einfache und harmlose Weise wieder zugeführt werden. Reiki kann man sich nicht selbst oder durch das Studieren eines Buches beibringen. Man braucht auch keine besonderen Talente oder Vorkenntnisse um es erfolgreich zu erlernen. Jeder, auch Kinder können erfolgreich an einem Reikiseminar teilnehmen. Zugang zum authentischen Reiki bekommt man, indem man von einem autorisierten Reikilehrer dieses Systems eingestimmt wird. Der erste Grad beinhaltet vier Einstimmungen, manchmal auch Einweihungen genannt. Nach der letzten Einstimmung ist man für immer an diese Energie angeschlossen und sozusagen zum Kanal für universale Lebensenergie geworden.

Das authentische Reiki basiert auf sieben kosmischen Symbolen. Ab dem II. Grad können wir mit Hilfe von drei der sieben Symbole Energie unabhängig von Zeit und Raum ausrichten. Das bedeutet wir können Reikienergie an Menschen senden, die an sich an einem anderen Ort befinden (Fernreiki), oder auch unsere Vergangenheit wie alte Traumata, etc. aufarbeiten. Selbstverständlich kann die Energie auch in die Zukunft geschickt werden. Man kann sich zum Beispiel selber Reiki zum Zeitpunkt einer Prüfung oder eines schwierigen Gespräches senden. Die Möglichkeiten mit dem II. Grad sind traumhaft.

### Die (Wieder)Entdeckung von Reiki

Das was wir heute Reiki nennen ist im Grunde eine sehr alte Methode. Man vermutet, dass ihre Ursprünge in Tibet liegen und schon mehrere tausend Jahre alt sind. Schon die alten Ägypter, die Mayas, die Azteken und andere Völker der alten Zeit hatten Zugang zu universaler Lebensenergie.

### Die Legende von Dr. Mikao Usui dem Wiederentdecker von Reiki

Der Japaner Dr. Mikao Usui lebte Ende des 19. Jahrhunderts als Leiter und Priester der kleinen christlichen Doshisha-Universität in Kyoto und gilt als der Wiederentdecker von Reiki. Er wusste, dass es einmal eine Methode gegeben hatte mit der jeder Zugang zu universaler Lebensenergie bekommen konnte und er widmete sich der Suche nach dieser Methode. Dr. Mikao Usui lernte extra Sanskrit um die Sutren in den Veden zu lesen. Und er wurde dort auch fündig. Er fand Texte die von dieser Methode berichteten. Nur leider war dieses Wissen nur theoretischer Art. Er konnte es nicht anwenden. Nach Anraten des Abtes seines Klosters bestieg er daraufhin den heiligen Berg "Kuriyama" um zu fasten und zu meditieren. Am 21. Tag auf dem Berg hatte Dr. Usui sein Satori (Erleuchtungserlebnis). Ab diesem Zeitpunkt war er ein Kanal für universale Lebensenergie und konnte auch andere Menschen in dieses System einweihen. Es wird berichtet, dass Dr. Usui 20 Reikilehrer ausgebildet hat.

Inzwischen gibt es viele verschiedene Reikirichtungen. Das authentische Reiki ist mit seinen sieben Stufen, die analog zu unseren sieben Hauptenergiezentren den Chakren stehen ein für mich sehr schlüssiges und stimmiges System. Reiki kam ca. in den 80er Jahren des vorigen Jahrhunderts über Hawaii und Amerika nach Europa.

### **Wie ich zu Reiki kam**

Im Sommer 2001 hatte ich eine sehr schwere Hüftoperation. Ein paar Wochen nach der Operation erfuhr ich von einer Bekannten von Reiki. Das was sie mir davon erzählte war sehr beeindruckend. Ich dachte, selbst wenn nur die Hälfte davon wahr wäre, es für meine Genesung bestimmt sehr vorteilhaft wäre und beschloss es auszuprobieren. Im Internet suchte ich nach Reikikursen in meiner Stadt und wurde auch schon bald fündig. Ich wählte einen für mich passenden Kurs aus und meldete mich auch sogleich an. Der Kurs selber übertraf meine kühnsten Erwartungen. Sofort nach der ersten Einstimmung fühlte ich die Energie in meinen eigenen Händen. Ich war fasziniert. Diese Faszination hält bis heute an. Meine Genesung verlief viel schneller als gedacht und übertraf die Prognose der Ärzte bei weitem.

