

レイキのエッセンス

◇ レイキとはなにか

最新の科学によれば、宇宙も、宇宙に存在するものも、みな波動で出来ています。私たちの周囲には波動が充満し、私達自身も波動だということです。レイキも、そのような宇宙に充満する波動の一つです。

昔から、さまざまな波動の中に、「病気を癒し、心に平安を与える」高い波動が存在することが知られており、レイキ（靈氣）と呼ばれていました。レイキは、宇宙からの贈り物で、「愛と、調和と、癒しのエネルギー」といわれ、人の高い意識と響き合って、健康と幸福に導く波動です。

そのエネルギーを活用して、「私たちの人生を、安らかに、豊かに、価値あるものにしよう」というのがレイキ法です。レイキ法は、手当療法からスタートし、「病気や悩み、怒り、心配などの不調和な波動と響き合わないよう、自己の波動を高める」ことをめざします。

◇ 白井靈氣療法の発祥

レイキ法はもともと靈氣療法といい、1865年（慶応元年）に生まれた、白井甕男という人が始めました。若いころ、郷里の岐阜県を離れ、各種の職業を体験するうちに、「人生の目的とは何か」と、深く考えるようになりました。

長い探求のあと、「人生の目的は安心立命を得ることである」という結論に達しました。それは「人は宇宙から使命を与えられ、生かされている存在である」という真実を知ること。そして「人を生かしている宇宙が、人の病気や不幸を願うはずはない。宇宙を信頼して、人生で何が起こっても動揺せず、いつも安らかな心を保ちながら、自分の役割を果たして行けばよい」ということです。

このように理解した白井先生は、安心立命の境地を求めて、京都の寺で3年間の座禅を行いました。

しかし、めざす心の境地は得られず、ついに死を覚悟して鞍馬山で断食の結果、体内の波動と宇宙の波動が共鳴して、自己と宇宙との一体化が得られ、求めていた境地が完成しました。

白井先生は、宇宙と共鳴した高い波動を、昔から言われている靈氣だと直感しました。そして「靈氣は宇宙からの導きの波動であり、靈氣と響き合う生き方こそが、健康と幸福への道である」と悟りました。帰宅の途中、次々と癒しの体験が続き、宇宙から癒しの力が与えられたことに気づきました。

この癒しは、鞍馬山での体験と同様、レイキの波動と響き合うことで、効果的に起こるものでした。

「これは、自分の体験を多くの人に分ち合えという、天の啓示である。誰でも出来る手当療法を入り口にして、人生の目的である安心立命を伝えて行こう」と臼井先生は決意されました。

これを臼井霊気療法と名づけ、「公開伝授してこの力を多くの人に伝えたい」と、1922年（大正11年）4月、東京で臼井霊気療法学会を創設し、多くの人に霊気療法を教えました。

臼井霊気療法学会は現在も、臼井先生の伝統を連綿と継承しており、伝統霊気と呼ばれています。

◇ 西洋式レイキへの流れ

国内で伝承されている伝統霊気に対して、西洋式レイキと呼ばれている系統があります。

臼井先生の門下生は約2000人、うち師範と呼ばれる指導者は21人でしたが、臼井先生から最後に師範として認定された林忠次郎（元軍医・海軍大佐）が、臼井霊気療法をハワイに伝えました。

林先生は、臼井先生の死後、林霊気研究会として独立しました。ハワイから日本へ病氣治療に来た高田はわよの難病が完治したあと、彼女は林先生から霊気を学び、林霊気研究会の霊気マスターとなりました。彼女はハワイで霊気治療を行い、晩年になってから2名の霊気マスターを養成しました。

高田先生の死後、彼女の養成した霊気マスター達は2つの団体に分れ、霊気療法の普及を始めました。霊気の学びやすいシステムと、高い効果性が多くの人に認識され、瞬く間に世界中に普及しました。

現在、レイキ実践者の数は、500万人以上といわれています。

◇ 伝統霊気と西洋式レイキの違い

このように臼井霊気療法は、日本からハワイに渡り、アメリカから世界各地に伝わるうちに、少しずつ変化して行きました。日本にも1980年代の後半から、さまざまな考え方やテクニックを持つ西洋式レイキが伝えられました。

伝統霊気療法も、西洋式レイキも、それぞれ優れた特徴を持っています。伝統霊気は、まず「病氣の原因であるマイナス波動を見つけ、霊気を送って消滅させる」、次に「マイナス波動と共振しないよう、意識を高めていく」、さらに「霊気波動との響き合いを高め、安らかで豊かな人生」をめざします。

