

# REIKI RUNDSCHREIBEN



Der Körper ist der Übersetzer der Seele ins Sichtbare!

Christian Morgenstern

**Ausgabe Nr. 35**

**April 2016**

---

Monika Villa, Reiki Meister Lehrerin, St.Gallerstrasse 30  
CH-9325 Roggwil, 0041 (0)71 422 53 83  
villa.monika@sunrise.ch, <http://reiki-villa.ch>

*Liebe Reiki Freunde*

*Zum ersten Mal seit mindestens 30 Jahren war ich eine Woche lang krank, mit einem massiven Schnupfen, Husten, leichtem Fieber und extremen Kopfschmerzen. Es begann, nachdem ich am Vorabend an einer Präsentation über „Energetik trifft Wissenschaft“ meines Kollegen David Bolius teilnahm. Er stellte unter anderem Studien aus aller Welt vor, die mit Reiki gemacht wurden. Am Morgen danach stand ich mit Kopfschmerzen auf und die Nase lief ununterbrochen. Nach einem Tag zu Hause, ging ich dann am nächsten Tag schon wieder zur Arbeit ins Pflegeheim, so mit der Idee, ich hab ja danach frei, 1 Tag werde ich schon schaffen. Hmmm....., am Abend war ich dann total geschafft, meine Kehle war total ausgetrocknet und brannte, ich hatte einen starken Reizhusten und die Kopfschmerzen wurden von Stunde zu Stunde stärker. Zwei Tage und Nächte konnte ich kaum schlafen, meine Hände waren meist am Kopf und wünschte mir anfangs nichts mehr, als dass diese Schmerzen weggehen.*

*So reagieren wir ja meistens, wir möchten unser Symptom weghaben. Bei mir kam dann irgendwann der Moment, wo ich den Schmerz akzeptierte, mich aber nicht mehr mit ihm identifizierte. Begriff, dass ich ohne den Schmerz schon wieder am PC sitzen würde, Aufgaben erledigen für die Ausbildung, Haushalt, Termine wahrnehmen usw., das geht ja mit Schnupfen und Husten, aber eben nicht mit solchen Schmerzen. Ich sagte all meine Termine ab, verschob Aufgaben, bat meine Tochter, für mich einkaufen zu gehen und erlaubte mir einfach, krank zu sein, mich auszuruhen, einfach nur im Bett zu liegen und nur aufzustehen, wenn ich mir was zu essen oder trinken holte. Dabei entspannte ich immer mehr und konnte auch endlich schlafen und die Schmerzen und der Husten schwächten sich langsam ab. Es war eine heilsame Woche. Reiki hat mir in dieser Woche viel aufgezeigt über mich. Alte Verletzungen konnten wieder ein Stück mehr heilen und ich habe die Botschaft der Symptome verstanden und bin im Nachhinein sehr dankbar für diese Woche und, ja, auch für die Schmerzen. Dankbar bin ich auch den Menschen, die mich mit Reiki und anderen energetischen Methoden in dieser Woche unterstützt haben.*

*Die Abfolge der Ereignisse war für mich in vielerlei Hinsicht spannend, hat mich doch der Inhalt der Präsentation und dann die eigene Erfahrung des Krankseins nachdenklich gemacht. Gerne teile ich mit euch meine Gedanken, die ich nachfolgend versuche, in eine sinnvolle und verständliche Abfolge zu bringen.*

*Mit herzlichen Frühlingsgrüssen*

*Eure*

*Monika*



## **Bedeutung eines Symptoms**

Im Reiki I Seminar zeige ich jeweils den Eisberg, da gibt es oben die Spitze (Bewusstsein) mit dem Symptom und im viel grösseren Teil unten (Unterbewusstsein) die Ursachen, da wo Reiki wirkt. Ich erwähne dabei oft, dass wir natürlich noch etwas komplexer sind. Wenn wir es nur aus diesem Blickwinkel betrachten, besteht die Gefahr, dass wir uns schuldig fühlen, so quasi, was habe ich denn falsch gemacht, welche Ursache habe ich da gesetzt, dass ich jetzt krank bin, auch wenn hinter diesem „Modell“ nicht diese Absicht steckt, es soll eher illustrieren, dass eine Krankheit oder ein Unfall nichts mit Pech zu tun hat und dass es nicht sinnvoll ist, das Symptom zu bekämpfen. Dies eine absolute Kurzform, was ich im Seminar unterrichtete.

Ich möchte nun einfach einmal eine andere Perspektive einnehmen, lass dich in meine Gedankenwelt führen und schau, wie sich das anfühlt.

Was wäre, wenn ich statt Ursache das Wort Absicht einsetze oder nein, sagen wir es anders. Ich kann eine Krankheit, ein Symptom aus verschiedenen Perspektiven betrachten. Der Eisberg zeigt uns mögliche Ursachen auf und nun nehmen wir noch eine andere Perspektive ein, nämlich, die, dass eine Absicht hinter dem Symptom steckt. Du schüttelst gerade den Kopf? Verstehe ich. Auf den ersten Blick, respektive Gedanke, scheint das vielleicht abwegig. Warum sollte ich eine solche Absicht haben? Betrachten wir es aus einer höheren Warte. Das Leben, unsere Natur oder unsere Seele hat die Absicht, etwas auszugleichen mit dem Symptom, etwas, das wir verdrängen, nicht leben, nicht ausdrücken. Aus diesem Blickwinkel betrachtet, ist unser Körper ja ein wunderbares Instrument und wir können dankbar sein dafür und das System erst einmal liebevoll annehmen und hinschauen, was zeigt es mir denn auf? Wie könnte ich das anders leben? Was möchte ausgedrückt werden, an die Oberfläche kommen? Welche Eigenschaft kann ich vielleicht gerade durch diese Krankheit/Einschränkung lernen?

