

# Reiki

## HEALING



# 靈氣

En spastisk dreng kunne i sine første leveår ikke rette fingrene ud. Efter en række behandlinger hos Reikimester Sanne Luisa Behrendt i København kan han nu i nogen grad bruge sine hænder. Blandt andet har han lært at skrive på maskine. "Et rent mirakel", siger Sanna Luisa Behrendt, som du kan læse om længere henne i artiklen.

Reiki Healing er af japansk oprindelse og bygger på overbevisning om, at en usynlig livskraft strømmer gennem os og er med til at holde os i live. Når strømmen er svag, udsættes vi for sygdom eller stress, er den stærk, øges vores livskvalitet, helbred og humør. Healingsmetoden adskiller sig fra andre former for healing ved, at behandleren gennemgår en række indvielser for

I vores serie om alternative behandlinger sætter vi i dette nummer fokus på Reiki Healing, der adskiller sig fra andre former for healing ved, at den vordende behandler under uddannelsen fra en Reiki Mester modtager en række indvielser ved en rituel ceremoni. Herved bliver eleven rensset fysisk og mentalt og får åbnet en kanal til modtagelse og videregivelse af universel livsenergi. Principperne omkring healingen kan spores over 2000 år tilbage til Østen og blev i slutningen af 1800-tallet genopdaget af en japansk præst, der satte en bølge i gang over hele verden.

Af Vibeke Steinthal



Grundlæggeren af Reiki Healing, Mikao Usui, var kristen japansk præst

at blive åbnet som kanal og dermed bliver i stand til at påvirke modtagerens livskraft. Reiki består af to japanske ord. Rei betyder "guddommelig kraft" og Ki står for "universel energi".

### Lærdom for enhver

At udøve Reiki Healing afhænger ikke af intellekt eller spirituel udvikling. Enhver, der er motiveret, kan tilegne sig læren, og den er ikke forbundet med nogen speciel religion. Metoden kan anvendes af såvel troende som ikke troende, men en positiv livsholdning, høj etik og næstekærlighed er en forudsætning for vellykket udøvelse af metoden.

Grundlæggeren af Reiki Healing, Mikao Usui, kristen ja-







pansk præst, forkyndte følgende leveregler i forbindelse med sine behandlinger:

*Blot for i dag undgår jeg vrede  
Blot for i dag undlader jeg  
bekymring*

*Jeg vil arbejde med hengivenhed  
Jeg viser andre respekt og godhed  
Jeg er taknemmelig for alt levende  
og for mine oplevelser. De danner  
grundlag for min udvikling.*

Usui levede i sidste del af 1800-tallet, og i sin tid som præst studerede han i en periode gamle buddhistiske skrifter, der beskrev, hvordan mennesket kunne få kontakt med den universelle kraft. Usui slog sig ned i bjergene i tre uger for at bede og meditere, og den 21nde dag mærkede han en åbning af sit kronchakra og blev med ét fyldt af en overvældende energi. Han tog derefter hjem og nedfældede sin nye erkendelse og fire symboler bestående af de japanske skrifttegn for begreberne:

- Kraft
- Psyke
- Fjernhealing
- Det universelle mestersymbol, der formidler fred og indsigt og kun gives til Reiki mestre.

Derefter startede Usui undervisning i Reiki Healing. Reiki-læren bredte sig i begyndelsen af 1900-tallet til Vesten og er i dag en af de mest benyttede alternative behandlinger. I en lang række lande er Reiki så respekteret, at hospitaler med glæde giver behandlere adgang til indlagte patienter. I Danmark er 121 Reiki healere registreret på [www.behandlerlisten.dk](http://www.behandlerlisten.dk)

Behandlingen bibringer modtageren dyb afspænding, udrensning af negativ energi, styrket immunforsvar, mobilisering af egne ressourcer og lindring, i bedste fald fjernelse af symptomer. I alle tilfælde virker healingen dér, hvor modtageren har aller mest brug for den, ofte uden helt selv at være klar over, hvor de ømme punkter findes i såvel fysisk som psykisk forstand.

### Uddannelse

Uddannelse i Reiki er opdelt i tre grader, I, II og III. Undervisningen foretages af en Reikimester.

