

Geleitwort der englischen Ausgabe

Was ist Heilung? Das ist eine Frage, die wir uns alle von Zeit zu Zeit stellen, vor allem dann, wenn jemand, der uns nahesteht, oder wir selbst vor einem Gesundheitsproblem stehen. In den letzten drei Jahren meines Kampfes mit Brustkrebs ließ sich diese Frage für mich unmöglich ignorieren. Obwohl mir als Reiki-Praktizierende und -Lehrerin mit mehr als sechzehnjähriger Erfahrung Meditation und gesundem Lebensstil so selbstverständlich geworden sind wie das Atmen, erwies sich mir diese Frage doch als so schwierig, so komplex und so frustrierend, dass es Zeiten gab, in denen ich mir kaum noch vorstellen konnte, sie jemals beantworten zu können. Und doch finden Sie auf den Seiten dieses Buches, das Sie in diesem Moment vor sich halten, eine sehr klare, sehr aufrichtige, sehr reale Antwort.

Dieses Buch ist - in einem Wort gesagt - außergewöhnlich. In einem Satz gesagt: Legen Sie Ihren Sicherheitsgurt an, denn dieses Buch wird Ihr Leben verändern. Vor allem verdanken wir dies jenem außergewöhnlichen Menschen, der es verfasst hat: Frans Stiene. Sein Körper, sein Gemüt und sein Geist sind von Licht, Mitgefühl, Weisheit und Freude durchdrungen. Seine heilende Gegenwart breitet sich überall hin aus und wirkt ansteckend. Diejenigen, die ihn kennengelernt oder seine Klasse besucht haben, wissen, was ich meine. Wer sich nun hier auf seine Worte einlässt, wird das auch bald erfahren können.

Ich bezweifle, dass ein anderer Mensch auf diesem Planeten besser dazu geeignet ist, alte japanische Lehren in die moderne Welt zu bringen. Dieser Mensch hat sich voll und ganz der Lehre Mikao Usuis verschrieben. Und selbstverständlich hat Frans die Reiki-Praxis genutzt, um sich selbst zu heilen - genauso wie viele andere, die diesen Weg gehen.

Natürlich bin ich in hohem Maße voreingenommen. Ich habe Frans vor über acht Jahren kennengelernt, und von dem Moment an, in dem ich ihm begegnete, hat er mein Leben verändert. Anfangs ging es nur darum, das in meiner Arbeit mit Tieren umzusetzen, was ich bei ihm lernte. Gleich beim ersten Mal als ich seine Klasse besuchte, gingen mir eine Menge Lichter auf: ‚Oh ja, das ist genau das, was dieser Hund mir erzählen will‘ oder ‚Oh ja, das ist genau das, was jenes Pferd mir zeigen möchte.‘ Durch Frans' Perspektive fand ich nun Worte, die tiefgreifenden Heilungserfahrungen, die sich in den meditativen Reiki-Behandlungen mit meinen Tieren einstellten, zu beschreiben. So wurde ich als Lehrerin für Reiki für Tiere bedeutend besser.

Ich bin außerdem voreingenommen, weil ich weiß, dass sein Unterricht mir geholfen hat, meinen Krebs zu besiegen. Ich ahnte noch nicht, dass in wenigen Jahren, in denen ich mich Frans' Lektionen widmete, sie beherzigte und übte, seine Botschaften mir auch dann als Leitstern dienen sollten, als ich so schroff mit der eigenen Hinfälligkeit konfrontiert wurde. Nicht weil ich mir das gewünscht hätte, sondern weil der Krebs mich zwang.

Ehrlich gesagt kann ich mir nicht vorstellen, wie ich es ohne die weise und sichere Führung von Frans mit all diesen Krebsoperationen und Therapien geschafft hätte. Ohne die spirituelle Unterstützung und das Positive, das er ausstrahlt. Ohne die täglichen, manchmal sogar stundenlangen Meditationsübungen, die er mich lehrte. Heute bin ich wieder stark. Ich bin geheilt. Und ich bin zu einhundert Prozent davon überzeugt, dass Frans' Botschaften eine breite Öffentlichkeit verdienen, denn sie sind *das* Gegenmittel unseres Leidens. Ich fühle mich sehr geehrt, Ihnen heute dieses Buch vorstellen zu können!

Dieses Buch handelt nicht davon, wie man alle Schwierigkeiten des Lebens vermeidet, sondern es ist ein Leitfaden zu echter und dauerhafter Heilung und Gesundheit - unabhängig von äußeren Umständen und Herausforderungen, in denen sich jemand gerade befinden mag. Es ist eine Erkundung der Techniken Mikao Usuis, nicht nur aus intellektuellem Blickwinkel, sondern, viel bedeutender, auf der Grundlage von Erfahrungen. Usui Sensei wollte uns lehren, was Heilung wirklich ist, und er hat uns dazu viele Orientierungshilfen hinterlassen, von denen im Verlauf dieses Buchs im Einzelnen die Rede ist. Darüber hinaus lädt dieses Buch aber auch dazu ein, sich von vorgefassten Meinungen über Leben und Getrenntheit zu verabschieden und unser Bewusstsein auf Verbundenheit und Einheit hin zu erweitern.

Lassen Sie dieses Buch zum Zündfunken werden, der Ihre spirituelle Meditationspraxis mit neuer Leidenschaft befeuert. In aller Einfachheit wird dieses Buch Ihnen den Weg zurück zu Ihrer eigenen wahren Natur weisen, der Tiefe Ihres Herzens und Ihres Wesens. Ich denke, Mikao Usui würde sehr stolz darauf sein.

Kathleen Prasad

Gründerin von Animal Reiki Source, Mitbegründerin von The Shelter Animal Reiki Association, Autorin von *Reiki for Dogs* und Mitautorin von *The Animal Reiki Handbook* und *Animal Reiki*

San Rafael, CA, February 2015