Magst Du mich noch einen Schritt weiter begleiten in eine These? Was wäre, wenn wir uns vor unserer Geburt klar vornehmen würden, was wir konkret in diesem Leben lernen möchten? Und was wäre, wenn wir uns dazu die nötigen Umstände/Situationen/Menschen und ja, Krankheiten oder Unfälle einplanen? Fragst du dich manchmal, warum Menschen eine schwere Krankheit oder einen Unfall haben, ohne dass eine offensichtliche Ursache (wie im Eisberg erklärt) ersichtlich ist? Oder mit einer Behinderung auf die Welt kommen? Ist das dann Schicksal oder vielleicht von uns geplant, um sicher zu gehen, dass wir genau das lernen, was wir möchten? Oder unsere Umwelt? Dass also eine Absicht von uns selber (unserer Seele) dahinter steckt? Dass solche Ereignisse Weckrufe unserer Seele sind, um den von uns gewählten Weg wirklich zu gehen, uns daran zu erinnern?

Damit meine ich nicht, das unser Leben nach einem fixen Schema abläuft, wir haben immer wieder die freie Wahl, doch gewisse Ereignisse geben vielleicht

mehr Sinn, wenn ich sie einfach einmal aus obigem Blickwinkel betrachte, was wäre wenn.....

Und was hat das jetzt mit den Studien zu tun und mit Reiki? Dazu komme ich gleich, hab noch etwas Geduld, erst ein paar Sätze zum Inhalt der Präsentation von David.

### **Reiki Studien**

David zeigte auf, dass es gerade in den letzten Jahren eine stetige Zunahme von wissenschaftlichen Reiki Publikationen gibt. Damit eine Studie wissenschaftlich anerkannt ist, braucht es gewisse Rahmenbedingungen. Es würde jetzt zu weit führen, dies hier zu illustrieren. Und dann gibt es natürlich auch immer wieder sogenannte kleine Studien oder Experimente, die jeder machen kann, auch du, zum Beispiel mit Pflanzen oder Früchten. Auch das hast du ja in meinen Seminaren gehört.

Ich möchte hier mehr den Fokus darauf legen, an was denn der Erfolg einer Methode gemessen wird. Die meisten Studien beschäftigen sich mit einem Krankheitsbild oder einem Symptom und beobachten dann die Veränderungen. Wie gerade in einer neuen Studie, <http://www.reikiseminar.net/studie-reiki-depression-senioren-im-pflegeheim/> die im Januar 2016 veröffentlicht wurde, in der untersucht wurde, wie sich Reiki bei älteren Menschen mit Depression auswirkt, und zwar nach streng wissenschaftlichen Kriterien. David, der sich intensiv mit Studien beschäftigt, hat einen anderen Ansatz entwickelt, nämlich die Menschen, die an einer Studie teilnehmen, nach ihren 3 grössten Beschwerden zu fragen und dann diese zu beobachten. Das heisst, es werden in der Gruppe verschiedene Symptome beobachtet. Dies kommt der ganzheitlichen Wirkungsweise von Reiki schon etwas näher. Diese Methode wurde in der kleinen Studie angewandt, über die ich unter News berichtet habe.

### **Zurück in meine Gedankenwelt**

Studien sind sicher wichtig, um Reiki immer Akzeptanz zu verschaffen auch im Gesundheitswesen. Wenn wir nun aber zurück schauen auf das, was ich eingangs beschrieben habe, stellt sich die Frage, wann ist Reiki erfolgreich? Wenn das Symptom verschwindet? Oder vielleicht eher dann, wenn wir das Symptom nicht mehr weghaben wollen sondern es akzeptieren als Ausgleich, uns nicht mehr mit ihm identifizieren? Wenn wir die Botschaft der Krankheit verstehen? Wenn wir den Weckruf unserer Seele wahrnehmen? Wenn wir die höhere Absicht dahinter verstehen?

Wie können wir eine ganzheitliche Veränderung erfassen und messen?

Vielleicht kommt der Moment in der Menschheit, wo wir erkennen, dass Heilung bedeutet, in unsere Ganzheit hinein zu wachsen und dass es viele wunderbare Methoden gibt, die uns dabei unterstützen ohne dass wir einen wissenschaftlichen Beweis dafür brauchen.

### **Seelenzentriertes Coaching: Lust auf eine kostenlose Probesitzung?**

Für mich ist diese Art des Coachens eine wunderbare Ergänzung zu Reiki. Es führt den Menschen immer mehr in seine Ganzheit. Als Seelenzentrierter Coach vertraue ich darauf, dass du die Antworten in dir selber hast, ich stelle dir einfach Fragen, die dich dahin führen. So kann in einem Coaching zum Beispiel auch ein Symptom erforscht werden.

Gerne kannst du in einer kostenlosen Probesitzung selber erfahren, was Seelenzentriertes Coaching ist, auch telefonisch möglich, melde dich einfach für einen Termin. Mehr Infos dazu hier

P.S. Immer wieder spannend, wie uns das Leben führt, ich bin gerade über diesen Bericht <http://www.newslichter.de/2016/05/jeder-mensch-hat-eine-aufgabe/> gestolpert, der doch wunderbar zu meinem Thema passt.