



REIKI Behandlungsablauf

Von Andreas Schmandt
(Reiki Lehrer & Jikiden Reiki Lehrer/Shihan)

Einführung

Wenn wir von einer Reiki-Behandlung sprechen, so sprechen wir immer auch von der Betrachtung von Körper, Geist/Seele, der Ganzheit des Menschen. Jedem Lebewesen wird eine Seele gegeben, und jeder der eine Seele besitzt kann laut dem Gründer des Reiki, Mikao Usui, somit auch Reiki ausüben.

Während einer Reiki-Behandlung werden demnach nicht nur bestimmte Körperbereiche „berührt“, sondern der Mensch in seiner Ganzheitlichkeit. Zeit und Raum, wie wir es kennen, spielen dabei keine Rolle. Die Behandlung findet gleichzeitig in der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft statt. Ziel einer Behandlung ist es, zurück in den ursprünglichen Seins-Zustand zu kommen. In diesem ist der Mensch ganz, vollkommen und heil.

Bevor wir jedoch zu einem möglichen Behandlungsablauf kommen, ist die Betrachtung der sog. Reiki-Linie von Bedeutung. Aufgrund der unterschiedlichen Prägungen gibt es unterschiedliche Ansätze und somit Vorgehensweisen bei einer Behandlung.

Von einer Reiki-Linie spricht man in Bezug auf die Herkunft der erlernten Methode. Reiki wird von einem zertifizierten Reiki-Lehrer an den Reiki-Schüler weitergegeben. Dies sollte in einem persönlichen Seminar stattfinden. Durch eine sog. Einstimmung wird der Schüler an die jedem innewohnende beseelte Lebensenergie - Reiki - angebunden. Ein Bewusstwerdungsprozess. Das gesamte Seminar ist eine Einweihung in die Reiki-Lehre.

Der Gründer des Reiki Mikao Usui (1865-1926) lehrte Reiki ab 1922. Er bildete viele Menschen in Reiki aus, aber nur 20 Reiki-Lehrer. Diese waren befugt Reiki weiterzugeben. Seine direkten Nachfolger gruppierten sich in der noch von ihm gegründeten und nach seinem System benannten „*Shin Shin Kaizen Usui Reiki Ryoho Gakka*“ – „Für die Verbesserung für Körper und Geist Usui Seelenenergie Gesellschaft“.

Nur von einem seiner ausgebildeten Lehrer, dem Marinearzt Chujiro Hayashi, weiß man jedoch näheres über sein Wirken als Reiki-Lehrer. Er gründete noch vor Usui-Senseis Tod mit dessen Erlaubnis eine eigene Reiki-Gesellschaft und bildete Reiki-Schüler aus.

Eine seiner ausgebildeten Reiki-Lehrerinnen ist Frau Takata, eine Hawaiianerin mit japanischem Ursprung, die von ihm erfuhr, durch ihn geheilt wurde und dann Reiki selbst erlernen wollte. Dies war Ende der 1930-er Jahre. Frau Takata hat Reiki über Hawaii in die USA gebracht und im Laufe der Jahre maßgeblich verändert und somit geprägt. Über sie fand Reiki in den 1980-ern den Weg nach Europa. Reiki, so wie wir Westler es überwiegend kennen, gründet in ihrer Lehre. Nach Ihrem Tod kam es zu einer Splittung des Reiki durch die von ihr ausgebildeten Reiki-Lehrer. Verschiedene Reiki-Stile entstanden. Mittlerweile existieren fast so viele wie es westliche Reiki-Lehrer gibt. Jeder scheint seinen



eigenen Reiki-Cocktail zu mixen. Eigenes wird eingebracht, der Einsatz von Heilsteinen u.v.m. kommen hinzu. Leider kommt es dadurch oft nicht nur zu einem Qualitätsverfall, sondern die ursprüngliche Einfachheit und Effektivität tritt in den Hintergrund.

