



## *Wobei Reiki hilft*

Oliver Klatt, Reiki-Meister und -Lehrer in Berlin, berichtet über seinen Weg zum Reiki und aus seinem tiefen persönlichen Erfahrungswissen über Heilerfolge mit dieser natürlichen Methode

Als ich vor 21 Jahren mit Reiki anfang, war meine Motivation, dass ich eine einfach spirituelle Praxis suchte, die ich regelmäßig für mich anwenden konnte, die weitgehend autodidaktisch erschließbar ist und die in einem größeren Zusammenhang steht, was internationale Verbreitung und Vermittlung durch dazu autorisierte Lehrer betrifft. Interessanterweise ging es durch die tägliche Selbstpraxis meinem Rücken schnell besser, Erkältungen wurden seltener und ich spürte insgesamt mehr Vitalität und Lebensfreude. Ich entwickelte zunehmend einen Sinn für das, was mir wirklich gut tut, und setzte gewonnene Erkenntnisse konsequent und nachhaltig um.

Schon damals habe ich mich gefragt, warum Reiki nicht in Kliniken und Arztpraxen angewandt wird, da es meiner Erfahrung nach selbst starke Schmerzen gut lindern kann, hilft zu entspannen und besser einzuschlafen. Außerdem heilen auch Knochenbrüche mit Reiki sehr viel schneller. Jahre später las ich in einer medizinischen Fachzeitschrift, dass „magnetische Felder“, erzeugt von technischen Geräten, seit Jahrzehnten erfolgreich in der Medizin eingesetzt werden – dies zur beschleunigten Heilung von Knochenbrüchen. Kürzlich wurde nun herausgefunden, dass auch handauflegende Therapeuten magnetische Felder aussenden, die für die Behandlung von Knochenbrüchen als optimal gelten. Kurz gesagt: Handaufleger tun dasselbe wie technische Geräte, die seit Jahrzehnten in der Medizin eingesetzt werden. Und, was mir besonders wichtig ist: Sie übermitteln dabei auch Mitgefühl und menschliche Wärme – etwas, wozu technische Geräte niemals in der Lage sein werden.

Mittlerweile wird Reiki seit vielen Jahren auch an einer renommierten Berliner Klinik, dem Unfallkrankenhaus Berlin, in großem Stil angewandt. Wie schön,

dass dadurch immer mehr Menschen die Möglichkeit erhalten, ihr Leiden durch Empfangen von Lebensenergie zu lindern oder ganz aufzulösen – während Ärzte und Psychologen das Ihrige dazu tun.

### **Weniger Angst, weniger Schmerz, mehr Entspannung**

Wissenschaftliche Studien, die zur Anwendung von Reiki durchgeführt wurden, zeigen bislang vor allem drei Bereiche, in denen eine große Wirksamkeit von Reiki sichtbar wird: Angstreduzierung, Schmerzlinderung und Entspannung. Als Methode des Handauflegens, wobei Lebensenergie übertragen wird, auf andere oder sich selbst, wird das Usui-System des Reiki weltweit angewandt – und trifft auch in Deutschland auf zunehmendes Interesse im Gesundheitssystem. Derzeit bereitet der Berufsverband ProReiki in Kooperation mit einer Münchner Universitätsklinik eine wissenschaftliche Studie vor, bei der Brustkrebspatientinnen mit Reiki begleitet werden sollen. Dabei soll erforscht werden, ob die Chemotherapie für die Patientinnen durch Reiki-Anwendungen insgesamt besser verträglich wird. Viele Reiki-Anwenderinnen haben diese Erfahrung bereits für sich gemacht.

Am Unfallkrankenhaus Berlin ergab eine interne Erhebung, dass 87 Prozent der Schmerzpatienten sagen, dass Reiki ihnen hilft. Ein phänomenaler Wert – ist doch weithin bekannt, dass die Schulmedizin Patienten, die an chronischen Schmerzen leiden, oft wenig bis gar nichts anzubieten hat, was ihre Schmerzen wirklich lindert.