De to første grader læres på to weekendkurser med tid og mulighed for at træne i intervallet. På det første kursus gennemgår eleven fire personlige indvielser. Første indvielse er for at åbne kanalen til den universelle energi. Indvielsen fokuserer på at



åbne kronchakra, pandechakra og hjertechakra. Anden og tredje indvielse er fysisk og mental rensning, mens den fjerde går ud på at skabe vedvarende forbindelse til at kunne kanalisere energien. Og erfaring viser, at når man først har fået åbnet kanalen, står den til rådighed resten af livet uanset pauser.

Endvidere læres de 37 håndpositioner, og skriftligt materiale tages med hjem. Reiki I gør eleven i stand til at heale sig selv og sine nærmeste, men først efter det følgende kursus regnes det for forsvarligt at kalde sig professionel og tage klienter mod betaling.

På kursus Reiki II finder én indvielse sted, og de tre af symbolerne vises og trænes. Fjernhealing læres og øves, og der gives flere detaljer om håndpositionerne. Reikimester kan man blive på kursus III. I den oprindelige form – under Reiki Alliance – er et forløb over et år, hvor kursisten følger og lærer af en Reikimesters praksis. I hvert fald kræver det intens træning efter kursus II.



r som astrolog og som

**“Det, der virkelig rykker, er når klienten formår og er villig til at ændre adfærd.**

En behandling indledes altid med en samtale. Under selve healingen ligger personen fuldt påklædt på en briks, og healeren lægger sine hænder bestemte steder på kroppen alt efter symptomerne. Der findes i alt 37 punkter, der ikke som med akupunktur er tilknyttet meredianerne, derimod de syv chakrer. Punkterne er fordelt over hoved og begge sider af kroppen. Ved en behandling bruges i reglen max. 15 punkter.

Ved psykiske problemer vil healeren oftest lægge hænderne på hjertechakret og på hovedet ved tindingerne, over øjnene og under baghovedet.

### Søgte livets mening

Reikimester Steen Keller, Herning, som er uddannet efter principperne under The Reiki Alliance, har så travlt med at give og undervise i Reiki Healing, at han ikke får ret meget tid til sine to andre nylige

Life- & Businesscoach. Oprindeligt var han bankmand og arbejdede derefter en årrække med marketing i en sportsklub.

”Jeg har siden mine unge dage været meget optaget af at finde en mening med livet, men det er først for ca. 15 år siden, at jeg begyndte at læse og deltage i kurser og foredrag om det emne og om personlig udvikling,” fortæller Steen og fortsætter:

”Det endelige skub fik jeg, da jeg en dag blev dybt betaget af at læse et interview med den herboende, hollandske Reikimester Padam Christo Blaak, som siden blev min lærer. Mødet med Reiki har været kæmpestort for mig og skabt positive forandringer i mit liv. Alt i universet består af energi, og vi mennesker har udover den fysiske krop et energilegeme, som påvirkes af vore tanker, handlinger og oplevelser. Er vi følelsesmæssigt påvirket af hændelser og har

### Behandlingen benyttes til bl.a.



- |                        |                              |
|------------------------|------------------------------|
| ■ Muskelspændinger     | ■ Træthed, udbrændthed       |
| ■ Hovedpine, migræne   | ■ Hormonbalance              |
| ■ Stress               | ■ Depression                 |
| ■ Fysiske skader       | ■ Angst                      |
| ■ Psykiske blokeringer | ■ Graviditetsproblemer       |
| ■ Høfeber, allergi     | ■ Bivirkninger af kemoterapi |
| ■ Bihulebetændelse     | ■ Nær- og langsynethed       |

**Shuman Resonansen**

To amerikanske forskere fandt i 80'erne og 90'erne videnskabelige beviser for, at en universel energi findes og har forbindelse til jordens magnetiske felt, kendt som "Shuman Resonansen". Forskerne påviste også, at energien kan modtages af et menneske og videregives til et andet.





## Fjernhealing

Ved fjernhealing er Reiki Healere i stand til at sende til et hvilket som helst sted i verden. Optimalt hvis healeren kender modtageren. Knap så stærkt hvis healeren kun har et foto, navn, adresse og problem at gå ud fra. Mindre stærkt men stadig effektivt, hvis healeren kun kender navn, adresse og problem.

bekymringer, forplanter disse negative energier sig i energilegemet, og det skaber ubalance, som efterfølgende bliver til fysiske eller psykiske symptomer.”

Han understreger, at mens kloge mænd og koner efter sigende bruger deres egen energi ved healing, åbner Reiki op for en universel kanal, hvorfra der strømmer en uendelig kraft. Det vil sige, at udøveren ikke bliver udmattet, men faktisk selv oplever healing under behandling af et medmenneske.