Das authentische Reiki ist kein Wundermittel und man hat dadurch nicht weniger Probleme. Das wäre auch zuviel verlangt. Das authentische Reiki ist vielmehr ein wundervolles und kraftvolles »Werkzeug«, das uns hilft mit unseren Problemen besser umgehen zu können und uns immer, wie ein guter Freund zur Seite steht. Mich hat diese Methode so überzeugt, dass ich schon bald den Wunsch verspürte anderen Menschen das authentische Reiki zu vermitteln und so wurde ich Reikilehrerin. Wenn ich in die Augen meiner Kurs-Teilnehmer/innen blicke und sehe, dass sie genauso staunen und begeistert sind wie ich bei meinem I. Grad-Kurs dann denke ich mit großer Dankbarkeit an meine schnelle Genesung und freue mich sehr Reiki weitergeben zu dürfen. Ich bin sehr froh damals auf Reiki gekommen zu sein und möchte es auch auf gar keinen Fall mehr missen.

## **Das authentische Reiki - eine wertvolle Methode für persönliches und spirituelles Wachstum**

Das authentische Reiki besteht aus 7 Stufen - Grade genannt. Die Grade beruhen analog auf unseren 7 Hauptenergiezentren (Chakren). Bei jedem Grad wird ganz besonders das Chakra des jeweiligen Grades angesprochen. Es werden natürlich auch alle anderen Chakren angesprochen, aber ganz besonders eben das entsprechende Chakra. Die Eigenschaften und Qualitäten des entsprechenden Chakras können so im Laufe der Zeit immer mehr und mehr hervorgerufen und integriert werden.

Das authentische Reiki basiert auf 7 kosmischen Symbolen. Mit diesen Symbolen kann man wunderbar auf verschiedenen Ebenen arbeiten. Sie stellen für mich phantastische Werkzeuge dar, mit denen ich täglich arbeite.

Durch Reiki werden die Selbstheilungskräfte angeregt, die mentale und die psychische und die physische Ebene werden harmonisiert. Wir erlangen dadurch mehr Wohlbefinden und kommen viel besser mit unseren Herausforderungen im Leben klar. Immer besser können wir somit unser Leben meistern und erlangen dadurch letztlich die Meisterschaft über uns selbst.

### **Der I. Grad**

Beim I. Grad bekommt man vier Einstimmungen mit denen man zum Kanal für die universale Energie wird. Unsere Ausstrahlung verdoppelt sich. Durch bloßes Händeauflegen bei sich und bei anderen (Menschen, Tieren, Pflanzen) fließt die Energie. Egal ob bei körperlichen Beschwerden oder bei Seelenkummer, mit Reiki kann man sich und ändern sofort und zu jeder Zeit selbst helfen. Die eigenen Hände hat man immer dabei.

Das Wurzelchakra wird besonders aktiviert. Wir werden dadurch geerdeter. Das Urvertrauen ins Leben und in sich selber wird gestärkt. Werden können noch besser mit beiden Beinen auf der Erde stehen.

## **Der II. Grad**

Beim II. Grad bekommt man eine Einstimmung, die uns mit der Energie des II. Grades verbindet. Auch hier verdoppelt sich unsere Ausstrahlung und die Kapazität mit universaler Energie zu arbeiten. Außerdem lernt man hier gleich drei der insgesamt sieben kosmischen Symbole. Mit Hilfe der Symbole kann man nun die Energie durch Zeit und Raum senden (Fernreiki). Man kann aber nicht nur Menschen die an einem anderen Ort sind mit Fernreiki versorgen, man kann auch Ereignisse und Situationen aus der Vergangenheit und sogar in der Zukunft mit universaler Energie harmonisieren und somit zum Beispiel traumatische Ereignisse aus der Kindheit aufarbeiten. Die Möglichkeiten mit dem II. Grad sind unbegrenzt und bergen ein enormes Potential.

Das Sakralchakra, das Chakra für Sexualität, aber auch für Kreativität und schöpferischem Selbstaussdruck wird gestärkt. Wir können dadurch kreativer werden und unsere Kreativität im Leben in der Realität Ausdruck verleihen.

## **Der III. Grad**

Beim III. Grad bekommt man ebenfalls eine Einstimmung, die uns mit der Energie des III. Grades verbindet. Unsere Ausstrahlung nimmt abermals beträchtlich zu. Beim III. Grad erlernt man ein weiteres sehr kraftvolles Symbol. Außerdem lernt man so genannte Kurzeinstimmungen und eine Lichtdusche. Die Kurzeinstimmungen kann man sich selber geben und damit die eigene Kapazität mit universaler Lichtenergie zu arbeiten dauerhaft erhöhen. Auch kann mit einer Kurzeinstimmung Menschen, die noch einen Reiki-Grad haben für ein paar Tage den Zugang zu universaler Energie ermöglichen. Mit der Lichtdusche kann man sich selber und anderen helfen wenn man sich in einer Negativspirale befindet.