西洋式レイキには、「現代医学を補う有効な療法として、積極的に医療と関わって行こう」という姿勢があり、心と体の治療に大きな成果を上げています。

日本ではレイキのネットワークがNPO法人として認証され、医療機関とのタイアップも徐々に進んでいます。医療制度との関連もあり、全面的な認知には、まだまだ時間が必要です。

◇ 現代霊気法とは

霊気法のエッセンスである「心身の癒しと、精神性向上」をめざし、現代霊気法（通称・現代レイキ）が、国内、海外に広まりつつあります。日常生活の中で気軽に実行し、その恩恵を最大限に受けるため、シンプルに構築した実践レイキです。

それは新しい霊気の系統ではなく、海外で「現代霊気式臼井霊気療法」と呼ばれているように、「臼井霊気療法を、現代人が活用するための新しい実践法」です。世界各地で認められ広く普及した西洋式レイキの合理性と効果性、さらに、臼井先生の高い精神性と人々の幸福を願う熱い思いが、その根底に息づいています。

◇ レイキの本質をめざして

レイキは、私たちの周囲にも純粹の光として充満していますが、それを受け取るには、意識を高めて「常にレイキと響き合う」生き方が必要です。現代霊気法は、それを日常生活で実現しようとするものです。

ヒーリングを中心に、自己浄化法、自己成長の技法などを意識的に実践して、レイキとの響き合いを高め、やがては、「意識しなくても、自動的にレイキと響き合える」ことを目標としています。

日常のすべてがレイキと響き合うとき、真に健康で安らかな人生が実現します。

宇宙は調和の波動を送り続けていますが、私たち人間が、宇宙の意思に背を向けて、思い思いの行動をしています。「宇宙の法則に沿った生き方をすること」、これ以外に安心立命に至る道はありません。

霊気と響き合い、霊気を信頼して、すべてを宇宙に任せる霊気ヒーリングは、「宇宙と響き合って生きる」ことのトレーニングです。

The Essence of Reiki

◇ What is Reiki?

According to the latest scientific studies, the universe and all that exists in it are made of vibrations also known as waves. This concludes that we are surrounded by vibrations; in fact, we human beings are made of these waves as well. Reiki is one of those vibrations that fills the universe.

Amongst many kinds of vibrations, the existence of a high-level wave that can heal illnesses and bring peace of mind has been recognized since ancient times. This wave is known as Reiki. Reiki is a gift from the universe. It is the wave of Love, Harmony, and Healing. Reiki resonates with heightened human awareness, and it leads us to health and happiness.

Reiki-ho is a technique to utilize Reiki to make our lives peaceful, fruitful, and valuable. Reiki-ho starts with hand-healing techniques. Its goal is to enhance our own waves so that we would not resonate with negative vibrations such as illness, worries, anger, and anxiety.

◇ The Origin of Usui Reiki Ryo-ho

Originally, Reiki-ho was called Reiki Ryo-ho and was founded by Mikao Usui, born in 1865 (the first year of the Keio period). He left his hometown in Gifu prefecture in his youth. He experienced a variety of occupations. Through his experiences, he pondered what the purpose of life was.

After a long quest, he came to the conclusion that the purpose of life is to attain the state of Anshin Ritsumei. To attain Anshin Ritsumei is to understand that a human being is given life by the universe to fulfill a mission. The universe that gives life to us would never wish illnesses or misfortunes on us. Trust the universe. No matter what happens in life, the human being who has attained the state of Anshin Ritsumei can remain unperturbed while fulfilling his or her mission in spiritual peace.

With this understanding, Usui Sensei strived to attain the state of Anshin Ritsumei. He had practiced Zen at a Buddhist temple in Kyoto for three years. However, he was not able to achieve the spiritual state he longed for. Resolving to die in his quest, he started to fast on Mount Kurama. Finally, he felt the vibrations within his body resonate with the universal vibrations, and he was able to become one with the universe. He achieved the state that he had been striving to attain.

Usui Sensei knew intuitively that the powerful waves resonating with the universe was called Reiki since old times. He realized that Reiki is the waves of guidance from the universe, and only the way to health and happiness is to live in resonance with Reiki. On his way home, he encountered many healing experiences, and he understood that the universe gave him the ability of healing.

Just as he experienced in Mount Kurama, healing took place effectively when he resonated with Reiki. Usui Sensei realized that he received a divine revelation of the

universe to share his experiences with many people. He was determined to teach that Teate Ryo-ho (hand healing) is the starting point for anybody to practice and lead us to Anshin Ritsumei, the purpose of life.

Hoping to convey his ability to many people, Usui Sensei named his practice Usui Reiki Ryo-ho, and he established Usui Reiki Ryo-ho Gakkai in Tokyo in April, 1922. He taught Reiki Ryo-ho to a large number of people. Usui Reiki Ryoho Gakkai has still maintained Usui Sensei's tradition. Usui Sensei's practice which is passed on to the Gakkai is referred to as Dentou Reiki in Japan.

