

REIKI

RUNDSCHREIBEN

Ich verändere mich nicht,
indem ich versuche,
etwas anderes zu sein, als ich bin.

Ich verändere mich,
indem ich voll anerkenne,
wer ich jetzt gerade bin.

Zen-Spruchwort

Inhalt

Liebe Reiki Freunde	2
News aus der Reiki –Welt	4
Reiki bei Brustkrebs.....	4
Reiki für die Schweiz.....	5
Informationen über Reiki in den Medien.....	5
Reiki für Skeptiker	6
Bedingungslose Liebe aus menschlicher Sicht.....	6
Vorläufige Seminartermine 1. Halbjahr 2015.....	8
Reikigruppen:	8

Ausgabe Nr. 32

Dezember 2014

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

Und schon geht wieder ein Jahr dem Ende entgegen, Zeit für Rückschau, Reflektion, Abschluss, Spüren, Innehalten, jeder auf seine Weise. Wie war Dein 2014? Konntest Du neue Erkenntnisse gewinnen, vielleicht über dich? Gab es viele Veränderungen im persönlichen oder beruflichen Bereich oder ist alles seinen gewohnten Gang gegangen? Wie lief es in deinen Beziehungen?

Ich fühle mich etwas müde und bin dankbar, dass nun meine Einführungszeit im Pflegeheim abgeschlossen ist, was bedeutet, dass ich nun reduziere von 70 % auf 50 % Arbeitseinsatz. Das gibt mir wieder etwas mehr Raum für meine Seminartätigkeit und was genauso wichtig ist, Raum für mich, für Regeneration, Freundschaften pflegen usw.

In den ersten Wochen war ich sehr betroffen von der Zunahme der Demenzkranken, auch schon in „jungen“ Jahren, seit ich zum letzten Mal in der geriatrischen Pflege tätig war. Zum Teil sind die Bewohner kaum älter als ich. Laut einem Bericht gibt es aktuell (2012) in der Schweiz ca. 113'000 Menschen, die an Demenz leiden. 8 % der über 65-jährigen, 30 % der über 90-jährigen Menschen leiden an Alzheimer (50%) oder einer andern Form der Demenz, und diese Zahlen werden zukünftig zunehmen. Das Thema wird auch in den Medien immer öfters aufgegriffen, sei es in Dokumentationen oder Spielfilmen (nächstens läuft z.Bsp. der Film „Honig im Kopf“ in den Kinos).

Mich hat die Frage beschäftigt, welche Art von Wohnform wäre denn wirklich ideal für Betroffene? Und genau so wichtig, wie können wir verhindern, dass diese Zahlen steigen oder besser gefragt, was können wir tun, damit wir geistig fit alt werden?

Menschen mit Demenz finden sich im Alltag nicht mehr zurecht, sie befinden sich oft irgendwo in der Vergangenheit, verarbeiten so teilweise Konflikte und Emotionen von früher. Ein Ansatz wäre demnach, dass wir dafür sorgen, Konflikte und Emotionen nicht zu verdrängen. So haben wir mit Reiki schon mal eine Chance, wenn wir uns auch fleissig damit behandeln. Ausserdem zeigen sich in der Demenz auch oft die abgelehnten Anteile, die sogenannten Schattenseiten. Plötzlich können sie ausgelebt werden, da die hindernden Glaubenssätze nicht mehr wirken (das macht man nicht usw.) die „Hemmungen“ sind weg, was dann für die Angehörigen wiederum eine Herausforderung sein kann. So ist es sinnvoll, wenn wir uns auch mit diesen Anteilen immer wieder auseinandersetzen, sie liebevoll annehmen, sowie auch unsere Bedürfnisse gut wahrnehmen. Also gut für uns sorgen, uns selber lieben mit all unseren Ecken und Kanten.