Das Solarplexuschakra unser Sitz für Selbstwert, Selbstachtung und Willenskraft wird bei diesem Grad besonders angesprochen und harmonisiert. Wir können mutiger, durchsetzungsfähiger werden und auch willensstärker werden.

## **Der IV. Grad**

Auch bei diesem Grad bekommt man eine Einstimmung und lernt ein Symbol. Ich habe die Einstimmung in diesen Grad sehr kraftvoll und wunderschön erlebt. Vor Ergriffenheit kamen mir dabei fast die Tränen. Beim IV. Grad lernt man eine Kurzeinstimmung in den III. Grad.

Beim IV. Grad wird unser Herzzentrum, der Sitz unserer absoluten, bedingungslosen Liebe ganz besonders angesprochen und aktiviert. Wir können somit immer mehr wirklich von Herzen lieben und unserer Liebe ohne Bedingungen Ausdruck verleihen. Das Ego wird hier mehr und mehr von der reinen Liebe, die nichts will und nichts erwartet abgelöst. Wir können unsere Liebe auch immer mehr ausdehnen und machen einen großen Schritt in Richtung universale, alles umfassende Liebe.

## **Der V. Grad**

Eine Einstimmung verbindet uns dauerhaft mit der Kapazität des V. Grades. Auch hier bekommt man wieder ein Symbol. Man lernt eine Kurzeinstimmung in den IV. Grad.

Bei V. Grad wird unser Kehlchakra, unser Kommunikationszentrum besonders aktiviert. Unsere Kommunikation wird klarer, authentischer und sicherer. Herz- und Kehlzentrum verbinden sich mehr miteinander, so dass unsere Worte aufrichtig und mit der Schwingung der bedingungslosen Liebe energetisiert werden. Wir werden unsere Worte nicht mehr als Waffe gegen andere benutzen, sondern unser Ausdruck wird wahrhaftiger, ehrlicher und authentischer.

Aber auch alle anderen Eigenschaften die mit der persönlichen Ausdrucksfähigkeit zu tun haben werden verstärkt und authentischer. Dies kann zum Beispiel Ausdruck in der Bewegung, im Tanz sein und auch das was wir schreiben wird vom V. Grad profitieren.

### **Der VI. Grad**

Beim VI. Grad wird speziell das Stirnchakra, das so genannte Dritte-Auge-Zentrum angesprochen und aktiviert. Intuition und Hellsichtigkeit werden gefördert. Manche Menschen fangen an die Aura zu sehen oder bekommen mehr Kontakt zu Naturwesen, Engeln und ihren geistigen Helfern.

### **Der VII. Grad**

Bei VII. Grad wird unser Kronenzentrum, der Sitz unseres All-Eins-Bewusstsein (Eins sein mit allem was IST) aktiviert. Wir fühlen uns eingebettet in den Kosmos. Unser Bewusstsein kann über sich selbst hinaus wachsen.

Keine Kraft, keine Macht im Leben ist so groß und wirkt sich so nachhaltig aus,  
wie eine Erkenntnis, die ein Mensch in seinem Leben verwirklicht.

Alle schöpferischen Kräfte des Daseins stehen ihm dann zur Seite.  
Sie strömen in sein Wesen, in sein Leben, wie das Wasser aus den Höhen in des Tales Gewässer fließt  
befruchtend und erneuernd.

Ein solcher Mensch erlebt eine Befreiung, ein Wachsen ohnegleichen.  
Je mehr sich seine Persönlichkeit entwickelt, umso mehr wächst er über sich hinaus und wird  
von den schweren Fesseln und Banden seiner Begrenzung befreit.

In immer höherem Grade umfasst er alles Lebendige mit Liebe und Verstehen,  
und er wird zu einem reinen, vollen Ton in der Symphonie des Weltalls.

*Ebba Waerland*

Sandra Ruzischka | *Reikilehrerin, Autorin*

Reiki-Kurse, Aurareadings, Schulung helllichtige Wahrnehmung

Dualseelen-/Seelenpartner-Workshops, Bioenergetik

Haidelweg 52 - 81241 München - Tel.: 0 89/89 68 99 91

reikilichtung@email.de, [www.reikilichtung.de](http://www.reikilichtung.de), [www.dualseelenhilfe.de](http://www.dualseelenhilfe.de)

Layout + Bilder © Sandra Ruzischka