Nur wer den Ursprung sowie die Idee und Hintergründe kennen lernt, der versteht und kann von dieser Quelle aus zu eigenen neuen Ufern aufbrechen. Er sollte dies jedoch respektvollerweise umbenennen. Zu viele bieten „Reiki“ an, machen jedoch etwas vollkommen anderes. Es kommt zu Irritationen. Besonders Einsteiger sind diesen ausgeliefert sind. Kritikern des Reiki sind diese Abarten und Umgangsformen des Reiki Wasser auf die Mühlen. Ebenso ehemaligen „Reiki“-Praktizierenden die zurecht nichts davon halten, weil sie ein dogmatisches Meister-Schüler-Gehabe kennenlernen mussten oder sich „Reiki“ nur angelesen oder übers Internet „erworben“ haben.

Neben dem von Frau Takata gelehrt und im Westen am verbreitetsten „Reiki“ entwickelten sich die - leider heute noch - weitgehend abgeschirmte „Usui Reiki Gesellschaft“ und ein anderer japanischer Reiki-Zweig weiter - Jikiden Reiki. Die Reiki-Lehrer Chiyoko Yamaguchi und ihr Sohn Tadao benannten Reiki so, um es vom westlichen unterscheiden zu können. Chiyoko Yamaguchi-Sensei lernte ebenfalls Ende der 1930-er Jahre bei Hayashi Sensei. Sie hat nichts an dem erlernten verändert. Ihr Sohn Tadao Yamaguchi lehrt heute das unveränderte Jikiden Reiki (Jikiden Reiki = „die unveränderte, vom Lehrer direkt an den Schüler weitergegebene Reiki Lehre“).

Das heisst nun nicht, dass das westliche Reiki nicht gut ist, sondern dass es im Ablauf der Behandlung bemerkenswerte Unterschiede gibt.

In der westlichen Betrachtungsweise wird Wert gelegt auf eine systematische Selbst- und Ganzkörperbehandlung. Bei dieser werden von Kopf bis Fuß verschiedene Handpositionen im Abstand von 3-5 Minuten belegt. Zudem werden die Chakren und ihre Wirkungen betrachtet. Japanische Heilsysteme orientieren sich mehr an den Energiebahnen/Meridianen. Im japanischen Reiki arbeitet man gezielt an den Problemzonen und richtet sich nach dem *Byosen* (Erklärung siehe weiter unten).

Die von Usui-Sensei und Hayashi-Sensei ausgehändigten Seminarunterlagen mit Hinweisen zu Handpositionen bei bestimmten Symptomen waren hierbei überwiegend als Richtlinien für Anfänger bestimmt. Fortgeschrittene Reiki-Praktizierende benutzen eine Art energetische Diagnose, das *Byosen*. Diese energetische Diagnose über das Spüren in den Händen ist für den Praktizierenden von Bedeutung und hilft ihm seinen Behandlungsablauf zu steuern. Es hat nichts mit Diagnosen im medizinischen Sinne zu tun. Diese dürfen von Nicht-Ärzten oder -Heilpraktikern nicht gestellt werden.

Das Reiki-spezifische Wort *Byosen* ist zusammengesetzt aus den Silben *Byo* und *Sen*. *Byo* heißt soviel wie „krank, Krankheit, Schadstoffe /Toxine“, *Sen* bedeutet „Ansammlung oder (Lymph-, Blut-) Bahn“. Zusammengesetzt also „Ansammlung von Krankheiten oder Schadstoffen in den Blut-/Körperflüssigkeitsbahnen“. Mit *Byosen* zu arbeiten schärft die Wahrnehmung. Der geübte Praktizierende erkennt, von welchem Körperbereich oder -Teil eine energetische „Negativität“



ausgeht, wie lange er die Hände auf der Position halten soll und wie stark der Bereich „belastet“ ist.

Byosen ist zudem ein Barometer der Heilreaktion des Körpers.

Wichtig: Der Reiki-Praktizierende verspürt die Reaktion des Körpers auf Reiki und der Klient die Reiki-Energie selbst.

Daher kann es zu unterschiedlichen Wahrnehmungen kommen. *Byosen* lagert sich an bestimmten Körperpartien ab. Meist an häufig genutzten Gelenken, im Nierenbereich, an inneren Organen, an den Schultern, der Lymphe und am Kopf. Es gibt fünf sogenannte Heftigkeitsstufen des *Byosen*.

