

Der lebende Körper, ob Mensch oder Tier, strahlt Wärme und Energie aus.

Diese, unsere Lebenskraft, hat so viele Bezeichnungen wie es Rassen und Völker auf der Erde gibt. Die amerikanischen Ureinwohner nennen sie Orenda; die Chinesen bezeichnen sie als Chi; die polynesischen Hunas geben ihr den Namen Mana; in Indien wird sie als Prana und im hebräischen als Ruach bezeichnet. Im islamischen heißt sie Baraka und in Japan Ki. In Europa nennt man sie Elan oder Vital.

Reiki ist die unsichtbare, aber spürbare Energie - die uns alle umgibt, und die durch uns hindurch fließt.

Was Energie aber überhaupt ist, merkt man erst wenn sie einem fehlt!

---

Reiki (sprich: Ree-ki) ist ein japanischer Ausdruck für universelle Lebensenergie – Rei bedeutet Universum und Ki bedeutet die Energie des Lebens. Es ließe sich definieren als die feinstoffliche Energie, die der Mensch und jedes andere Lebewesen zum Leben braucht.

Reiki beruht auf unserer natürlichen - uns innewohnenden Fähigkeit - uns selbst harmonisieren zu können. Die innere Ausgeglichenheit hängt von der freien und gleichmäßigen Verteilung dieser Lebensenergie in Körper, Geist und Seele ab. Bauen sich in diesen Bereichen Störungen oder Blockaden auf, sind sowohl Geist und Körper als auch die Seele betroffen. Diese Disharmonien bereiten den Boden für Emotionen wie Angst, Wut, Trauer, Sorgen oder Ähnliches. Sie lassen den Körper sowohl psychisch als auch physisch aus dem Gleichgewicht geraten lassen.

Reiki fließt ständig in und um den Menschen – er nimmt diese feinstoffliche Energie unbewusst auf und gibt sie auch wieder ab. Wenn wir mit Lebensenergie aufgetankt sind und uns mit unserer Umwelt im Einklang befinden, dann fühlen wir uns wohl. Wir sind körperlich, geistig und seelisch im vollkommenen energetischen Rhythmus. Jedoch in manchen Situationen, beispielsweise bei Krankheit oder Stress, verbrauchen wir emotional viel Energie und fühlen uns schlecht. In diesem Fall können wir uns helfen, indem wir uns Energie zuführen oder zuführen lassen.

Eine wissenschaftliche Anerkennung der Reiki-Methode ist nicht gegeben. Sie gehört zu den fernöstlichen alternativen Behandlungsverfahren, deren Wirkung schulmedizinisch nicht bewiesen ist.