Essence REIKI MONTSERRAT

David Fernández Rosas



Herzlich Willkommen zur Reiki Einweihung

Reiki, Zweiter Grad

Mit der zweiten Einweihung in das Reiki Wissen und die Technik der Energiearbeit wird dein Wahrnehmungskanal noch weiter geöffnet, so dass noch mehr Energie durch ihn fließen kann.

Es werden drei Symbole in dein Energiesystem integriert, damit du sie verwenden kannst, wann immer du sie benötigst.

Die zweite Einweihung in Reiki wird erneut dein Leben verändern. Dieses Mal werden wir unser psychisches Selbst in der subtilen Realität erwecken. Unsere Wahrnehmung wird feiner und unsere Intuition entwickelt sich weiter, so dass wir noch genauer ins uns selbst und Andere schauen können.

Mit der Einführung der neuen Symbole kannst du:

- die Reiki-Energie potenzieren und sie stärker machen.
- die Reiki-Anwendung vertiefen. Die Energie greift nun nicht mehr nur auf der physischen Ebene, sondern dringt nun auch durch die subtilen kausalen, emotionalen und mentalen Körper des Menschen. Der Reiki-Empfänger erhält dadurch die Möglichkeit, seinen Schmerz an seiner Ursache zu packen und an seinen Wurzeln zu heilen.
- Reiki aus der Ferne, zur Vergangenheit und in die Zukunft schicken. Die Anwendung beschränkt sich nicht mehr nur auf die Person

unmittelbar sondern man kann Reiki auch zu bestimmten Situationen schicken. Zeit und Raum stellen kein Hindernis mehr dar, die universelle Energie kann überall hin geleitet werden.

Die Symbole sind die Essenz von Reiki, sie sind heilig und sehr kraftvoll. Sie bestehen aus der Verbindung von Mantras (energetische Klänge) und Yantras (energetische Zeichnungen).

Die Symbole

- repräsentieren eine energetische Vibration, die Türen zu anderen Dimensionen öffnen.
- funktionieren wie vibrierende Werkzeuge, welche die kosmische, universelle Energie aufnehmen können. Mit ihrer Hilfe kann die Energie gelenkt und ausgeweitet und über Raum und Zeit übertragen werden.
- sind wie Schalter. Jedes Symbol hat eine spezifische Schwingung. Bei der Aktivierung erhält man unmittelbar einen Zugang zu dieser Vibration.

Um die Symbole zu aktivieren, muss das Yantra richtig gezeichnet und das Mantra dreimal genannt werden.

Cho Ku Rei

(Reiki-Energie hier und jetzt)

Das erste Symbol des Reiki ist das stärkste und ermöglicht eine umgehende, direkte Verbindung zur universellen Energie. Seine Wirkung ist die Erhöhung der Energiefrequenzen, die bereits im ersten Grad aktiviert und genutzt wurden.

Es ist das Symbol der Kraft, das Energie potenziert und von der spirituellen Ebene zur physischen Ebene transportiert. Die Energie konzentriert sich dabei auf einen Punkt. Cho Ku Rei bezeichnet man auch als "Schaltersymbol", denn sobald das Zeichen gemalt und per Mantra dreimal wiederholt wird, steigt unser Energielevel deutlich an.

Das Symbol kann sowohl im Uhrzeigersinn, als auch in entgegengesetzter Richtung gezeichnet werden.

Sei He Ki

(Emotionale und mentale-Ebene)

Als zweites folgt das Symbol Sei He Ki. Die Zeichnung dieses Symbols ähnelt einem Drachen. In der alten Symbolik bedeutete der Drache Schutz; er spuckte sogenanntes Transformationsfeuer.

Sei He Ki implementiert die Göttlichkeit in die menschliche Energie-Aura und verbindet die vier oberen Chakren miteinander. Das Symbol dient vorwiegend der mentalen und emotionalen Anwendung und dessen Harmonisierung. Es fördert die Selbsterkenntnis sowie den Weg zur inneren

Mitte. Mit Sei He Ki finden Körper, Geist und Seele harmonisch zu einer Einheit.

Je häufiger wir Reiki anwenden, umso öfter werden wir die Erfahrung machen, dass die Ursachen physischer Probleme meist auf der emotionalen Ebene liegen. Gefühle wie Angst, Unsicherheit, Traurigkeit, Hass, Trauer, Schuld, Einsamkeit sind oft Grund für Fälle von Depression, Burnout und spätere körperliche Krankheiten des Menschen.