◇ **The Spread of Western-style Reiki**

While Dentou Reiki is practiced in Japan, there is a lineage called Western-style Reiki. There were 2000 students under Usui Sensei. Amongst the students, 21 were instructors called Shihan. Chujiro Hayashi, a naval captain and the last Shihan certified by Usui Sensei, conveyed Usui Reiki Ryo-ho to Hawaii.

After Usui Sensei's death, Hayashi-sensei became independent of Usui Reiki Ryo-ho Gakkai and established Hayashi Reiki Kenkyu-kai. Hawayo Takata visited Japan from Hawaii to receive medical treatment for an incurable disease. After her complete recovery, she studied Reiki from Hayashi-sensei and became a Reiki Master of Hayashi Reiki Kenkyu-kai. She gave Reiki treatments in Hawaii, and trained 22 Reiki Masters in her last years.

After Takata-sensei's death, the Reiki Masters who Takata-sensei had trained separated into two groups and began to spread Reiki in their own ways. By easy-to-learn systems and high effectiveness, Reiki quickly spread throughout the world. At present, there are more than 5million Reiki practitioners worldwide.

◇ **The Differences between Dentou Reiki and Western-style Reiki**

While it spread in Hawaii and throughout the world, Usui Reiki Ryo-ho had gradually changed. In the late 1980s, Western-style Reiki with their various points of view and techniques, was re-introduced in Japan.

Both Dentou Reiki and Western-style Reiki have prominent characteristics. In Traditional Reiki, first the negative energy that is the cause of illness is found and eliminated. Then, the level of awareness is raised, so that one would not resonate with negative energy. Finally, the aim is to raise the resonance with the waves of Reiki and lead a peaceful and fulfilling life.

Western-style Reiki is characterized by taking part with conventional medical treatment as an effective complementary technique. Western-style Reiki has obtained good results in the treatment of the mind and body.

In Japan, some Reiki networks have been recognized as non-profit organizations and have gradually tied up with medical institutions. However, complete acceptance of Reiki will take more time.

◇ **What is Gendai Reiki Ho**

Gendai Reiki Ho aims at healing the mind and body and encouraging spiritual growth, which is the essence of Reiki-ho. Gendai Reiki Ho (a popular name is Gendai Reiki) has gradually spread in Japan and abroad. Gendai Reiki Ho is the simple system of Reiki method to practice every day and get the full benefit of Reiki.

Gendai Reiki Ho is not a new system of Reiki, but it is a new practice discipline of Usui Reiki Ryo-ho intended for people of today. In fact, in western countries, Gendai Reiki Ho is called the modern Reiki style of Usui Reiki Ryo-ho.

The basis of Gendai Reiki Ho is Western-style Reiki's rationality and effectiveness accepted and spread worldwide, and also Usui Sensei's high spirituality and passion for the happiness of people.

◇ **Aiming at the Essence of Reiki**

Reiki fills our surrounding with pure light. However, in order to receive it, it is necessary for one to enhance one's awareness and lead a life that is constantly in resonance with Reiki. Gendai Reiki Ho aims at achieving this goal in everyday life.

Gendai Reiki Ho focuses on healing and conscious practice of self-purification and self-growth technique to enhance resonance with Reiki. Its goal is to achieve automatic and unconscious resonance with Reiki. When the everyday life is totally in resonance with Reiki, truly a healthy and peaceful life can be realized.

The universe is continuously sending the energy of harmony, but we, as human beings, ignore the intent of the universe and behave each in our own way. The only way to attain Anshin Ritsumei is to live by following the law of the universe. Reiki healing enables the practitioner to resonate with Reiki, trust Reiki and completely entrust in the universe. Reiki healing is a practice to live in resonance with the universe.

La esencia de Reiki

◇ ¿ Qué es Reiki?

Según los últimos descubrimientos científicos, el universo y todo lo que existe dentro de él está constituido por vibraciones. Estamos rodeados de ellas y somos vibraciones también. El Reiki es una de esas vibraciones que impregna todo el universo.

Dentro de los muchos tipos de vibraciones que nos rodean, desde tiempo inmemorial se ha observado la existencia de una alta vibración, que puede sanar las enfermedades y traer la paz mental, esta alta vibración se conoce como Reiki. El Reiki es un regalo del universo. Es la energía del amor, la armonía y la sanación. El Reiki resuena con la conciencia humana elevada y nos guía hacia la salud y la felicidad.

