

Rundschreiben Nr. 43

Liebe Reiki Freunde

Nun wohne ich schon ein halbes Jahr an meinem neuen Wohnort in Bürglen (TG). Ich fühle mich wohl in der Wohnung, vor allem genieße ich, dass ich nun vor dem Wohnzimmer und Schlafzimmer nur Natur habe, herrlich, diese Stille.

Die letzten Jahre bin ich kaum gereist, doch dieses Jahr habe ich mich im Frühling zu einer für mich verrückten Reise entschlossen, die im September stattgefunden hat. Gerne erzähle ich euch ein wenig darüber.

Schwimmen mit den Walen

Ja, du hast richtig gelesen. Irgendwann im Frühling hat mich Lina Oswald, eine Freundin, angesprochen, ob diese Reise nicht etwas für mich wäre. Eine spirituelle Reise nach Moorea, schwimmen mit den Walen, Gemeinschaft leben in einer Frauengruppe als Hüterinnen. Viel mehr wusste ich nicht, ausser dass ich Lina vertraue, dass Reisen mit ihr tief gehen und dass die Begegnung mit Walen viel bewirken können. Bevor mein Verstand alle möglichen Einwände erheben konnte, sagte eine Stimme in mir, Monika, wenn du das nicht machst, wirst du es auf dem Sterbebett bereuen. Und ja, so habe ich zugesagt und erst dann Abklärungen getroffen. Vielleicht kennst du auch solche Entscheidungen? Du weisst einfach, dass du das machen musst? Letztlich sind das meist die besten Entscheidungen, weil da deine Seele oder nenn es die Intuition spricht.



Ich habe dann auf dem Atlas nachgeschaut, wo liegt denn diese Insel und bin dann schon etwas erschrocken, weiter kann man kaum mehr reisen und ich wollte doch nie mehr lange fliegen. Ich war 2.5 Tage unterwegs, bis ich mit der Fähre von Tahiti in Moorea ankam, einer kleinen, herzförmigen, grünen Insel.

In meinem Koffer befanden sich ein Neoprenanzug, Maske, Schnorchel und Flossen. Ich hatte etwas geübt im Bodensee, natürlich kein Vergleich mit dem offenen Meer. Wale hatte ich bis anhin nur in Videos gesehen. Ich wusste auch, dass die Boote nur bis auf 100 Meter an die Wale heran dürfen, den Rest müssen wir schwimmen. Auch wusste ich, dass es da natürlich auch andere Meereswesen gibt wie zum Beispiel Haie. Schon im Vorfeld kamen manchmal Ängste hoch, schaffe ich das, was passiert, wenn plötzlich ein Hai vor mir auftaucht usw. und als wir zum ersten Mal mit dem Boot herausfahren, kamen all diese Ängste wieder hoch und mir wurde plötzlich „kotzübel“ und so habe ich diesen 1. Ausflug auf dem Boot verbracht und mir die Wale von da aus angesehen, auch das schon ein wunderbares Erlebnis.

Beim nächsten Mal ging es mir besser und ich habe mich dann auch aus dem Boot getraut und dabei wunderbare Erlebnisse gehabt. Einmal tauchte direkt vor mir ein Walbaby aus dem Wasser auf, sozusagen hautnah, das werde ich nie vergessen. Manchmal trieb ich auf dem Wasser und unter mir waren die Waleltern oder ein Liebespaar, einmal war plötzlich der Walpapa an der Oberfläche direkt wieder vor mir. Oft wusste ich kaum, wo ich hinschauen

soll, weil so viele Meereswesen um uns waren, hauptsächlich sahen wir Buckelwale, aber an einem Tag waren daneben auch Pilotwale und Delphine.

All dies zu sehen und erleben hat mir einmal mehr mit Ehrfurcht gezeigt, wie grossartig doch die Schöpfung ist. Ich habe im Vorfeld auch einiges über Wale (Delphine gehören auch zu den Walen) gelesen und auch die Guides und Lina haben uns viel erzählt. Die Wale sind Klimaschützer. Durch ihre Ausscheidungen fördern sie das Wachstum von Phytoplankton, welches Sauerstoff produziert. Sie durchmischen Nährstoffe im Meer. Wale sind sehr intelligente, hochfrequente und empathische Wesen. Sie nehmen oft von sich aus Kontakt auf mit Menschen. Die Walsänger, männliche Wale, bleiben für 20 bis 30 Minuten am gleichen Ort. Dafür positionieren sie sich kopfüber im Wasser, der Kopf ist also zum Herzen von Mutter Erde gerichtet, die Schwanzflosse zeigt in Richtung Himmel. So fliessen beim Singen Frequenzen tief in die Erde hinein, durch die Erde hindurch und in die Meere. Was für ein Wirken und dies ist nur ein kleiner Ausschnitt von ihrem Wirken. Und wusstest du, dass wir ohne Haie von Aussterben bedroht wären? Wir verbinden Haie durch all die Filme und Berichte leider meist mit Schreckensbildern. Doch Angriffe sind selten und passieren vor allem, wenn sie sich bedroht fühlen. Ein respektvoller und achtsamer Umgang mit allen Meereswesen sollte für uns selbstverständlich sein.

