



Mitgliedervorstellung: Gesundheitspraxis Vareltzis

## Description

### Gesundheitspraxis Vareltzis

Reiki Mitglied im Pro Reiki Berufsverband

**Praxis: 99867 Gotha, Leesenstr. 20**

**Mobile: [01782615791](tel:01782615791)**

**E-Mail: [gesundheitspraxis-vareltzis@gmx.de](mailto:gesundheitspraxis-vareltzis@gmx.de)**

---

VITA

Mein Name ist Panajiotis Hans Vareltsis. Ich wurde am 14.04.1961 in Solingen geboren und habe eine Tochter.

1973 habe ich mit Judo und Aikido angefangen.

1975 lernte ich einen Japanischen Lehrer für Kiko und Aikido sowie Buddhismus kennen. Dieser Lehrer führte mich in die fernöstliche Gedankenwelt ein und lehrte mir die Grundlagen von Kiko und Buddhismus.

1995 begann ich mit der Reiki Ausbildung und beendete diese umfangreiche Ausbildung 1997 als Reiki Meister/ Lehrer. 2010 absolvierte ich eine Ausbildung als Sportmasseur. Seit 2014 praktiziere ich in Thüringen. 2020 eröffnete ich eine Praxis in Gotha.

## Die Geschichte von REIKI

Das „Usui-System der Natürlichen Heilung“ wurde im 20. Jahrhundert von Japaner Mikao Usui entdeckt und entwickelt.

Mikao Usui wurde am 15. August 1865 in dem kleinen Dorf Taniai im Landkreis Yamagata in Japan geboren. In jungen Jahren studierte er im buddhistischen Tendai-Tempel auf dem heiligen Berg Kurama nördlich von Kioto Kiko. Kiko ist die japanische Variante des Qi Gong und beinhaltet eine Reihe von Übungen, die dazu dienen sollen, durch Meditation, Atemtechniken und Bewegung die Gesundheit zu verbessern. Bei diesen Übungen wird ein Vorrat an Lebensenergie innerhalb des eigenen Systems aufgebaut, um diese dann durch Handauflegen zu Heilzwecken weiter zu geben.

Anders als bei Reiki wird beim Kiko jedoch auch der eigene Energievorrat erschöpft, da Kiko sich auch der persönlichen Energie bedient. Diese Tatsache war einer von vielen Gründen, die Usui inspirierten, nach anderen Heilmethoden zu suchen. Usui reiste auf seiner Suche nach Wissen durch ganz Japan, China und Europa. Er wollte möglichst viel Wissen sammeln und studieren und belegte an verschiedenen Universitäten Kurse in Medizin, Psychologie, Religion und Spiritueller Entwicklung. In dieser Zeit schloss er sich auch einer metaphysischen Gruppe an, die sich Reijyutoka nannte und mit wissenschaftlichen Hintergründen verschiedener spiritueller Traditionen beschäftigte.

Parallel zu seinen Studien arbeitete Usui einige Jahre lang als Sekretär des Ressorts für Gesundheit und Wohlfahrt in Kioto und als selbstständiger Geschäftsmann.

1922 ging Usui schließlich zu dem Kloster auf dem Berg Kurama zurück, wo er als junger Mann studiert hatte. An diesem Kraftort verbrachte er 21 Tage lang alleine mit einer bestimmten Art der intensiven Meditationen, er fastete, sang, betete und meditierte. Am Morgen des 21. Tages erlebte Usui während einer seiner Meditationen eine umfassende spirituelle Erfahrung: Ein großes und starkes geistiges Licht drang in seinen Kopf ein und Usui erlebte einen Moment der vollkommenen Erleuchtung. Das Licht, das er gesehen hatte, war die Reiki-Energie, die als Form einer Einstimmung zu ihm kam.

## Die Entwicklung des Reiki-Systems unter Usuis Leitung

Mikao Usui praktizierte Reiki zunächst an sich selbst und an Mitgliedern seiner Familie. Inspiriert durch seine Erfahrung ging er im April 1922 nach Tokio, wo er die „Usui Reiki Ryoho Gakkai“ (Gesellschaft für das Heilen durch Usui-Reiki) ins Leben rief. Außerdem eröffnete er in der Nähe des Meiji-Schreins in Tokio eine Reiki-Klinik, wo er begann, Vorlesungen zu halten und Reiki zu praktizieren.