El Reiki Ho es una técnica en la que se utiliza la energía Reiki para hacer que nuestras vidas estén llenas de paz, que sean fructíferas y valiosas. El Reiki Ho comienza con la sanación mediante la imposición de las manos. Su meta está en elevar nuestra vibración así podemos evitar resonar con la energía negativa, como la de las enfermedades, preocupaciones, enfado y ansiedad.

◇ El origen del Usui Reiki Ryoho

El Reiki Ho, originalmente denominado como Usui Reiki Ryoho, fue fundado por Mikao Usui (nacido en 1865, el primer año del periodo Keio). En su juventud dejó su pueblo natal en la prefectura de Gifu para trabajar en diferentes ocupaciones, estas experiencias le ayudaron a reflexionar sobre cual era el sentido de la vida.

Después de un largo camino, Usui sensei llegó a la conclusión de que el propósito de la vida es alcanzar el estado de Anshin Ritsumei. Alcanzar Anshin Ritsumie quiere decir que los seres humanos no sostenemos nuestra vida por nuestro propio poder, sino que es el Universo el que nos otorga una misión que cumplir y el que nos mantiene vivos. El Universo que nos da la vida nunca desea nuestra desgracia o enfermedad. Confía en el Universo. No importa lo que suceda en nuestra vida, la persona que ha alcanzado el estado de Anshin Ritsumei, permanece imperturbable cumpliendo su misión con la mente en paz.

Desde esta comprensión Usui Sensei se esforzaba en lograr el máximo estado de Anshin Ritsumei realizando prácticas de Zen en un templo budista de Kioto. Sin embargo, no fue capaz de lograr el estado mental que anhelaba. Decidió arriesgar la vida en su búsqueda y emprendió un ayuno en el Monte Kurama. Por fin, sintió que

su energía interna resonaba con la energía universal y logró ser uno con el universo. Consiguió el estado que siempre había anhelado.

Usui Sensei intuyó que esta alta vibración que resonaba con el universo era lo que se había conocido desde antaño como Reiki. Comprendió que el Reiki es la vibración transformadora del universo, el camino hacia la salud y la felicidad que consiste en vivir la vida resonando con Reiki. Mientras volvía a su casa, pasó por algunas experiencias de sanación, así se dio cuenta de que el universo le había dado la capacidad para sanar.

Esta sanación era efectiva si la realizaba resonando con la vibración de Reiki, como ocurrió durante la experiencia en el Monte Kurama. Usui Sensei entonces tomó la decisión: “Esta es la revelación del universo para que comparta mi experiencia con tantas personas como sea posible. Con la imposición de manos como punto de partida de esta práctica, transmitiré el propósito de la vida, Anshin Ritsumei.

Denominó esta práctica como Usui Reiki Ryoho y con el deseo de compartir esta capacidad con tantas personas como fue posible a través de la enseñanza abierta, fundó la Usui Reiki Ryoho Gakkai en Tokio en el mes de abril de 1922 (el décimo año de la era de Taisho) y enseñó el Reiki Ryoho a gran número de personas. La Usui Reiki Ryoho Gakkai continúa manteniendo la tradición de Usui Sensei aun hoy en día y la práctica que se conserva es conocida como Dento Reiki.

◇ Hacia el Reiki Occidental

Aparte del Dento Reiki, que se está transmitiendo exclusivamente en Japón, hay otra línea de Reiki que se llama Reiki Occidental. Usui Sensei enseñó a unos 2.000 alumnos, y entre todos ellos 21 llegaron a ser Shihans. Chujiro Hayashi, un ex médico de la marina, capitán y el último Shihan certificado por Usui Sensei, transmitió el Usui Reiki Ryoho en Hawái.

Tras la muerte de Usui Sensei, Hayashi Sensei se hizo independiente y desarrolló sus actividades de Reiki a través de la Hayashi Reiki Kenkyukai. Hawayo Takata, que fue a Japón desde Hawái para recibir tratamiento médico por una seria enfermedad, se curó por completo gracias a los tratamientos de Reiki, y empezó a aprender Reiki mediante las enseñanzas de Hayashi Sensei y llegó a ser Maestra de Reiki certificada por la Hayashi Reiki Kenkyukai. Trabajó con la sanación Reiki en Hawái y formó a 22 maestros de Reiki en sus últimos años.

Tras la muerte de Takata Sensei, los maestros de Reiki formados por ella se dividieron en dos grupos y empezaron difundir el Reiki Ryoho. El método sencillo de

formación, y la efectividad extraordinaria del Reiki, llegaron a ser cada vez más reconocidos, y el Reiki rápidamente se expandió por todo el mundo. Se estima que hasta la fecha hay más de cinco millones de practicantes de Reiki en todo el mundo.