Wenn wir Sei He Ki nutzen, wenden wir uns insbesondere dem emotionalen Teil des Menschen zu. Die Anwendung führt in vielen Fällen zu Verbesserung des allgemeinen Gesundheitszustandes. Sie leitet die Energie auf die Ebene des mentalen und emotionalen Körpers – für psychische Stärke und ein selbstbewusstes Ich.

Das Symbol konzentriert sich auch auf das Unterbewusstsein und auf die versteckten Emotionen, die sich in unserem Verstand manifestiert haben. Es beseitigt negative Denkmuster, bekämpft innere Konflikte und hilft, in uns die verborgenen Ursachen und daraus entstandenen Probleme zu entdecken. Nur wenn der Mensch die Muster erkennt, die ihn einschränken, kann er sie verändern. Ursachen für (oft selbst auferlegte) Blockaden können Erinnerungen an die Vergangenheit sein, schlechte Erfahrungen, Geschehnisse in der Kindheit, eingeschlichene Gewohnheiten, angewöhnte Laster oder auch negative karmische Bindungen und Erinnerungen an andere Leben.

Sei He Ki spricht hauptsächlich das Herz- und das Solarplexus-Chakra an. Diese beiden Chakren erhalten direkte Energie von der emotionalen Aura-Schicht. Wir kennen dies durch eigene Erfahrungen und etablierte

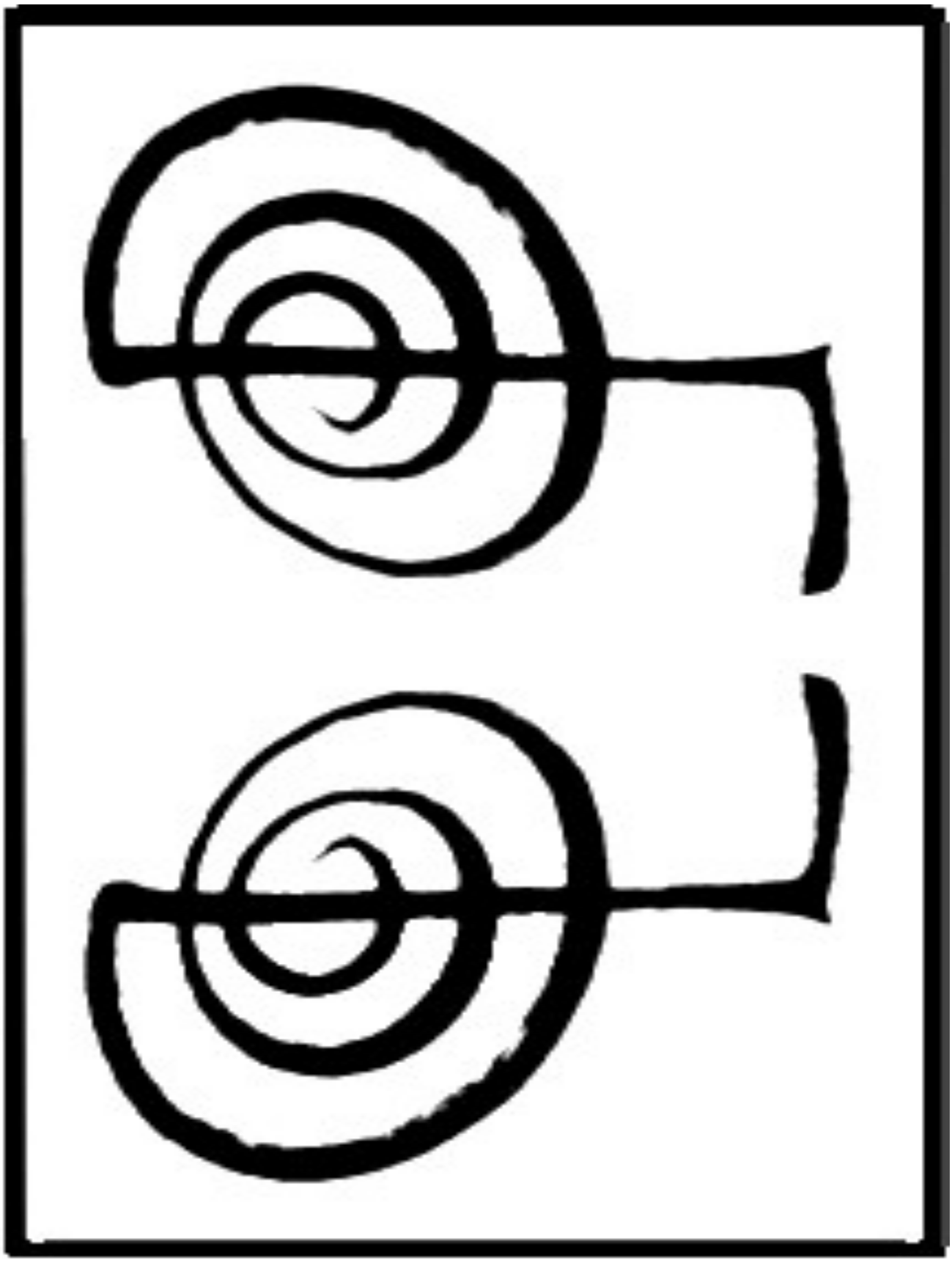
Sprichworte wie “man sieht nur mit dem Herzen gut”, “Schmetterlinge im Bauch” oder “das ist mir auf den Magen geschlagen”. Mit der Anwendung dieses Symbols kann dieser Bereich von emotionalen Blockaden befreit werden, die sich im Laufe des Lebens dort angesammelt haben.