Schließlich unterteilte er sein System in sechs Ausbildungsebenen oder Grade. Diese sechs Ebenen nummerierte er in umgekehrter Reihenfolge, also anders als im Westen üblich. Die ersten vier Ebenen, also sechs bis drei, wurden zusammengefasst Shoden (Eingangsstufe) genannt und entsprechen unserem heutigen ersten Reikigrad. Entsprechend werden bei Reiki I heute auch vier Einweihungen gegeben, eine für jede Ebene. Ebene zwei und eins nannte Usui zusammengefasst

Okuden (Lehre des Inneren); sie entsprechen dem heutigen Reiki II. Der heutige Meistergrad oder Reiki III entspricht einer zusätzlichen Ausbildungsstufe, die Shinpiden genannt wurde und die Usui nur an ausgewählte persönliche Schüler weiter gab.

1925 eröffnete Usui eine wesentlich größere Klinik in Nakano, Tokio und reiste durch ganz Japan, um Reiki zu verbreiten. In dieser Zeit bildete er rund 2000 Schüler und 16 Lehrer aus. Ziel Usuis war es, Reiki allen Menschen zugänglich sein und sich auf der ganzen Welt verbreiten sollte. Seiner Meinung nach sollte jeder die Möglichkeit haben, das Göttliche zu erfahren, sodass es allen Menschen möglich ist, mit ihren Nächsten an der Verbesserung unserer Welt zu arbeiten. Durch seine Hilfen und seinem selbstlosen Einsatz erlangt Mikao Usui auch die Anerkennung durch die Regierung und man verlieh ihm die Kun San To Auszeichnung für seine Verdienste an den Mitmenschen und damit verbunden die Ehrendoktorwürde.

Am 9. März 1925 starb Dr. Mikao Usui nach einem Schlaganfall, während er Reiki-Schüler in Fukuyama unterrichtete. Er liegt beim Saihoji-Tempel in Tokio begraben. Kurz nachdem er im Alter von 61 Jahren gestorben war, stellte die japanische „Usui Shiki Ryoho“ ein Denkmal im Saihoji-Tempel im Bezirk Toyotama von Tokio für ihn auf, worauf eine Inschrift zu lesen ist. Die Übersetzung lautet:

*„Wer ernsthaft lernt*

*Und hingebungsvoll an sich selbst arbeitet,*

*um seinen Körper und seinen Geist zu verbessern*

*und ein besserer Mensch zu werden,*

*ist ein ‚Mensch von großem Geist‘.*

Die Menschen, die diesen großen Geist zum Wohle der Gesellschaft nutzen,  
um ihnen den rechten Weg zu zeigen und Gutes zu tun,  
nennt man Lehrer.

---

Einer dieser Lehrer war Dr. Mikaomi Usui. Er lehrte die Menschen das Reiki des Universums.

**Dieser Gedenkstein, auf dem noch mehr über Usui's Leben geschrieben steht, wurde für die**

Öffentlichkeit, zur Ehre und Erinnerung an sein Lebenswerk aufgestellt, damit jeder der diesen Ort an seinem Grab aufsucht, darüber lesen, sich darauf einstimmen und dort meditieren kann. REIKI hat sich in verschiedene Richtungen ausgedehnt, entwickelt und unterschiedlich den jeweiligen Kulturen angepasst.

Sowohl im Ursprungsland Japan als auch in allen anderen Ländern der Welt entstanden unterschiedliche REIKI-Traditionen, die meistens Eines gemeinsam haben, nämlich die Absicht der natürlichen Verbesserung von Lebensqualität und Lebensgefühl, hin zu eigenverantwortlichen Leben, in Gesundheit, Glückseligkeit und Weisheit.