◇ La diferencia entre el Reiki Tradicional y el Reiki Occidental

Así es como el Usui Reiki Ryoho se introdujo en Hawái desde Japón, y se difundió desde los E.E.U.U. al resto del mundo, sufriendo cambios poco a poco. En la segunda mitad de los años ochenta el Reiki Occidental se introdujo en Japón, imbuido de distintas filosofías y técnicas.

Ambos, el Reiki Tradicional y el Reiki Occidental, tienen características destacables. En el Reiki Tradicional se aprende primero a localizar y eliminar las vibraciones negativas que causan la enfermedad, haciéndolas desaparecer mediante la canalización de Reiki. Y como segundo paso, se debe procurar elevar la conciencia para no resonar con la vibración negativa, y al final, se aspira elevar la resonancia con la vibración de Reiki para vivir una vida pacífica y significativa.

El Reiki Occidental se caracteriza por mantener una colaboración activa con las instituciones médicas, como una técnica complementaria eficaz para la medicina convencional. El Reiki Occidental está consiguiendo resultados excepcionales en la sanación de la mente y del cuerpo.

En Japón, se ha aprobado una red de practicantes de Reiki, como organización sin ánimo de lucro y está progresando gradualmente su colaboración con las instituciones médicas. Pero necesitaremos más tiempo para la aceptación completa del Reiki en Japón, debido al sistema sanitario existente.

◇ ¿Qué es Gendai Reiki Ho?

Gendai Reiki Ho tiene como objetivo captar la esencia del Reiki Ho, que es la sanación de la mente y el cuerpo junto con el crecimiento espiritual, Gendai Reiki Ho (también llamado Gendai Reiki) se está difundiendo en Japón y en el extranjero. Gendai Reiki Ho Es una aproximación práctica al Reiki, estructurado de una forma simple que permite seguir su práctica de manera informal en la vida diaria, para recibir el máximo beneficio.

Gendai Reik Ho No es una nueva línea de Reiki, tal como se está diciendo en el extranjero, es más bien “el Usui Reiki Ryoho del estilo Gendai Reiki”, un nuevo acercamiento al Usui Reiki Ryoho dirigido a las personas contemporáneas. La base de Gendai Reiki Ho es una combinación de la racionalidad y efectividad del estilo del Reiki Occidental, que es reconocido y difundido en todo el mundo, y la elevada

espiritualidad y el deseo apasionado de Usui Sensei por la felicidad de la humanidad.

◇ Apuntando a la esencia del Reiki

El Reiki llena nuestro entorno como luz pura, pero para recibirla es necesario elevar nuestra conciencia y llevar una vida que esté en constante resonancia con Reiki. Gendai Reiki Ho se propone alcanzar este objetivo en la vida diaria.

Con la sanación como principal vocación, práctica conscientemente las técnicas de autopurificación y autocrecimiento, aumentando tu resonancia con Reiki con la finalidad última de alcanzar un estado en el que resuenes automáticamente con él sin ser consciente de ello. Cuando en tu vida diaria todo resuene con Reiki, podrás alcanzar una verdadera vida saludable y pacífica.

El universo emite vibraciones armónicas incesantemente, pero los humanos le hemos dado la espalda a su voluntad y vivimos nuestras vidas cada uno a nuestra manera. La única forma de alcanzar Anshin Ritsumei es vivir según la ley del universo, no hay otra forma. La sanación Reiki, en la cual resuenas con Reiki y dejas todo en manos del universo con confianza en él, es un método de entrenamiento para vivir resonando con el universo.

Die Essenz der Reiki Methode

◇ Was ist Reiki?

Moderne wissenschaftliche Untersuchungen kamen zu dem Schluß, dass das gesamte Universum aus Schwingungen bzw. Wellen besteht. Wir Menschen sind also umgeben von Schwingungen und darüber hinaus erzeugen wir diese auch selbst. Alles besteht aus Schwingungen, so auch wir selbst. Reiki ist eine jener Schwingungen, die das gesamte Universum erfüllt.

Unter den vielen Arten von Schwingungen, ist jedoch seit Menschen Gedenken die Existenz einer Schwingung höchster Ebene und von höchster Ordnung, die Krankheiten heilen und uns inneren Frieden bringen kann, seit jeher bekannt wie auch anerkannt. Diese hoch energetische Schwingung ist in Japan unter dem Begriff „Reiki“ bekannt. Reiki ist ein Geschenk des Universums. Es ist die Schwingung der Liebe, Harmonie und Heilung. Reiki ist im Einklang (Resonanz) mit dem höheren menschlichen Bewusstsein und führt uns zu Gesundheit und Glück.

