

REIKI-PRAKTIKER

oder

Meridian-Reiki

nach Charlotte Köhler-Lohmann ®



Inhalt:

Allgemeines

Die fünf Elemente

Element Holz

Element Feuer

Element Erde

Element Metall

Element Wasser

Die Umläufe

Zusammenfassung

Allgemeines

Beim Meridian-Reiki gibt man u. a. Reiki (Lebensenergie) in die Meridiane. Dabei ist es nicht nötig, dass bei der Gabe die Hände auf den Körper des Klienten gelegt werden, sondern es erfolgt eine Verbindung zum Körper über die Aura. Einerseits kann es für den Klienten angenehmer sein, andererseits stört die Berührung des Körpers bzw. der Haut nicht, um Gegebenheiten des Meridianverlaufes zu erspüren. So, ohne hauptsächlich die Berührung, d. h. Körperkontakt, wahrzunehmen, können sehr feine Unebenheiten, Temperaturschwankungen und sonstige Auffälligkeiten des Meridianverlaufes über die Aura erspürt werden. Das Fließen von Reiki durch die Meridiane wird hier mental bewirkt. Durch das darüber halten der Hände, jeweils am Anfangs- und Endpunkt wird das Fließen aktiviert. Wenn die Spannweite nicht ausreicht, wird noch ein Zwischenpunkt festgelegt oder man geht über das zugehörige Organ.

Die fünf Elemente

Die traditionelle chinesische Medizin (TCM) geht von einer „fünf Elemente“ Theorie aus, wobei die Elemente auch als Wandlungsphasen bezeichnet werden. Den Elementen - im Einzelnen sind das:

- Holz
- Feuer
- Erde
- Metall und
- Wasser

sind zusammen 12 Hauptmeridiane zugeordnet. In diesen Meridianen fließt das Qi, die Lebensenergie. Ist der Fluss dieser Energie in irgendeiner Art und Weise behindert, können Krankheiten oder Befindlichkeitsstörungen auftreten.

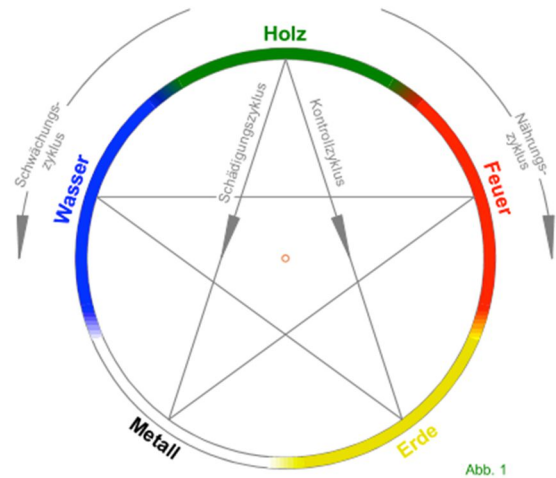
Die Meridiane sind immer paarweise, Yin (weiblich) und Yang (männlich), den einzelnen Elementen zugeordnet. Die Fließrichtung ist bei den Yang-Meridianen von oben nach unten und bei den Yin-Meridianen von unten nach oben. Zu beachten ist, dass die Fließrichtung bei nach oben gestreckten Armen zu betrachten ist. Das heißt, z. B. der Herz-Meridian, ein Yin-Meridian hat den Anfangspunkt in der Achselhöhle und den Endpunkt am inneren Nagelfalzwinkel des kleinen Fingers, also nach oben gehend. Bis auf das Element Feuer, welches 2 Paar besitzt, ist jedem Element ein Paar zugeordnet. Jedem Meridian sind ein oder zwei Chakren zugeordnet, wobei jedem Chakra 2 Meridiane zugehörig sind.

REIKI-PRAKTIKER

Die Elemente sind voneinander abhängig und beeinflussen sich gegenseitig in ihren einzelnen Zyklen (s. Abb. 1).

Im Einzelnen sind das:

- Nährungszyklus
- Schwächungszyklus
- Kontrollzyklus
- Schädigungszyklus.