Alles weitere zur Anwendung erfährt man im persönlichen Reiki-Seminar.

Wird die eigene Wahrnehmung während des Behandeln auf das *Byosen* gerichtet, so wird der Geist leer. Reiki wird wirkungsvoller. Ähnlich wie in den heute so boomenden Quanten-Heilmethoden, in denen die Aufmerksamkeit auf die Hand- bzw. Fingerpositionen gelenkt werden soll, um ein inneres Wohlgefühl zu erfahren und den Geist zu leeren - im Moment zu sein. Nichts tun-zu-müssen tut gut. Reiki wirkt einfach.

Behandlungsablauf (japanisch traditionell)

Ich halte mich an die direkten Überlieferungen des Gründers Usui-Sensei sowie Hayashi-Sensei, außerdem an die meiner Reiki-Lehrer Tadao Yamaguchi-Sensei und Frank Arjava Petter-Sensei.

Eine Reiki-Behandlung kann eigenständig oder zu jeglicher Therapie und schulmedizinischer Behandlung begleitend ausgeübt werden.

Voraussetzung ist natürlich der Besuch eines Seminars bei einem zertifizierten und Praxis-erprobten Reiki-Lehrer und eine persönliche Einstimmung.

Ob man sich nun selbst behandeln möchte oder sich liebevoll einem Klienten zuwendet ist beim Behandlungsablauf sowie der Gestaltung des Raums gleich. Geschützt und harmonisch eingerichtet sollte der Raum sein, in dem man sich aufhält. Auf Wunsch können eine leise entspannende Hintergrundmusik laufen und Duft-/Räucherstoffe eingesetzt werden. Niemand sollte währenddessen stören, das Telefon leise oder besser ausgestellt werden. Wenn möglich, sollte eine Liege vorhanden sein, es geht aber auch auf dem Fußboden oder einem Tisch mit einer Decke als Unterlage. Eine Behandlung kann nicht nur im Liegen sondern auch im Stehen oder Sitzen abgehalten werden.

Generell gilt: Lieber fünf Minuten behandeln als gar nicht.

Der Klient macht es sich bequem, der Reiki-Praktizierende achtet ebenfalls auf eine angenehme Position beim Behandeln. Dies ist sehr wichtig, denn ansonsten kann er nach der Behandlung verspannt sein oder die Arme tun weh vom angestrengten hochhalten.



Der Reiki-Praktizierende stimmt sich auf seine Art kurz ein und beginnt ggf. mit *Kenyoku* („Trockenbaden“) um sich zu stärken, energetisch zu reinigen, sich von Situationen, Menschen, Gedanken, Emotionen zu trennen, um ganz und gar hier zu sein. In liebevoller Zuwendung.

Bei speziellen Symptomen werden die Hände auf oder über die entsprechenden Stellen gelegt. Zudem wird die Technik „Behandlung der Ursache einer Krankheit“ angewandt. Aber auch hier kann, wie nachfolgend beschrieben, intuitiv vorgegangen werden, da die Ursache eines Symptoms auch an anderer Stelle liegen kann.

Ansonsten beginnt man meist intuitiv die Hände auf den Kopf aufzulegen. Ist sich der Behandler unsicher, praktiziert er *Reiji-Ho* („Hinweis der Reiki-Energie“ oder „Indikation des Geistes/der Seele“). Diese Technik lehrt der Intuition zu folgen, die jeder als göttliches Geschenk erhalten hat. Diese Technik wird als eine der drei Säulen des Reiki bezeichnet. Hierbei lässt man sich von Reiki führen. Man kann auch den Körper mit den Händen abscannen. Je nachdem wo man ein stärkeres *Byosen* verspürt, kann man direkt behandeln oder sich diese Stelle für später merken. Viele verwechseln das mit „Aura-Ausstreichen“.