Reiki-ho ist die Praxis der Anwendung von Reiki die es uns ermöglicht, Reiki (universale Lebens-Energie), so einzusetzen, dass wir unser Leben friedvoll, fruchtbar und auch bedeutungsvoll gestalten können. Reiki-ho beginnt mit der Anwendung der Heiltechnik des Handauflegens, deren Ziel es ist, unsere Schwingung zu erhöhen und uns somit davon abzuhalten, mit schädlichen Schwingungen, wie denjenigen von Krankheit, Sorge, Wut oder Angst mitzuschwingen.

◇ Der Ursprung der Usui Reiki Ryoho (der Usui Reiki Heil Methode)

Ursprünglich wurde die Reiki-ho (Reiki-Methode), Reiki Ryo-ho (Reiki Heil-Methode) genannt und wurde von Mikao Usui Sensei, geboren 1865 (dem 1. Jahr der Kei Perideo), als „Usui Reiki Ryoho“ begründet. Er verließ seinen Heimatort, gelegen in der Präfektur Gifu, bereits in seiner Jugend. Usui Sensei gewann viele Erfahrungen auf Grund einer Vielzahl von Beschäftigungen. Anhand all dieser Erfahrungen gelangte er zu der Frage und dachte darüber nach, was der Sinn des Lebens sei.

Nach einer langen Suche kam er zu dem Schluss, dass es der Sinn des Lebens ist, den Zustand von Anshin Ritsumei (der Zustand des unerschütterlichen innere Friedens und höchsten Glücks) zu erreichen. Anshin Ritsumei zu erreichen bedeutet, zu verstehen, dass jedem Mensch das Leben vom Universum gegeben wurde, um eine Mission und eine Aufgabe zu erfüllen. Das Universum, das uns unser Leben schenkte, würde uns niemals Krankheit oder Unglück wünschen. Vertraue dem Universum! Was immer auch im Leben geschehen mag, kann ein Mensch, der den Zustand von Anshin Ritsumei erreicht hat, von jenen Geschehnissen vollkommen unbeeindruckt und unbeeinflusst bleiben, während er seine Mission bzw. seine Aufgabe in spirituellem Frieden weiterhin erfüllt.

Vervielfältigung in jeglicher Form und auf jeglichem Wege, auch auszugsweise, ohne Genehmigung verboten!
Alle Rechte vorbehalten © Hiroshi Doi - herausgegeben vom Gendai Reiki Netzwerk (GRN-Japan)

In Erkenntnis dessen, strebte Usui Sensei danach, den Zustand von Anshin Ritsumei zu erreichen.

Drei Jahre lang praktizierte er Za Zen in einem Buddhistischen Tempel in Kyoto, jedoch erreichte er den ersehnten spirituellen Zustand nicht. Ganz und gar entschlossen, selbst sein eigenes Leben für seine Suche nach dem ersehnten Ziel zu geben, begann er auf dem Berg Kurama zu fasten und spürte während dessen schließlich, dass die Schwingung in seinem Körper mit der des Universums in Einklang gelangte und er war schließlich in der Lage dazu, nun vollkommen eins mit dem Universum zu sein. Er erreichte somit den Zustand, den er ersehnt hatte. (Er erreichte Anshin Ritsumei.)

Usui Sensei wusste intuitiv, dass diese kraftvolle Schwingung des Einklangs mit dem Universum, wie bereits seit alters her, „Reiki“ genannt wird. Er erkannte, dass Reiki die Schwingung ist, von der alles im gesamten Universum geleitet wird, und dass der Weg zu Gesundheit und Glück nur durch ein Leben im Einklang mit Reiki (der spirituellen, universalen Lebens-Energie) zu erleben ist.

Auf seinem Weg zurück nach Hause begegneten ihm viele Situationen, in denen Heilung geschah und er erkannte, dass das Universum ihm die Fähigkeit des Heilens, als ein Geschenk zuteilwerden ließ. Genau wie er es auf dem Berg Kurama an sich selbst erlebte, fand Heilung immer dann statt, sobald er mit Reiki im Einklang war.

Usui Sensei erkannte, dass er eine göttliche Offenbarung des Universums erhalten hatte und nun diese, seine Erfahrungen, mit möglichst vielen Menschen zu teilen hat.

Er war fest entschlossen und resolut darin andere zu lehren, dass Teate Ryo-ho (die Heilbehandlung des Handauflegen) für jedermann anwendbar und auch der Ausgangspunkt dafür ist, schließlich zu Anshin Ritsumei (dem Zustand des vollkommenden inneren Friedens und höchsten Glücks) zu gelangen, was uns auch zu dem Sinn unseres Lebens führt bzw. dahin, diesen zu erkennen.

