

Zu den Wurzeln des Reiki

Eine Reise nach Japan

Über die Ostertage 2018 fuhr Reiki-Meister/-Lehrer Volker Höh mit einer Reiki-Reisegruppe unter Leitung von Frank Arjava Petter in das „Land der aufgehenden Sonne“. Für das Reiki Magazin berichtet er von seinen Eindrücken aus dem Ursprungsland der Reiki-Methode.



Traditionelles Reinigungsritual an der Kannon-Statue.

„Zum Frühstück kamen immer alle im Kimono ...“



Nach einem inspirierenden Gespräch mit Ute Vetter auf einem ProReiki-Treffen sagte sie zum Abschluss zu mir: „Übrigens, wir fahren zur Kirschblüte nach Japan und machen eine Reise zu den Wurzeln von Reiki, mit Arjava Petter als Reiseleiter. Die Reise war eigentlich schon ausgebucht, aber gerade ist wieder ein Platz frei geworden. Wenn du mitfahren möchtest und mir morgen früh bescheid gibst ...!“

Meine spontane Antwort war: „Unser Haus haben wir auch samstags besichtigt und sonntags gekauft. Warum also nicht? Wenn meine Frau einverstanden ist, dass ich die Urlaubskasse plündern darf!“

Und meine Frau sprach den nachdenkswerten Satz: „Ich weiß, du wirst verändert zurückkommen, aber dieser Platz ist für dich, und du solltest fahren!“

Auf nach Japan!

Das hatte ich mir schon lange gewünscht: Den Kurama-Berg besteigen, die Zen-Klöster besuchen und dort meditieren. Ich hatte mehrfach viel darüber gelesen, gehört und in Filmen gesehen. Aber das alles am eigenen Leib erfahren zu können ... das „alte Japan“ erleben, erfüllen zu dürfen – ein Traum, der schon lange vor Reiki in mir war, sollte nun in Erfüllung gehen!

Also hieß es: Koffer packen, und auf zur Kirschblüte nach Japan, zusammen mit 20 Gleichgesinnten aus den USA, Kanada, Holland und Deutschland! Eine bunte Truppe, die vom ersten bis zum letzten Moment an super miteinander harmonierte.

Wir flogen von Frankfurt nach Osaka, wo uns die amerikanischen Teilnehmer schon erwarteten und die Klein-

busse bereit standen, um uns direkt zum Kurama-Onsen-Hotel zu fahren. Erwartungsvoll schaute ich die ganze Fahrt aus dem Fenster und war erst einmal enttäuscht: Nichts als Beton und Autos. Diese waren zwar alle blitzblank geputzt (was auch überall und die ganzen zwei Wochen so blieb) – aber weit und breit war nichts zu sehen von Tempeln und Samurais. Doch dann plötzlich änderte sich das Landschaftsbild, und wir waren in der Bergregion von Kurama: Natur pur! Ein Aufatmen ging durch die ganze Gruppe. Im Hotel galt es nur noch schnell, Kimono-Größen zu checken und sich auf die Gruppenzimmer zu verteilen. Danach gab es kein Halten mehr:

KURAMA, WIR KOMMEN!

Reinigungsrituale und heiße Quellen

Auf dem Weg dorthin gab es die ersten Erläuterungen von Arjava, der uns überall mit seinen Kenntnissen half, diese Welt etwas besser verstehen zu lernen. Andachtsvoll begannen wir mit dem traditionellen Reinigungsritual an der Kannon-Statue (der omnipräsenten Figur für Liebe und Mitgefühl) am Eingang der Tempelanlage. Und dann auch schon ein erstes Mal auf den Energieplatz vor dem Haupttempel! Dass „ich“ jetzt „hier“ stand, war immer noch ein total unwirkliches Gefühl. Doch selbst wenn ich mich zwickte, wachte ich nicht aus einem Traum auf, sondern stand hier und jetzt, ziemlich lebendig: *Gerade heute!*

Die ersten Tage ging es dann gleich zur Sache, mit meinem Traum vom „alten Japan“: Schlafen auf dem Futon und Essen mit Stäbchen auf dem Boden im Knien (oder mit sonstigem Beine-verknoten). In unserem Männerzimmer fiel das Wort vom „Chaos-Camping“ – aber alle überstanden die ungewohnten Herausforderungen mit guter Laune und Humor: *Ärgere dich nicht!* (z.B. über schnarchende Mitbewohner – aber die Frage bleibt: Wieso hört man eigentlich immer nur die anderen schnarchen, und nie sich selbst?)

Zur „Belohnung“ ging es dann jeden Abend in die heißen, mineralstoffreichen Quellen – ein wunderbares Entspannen unter freiem Himmel!

Nächtlicher Vollmond

Diese ersten Tage vergingen wie im Fluge. Zum Frühstück kamen immer alle im Kimono ... ein herrliches Bild! Anschließend wieder auf den Kurama. Über 20 Tempel und Schreine, das Museum, Zeremonien und Meditationen – alles wurde förmlich von mir aufgesogen, und ich konnte nicht genug bekommen. Und einmal noch nachts bei Vollmond – die Zedern dufteten un-nachahmlich, der Mond leuchtete strahlend über ▶



Auf dem Kurama-Berg, in der Gegend, wo Mikao Usui wohl eine erleuchtende Erfahrung hatte.

„Zum Abheben schön ...“





Wunderschöne Tempel, Gärten und Plätze.

Auf dem zentralen Energieplatz am Kurama-Berg.