Immer wieder erleben Menschen bei der Anwendung von Reiki verblüffende Erfolge. So heilt beispielsweise eine Wunde in Minutenschnelle, eine Operation wird überflüssig oder Reiki hilft im Notfall, zum Beispiel nach

einem Wespenstich. Ein Reiki-Anwender berichtet: „Ich saß auf der Terrasse und las in einem Buch. Nebenbei aß ich einen Apfel. Plötzlich verspürte ich einen herben Geschmack. Ich spuckte das Apfelstück in meine Hand und sah, dass ich eine Wespe zerbissen hatte. Meine Zunge schwell an, und meine Mandeln wurden dick. Schnell legte ich meine linke Hand an das Kinn und die rechte an den Hals, und gab mir Reiki. Nach etwa 15 Minuten war der Spuk vorbei. Die Schwellungen waren zurückgegangen. Ich hatte nur noch leichte Schluckbeschwerden, die ich mit Eis lindern konnte.“

**Reiki wirkt sanft und ganzheitlich – sogar bei Süchten**

Doch nicht nur die schnelle Wendung zum Guten, sondern auch der allmähliche Heilungsprozess auf allen Ebenen wird durch Reiki möglich. So berichtet eine andere Reiki-Anwenderin, die ihre Suchtproblematik überwinden konnte: „Durch Reiki lernte ich, zu akzeptieren und mir selbst zu verzeihen. Die Probleme begannen sich aufzulösen. Reiki wirkt sanft und ganzheitlich. Heilung ist ein Prozess, der nicht immer unserem Zeitverständnis entspricht. Vertrauen ist angesagt.“ Gerade die Heilung chronischer bzw. schwerer Krankheiten benötigt oft Jahre der Zuwendung und vor allem auch eine Veränderung der Lebensweise.

Neben dem Handauflegen gibt es im Usui-System des Reiki eine zweite wichtige Säule: die sogenannten „Reiki-Lebensregeln“. Dabei handelt es sich um fünf Leitsätze zur geistigen Orientierung, die auch als Prinzipien für ein achtsames Leben gesehen werden können. Sie lauten: „Gerade heute: Ärgere dich nicht. Sorge dich nicht. Sei dankbar. Widme dich deinem Karma. Sei freundlich zu den Lebewesen.“ (Wer mit dem Begriff Karma Schwierigkeiten hat, kann gern Lebensumstände dafür einsetzen.)

**Reiki ist mehr als Handauflegen**

In ihrer Schlichtheit werden die Reiki-Lebensregeln oft unterschätzt. Dabei sprechen sie zentrale Themen

für die spirituelle Entwicklung an – und können so eine gute Hilfe sein, diese im Alltag umzusetzen und zu mehr innerem Frieden zu gelangen. Entsprechend dem Kerngedanken der Psychosomatik, dass es Wechselwirkungen zwischen der Psyche und dem Körper gibt, können solche geistigen Leitsätze nicht bloß auf geistiger, sondern auch auf körperlicher Ebene sehr konkret wirken. Nicht umsonst heißt es ja in bekannten Redewendungen beispielsweise, dass einem „die Zornesröte ins Gesicht steigt“ oder dass einem „etwas auf den Magen schlägt“ – etwas, das wir alle kennen. Solchen körperlichen Reaktionen auf geistige Vorgänge kann unmittelbar mit geistiger Aktivität in die richtige Richtung begegnet werden, zum Beispiel mittels der Reiki-Lebensregeln – was zu mehr innerer Gelassenheit und Ruhe führen kann, vor allem bei Menschen, die sich regelmäßig selbst mit Reiki behandeln und die geistigen Prinzipien so gut es geht leben.

Mikao Usui, der Begründer der Reiki-Methode, wäre in diesem Jahr 150 Jahre alt geworden. Er sah die Reiki-Lebensregeln als „spirituelle Medizin“ und als „geheime Methode, das Glück einzuladen“. Zu seinen Ehren findet am 12. und 13. September 2015 in Berlin ein großes Symposium statt. Alle Menschen, die daran interessiert sind, dass Energieheilung und Handauflegen weiter Einzug in die Medizin halten und meinen, dass die Reiki-Methode einen wichtigen Teil dazu beitragen kann, sind herzlich dazu eingeladen!

Der Autor **Oliver Klatt** ist Reiki-Meister und -Lehrer in Berlin, Herausgeber des Reiki Magazins und Buchautor von „Reiki und Schulmedizin“ sowie „Die Reiki-Systeme der Welt“. Weitere Informationen: [www.einfach-nur-reiki.de](http://www.einfach-nur-reiki.de), E-Mail: [info@seminarzentrum-klatt.de](mailto:info@seminarzentrum-klatt.de), Telefon: 030-85 73 16 46.



**Reiki-Symposium:** Informationen und Anmeldung zum Reiki-Symposium zu Ehren Mikao Usuis am 12./13. September 2015 in Berlin auf: [www.reiki-magazin.de/netzwerk/usui-symposium-berlin.html](http://www.reiki-magazin.de/netzwerk/usui-symposium-berlin.html)

*Gilded Reverie*  
Das Kult-Lenormand

36 Karten mit Goldschnitt  
EAN 42503751-0189-5 • € (D) 16,99

KÖNIGSFURT  
URANIA