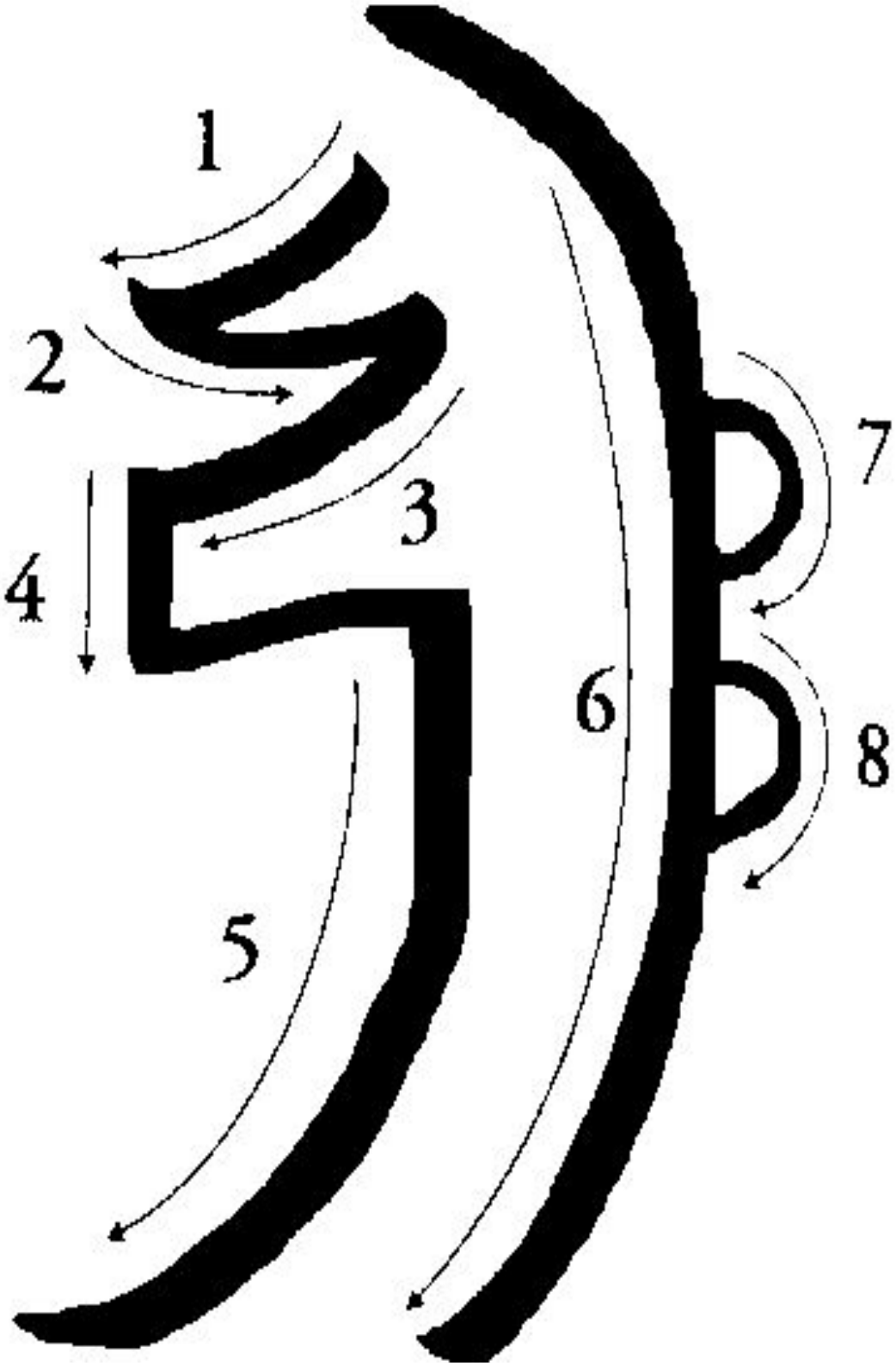
Hon Sha Ze Sho Nen
(Weder Gegenwart, noch Zukunft, noch Vergangenheit)