Element Holz - 木

Meridian: Leber (yin)

Chakra: Stirn

Meridian: Gallenblase (yang)

Chakra: Solarplexus

Farbe: **GRÜN**

Das Element Holz ist die Zeit der Geburt, des Neuanfangs und des Aufbruchs. Die Jahreszeit ist das Frühjahr. Im Osten geht die Sonne auf - der Tag beginnt. Es ist somit auch nicht verwunderlich, dass dem Element Holz - dem Anfang - die Himmelsrichtung „Osten“ zugeschrieben wird. Als Emotion wird der Zorn genannt.

Dem Element Holz sind als Sinnesorgan die Augen zugeordnet und dem zufolge auch das Sehen als Sinn.

Auch werden dem Element Holz als Körpergewebe die Muskeln und Sehnen zugeordnet.

Element Feuer - 火

Meridian: Herz (yin)

Chakra: Herz

Meridian: Dünndarm (yang)

Chakra: Krone

Meridian: Herzbeutel (yin)

Chakra: Sakral

Meridian: 3-Erwärmer (yang)

Chakra: Hals

Farbe: **ROT**

Das Element Feuer hat zwei Meridianpaare.

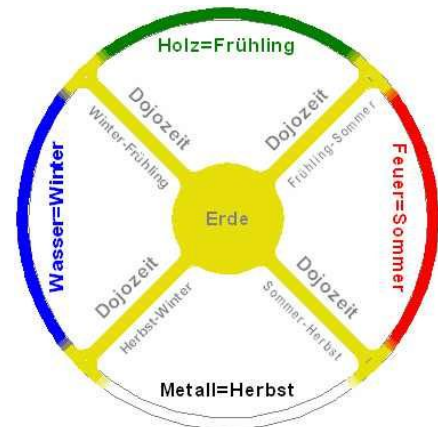
REIKI-PRAKTIKER

Die Feuerzeit ist der Sommer, sie ist die Hoch-Zeit des Jahres, oder auch das junge Erwachsenenalter. Als Emotion für das Feuerelement steht die Freude. Das Jahr ist fortgeschritten, genauso wie auch der Tag und in der Mittagszeit steht die Sonne im Zenit. Es ist bald eine Selbstverständlichkeit, dass dem Sommer bzw. dem Feuerelement der Süden zugeschrieben wird (auch der chinesische Kompass zeigt nach Süden). Hier sind die Blutgefäße als Körpergewebe genannt.

Element Erde - 土

Meridian:	Milz-Pankreas	(yin)	Chakra:	Solarplexus
Meridian:	Magen	(yang)	Chakra:	Wurzel
Farbe:	GELB			

Der Erde wird eine Besonderheit zugeschrieben - die Dojo-Zeiten. Sie sind die Übergänge am Ende eines jeden Elementes in das darauf Folgende und betragen pro Übergang 18 Tage. Dieser Besonderheit liegt ein noch älteres Denkmodell zugrunde. Bei diesem Modell wird der Jahreskreis in 4 Teile, d. h. Jahreszeiten geteilt mit den entsprechenden Dojo-Zeiten dazwischen. Diese Dojozeiten werden dem Element Erde zugerechnet. Hier befindet sie sich im Mittelpunkt. Eine Himmelsrichtung wird dem Element Erde nicht zugeschrieben. Es steht in der Mitte und von hier aus greift die Erde als Dojo-Zeiten an jeden Elementenübergang ein. Im neueren Modell wird dem Element Erde der Spätsommer bzw. der Nachmittag zugeschrieben, wie auch der Sinn „schmecken“. Auch das Mitgefühl als Emotion, sowie das Bindegewebe steht für die Erde. Die Wandlungsphase Erde ist in der chinesischen Kultur ein sehr wichtiges Element.