Ja, und daran erinnern mich die Bewohner immer wieder, wenn ich sie begleite und beobachte. Es hilft mir auch, sie besser zu verstehen in ihrer Welt. Ich stelle auch immer wieder fest, dass ich ihnen am besten dienen kann, wenn ich gut zu mir schaue, in meiner Mitte bin, in Gelassenheit, Ruhe und Mitgefühl auf sie zugehen kann. Reiki hilft mir sehr dabei, einfach weil es in der Pflege ständig mitfließt. Wenn ich am Morgen zu einem Bewohner ans Bett gehe, berühre ich ihn oft erst einfach kurz mit den Händen bei der Begrüssung, das hilft mir und ihm, uns aufeinander einzustellen, vorzubereiten. Oder ich behandle kurz ein schmerzendes Gelenk und sehe einen überraschten Ausdruck in den Augen oder dem ganzen Gesicht des Bewohners und so kann es passieren, dass ein Mensch, der sonst bei Berührungen aufschreit, dann plötzlich ganz still wird.

Und so kann ich verbinden, was ich anfangs als wie „in zwei Welten leben“ empfand. So habe ich nach einem herausfordernden Jahr das Gefühl, wieder „in meiner Spur“ zu sein, meinen Weg wieder gefunden zu haben, auch mit der Entscheidung, nächsten Herbst eine Coaching-Ausbildung zu beginnen. Darüber mehr im nächsten Jahr 😊.

Ich freue mich sehr, dass ich das Neue Jahr mit einem Kinderseminar starten darf, ihnen Reiki mit auf den Lebensweg geben darf, wundervoll.

Euch wünsche ich einen stimmigen Jahresausklang und für 2015 viele Wundervolle Momente

*In liebevoller Verbundenheit,
Namaste*

Monika



News aus der Reiki -Welt

Immer häufiger höre oder lese ich über erfreuliche Bewegungen in Richtung Zusammenarbeit von Schulmedizin, Komplementär- und Alternativmedizin. So startet im nächsten Jahr in Deutschland eine Klinische Studie:

Reiki bei Brustkrebs

ProReiki, der deutsche Reiki Berufsverband, und eine süddeutsche Universitätsklinik starten Anfang 2015 eine Studie zur Wirksamkeit von Reiki-Anwendungen während der Chemotherapie bei Brustkrebs-Patientinnen.

Die Studie mit etwa 150 Patientinnen läuft über einen Zeitraum von sechs bis sieben Monaten. Während dieser Zeit erhalten die Patientinnen 18 bis 20 standardisierte Reiki-Behandlungen, deren Ergebnisse dann ausgewertet

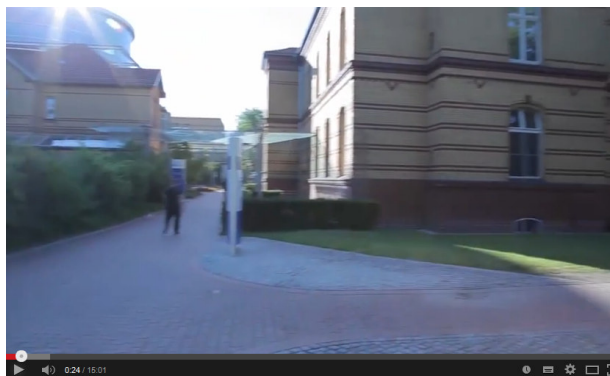
werden. Die Studie wird voraussichtlich über einen Zeitraum von 1 bis 2 Jahren gehen.

Die Ergebnisse dieser Studie werden nach der wissenschaftlichen Auswertung in Fachzeitschriften veröffentlicht und so dem Fachpublikum zur Verfügung gestellt.

Gerne halte ich euch darüber auf dem Laufenden.