Alle Fotos dieses Artikels © Volker Höh, außer Foto hier rechts © Anja Mays und Foto S. 47 unten © Ikuko Hirota.

dem ganzen Berg, und ich stand ganz allein auf dem Energieplatz. Zum Abheben schön!

Nur waren im Hotel Ausflüge bei Nacht offenbar nicht vorgesehen. Als ich zurückkam, war der Eingang über der Brücke mit einem Tor und einer Eisenkette verschlossen. Aber das hielt mich nicht ab: *Mach dir keine Sorgen!* Scheinbar hatte ich vom Meditieren Flügel bekommen und konnte unbeschadet über alle Hindernisse hinwegklettern.

Unterwegs in Kyoto

Nun ging die Reise weiter nach Kyoto. Hier erwartete uns ein modernes Hotel mit Einzelzimmern. Auch konnte man erstmals einigermaßen die Koffer auspacken – obwohl, angesichts der Größe der Zimmer, Schränke auch hier offenbar nicht vorgesehen waren. Die Schuhe mussten am Eingang nicht mehr ausgezogen werden, und es gab normale Betten und Frühstück auf Stühlen, in unserer gewohnten Kleidung. Ach, wie langweilig!

Aber das Programm war genau das Gegenteil und brachte uns zum Staunen. Und Müdigkeit schien es nicht zu geben, bei all den schönen und immer wieder überraschenden Plätzen, Tempeln und Gärten. Überall halfen die tiefen Erklärungen von Arjava, dem keine Frage zu keiner Zeit zu viel war. Und erstaunlich war es, immer wieder Zusammenhänge darin zu erkennen, warum, weshalb und wozu wir in unserem Reiki viele Dinge tun, die sich aus der japanischen Kultur und der damaligen Zeit her erklären. Ich habe vieles neu verstanden und einordnen gelernt, und ich fühle mich mit diesem Wissen bestätigt und angereichert in meinem Leben mit Reiki.

Dazu trug auch ein (freiwilliges) Vier-Tage-Seminar im Jikiden Reiki Institut von Tadao Yamaguchi bei. Shoden (1. Grad) und Okuden (2. Grad) konnten so erlernt bzw. wiederholt werden. Für mich stellte das eine gelungene Ergänzung zu meiner westlichen Ausbildung als Meister und Lehrer dar.

Einer der Höhepunkte der Reise war für viele die angeleitete Zen-Meditation im Kennin-Ji Tempel ... die Zeit verging wie im Fluge.

„Sehen Sie Ryoanji ...“

Und endlich: der Ryoanji Garten! Darüber hatte ich zu einem früheren Zeitpunkt schon einmal eine Komposition auf CD eingespielt, die 1996 von dem englischen Komponisten David Graham für die New Yorker Sängerin Christina Ascher und mich komponiert worden war: „Sehen Sie Ryoanji“ (CD 2009-1, Aurea Vox). Seit dieser Zeit wollte ich dorthin ...

In diesem Meditationsgarten liegen insgesamt 15 Steine, und, egal aus welchem Blickwinkel man sie anschaut: immer sieht man nur 14. Ein wunderbares Gleichnis für jeden und vieles in unserer eigenen Wirklichkeit. Ein weiteres kleines Juwel: der Glücksbrunnen „Tsukubai“, das Handwaschbecken vor der Teezeremonie. Frei übersetzt ist darauf zu lesen: „Wenn du Zufriedenheit lernst, bist du reich.“ *Sei dankbar und tue alles, was du tust, mit ganzem Herzen.*

Neben stilisierten Schwertkämpfen durften wir eine Teezeremonie der besonderen Art im Iwashimizu Hachimangu Tempel erleben: Eine der fünf am kaiserlichen Hof zugelassenen Geishas zelebrierte im Klosterhof eine Tanzeinlage und die Matcha-Tee-Zubereitung. Lecker! Wahnsinn! Oder besser: Sugo!

Taniai – Usuis Geburtsort

Am vorletzten Tag fuhren wir nach Taniai, dem Geburtsort von Mikao Usui. Die Zeremonie in dem Tempel, der damals zugleich auch Usuis Schule war, schaffte es, eine innige Rückverbindung zu ihm herzustellen.

Sei nett zu deinen Mitmenschen wurde vom Veranstalter Frank Arjava Petter und der Organisatorin Gudrun Bielefeld wunderbar gelebt. Ein großes Dankeschön für diese unvergesslichen Tage! Ob und wie mich diese zwei Wochen nun spürbar verändert haben, müsst ihr meine Frau fragen! Sicher weiß ich: Mich hat die Reise mit Reiki verändert – und wird es weiterhin tun. Wie heißt es in einer japanischen Werbung: Nichts ist unmöglich!



„Der Zugang zur japanischen Kultur fällt hier leicht.“

Ich kann nur sagen, dass ich schon zu sparen angefangen habe, damit die Reisekasse beim nächsten Mal für meine Frau und mich gemeinsam reicht 😊

Gruppenfoto mit Geisha



Volker Höh, professioneller Gitarrist, Reiki-Meister/-Lehrer, Mitglied bei ProReiki – der Berufsverband e.V. Seit seiner frühen Jugend interessiert er sich für Musik und ZEN. Ersteres wurde für ihn zum Beruf, letzteres zur Passion, die sich heute für ihn vor allem in seiner Reiki-Arbeit zeigt. Er ist in beiden Bereichen international tätig, u.a. als Kulturbotschafter für das Goethe-Institut. Zusammen mit Michaela Weidner veröffentlichte er 2017 die CD „Meditationen für dich“.

Kontakt & Info:
www.reiki-montabaur.de