Element Metall - 金

Meridian:	Lungen	(yin)	Chakra:	Hals, Krone
Meridian:	Dickdarm	(yang)	Chakra:	Stirn
Farbe:	WEISS			

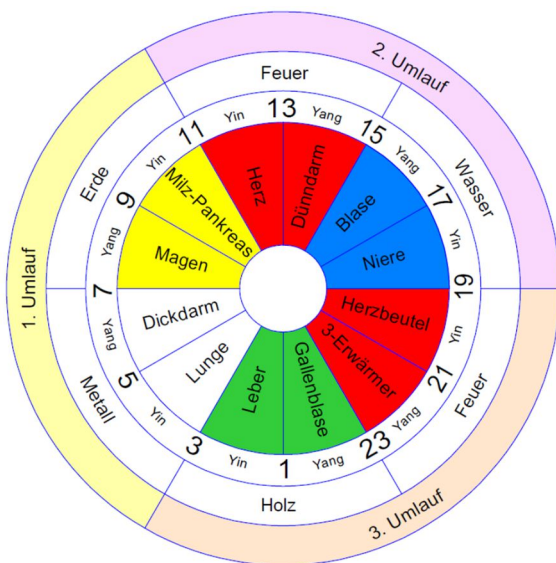
Der Herbst, wofür das Metall steht, ist die Jahreszeit mit der Himmelsrichtung Westen. Der Tag neigt sich dem Ende, die Sonne geht unter. Auch der Anfang des Lebensabends wird hier beschrieben. Die Nase mit ihrem Geruchssinn ist dem Metallelement zugeordnet, sowie die Emotion „Trauer“ und als Körpergewebe die Haut.

Element Wasser - 水

Meridian: Blase Chakra: Sakral, Herz
 Meridian: Niere Chakra: Wurzel
 Farbe: **BLAU**

Das Element Wasser hat den Winter zur Jahreszeit. Passend dazu ist dem Wasserelement das hohe Lebensalter zugeordnet, als Sinnesorgan die Ohren mit dem Sinn „hören“ und als Emotion die Angst. Hier ist der Norden die zugehörige Himmelsrichtung.

Die Umläufe



Die Umläufe sind in der Organuhr manifestiert. Sie beschreiben den Tag nicht nur mit Ihren 24 Stunden, sondern ordnen ihn im 2 Stunden-Rhythmus der aktiven Zeit der 12 Organe mit den dazugehörigen Meridianen zu. Der hochaktiven Phase liegt die Zeit der Ruhephase gegenüber.

Unter Umlauf versteht man den Weg, den das Qi, also die Lebensenergie, in einer bestimmten Reihenfolge durch den Körper nimmt. Die Meridiane werden nacheinander im Fluss der aktiven Phase der Organuhr (z.B. Lunge von 3 Uhr bis 5 Uhr) durchströmt. Auf Grund dessen sind alle Meridiane in der festgelegten Reihenfolge energetisch miteinander verbunden.

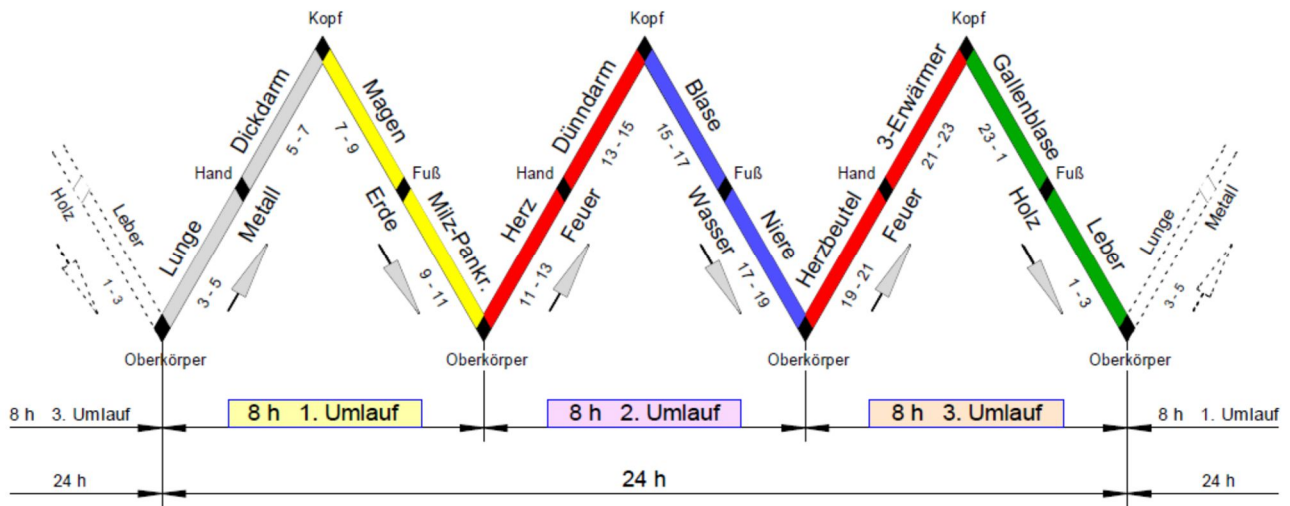
Daraus ergeben sich die oben genannten Umläufe von jeweils 8 Stunden.