Reiki für die Schweiz

In der Schweiz hat sich eine Gruppe von Reiki-Praktizierenden und Lehrern zusammengefunden mit dem Ziel, Reiki vermehrt im Schweizer Gesundheitswesen, in öffentlichen Institutionen und Unternehmungen einzuführen. Ihr erstes Projekt, welches ich unterstützt habe, war eine Hospitation im Berliner Unfallkrankenhaus, wo Reiki schon seit einigen Jahren zu einem festen Bestandteil des Therapieangebotes gehört. So konnten sie wertvolle Erfahrungen und Erkenntnisse aus der klinischen Praxis sammeln. Daraus entstand die Videodokumentation „Reiki im klinischen Alltag“, welches ich Euch hier präsentieren darf:



https://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=nc1OqZV6mgE

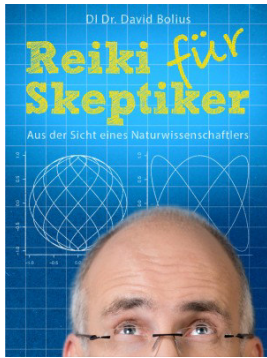
Mit Spannung werde ich diese Gruppe weiter verfolgen und euch auch darüber immer mal wieder berichten. Mehr Infos über die Gruppe findest du auf der Webseite <http://in-besten-händen.ch>

Informationen über Reiki in den Medien

Immer öfters wird auch im Fernsehen über Reiki berichtet oder diskutiert und es erscheinen Artikel über Reiki in Fachzeitschriften, Magazinen usw. So wurde z.B. in der Zeitschrift „Eltern“ über Reiki bei Kindern berichtet siehe unter:

<http://www.eltern.de/gesundheits-und-ernaehrung/medizin/alternative-heilmethoden.html?ttid=2004035&page=7>

Reiki für Skeptiker



Mein Kollege David Bolius hat ein E-Book über Reiki veröffentlicht.

Mehr dazu findest du hier:

<http://www.reikiseminar.net/2014/06/ebook-reiki-fuer-skeptiker/>

Im Zusammenhang mit Reiki sprechen wir oft auch von bedingungsloser Liebe. Letzthin bin ich in einem Buch auf eine Definition von bedingungsloser Liebe gestossen, die mich sehr berührt hat. Ich finde, sie passt gut zu Weihnachten, dem Fest der Liebe, und zu Reiki. Gerne gebe ich es an euch weiter.

Bedingungslose Liebe aus menschlicher Sicht

Eine Definition von Sandy Stevenson, ins Deutsche übertragen von Sigrid Heiermann-Waltjen (ausdrücklich zur Weitergabe empfohlen)

„Ich respektiere deine Entscheidungen, auf welche Weise auch immer du deine Lektionen lernen möchtest.

Ich weiss, dass es wichtig ist, dass du genau der Mensch bist, der du sein möchtest, und nicht der, den ich oder andere erwarten. Es ist mir klar, dass ich nicht weiss, was für dich das Beste ist, obwohl ich vielleicht manchmal meine, es zu wissen.

Ich war nicht dort, wo du warst, und ich habe das Leben nicht aus deinem Blickwinkel gesehen.

Ich weiss weder, welche Lernaufgaben du dir ausgesucht hast, noch wie oder mit wem du sie lösen möchtest, noch welche Zeitspanne du dir dafür vorgenommen hast.

Ich habe nicht aus deinen Augen geblickt – wie könnte ich also wissen, was du benötigst!

Ich lasse dich durch die Welt gehen, ohne deine Handlungen zu beurteilen. Die Dinge, die du sagst oder tust, betrachte ich nicht als Irrtum oder Fehler.

Ich verstehe, dass es viele Möglichkeiten gibt, unsere Welt zu betrachten und zu erfahren.

Ich akzeptiere jede deiner Entscheidungen in jedem beliebigen Augenblick.

Ich fälle keinerlei Urteil – denn wenn ich dir dein Recht auf deine Entwicklung abspäche, so würde ich damit dasselbe auch für mich und alle anderen tun. Jenen, die einen anderen Weg wählen als ich, werde ich deswegen niemals die Liebe verweigern, die Gott mir geschenkt hat, damit ich sie der ganzen Schöpfung schenke.

Wie ich dich liebe, so werde auch ich geliebt. Was ich säe, das werde ich ernten. Es könnte sein, dass ich dich tatenlos sehe und das für wertlos halte, und doch könnte es sein, dass du grossen Balsam in die Welt bringst, wie du so dastehst, gesegnet vom Lichte Gottes.

In Demut beuge ich mich der Erkenntnis, dass das, was ich für mich als das Beste empfinde, nicht auch für dich das Richtige sein muss.

