

Reiki Energiearbeit

Interview mit Tanmaya Honervogt, Reiki-Meisterin und Bestseller Autorin

Tanmaya, du praktizierst Reiki seit über 20 Jahren und bist international als Reiki Meisterin und Seminarleiterin tätig. Wie kamst du selbst zu Reiki?

Tanmaya: Das war im Sommer 1983 – ich verbrachte meine Ferien in Kalifornien. Ich war Anfang dreißig und hatte in den Jahren zuvor einige Meditationskurse und Selbsterfahrungsgruppen besucht. In Deutschland arbeitete ich als Lehrerin, was mich jedoch persönlich nicht erfüllte. Seit längerem spürte ich den dringlichen Wunsch mein Leben zu verändern, einen anderen Weg zu gehen. Ich hatte noch keine Vorstellung von dem ‚wie?‘ oder ‚wohin?‘ – nur eines wusste ich ganz bestimmt: Ich wollte lernen mit meinen Händen zu heilen. Dieses Anliegen führte mich in die verschiedensten Heilungs-Gruppen in Berkeley, Kalifornien.

Ein Workshop, an dem ich teilnahm, gab meinem Leben und meiner Zukunft schließlich eine bedeutende Wende. Ich traf auf eine Frau, die gerade einen Reiki Kurs beendet hatte. Sie beschrieb Reiki mit den folgenden Worten: „Du legst deine Hände auf den Körper, es wird sehr heiß und es fühlt sich gut an.“ Das hat mich so fasziniert, dass ich mich sofort für den Kurs „Reiki erster Grad“ anmeldete. Nach meiner Einweihung gab ich mir selbst für die nächsten drei Monate, jeden Tag eine Reiki Behandlung. Das ist ein schöner Aspekt von Reiki – das du dich selbst behandeln kannst – und nur so beginnt Heilung.

Während meiner Selbstbehandlung machte ich sehr tiefe innere Erfahrungen. Ich fühlte, dass Reiki genau das war, nachdem ich immer gesucht hatte. Nicht nur was Heilung auf der körperlichen Ebene betrifft, sondern auch emotional und spirituell. Ich wusste, ich war angekommen und Reiki wurde zu meinem Weg.

Die Erfahrung von Reiki ist natürlich für jeden anders, doch fast immer hat es eine sehr transformierende Wirkung auf verschiedensten Ebenen. Wenn du Reiki bekommst, betrittst du einen tiefen, entspannenden Raum, in dem das Unterbewusstsein deinem bewussten Verstand Botschaften vermitteln kann. Dies geschieht oft in Form von Bildern, Farben, Erinnerungen oder durch Worte. In diesem Raum hat Veränderung nichts Bedrohliches – ganz im Gegenteil: die eigene Wahrheit erscheint einfach und klar, eine Einladung zum Leben.

Und was bedeutet Reiki für dich heute?

Tanmaya: Reiki bedeutet für mich immer wieder mit meinem eigentlichen Wesen, mit meiner Essenz in Kontakt zu kommen und zu spüren: „Es ist alles da.“

Ich selbst gebe mir jeden Morgen und jeden Abend Reiki. Das ist wohltuend für meinen Körper und meine Seele. Die Reiki Energie ist täglich neu, erfrischend und inspirierend in meinem Leben. Für mich entsteht durch Reiki ein enger Kontakt mit dem eigenen inneren Wesen. Dieses Sich-Verbinden mit dem „Inneren Selbst“ ist nährend und gesundheitsfördernd. Das versuche ich auch in meinen Reiki Seminaren zu vermitteln.

Die Reiki Arbeit in meinen Trainings und Einzelbehandlungen bietet mir eine Form, in der ich mich hingeben und mitteilen kann. Für dieses Geschenk bin ich sehr dankbar.

