



Sinds 2005 publiceert Reikimaster Anneke Veelen (1955) onder de titel *Rijdehand* een column in het blad *Reflecties van Cirkel*, de Reikivereniging waarbij zij is aangesloten. Bovendien publiceert zij met enige regelmaat in het kwartaalblad van de BKR, de *Stichting dr. Elisabeth Kübler-Ross Nederland*. Voor dit laatste blad recenseert zij ook boeken.

In het Midden-Limburgse Posterholt leidt Anneke *Rosa Alba*, een centrum voor Reiki & Persoonlijke Bewustwording. Hier verzorgt zij Reikicursussen en workshops, lezingen, coachings en cursussen op velerlei gebied.

Tevens is zij auteur van de boeken *Reikileefregels voor kinderen*, *Astma: Karma en uitdaging*, *Verbroken Ouderschap en In gedachten ben ik bij jou*. Ook verschenen bij *Rosa Alba* enkele cd's met door Anneke geschreven en ingesproken geleide meditaties en een cd met muziek voor Reiki en healing.

Volgens een door haar ontwikkeld concept verzorgt zij zowel in haar centrum als in groepsverband op de basisschool haar *SEP*-trainingen, de sociaal-emotionele Powertraining voor kinderen.

In deze uitgave zijn haar tot nu toe verschenen columns en essays gebundeld.



Grenzen

Reiki leert mij mijn grenzen te verkennen, mijn grenzen te stellen en mijn grenzen te verleggen.

Op die manier leer en ervaar ik wat vrijheid is: mezelf kunnen en durven zijn en dat aan anderen kenbaar maken. Op die manier leer ik in het omgaan met anderen mijn eigen vrijheid te ervaren. Volgens de wet van het dualisme leer ik wat vrijheid is door de grenzen die ik tegen kom. De opperste vrijheid is begrensde vrijheid.

Immers, vrijheid houdt op te bestaan waar ik de vrijheid van anderen inpeet door over andermaans grenzen te gaan.

Reiki heelt al wat de mens is

Onlangs kregen wij bericht dat mijn 25-jarige nichtje geopereerd moet worden aan haar dikke darm. Bij onderzoek waren kwaadaardige kankercellen aangetroffen. Op dat moment verkleint de wereld zich tot onze familie. De diagnose bij mijn nichtje betrek ik op mijn eigen dochters. Stel je eens voor... Ik denk aan mijn zus die nu in grots zorgen zit om haar dochter. Gevoelens van angst, verdriet en machteloosheid verdringen zich.

In een paar minuten kan er meer in je omgaan dan in een heel leven. De angst verklaart zich in mijn moeite om dingen en mensen los te laten, ook al ben ik daarin met behulp van Reiki toch al enorm gegroeid. Als moeder heb je de neiging je kinderen tegen het leed en de problemen van de wereld te willen beschermen. Maar je kunt ze niet in een glazen hokje zetten en je hebt ze slechts een aantal jaren te leen...

Verdriet. Ja, dat mag er zijn in dit geval. Machteloosheid. Gelukkig kunnen we veel voor mijn nichtje betekenen door haar Reikibehandelingen te geven en haar Reiki te sturen. Met een aantal familieleden beginnen we daarmee. En dan gebeurt het wonder dat Reiki is! Al moet mijn nichtje geopereerd worden en al weten we niet wat op de langere termijn de resultaten zullen zijn, toch komt er een acceptatie en rust, niet alleen bij mijn nichtje, maar ook in onze familie. De heilig van Reiki doet zijn invloed gelden. We kunnen er goed met elkaar over praten. Het ongezegde wordt gezegd. Reiki heelt de onuitgewerkte kwesties in onze familie, het versterkt onze familieband en Reiki heelt ons vertrouwen in de stroom van het leven. Die is zoals die behoort te zijn, omdat er altijd een orde is die uitstijgt boven de wensen van ons ego.



Ongeveer 25 jaar later bezoekt ik een kennis. Per ongeluk liet ik mijn ring bij haar laten liggen. Ik belde haar op en zij beloofde mij de ring mee te geven aan een vriendin van ons die bij mij in de straat woonde. Een aantal weken later kwam mijn vriendin op bezoek. Het was toevallig de sterfdag van mijn vader. Ze had de ring vergeten mee te nemen. Ik vroeg haar met nadruk of zij mijn ring toch juist vandaag even af wilde geven bij mij. Dit aandringen was eigenlijk niets voor mij, normaal gesproken zou een dag later mij niets uitmaken hebben. Een uurtje later kwam ze met de ring en verbaasd keek ik naar de ring. De kennis had er een lintje aan vastgeknoopt omdat ze bang was dat de ring anders zoek zou raken. Op het lintje was een moeder met een meisje afgebeeld en dat kind had in haar hand twee ballonnen! Geen wonder dat ik sterk de behoefte voelde om juist op deze dag, de sterfdag van mijn vader, mijn ring terug te willen hebben. Dank je wel pap, voor de verlate ballonnen!