”Jeg indleder en behandling med en samtale, hvor jeg stiller spørgsmål for at tune mig ind på personens problemer. Min erfaring er, at selv udefra kommende uheld som piskesmæld eller andre fysiske skader er sket på grund af psykiske svagheder. Jeg får åbnet klientens bevidsthed og giver støtte til en eventuel ændring af livsstil. Det, der virkelig rykker, er når klienten formår og er villig til at ændre adfærd.” Steen er ude for hundredvis af symptomer fra allergi, migræne og tennisalbue til kræft.

Mange vælger alternativ behandling som første prioritet, men han råder altid til at søge lægebehandling samtidig.

### Tankens kraft

”Med hensyn til kræft kan Reiki Healing være en stor hjælp til bivirkninger af kemoterapi, forløbet bliver mere skånsomt, ligesom den kræftsyges almene tilstand forbedres betydeligt.

Reiki er med til at udrense og udnytte kroppens eget fantastiske system. Jeg tør aldrig love

noget, men jeg tror på, at alt kan lade sig gøre. Ofte afhængigt af patientens egen tro, vilje og tankekraft. Jeg går ind for, at den syge skal arbejde med visualisering og bekræftelser.

Somme tider sker der mirakler, andre gange varer det noget, før der kan registreres en bedring. Den største oplevelse i mit liv har udover mine børns fødsler været at få åbnet op for min kanal til den universelle kraft og dermed få lov til at hjælpe mennesker, der frygter, at de ikke kan hjælpes.”

Steen står for kurser i Reiki I, II og III, og han holder desuden kurser i tankens kraft ud fra den spirituelle bestseller ”The Secret”, der opfordrer os til at leve efter loven om tiltrækning. Ved at sende positive tanker ud, tiltrækker vi positiv respons, herunder opfyldelse af ønsker, hvorimod tingene går dårligt, når vi udsender negative tanker. Han bruger de samme principper på sine Reiki kurser. ”Jeg tilhører ikke nogen trosretning, da jeg mener, at religioner er årsag til mange ulykker, og at de er fordømmende. Dog er jeg måske mere troende end de

## ”Reiki er med til at udrense og udnytte kroppens eget fantastiske system”

fleste, da jeg er overbevist om en guddommelig kilde, hvorfra healingsenergi – en ren kærlighedsenergi – kommer.”

### Lykkelig udgang

Charlotte Hillerslev, 39, kørte for fem-seks år siden ned med dyb depression og var sygemeldt i to år, heraf et halvt år på psykiatrisk afdeling.

”Jeg fik ordineret otte forskellige slags medicin og følte mig som i en osteklokke uden nogen interesse for noget. Lægerne mente, at jeg aldrig mere ville kunne passe et arbejde. Ved et tilfælde mødte jeg Reikimester Steen Keller og lod ham prøve at behandle mig. Allerede første gang følte jeg, at der skete noget med mig, og efter fem behandlinger var bedringen helt tydelig. Samtidig blev jeg fyldt af et stærkt ønske om selv at blive Reiki healer og tog trin I og II. I dag har jeg et deltids job og bruger resten af tiden som behandler, men finder også tid til at uddanne mig til energi- og power-terapeut. Antidepressiv medicin rører jeg ikke mere.”

John Kirkegaard, 45 og restauratør, blev alvorligt skadet ved en motorcykelulykke i 1999 og blev rådet til amputation af det ene ben. Det nægtede han at gå med til og gennemgik i stedet hele 18 operationer, dog stadig med udsigt til et liv i kørestol.

”Gennem en sportsklub kendte jeg lidt til Steen Keller, men troede ikke på alternative behandlinger. Han fik mig overtalt til at prøve, og efter en måned kunne jeg støtte på benene. Det første år tog jeg behandling hos ham meget ofte, men efter at jeg kom til at gå næsten normalt, kan jeg nøjes med behandlinger en gang imellem. Jeg er meget lykkelig og taknemmelig for den store hjælp.”

### Livets skønhed

Sanne Luisa Behrendt, Reikimester & lærer med praksis i København og i Spanien, har i mange år arbejdet med alternativ behandling og selvudvikling efter ansættelser inden for blandt andet social- og sundhedssektoren.

Hun har hele livet haft clairvoyante evner, som gør det muligt at give budskaber og energi fra en anden dimension til andre mennesker.