In der Hoffnung, seine Fähigkeit möglichst vielen Menschen vermitteln zu können, nannte Usui Sensei seine Reiki Anwendungsmethode „Usui Reiki Ryoho“ (die Usui Reiki Heil-Methode) und gründete für deren Anwendung und weitere Verbreitung, im April 1922 in Tokyo, die „Usui Reiki Ryoho Gakkai“ (die Gesellschaft der Usui Reiki Heil-Methode). Er lehrte seine Reiki Ryo-ho (die Usui Reiki Ryoho) einer Vielzahl von Menschen. Die Usui Reiki Ryoho Gakkai hat bis heute Usui Senseis Tradition gepflegt und bewahrt sie auch weiterhin. Usui Senseis Praktiken, seine Reiki Anwendungs-Methode, die an die Mitglieder der Gakkai weitergeben wurde, wird in Japan als Dento Reiki Stil (traditioneller Reiki Stil) bezeichnet.

Vervielfältigung in jeglicher Form und auf jeglichem Wege, auch auszugsweise, ohne Genehmigung verboten!
Alle Rechte vorbehalten © Hiroshi Doi - herausgegeben vom Gendai Reiki Netzwerk (GRN-Japan)

◇ Die Verbreitung des westlichen Reiki Stils

Während der Dento Reiki Stil von jeher in Japan praktiziert wurde und auch heute noch praktiziert wird, existiert auch eine andere Linie der Reiki Methode, die „westlicher-Reiki-Stil“ genannt wird (der westliche Reiki Stil wurde von Hawaii aus über Amerika auch nach Japan gebracht und unterlag auf dieser Reise vielen Veränderungen und kulturellen Einflüssen und wird daher von Japaner als „westlicher Reiki Stil“ bezeichnet. – *Anmerkung des Übersetzers*).

Es gab damals etwa 2000 Schüler von Usui Sensei. Unter ihnen waren auch 21 Ausbilder, in Japan zu jener Zeit „Shihan“ genannt.

Chujiro Hayashi, ein Offizier der Marine, mit dem Rang eines Kapitäns und zuletzt von Usui Sensei als Shihan zertifiziert, brachte die Usui Reiki Ryoho nach Hawaii. Nach Usui Senseis Tod wurde Hayashi-sensei unabhängig von der Usui Reiki Ryoho Gakkai tätig und gründete die Hayashi Reiki Kenkyu-kai (die Hayashi Reiki Forschungsgesellschaft).

Hawayo Takata besuchte von Hawaii kommend Japan, um eine medizinische Behandlung für eine, als unheilbar diagnostizierte, Krankheit zu erhalten. Nachdem sie durch die Reiki Behandlungen in Hayashi-senseis Klinik vollständig genesen war, erlernte sie die Reiki Methode von Hayashi-sensei und wurde „Reiki Master“ der Hayashi Reiki Kenkyu-kai.

Sie praktizierte die Reiki Methode auf Hawaii, gab dort Reiki Behandlungen und bildete später, in ihren letzten Lebensjahren, 22 Reiki Meister aus.

Nach Takata-senseis Tod, teilten sich die von ihr ausgebildeten Reiki Meister in zwei verschiedene Gruppen auf und begannen damit, die Reiki Methode, mit der jeweils eigenen Prägung, auf die jeweils eigene Art und Weise, zu verbreiten.

Durch ein leicht zu erlernendes und hoch wirkungsvolles System verbreitet sich die Reiki Methode sehr schnell in der gesamten Welt. Aktuell gibt es weltweit etwa mehr als 5 Million Reiki Anwender.

◇ Die Unterschiede zwischen der Dento Reiki Methode und dem westlichen Reiki Stil

Während sich die Usui Reiki Ryoho auf Hawaii und in der gesamten Welt verbreitete, veränderte sich die Methode allmählich. In den späten 1980er Jahren wurde der westliche Reiki Stil mit all seinen unterschiedlichen Ansichten und Techniken in Japan eingeführt.

Vervielfältigung in jeglicher Form und auf jeglichem Wege, auch auszugsweise, ohne Genehmigung verboten!
Alle Rechte vorbehalten © Hiroshi Doi - herausgegeben vom Gendai Reiki Netzwerk (GRN-Japan)

Sowohl der Dento Reiki Stil (die traditionelle Reiki Methode) wie auch der westliche Reiki Stil haben jeweils bedeutende Eigenschaften.

In der traditionellen Reiki Methode, ist zuerst die schädliche Energie, die die Krankheit verursacht, zu finden und aufzulösen. Danach wird das Niveau der Erkenntnis, das Bewusstseinsniveau angehoben, um nicht länger mit schädlicher Energie in Resonanz zu sein. Das Ziel ist es schließlich, die Resonanz mit der Schwingung von Reiki zu erhöhen und ein friedliches wie auch erfülltes Leben zu führen.