### ***Die Nachfolger Usuis***

Einer seiner engsten Mitarbeiter, Chujiro Hayashi, trat nach dem Tod Usuis seine Nachfolge an. Hayashi stammte aus einer Familie der japanischen Oberschicht und arbeitete als Arzt und Marineoffizier, bevor er 1925 von Mikao Usui im Alter von 47 Jahren seine Meister-Einweihung erhielt. Nach Usuis Tod löste sich Hayashi von der Gakkai und gründete seine eigene Gesellschaft. Er begann, seine Behandlungen genau zu protokollieren und entwickelte aufgrund seiner medizinischen Kenntnisse spezifische Handpositionen, die heute noch unterrichtet werden. Auch Hayashi errichtete in Tokio eine Reikiklinik. 1935 wurde durch einige schicksalhafte Begebenheiten eine junge Frau, Hawayo Takata, zu Hayashis Klinik geführt.

Frau Takata wurde am 24. Dezember 1900 auf der hawaiianischen Insel Kauai geboren. Mit 35 Jahren erkrankte sie schwer und wollte sich deshalb in Tokio einem chirurgischen Eingriff unterziehen. Dann hörte sie aber von Hayashis Klinik, sprach dort vor und wurde innerhalb von acht Monaten durch Reiki-Anwendungen von ihren Leiden geheilt. Nachdem sie ihre Gesundheit wieder erlangt hatte, wusste sie, dass sie Reiki zu ihrem Lebensinhalt machen wollte. Hawayo Takata verbrachte ein Jahr als Studentin von Hayashi in Tokio und kehrte dann 1937 nach Hawaii zurück, um dort zu praktizieren. Sie eröffnete eine Reikiklinik auf Hawaii und zwei weitere in Honolulu.

1938 bekam Hawayo Takata ihre Meistereinweihung. Gemeinsam mit Hayashi hielt sie in der folgenden Zeit Vorträge, lehrte Reiki und führte unzählige Behandlungen durch. Chujiro Hayashi starb am 10. Mai 1941. Bis zu diesem Zeitpunkt hatte er 13 Meister ausgebildet. Nach seinem Tode ernannte er Hawayo Takata zu seiner offiziellen Nachfolgerin.

Nach Hayashis Tod bereiste Frau Takata die USA, Kanada und Südamerika, heilte und unterrichtete und sorgte dafür, dass das Reiki-System immer bekannter wurde. Hawayo Takata führte die Reiki-Tradition insgesamt 40 Jahre lang weiter. Als sie im Dezember 1980 ihren Körper verließ, hatte sie insgesamt 22 Meister in Reiki trainiert und eingeweiht. Vor ihrem Tod übergab Hawayo Takata ihrer Enkelin Phyllis Lei Furomoto

und der Amerikanerin Dr. Barbara Ray die Aufgabe, die Reiki-Bewegung weiter zu führen. 1981 trennten sich die Wege der beiden Frauen aus persönlichen Gründen.

## Was ist REIKI?

Zu allen Zeiten hat es Menschen gegeben, die durch das Auflegen der Hände Heilenergien an andere Menschen weitergaben. Diese Fähigkeit der Übertragung von Energien über das Auflegen der Hände ist eine Begabung, die allerdings jeder Mensch in sich trägt.

Reiki ist ein japanisches Wort für diese Lebensenergie und gleichsam der Name für eine uralte Entspannungs- und Heilmethode, die es uns ermöglicht, die Weiterleitung und Übertragung dieser feinstofflichen Energie durch sanftes Auflegen der Hände zu verstärken. Ein Mensch, der ausreichend und harmonisch von Lebensenergie durchstrahlt wird, erfreut sich körperlich, emotional und geistig bester Gesundheit.

## Wie wirkt REIKI körperlich?

- schmerzlindernd
- durchblutungsfördernd
- entgiftend
- entschlackend
- entkrampfend
- wohltuend wärmend
- bessere Wundheilung
- krankheitsvorbeugend

## Wie wirkt REIKI emotional/mental?

- entspannend
- ausgleichend
- befreiend vom Alltagsstress

招福の秘法  
萬病の靈藥  
今日又々は怒るるな  
心配すな感謝して  
業をなげめ人に親切に  
朝夕合掌と心に念じ  
口に唱へよ  
心身  
改善  
白井靈氣療法  
聲祖  
白井慶男

Date

25.05.2026

Date Created

18.03.2022