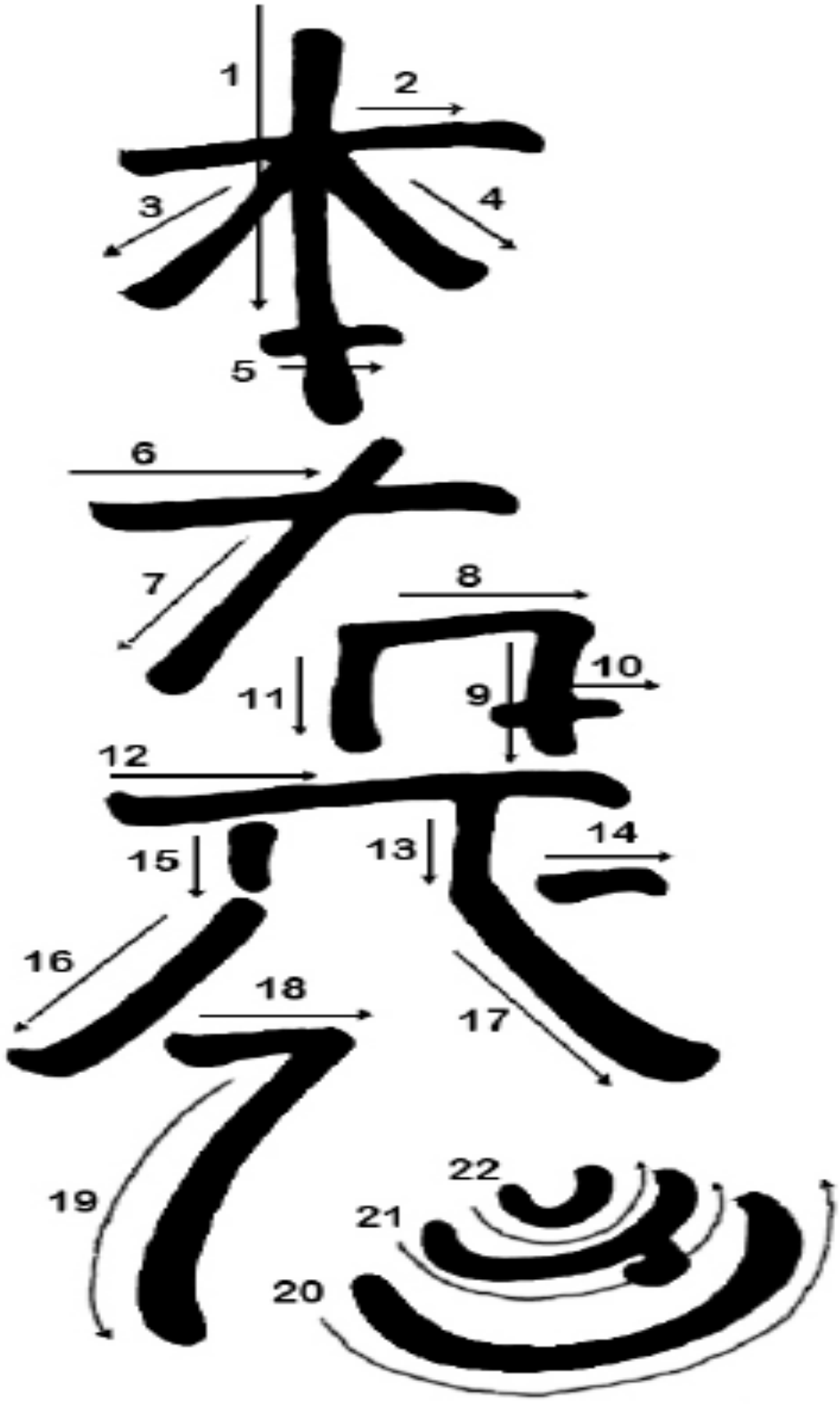
Das Symbol Hon Sha Ze Sho Nen ist das Dritte Symbol. Wenn Hon Sha Ze Sho Nen verwendet wird, gibt es keine Barriere zwischen Raum und Zeit. Es wird benutzt, um Fernreiki zu schicken: Energie kann mit der gleichen Effizienz unmittelbar zu einer Person gegenüber geschickt werden, wie auch zu einem anderen Ort und in eine andere Ecke der Welt.