Wie im Abschnitt weiter oben schon angesprochen, folgt man nun dem *Byosen*. Man lässt sich führen und legt die Hände solange dorthin wo man eine Rückmeldung des Körpers verspürt, bis diese nachlässt. Das können fünf Minuten sein, das kann aber auch bei starken Problemen eine Stunde sein. Auch hier erhält man die Sicherheit durch den Besuch eines Seminars unter fachkundiger Anleitung und dauerndem praktizieren. Zur Vertiefung dienen neben Selbst-, Fremd- und Fernbehandlung auch die Reiki-Treffen.

Anschließend wandert man intuitiv weiter. Dahin, wo einen die Hände hinführen.

In die Behandlung kann man die unterschiedlichen japanischen Reiki Techniken, z.B. „Nabelheilungstechnik“ (in die eigene Mitte zu finden, Entspannungsbehandlung, Geburtstraumabehandlung), „Entgiftungstechnik“ (zur Linderung der Nebenwirkungen von Medikamenten oder Chemo), „Behandlung der Ursache einer Krankheit“ u.v.m. einbinden und sich von *Reiji-Ho* und *Byosen* führen lassen.

Neben dem Auflegen der Hände können auch das „Heilen mit den Augen“, das „Heilen mit dem Atem“ und verschiedene Klopf- oder Streichtechniken zum Einsatz kommen.

Bei geistig/seelischen, emotionalen Problemen wendet man *Sei Heki Chiryo* inklusive des kraftvollen *Kotodamas* („beseelte Worte“) an. Eine „Technik zur Befreiung von sog. schlechten Gewohnheiten“, auch als Mentalheilung oder Deprogrammierungstechnik bekannt.

Zum Abschluss der Behandlung kann man noch *Ketsueki-Kokan* oder abgekürzt *Kekko* anwenden („Blutaustauschtechnik“ nach Hayashi-Sensei). Dies ist sehr wohltuend für den Klienten und holt ihn sanft zurück. Hierbei soll u.a. der



Abtransport der während der Behandlung gelösten Schadstoffe unterstützt werden.

Diese Technik kann bei Mangel an Zeit für eine ganze Behandlung oder generell bei Stoffwechselerkrankungen alleine eingesetzt werden. Sie dauert etwa 5 Minuten.

Die besten Techniken jedoch sind die, die man nicht braucht. Es sind Werkzeuge, die genutzt werden können. Das Wesentliche ist aber die liebevolle Zuwendung, das „Nichts-wollen“, „Nichts-erwarten“ und „Nichts-ablehnen“. Vertraue auf das Leben.

Eine vorgeschriebene Behandlungsdauer gibt es nicht. In der Regel beläuft sie sich je nach Ausrichtung und Zeit auf 30-90 Minuten.

Am Ende der Behandlung bedankt man sich bei Reiki und dem Klienten für sein Kommen und Vertrauen oder begeht ein eigenes kleines Ritual, was das Ende der Behandlung angibt.

Abschlusswort

Zum Abschluss möchte ich gerne noch etwas über die Reiki-Betrachtungsweise von Hayashi-Sensei berichten, der erklärte wie Reiki funktioniert.

Er sprach davon, dass Reiki den Körper entgiftet. Um dies besser erklären zu können, nutzte er die Analogie zu einem verschmutzten Fluss: Betrachtet man einen Fluss, so sieht er klar und rein aus. Wirbelt man jedoch das Wasser auf, kommt der Schlamm, der sich auf dem Grund abgesetzt hat, nach oben. Das Wasser ist verschmutzt. Die so gelösten Schmutzpartikel werden nun mit dem fließenden Wasser weggeschwemmt. Je mehr man nun aufwirbelt, desto mehr Dreck wird vom fließenden Wasser weggetragen, der Fluss wird sauber und geklärt. Dies geschehe auch bei einer Reiki-Behandlung. Die Schadstoffe des Körpers lösen sich während einer Behandlung und werden durch die Körperflüssigkeiten abtransportiert (Verdauungstrakt, Lymphe, Blut und Schweiß). Die Gesundheit kehrt zurück.

Voraussetzung ist, dass das Wasser fließt - stehende Gewässer vermodern ohne Sauerstoffzufuhr oder Reinigung.