Der westliche Reiki Stil ist dadurch gekennzeichnet, dass dieser bei konventionellen medizinischen Behandlungen, als wirkungsvolle komplementäre Behandlungstechnik, mit einbezogen wird bzw. gerne auch ein Teil der medizinischen Behandlung werden will. Der westliche Reiki Stil hat gute Ergebnisse in der Behandlung von Geist und Körper vollbracht.

In Japan wurden einige Reiki Netzwerke als gemeinnützige „non-profit“ Organisationen anerkannt und haben sich auch nach und nach mit medizinischen Einrichtungen verbunden. Wenn auch eine vollständige Akzeptanz der Reiki Methode noch längere Zeit brauchen wird.

◇ **Was ist die Gendai Reiki Ho?**

Das Ziel der Gendai Reiki Ho (der zeitgemäßen Reiki Methode) ist es, Geist und Körper zu heilen und zu spirituellen Wachstum und Entwicklung zu ermutigen, was zugleich auch die Essenz der Reiki-ho (der Reiki Methode) an sich ist.

Gendai Reiki Ho (umgangssprachlich auch „Gendai Reiki“ genannt) hat sich nach und nach in Japan wie auch im Ausland verbreitet. Gendai Reiki Ho ist das einfach anzuwendende System der Reiki-Methode für den alltäglichen Gebrauch, um durch dessen Anwendung den vollen Nutzen von Reiki, der spirituellen universalen Lebens-Energie, zu gewinnen.

Gendai Reiki Ho ist kein neues Reiki System, sondern eine neue zeitgemäße Anwendungsform der traditionellen Usui Reiki Ryoho, bestimmt für die Menschen der heutigen Zeit. Daher wird in westlichen Ländern, Gendai Reiki Ho oft als moderne Variante der ursprünglichen traditionellen japanischen Usui Reiki Ryoho bezeichnet.

Die Grundlage der Gendai Reiki Ho ist zum einen die Rationalität und Effektivität des westlichen Reiki-Stils, die weltweit anerkannt und verbreitet sind, sowie darüber hinaus Usui Senseis hohe Spiritualität und seine Widmung und Passion für das Glück und Wohlergehen der Menschen.

Vervielfältigung in jeglicher Form und auf jeglichem Wege, auch auszugsweise, ohne Genehmigung verboten!
Alle Rechte vorbehalten © Hiroshi Doi - herausgegeben vom Gendai Reiki Netzwerk (GRN-Japan)

◇ Die Essenz von Reiki erreichen

Reiki erfüllt alles was uns umgibt mit reinem Licht. Um es aufnehmen zu können, ist es jedoch erforderlich, das eigene Bewusstsein zu erweitern und ein Leben zu führen, das in konstantem Einklang (Resonanz) mit Reiki ist.

Gendai Reiki Ho (die zeitgemäße Reiki Anwendungsmethode) ist so konzipiert, dieses Ziel während des alltäglichen Lebens zu erreichen.

Der Fokus der Gendai Reiki Ho liegt auf der spirituellen Heilanwendung und auf der bewussten Praxis der Selbst-Reinigungs- und Selbst-Entwicklungstechniken, um die Resonanz mit Reiki zu verbessern.

Ziel der Methode ist es, zu erreichen, unbewusst und wie von selbst, immer vollständig mit Reiki in Resonanz zu sein. Sobald das alltägliche Leben in vollständigem Einklang mit Reiki ist, kann ein wahrhaft gesundes wie auch mit Frieden erfülltes Leben tatsächlich wahr werden.

Das Universum sendet allen und allem immer und andauernd die Energie der Harmonie, doch wir Menschen ignorieren die Absicht des Universums und verhalten uns jeder nach seiner eigenen jeweilige Art und Weise.

Der einzige Weg, um Anshin Ritsumei zu erreichen, ist im Einklang mit dem Gesetz des Universums zu leben und diesem zu folgen.

Die Anwendung der Reiki Methode ermöglicht dem Anwender, mit Reiki im Einklang zu sein, Reiki zu vertrauen und alles vollständig und im vollen Vertrauen dem Universum zu überlassen.

Die Reiki-ho ist eine Methode und ein praktischer Weg, um mit dem Universum im Einklang zu leben.

Vervielfältigung in jeglicher Form und auf jeglichem Wege, auch auszugsweise, ohne Genehmigung verboten!
Alle Rechte vorbehalten © Hiroshi Doi - herausgegeben vom Gendai Reiki Netzwerk (GRN-Japan)