”Et af mine mål er at åbne hjerter til livets skønhed. Mit liv handler om kærlighed, medfølelse, fred og transformation for menneskeheden. Jeg har en dyb overbevisning om, at vi alle har svarene og sandheden inde i os selv. Den skal blot afdækkes, og så skal vi tage ansvar for vores eget liv,” siger Sanne.

Hun har uddannet sig til både psykoterapeut, Kranio-sakral terapeut, NLP mester, Reikime-



ster, shaman og clairvoyant rådgiver m.m. Ofte bruger hun flere metoder i en behandling, og hendes erfaring er, at Reiki Healing er en uvurderlig støtte til såvel de andre behandlingsformer som til lægebehandling.

”Indvielserne på Reikikurserne gjorde stort indtryk på mig. Jeg oplevede en strøm af indre billeder, og jeg husker specielt den ene indvielse, hvor jeg følte, at jeg gik ind i et tempel som var fyldt med et blændende stærkt lys. Og så er jeg ikke i tvivl om, at indvielserne til kontakten med den universelle kraft åbner mulighed for at møde åndelige guider. I min undervisning af Reiki tager jeg aldrig mere end fire elever af gangen. Det er vigtigt med små hold, så der er tid nok til fordybelse. Og i perioden mellem kursus I og II skal kursisterne træne rigtig meget. Når de melder sig til kursus II, tager jeg en samtale med den pågældende for at tune mig ind på, om han/hun er parat, og jeg må nogle gange vælge at udsætte optagelse på kursus II. Efter min mening er det dybt forkert at afholde kursus I og II i træk, sådan som nogle lærere gør. Træning i mindst et halvt år er absolut nødvendigt før II’eren.”



Sanne Luisa Behrendt, Reikimester & lærer har praksis i København og i Spanien. Hun har uddannet sig til både psykoterapeut, Kranio-sakral terapeut, NLP mester, Reikimester, shaman og clairvoyant rådgiver m.m.



Reikimester Steen Keller, Herning, er uddannet efter principperne under The Reiki Alliance. Er også astrolog og Life- & Businesscoach. Oprindeligt var han bankmand.

## ”Det er en stor gave for mig, når folk går glade ud af min dør”

Sanne har erfaret række lidelser og med livets begyndelse og afslutning. ”Jeg har fjernhealet under en fødsel, hvor kvinden skulle have tvillinger. Det forløb fint, og kvinden var meget glad for min støtte. Også døende har jeg hjulpet til at finde mod og fortrøstning.”

### Talrige resultater

Takket være Sannes medfødte evner for clairvoyance, bliver hun under en behandling ofte guidede til de steder, hvor hun primært skal lægge sine hænder. Som omtalt i starten af denne artikel er den spastiske dreng et af de talrige eksempler på Sannes fantastiske resultater. På spørgsmålet om hun kan give et par eksempler mere svarer hun:

”Umiddelbart kommer jeg til at tænke på en yngre kvinde, der er kommet helt ud af anoreksi,

række behandlinger kan han nu leve en normal tilværelse. For at holde den gode tilstand ved lige vælger han dog at kigge forbi hver tredje måned. Det er en stor gave for mig, når folk går glade ud af min dør.”

I sin vindueskarm har Sanne figurer af både Jesus, Jomfru Maria og Buddha. Dog tror hun tror ikke på nogen bestemt Gud, men på kærlighedens kraft og på at det, der skal ske, sker. Hun har besøgt Dalai Lama i Indien og arrangerer jævnligt spirituelle rejser til Peru. Foruden sin konsultation på Amager i København har Sanne praksis på den spanske østkyst. Her er en del af hendes målgruppe hospitalspatienter, idet Spanien er et af de lande, der med glæde tager imod Reikibehandlere og Kranio Sakral-terapeuter. Hun tilbringer i reglen en uge herhjemme hver måned.

Sanne slutter samtalen med en lille historie om, hvordan de clairvoyante evner prægede hendes barndom:

”Som femårig sagde jeg en aften til min mor, at der ville komme en stor eksplosion. Og et par timer efter sprang Valby Gasværk i luften. Alle vinduer i vores lejlighed blev smadret, undtagen det ene, hvor jeg stod med næsen trykket mod ruden. I dag bruger jeg de evner til gavn for andre mennesker.”

Links:

[www.steenkeller.dk](http://www.steenkeller.dk)  
[www.naturhelbreder.dk](http://www.naturhelbreder.dk)  
[www.charlottehillerslev.dk](http://www.charlottehillerslev.dk)  
[www.reiki.org](http://www.reiki.org)