Hon Sha Ze Sho ist ein Instrument der Intervention in den “Quantenwellen”. Das heißt, das Symbol wird auch dafür verwendet, Energie zur Vergangenheit und in die Zukunft zu schicken. Mit seiner Hilfe kann Energie als Fernheilung funktionieren, als Brücke zu anderen Lebewesen oder als Verbindung zu anderen Bewusstseinszuständen oder gar anderen Leben.

Hon Sha Ze Sho Nen bedeutet für mich: “keine Vergangenheit, keine Gegenwart, keine Zukunft. Es existiert kein Raum und keine Zeit“.




1
2
3
4
5
6
7
8


1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

Die Anwendung von Cho Ku Rei

Cho Ku Rei wirkt in erster Linie auf den physischen Körper. Das Symbol kann mit der Hand in die Luft gezeichnet werden werden. Es kann aber auch im Geiste gemalt werden, wenn das Symbol gut verinnerlicht worden ist. Jedes Mal, wenn das Symbol genutzt wird, sollte es per Mantra drei Mal aufgesagt werden.

Cho Ku Rei kann verwendet werden, um Umgebungen von Verunreinigungen, negativer Energie, physischen und mentalen Krankheiten, von negativen Energien, die aus Gefühlen des Ärgers, Hasses, der Traurigkeit usw. stammen, zu befreien und zu schützen. Manchmal haben alte Häuser oder Gebäude noch schädliche Energien von früheren Bewohnern gespeichert. Räume können mit dem Cho Ku Rei Symbol geschützt werden, indem das Symbol in die Ecken gezeichnet wird, dabei wird auch gleichzeitig die Schwingung der Räume erhöht. Energien bewegen sich im Kreis und haben die Tendenz, sich in Ecken zu konzentrieren. Umso mehr du das Symbol Cho Ku Rei benutzt, umso besser sorgst du für einen reinen Raum.

Bevor du dich auf einen fremden Stuhl setzt, wird empfohlen, auf diesen ein Cho Ku Rei Zeichen zu setzen, um die Energie der vorangegangenen Person zu transformieren. Das hilft, sich von anderen Energien zu befreien, es nicht zuzulassen, dass negative Schwingungen eines Anderen uns berühren. Das gleiche kann auf einem Hotelbett oder einem anderen Objekt durchgeführt werden, wie beispielsweise auf Kleidung, die wir kaufen etc. Wir können es mit Lebensmitteln verwenden oder damit Wasser energetisieren. Wir verwenden das Cho Ku Rei auch für Medikamente, mit dem Ziel deren

positive Wirkung zu optimieren und unerwünschte Nebenwirkungen zu minimieren.

Das Symbol kann als Selbstschutz genutzt werden, für den Schutz der Familie, den Schutz des Hauses. Es kann auf Türen, Fenstern, Fahrzeugen, etc. angewendet werden. Reiki wirkt auf allen Ebenen; dementsprechend wirkt der Schutz von Cho Ku Rei im Allgemeinen auch gegen Aggressionen und psychische Angriffe. Wenn du einen negativen Gedanken haben solltest, kannst du Cho Ku Rei zeichnen; so transmutieren die Gedanken – indem die schlechten Energien zu höheren Ebenen gesendet werden.

Bei der Reiki Anwendung können wir das Symbol nutzen, um unsere Aura und Chakren zu schützen. Wir zeichnen das Cho Ku Rei auf die Handflächen der Hände und vor unseren Körper. Daraufhin führen wir die Hände zu jedem einzelnen Chakra (von unten nach oben), und wiederholen das Mantra jeweils drei Mal. Mit diesem Akt versiegelst du deinen Körper vor möglichen negativen Energien und sorgst dafür, dass sich energetisch nichts von einer anderen Person auf dich übertragen kann.