D. h. von:

- ☯ 03:00 Uhr bis 11:00 Uhr
- ☯ 11:00 Uhr bis 19:00 Uhr
- ☯ 19:00 Uhr bis 03:00 Uhr.

Die Meridiane haben die Reihenfolge yin ➤ yang ➤ yang ➤ yin, beinhalten immer zwei Elemente mit den zugehörigen 2 Meridianpaaren und die Anfangs- und Endbereiche der Meridiane Oberkörper ➤ Hand - Hand ➤ Kopf - Kopf ➤ Fuß - Fuß ➤ Oberkörper sind gleich. Aus der u. s. Abbildung der drei Umläufe geht der 8 h / 24 h Rhythmus, sowie die Anfangs- und Endbereiche der Meridiane hervor. Hier werden auch die Zusammenhänge der einzelnen Meridiane deutlich.

REIKI-PRAKTIKER



Eine tabellarische Zusammenstellung der einzelnen Umläufe sind in der folgenden Übersicht dargestellt:

1. Umlauf

Meridian	Element	yin-yang	Zeit	Richtung	Verlauf		
Lunge	Metall	yin	03:00-05:00	↑	Oberkörper	→	Hand
Dickdarm	Metall	yang	05:00-07:00	↓	Hand	→	Kopf
Magen	Erde	yang	07:00-09:00	↓	Kopf	→	Fuß
Milz-Pankreas	Erde	yin	09:00-11:00	↑	Fuß	→	Oberkörper

2. Umlauf

Meridian	Element	yin-yang	Zeit	Richtung	Verlauf		
Herz	Feuer	yin	11:00-13:00	↑	Oberkörper	→	Hand
Dünndarm	Feuer	yang	13:00-15:00	↓	Hand	→	Kopf
Blase	Wasser	yang	15:00-17:00	↓	Kopf	→	Fuß
Niere	Wasser	yin	17:00-19:00	↑	Fuß	→	Oberkörper

REIKI-PRAKTIKER

3. Umlauf

Meridian	Element	yin-yang	Zeit	Richtung	Verlauf		
Herzbeutel	Feuer	yin	19:00-21:00	↑	Oberkörper	→	Hand
3-Erwärmer	Feuer	yang	21:00-23:00	↓	Hand	→	Kopf
Gallenblase	Holz	yang	23:00-01:00	↓	Kopf	→	Fuß
Leber	Holz	yin	01:00-03:00	↑	Fuß	→	Oberkörper

Zusammenfassung

Das Meridianreiki ist eine sehr interessante Form von Reiki. Vom Anfangspunkt der Meridiane angefangen über deren Verlauf bis zum Endpunkt, die dazugehörigen Chakren und die philosophischen Betrachtungen der Wandlungsphasen. (In der vorliegenden Beschreibung sind einige Eigenschaften bzw. Zuordnungen genannt worden) All diese Informationen beeinflussen den Menschen in seinem Werdegang und Leben. Betrachtet man alle Informationen, so ergibt sich eine Vielzahl von Abhängigkeiten, die individueller nicht sein können.