Ich weiss, dass die vielen Rassen, Religionen, Sitten, Nationalitäten und Glaubenssystem unserer Welt uns grossen Reichtum bescheren und wir grossen Nutzen und viele Lehren aus ihnen ziehen können.

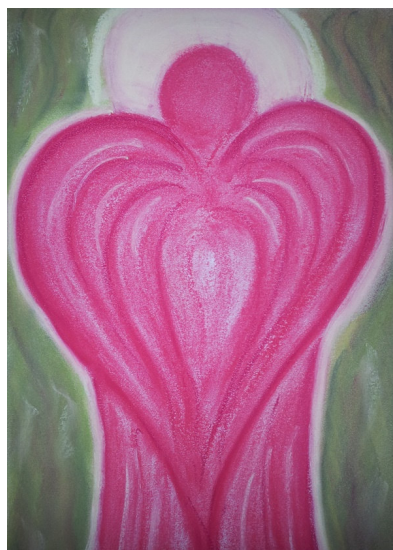
Ich weiss, dass, wenn etwas nur auf eine Art getan werden könnte, es hierzu nur eines Menschen bedürfte.

Ich liebe dich nicht nur dann, wenn du dich so verhältst, wie es meiner Vorstellung entspricht, und wenn du an die gleichen Dinge glaubst wie ich.

Ich begreife, dass du mein Bruder oder meine Schwester bist, auch wenn du an einem anderen Ort geboren wurdest und an einen anderen Gott glaubst als ich.

Die Liebe, die ich fühle, gilt der ganzen Welt Gottes. Ich weiss, dass jedes lebende Ding ein Teil Gottes ist, und tief im Herzen hege ich Liebe für jeden Menschen, jedes Tier, jeden Baum und jede Blume, für jeden Vogel, jeden Fluss und jeden Ozean und alle Geschöpfe in der ganzen Welt.

Ich verbringe mein Leben in liebendem Dienst und bin dabei das Beste ich, das ich sein kann. Ich verstehe die Vollkommenheit göttlicher Wahrheit jeden Tag ein bisschen mehr und werde immer glücklicher in der Heiterkeit bedingungsloser Liebe.“



Vorläufige Seminartermine 1. Halbjahr 2015

Reiki I Kinderseminar

3. Januar 10.00 – 16.00 Uhr herz-atelier, Schloss Roggwil TG

Reiki I Seminare Sa 11.00 – 18.00, So 10.00 – 17.00 Uhr
17./18. Januar herz-atelier, Schloss Roggwil TG
25./26. April St.Gallerstrasse 30, Roggwil TG

Reiki II Seminare Sa 11.00 – 18.00, So 10.00 – 17.00 Uhr
7./8. März herz-atelier, Schloss Roggwil TG
30./31. Mai St.Gallerstrasse 30, Roggwil TG

Initiator (3A) Seminar auf Anfrage

Munay-Ki Workshop 6./7./8. Februar in Roggwil

Fr 16.00 -20.00, Sa 10.00 – 18.00, so 10.00 – 17.00 Uhr
Details unter <http://munay-ki.ch>

Zusätzliche Seminartermine auf Anfrage, auch an Werktagen. Gerne komme ich auch wieder einmal in die Innerschweiz bei Interesse!

Vorträge für Interessengruppen auf Anfrage.

Termine findest Du auch unter: <http://reiki-villa.ch>

Anmeldungen an: Monika Villa, St.Gallerstrasse 30, 9325 Roggwil
071 422 53 83, villa.monika@sunrise.ch

Reikigruppen:

Freienbach SZ, Leitung: Pia Laubscher, Tel. 079 274 94 72, anfragen

Huttwil BE, Restaurant Rössli, jeden ersten Freitag, 20.15 Uhr, Leitung: Barbara Zahnd 079 585 44 10, Werner Schwarz 079 36 59 43

Sevelen SG, Glasürweg 9, jeweils montags, 19.30 Uhr, Sylvia Hemmi 081 740 11 60 oder 076 453 12 80, Termine anfragen