Für jede Reiki Anwendung muss das Symbol nur einmal zu Beginn gezeichnet werden. Visualisiere das Symbol auf dem Kronen-Chakra des Empfängers und wie es dann von der Stirn der Person bis zum Nacken gleitet. Somit werden die energetischen Kanäle des Körpers geöffnet und können besser gereinigt werden. Der Empfänger kann die universellen Lebensenergie so besser aufnehmen. Falls die Anwendung unterbrochen werden musste, zeichne Cho Ku Rei noch einmal und zwar an der Position, an der unterbrochen wurde. Auf dieser Art und Weise kann die Energie wieder reaktiviert werden.

Die Anwendung von Sei He Ki

Sei He Ki wirkt auf den emotionalen und den mentalen Körper und der unbewussten Ebene. Die Verbindungen zwischen dem höheren Selbst, dem Verstand und dem Unbewussten werden hergestellt.

Sei He Ki holt verborgene innere Gefühle wie negative Energien von Wut, Trauer, Depression, Angst, Nervosität, usw. zum Vorschein. Es hilft den Menschen, die geistigen / emotionalen Ursachen ihrer Probleme an die Oberfläche zu bringen und loszulassen.

Sei He Ki hat eine Vielzahl von Anwendungsmöglichkeiten. Es kann genutzt werden, um sich zu verändern oder Laster zu beseitigen, um unerwünschte Gewohnheiten und Verhaltensweisen zu verändern. Zum Beispiel kann es bei Süchten angewendet werden. Das Symbol kann auch verwendet werden, um die Konzentrationsfähigkeit zu verbessern.

Auch Tiere können entlastet werden – Haustiere beispielsweise, die sehr verbunden mit ihrem Herrchen sind, sind anfällig für dessen Krankheiten. Sie können die Krankheiten des Herrchen aufsaugen, bis hin zum Tod. Tiere neigen dazu, die Umgebung reinhalten zu wollen und nehmen negative Schwingungen der Umgebung in sich auf. Wenn Sei He Ki genutzt wird, können Tiere von dieser Aufgabe entbunden werden.

Um mit Sei He Ki zu arbeiten, solltest du wie folgt vorgehen:

a) Setze deine nicht-dominierende Hand auf den Kopf des Klienten, mit der dominanten Hand zeichne Cho Ku Rei und wiederhole das Mantra dreimal.
b) Beginn der Behandlung. Erste Position: Kopf
c) Warte bis eine Verbindung besteht und Reiki-Energie zu fließen beginnt. Halte die Stellung etwa 2,5 Minuten.
d) Leg die nicht-dominante Hand auf den Nacken (Schädelbasis) und die andere auf die Stirn. Halte die zweite Kopf Position 2,5 Minuten.
e) Entferne die Hand von der Stirn, zeichne das Sei He Ki auf das Stirn-Chakra des Empfängers und wiederhole dreimal das Mantra.
f) Benutze Affirmationen und Visualisierungen (dreimal).
g) Zeichne das Cho Ku Rei auf das Stirn-Chakra einmal und wiederhole es dreimal.
h) Halte diese Stellung ca. 2,5 Minuten.

Es wird eine tiefe Verbindung zur psychologischen Ebene des Klienten hergestellt. Du erzielst ein besseres Ergebnis, wenn du mit positiven Affirmationen und Visualisierungen arbeitest, da diese vom Klienten über seinen emotionalen Körper und eure Verbindung nun quasi aufgesogen werden können. Eine Affirmation muss dreimal wiederholt werden, bevor sie sich in Realität verwandeln kann. In einer Affirmation dürfen nie Negationen genutzt werden, wie z.B.: „Ich möchte nicht rauchen!“

Beispiele für Affirmationen:

Wurzel-Chakra:

- ❖ Ich habe einen festen Platz in dieser Welt.
- ❖ Ich bin gut mit der Erde verwurzelt.
- ❖ Die Erde trägt mich und versorgt mich.
- ❖ Ich lebe in Fülle.
- ❖ Meine Existenz ist jederzeit gesichert.
- ❖ Ich bin in Sicherheit.
- ❖ Ich fühle mich geborgen und sicher.