Alles ist in einer natürlichen (göttlichen) Ordnung, jedes Meereswesen erfüllt einfach seine Aufgabe, wirkt zum höchsten des Ganzen, so fühlte es sich für mich an. Sie machen das,



wozu sie hier sind und so funktioniert die ganze Schöpfung, respektive würde sie funktionieren, wenn wir nicht ständig reinpfuschen würden. Ja, wir Menschen sind auch Schöpfer, wir haben den göttlichen Funken in uns, doch oftmals spielen wir eher Gott, aus dem Ego heraus, anstatt dass wir diese Macht zum Wohle aller einsetzen. Wie schön wäre es, wenn auch wir Menschen gut spüren würden, wozu genau wir hier sind und dann auch einfach wirken würden zum Wohle aller.

Beim Beobachten war ich beeindruckt, wie die Wale trotz ihres Gewichts diese Sprünge aus dem Wasser schaffen mit so einer Leichtigkeit. Dies zeigt mir auf, dass auch wir, trotz manchmal gefühlt schwerem Leben in Leichtigkeit mit dem Leben fliessen könnten. Ich habe immer ganz fasziniert dem Baby zugeschaut, wie es sich bewegt hat, sich gedreht, aufgetaucht und wieder untergetaucht ist, wie schwebend. So treibend im Wasser, die Stille geniessend, so ganz im Hier und Jetzt sein, hat es sich auch beim Schnorcheln angefüllt, nur ich und ein Wal, was für eine Erfahrung. Und natürlich ist die Gruppe immer beisammen und der Guide schaut, dass wir uns nicht verlieren.

Jeweils am Nachmittag haben wir uns immer zu einem Ohana Circle zusammen gefunden.

Ohana Circle

In einem Ohana Circle ist jeder willkommen mit allem, was gerade ist, im hier und jetzt. Es spricht immer nur eine Person, die anderen hören mit offenem Herzen zu, ohne zu werten. Sie nehmen nur wahr. Dadurch öffnet sich ein Raum der Annahme für die sprechende Person und nur schon dadurch kann sich oft schon etwas auflösen. Die Leitung kann, nach Bedarf, leicht durch Prozesse führen, einfach durch bestätigen und willkommen heissen der Gefühle. Es ist wirklich beeindruckend, was sich dadurch öffnen kann. Niemand muss sprechen, du sprichst nur, wenn du den Impuls dazu hast. Die Person, die spricht, hat einen sogenannten Redestab, das kann einfach ein Gegenstand sein. Solange die Person den Gegenstand in der Hand hat, spricht nur sie (oder ev. die Leitung). Wenn danach jemand aus der Gruppe den Impuls hat,

dazu etwas zu sagen, nimmt sie zuerst den Redestab. So konnten wir jeweils unsere Erlebnisse und Prozesse, die dadurch ausgelöst wurden, integrieren.

Was für ein Fortschritt wäre das, wenn zukünftig alle Gespräche so geführt würden, sei es in Familien, in der Schule, in der Politik usw. Vielleicht magst du es mal ausprobieren in deiner Familie?

So, damit schliesse ich nun meinen Bericht, der nur einen ganz kleiner Einblick in mein Abendteuer gibt.

Ach, und bevor ich es vergesse, Reiki (Selbstbehandlung) hilft auch mit, in unserem System wieder alles in die göttliche Ordnung zu bringen.

Vergebung – Ho`oponopono – Innerer Frieden

Wie geht es dir mit den Unruhen, Kriegen, Naturkatastrophen, Hungersnöten usw. rundherum?

Nie war es wichtiger als in der jetzigen Zeit, sich gut zu schauen, sich immer wieder zu zentrieren, durchzuatmen und zu schauen, wo bin ich noch nicht in Frieden mit mir selber oder mit der Umwelt. Darüber habe ich ja letztes Mal geschrieben.

Dieses Mal möchte ich dich gerne noch an das hawaiianische Vergebungsritual erinnern, das du wahrscheinlich schon kennst. Auch da geht es darum, „etwas“ wieder in Ordnung zu bringen. Und das Gute daran ist, du kannst es auf vielerlei Arten einsetzen: um dir zu vergeben / einem anderen Menschen zu vergeben / im Namen eines anderen Menschen jemanden vergeben, da wir alle miteinander verbunden sind, eins sind.

Hier ein Beispiel, weil es gerade zum obigen Bericht passt:

Liebe Wale, es tut mir leid, dass ich euch brutal getötet habe. Bitte verzeiht mir, dass ich euch nicht so gesehen habe, wie ihr wirklich seid. Ich liebe, ehre und achte euch. Danke für euer Sein.

Und so können wir für alles Leid auf der Welt dieses Ritual machen und so mitwirken, dass die Menschen wieder einsehen, dass nur die Liebe wirklich Frieden bringt.

Mir hilft es gerade sehr, ich sehe mir wenig Nachrichten an, doch wenn ich etwas lese und spüre, dass ich mit Trauer oder Wut reagiere, dann spreche ich dieses Gebet aus bis wieder Frieden in mir einkehrt. Vielleicht hilft es dir ja auch.

Nun wünsche ich dir eine liebevolle und lichtvolle Zeit, bis zum nächsten Mal

Deine Monika