In deiner Arbeit erweiterst du das traditionelle Usui Reiki und integrierst dabei Meditation, Entspannung und Körperbewusstsein. Du nennst dies „Inneres Reiki“. Wie hat sich diese Form entwickelt?

Tanmaya: Ich bin seit 1981 mit Osho und seitdem spielt Meditation und Körperbewusstsein in meinem Leben eine zentrale Rolle. Mein eigener spiritueller Weg beeinflusste meine Reiki Arbeit von Anfang an, ebenso wie meine zusätzlichen Ausbildungen in Aura Soma, Bachblüten und Psychic Massage.

Die Teilnehmer meiner Seminare fühlen oftmals eine völlig neue, ihnen bisher unbekannte Dimension, eine Erweiterung in sich, die sie tief berührt und nährt. Meine Erklärung dafür ist, dass Reiki ein einfacher Weg nach innen ist und die Sehnsucht nach dem Kontakt mit sich selbst stillt.

Meine Reiki Studenten fragten mich immer wieder nach Übungen und Meditationen zum „Mit-Nachhause-Nehmen“. Sie wollten die gemachten Erfahrungen festigen und erweitern. Daraus entwickelte sich schließlich eine Fülle von Meditationen und harmonisierenden Übungen, die diesen Prozess unterstützen. Reiki und Meditation sind natürliche Partner, in deren Anwendung die Stille und Weisheit des Körpers ihren Ausdruck findet. In den Reiki Retreats und -Intensivseminaren arbeiten wir auch mit anderen feinstofflicheren Methoden wie Chakra Harmonisierung, Energieausgleich, „intuitivem Reiki“ und Gruppenbehandlung. Die Verbindung dieser verschiedenen Ebenen vertieft die Qualität der Reiki Energie und des Austauschs.

Deinen Reiki Schülern bietest du jährlich einen so genannten ‚Reiki Quest‘ an. Im vorletzten Jahr hast du eine zwölköpfige Gruppe von Reiki Studenten und Reiki Meistern aus England nach Japan geführt. Was waren die wichtigsten Eindrücke dieser Reise zum Ursprung von Reiki?

Tanmaya: Das wohl für alle nachhaltigste Erlebnis war ein Tag auf dem Mount Kurama. Das ist der Berg, auf dem Dr.Usui einundzwanzig Tage meditiert und gefastet hat. Am letzten Tag wurde ihm dann in einer Art Trance alles Wissen über Reiki und die Bedeutung der Symbole und deren Anwendung übermittelt. In diesem außergewöhnlichen Energiefeld verbrachten wir den ganzen Morgen gemeinsam in Stille und Meditation. Am Ende bildeten wir einen Heilkreis, sangen das Mantra OM und sendeten eine Fernheilung an einen japanischen Reiki Meister, der nicht mitkommen konnte, da er sich tags zuvor verletzt hatte. Dies öffnete die Herzen aller Teilnehmer auf unbeschreibliche Weise und berührte jeden sehr tief. Ein japanischer Arzt, der uns mehr zufällig begleitete, fing sogar an zu weinen – ein für einen japanischen Mann sehr ungewöhnliches Zeugnis seiner Gefühle. Es ist schön zu erfahren, dass die Qualität und Energie von Reiki uns immer wieder auf unser letztendliches ‚Einssein‘ hinführt, unabhängig von der kulturellen oder nationalen Herkunft.

Tanmaya Honervogt ist Reiki-Meisterin und Buchautorin.

Ihr Bestseller „Reiki - Gesundheit und Harmonie durch die Heilkraft der Hände“, Innenwelt Verlag, Köln, ist bisher in 18 Sprachen erschienen.

Tanmaya praktiziert seit über 21 Jahren Reiki. 1995 gründete sie in Devon/England die „School of Usui Reiki“. Sie gibt Seminare und Vorträge in Europa, Japan und den USA. Nach 10 Jahren in England kehrte sie im vergangenen Jahr nach Deutschland zurück und lebt derzeit in Köln.