Übung: Spüre in Dein Wurzel-Chakra hinein und formuliere eigene positive Affirmationen.

a) Affirmationen die zu dir passen:

_____

_____

_____

_____

b) Affirmationen, die dir auch für andere Personen einfallen:

_____

_____

_____

_____

Sakral-Chakra:

- ❖ Ich genieße das Leben und vertraue meinen Mitmenschen.
- ❖ Ich kann mich fallenlassen und mich hingeben.
- ❖ Ich vertraue in den Fluss des Lebens.
- ❖ Alles kommt zur richtigen Zeit. Ich muss nichts tun.
- ❖ Ich lebe mein Potential.
- ❖ Ich darf meine Kreativität ausdrücken.
- ❖ Ich darf kreieren.
- ❖ Ich lebe meine Schöpferkraft.
- ❖ Ich darf meine Sexualität ausleben.
- ❖ Ich genieße meine Sexualität.
- ❖ Ich erlaube es mir, zu empfangen.

Übung: Spüre in dein Sakral-Chakra hinein und formuliere eigene positive Affirmationen.

a) Affirmationen die zu dir passen:

_____

_____

_____

_____

b) Affirmationen, die dir auch für andere Personen einfallen:

_____

_____

_____

_____

Solarplexus-Chakra:

- ❖ Ich vertraue auf mein Bauchgefühl.
- ❖ Ich vertraue mir selbst.
- ❖ Ich darf meine Wünsche und Bedürfnisse durchsetzen und ausleben.
- ❖ Ich darf meine Stärke ausleben.
- ❖ Ich darf Mittelpunkt meines Lebens sein.

Übung: Spüre in dein Solarplexus-Chakra hinein und formuliere eigene positive Affirmationen.

a) Affirmationen die zu dir passen:

_____

_____

_____

_____

b) Affirmationen, die dir auch für andere Personen einfallen:

_____

_____

_____

_____

Herz-Chakra:

- ❖ Ich darf mein Herz-Raum öffnen.
- ❖ Bedingungslose Liebe durchfließt mich.
- ❖ Ich werde bedingungslos geliebt.
- ❖ Ich bin Liebe.
- ❖ Ich darf aus meinem Herzen aus Leben und Entscheidungen treffen.
- ❖ Ich öffne mich für die bedingungslose Liebe.

Übung: Spüre in dein Herz-Chakra hinein und formuliere eigene positive Affirmationen.

a) Affirmationen die zu dir passen:

_____

_____

_____

_____

b) Affirmationen, die dir auch für andere Personen einfallen:

_____

_____

_____

_____

Hals-Chakra:

- ❖ Ich darf meine Wahrheit aussprechen.
- ❖ Ich darf mich zeigen.
- ❖ Ich darf mich ausdrücken.
- ❖ Ich bringe mein ganzes Wesen frei zum Ausdruck.
- ❖ Meine Kommunikation entspricht dem was ich innerlich fühle.

Übung: Spüre in dein Hals-Chakra hinein und formuliere eigene positive Affirmationen.

a) Affirmationen die zu dir passen:

_____

_____

_____

_____

b) Affirmationen, die dir auch für andere Personen einfallen:

_____

_____

_____

_____

Stirn-Chakra:

- ❖ Ich vertraue meiner Intuition.
- ❖ Ich erlaube mir, meine Visionen zu empfangen.
- ❖ Ich vertraue meiner Visionskraft.
- ❖ Ich darf meine Wünsche manifestieren.
- ❖ Ich darf meine Traumkraft nutzen.
- ❖ Ich darf meine Visionskraft ausleben.
- ❖ Ich darf mich mit anderen energetisch verbinden und mit ihnen kommunizieren.
- ❖ Ich lasse mich inspirieren.
- ❖ Ich erlaube mir meine Ideen zu empfangen und sie umzusetzen.

Übung: Spüre in dein Stirn-Chakra hinein und formuliere eigene positive Affirmationen.

a) Affirmationen die zu dir passen:

_____

_____

_____

_____

b) Affirmationen, die dir auch für andere Personen einfallen:

_____

_____

_____

_____

Kronen-Chakra:

- ❖ Ich bin Teil des universellen Flusses.
- ❖ Ich bin eins mit der Schöpferkraft.
- ❖ Ich bin Bewusstsein.
- ❖ Ich darf Bewusstsein erlangen.
- ❖ Ich darf frei sein.
- ❖ Ich öffne mich für die bedingungslose Liebe des Universums.

Übung: Spüre in dein Kronen-Chakra hinein und formuliere eigene positive Affirmationen.

- ❖ Affirmationen die zu dir passen:
  _____
  _____
  _____
  _____
- ❖ Affirmationen, die dir auch für andere Personen einfallen:
  _____
  _____
  _____
  _____

Sonstige Affirmationen - Beispiele:

- ❖ Ich habe einen unglaublichen Körper.
- ❖ Ich bin eine Person, die in Fülle lebt und sich ganz fühlt.
- ❖ Ich widme mich dem, was ich liebe.
- ❖ Neue Möglichkeiten tun sich in meinen Leben auf.
- ❖ Ich bin in meinem Leben jederzeit präsent.
- ❖ Ich kann meine Bedürfnisse leicht und ohne Überanstrengung befriedigen.
- ❖ Ich bin eine Quelle der Inspiration und Liebe.
- ❖ Mein Potential ist unbegrenzt.
- ❖ Ich vertraue darauf, dass das Leben mich zu meinem höchstmöglichen Potential führt.
- ❖ Das Leben unterstützt mich in jedem Augenblick.
- ❖ Ich liebe mein Leben.
- ❖ Ich gefalle mir und bin mir selbstsicher.
- ❖ Der Reichtum ist überall.
- ❖ Ich lebe ein wundervolles Leben.
- ❖ Ich erreiche alle meine Ziele.
- ❖ Ich bin ehrlich.
- ❖ Ich öffne mich für den Erfolg.

Meine Sicht über die Affirmationen:

Gedanken sind Energiefelder, die in unserem Unterbewusstsein gespeichert sind und bestimmte Situationen anziehen und kreieren. Wenn wir negative Gedanken haben, dann ziehen wir Negativität an. Wenn wir positive Gedanken haben, dann ziehen wir positive Dinge an. Wenn mir mehr Bewusstsein über unsere Gedanken haben, können wir unsere Realität selbst erschaffen und werden nicht von unseren destruktiven Gedanken geleitet. Mit der Sei He Ki Technik haben wir die Möglichkeit negative Glaubensmuster in positive zu transformieren.

Der Umgang mit dem Hon Sha Ze Sho Nen

Hon Sha Ze Sho Nen wird für Anwendungen auf Distanz genutzt und auch für die Selbstanwendung. Es wirkt dabei auf den mentalen Körper und das Unterbewusstsein. Das Symbol arbeitet am Hals-Chakra, Stirn-Chakra und Scheitel-Chakra. Es ist eins der stärksten, energetischen Schlüsselzeichen durch das man Zugang zu der Akasha-Chronik erhält, um sein Karma lösen zu können.

Die meisten Menschen brauchen ein wenig Zeit, um sich das Zeichen zu merken. Du kannst die richtige Reihenfolge einhalten, indem du dich an den dünnen Linien orientierst. Es wird empfohlen, die Symbole in einer violetten Farbe zu visualisieren, obwohl die Praxis gezeigt, dass sie unabhängig von der Farbe wirksam sind. Am besten du übst die Zeichnung in der Luft, mit der Handfläche, die als "Zeichenfläche" dient, zu einer Muschel geformt.

Das Symbol wirkt auf die Quantenwellen, außerhalb von Raum und Zeit. Wenn das Symbol an die Vergangenheit geschickt wird, kann es helfen, alte Kindheits-Trauma energetisch zu lösen oder auch Konflikte in anderen Leben umzuprogrammieren. Wenn du die Vergangenheit und Gegenwart positiv veränderst, hat das einen positiven Einfluss auf die Zukunft.

Wenn das Trauma bekannt ist, kannst du ein Foto verwenden, was daran erinnert. Wenn keins vorhanden ist und auch keine Erinnerung, was und wann vorgefallen ist, dann hilft es auch, einfach nur an das Problem zu denken. Reiki wird die Wurzel des Schmerzes finden und daran arbeiten.

Wenn Reiki Energie in die Zukunft gesendet wird, kann sie gespeichert oder akkumuliert werden, wie eine Batterie, die auf das Ereignis wirkt. Diese Technik kann für wichtige zukünftige Ereignisse genutzt werden, wie

beispielsweise: Ein Vorstellungsgespräch, eine Hochzeit, Arzttermin, Prüfungen etc.

Wenn wir an vergangenen oder zukünftigen Themen arbeiten möchten, dann werden die Hände an die obere Hälfte des Kopfes gelegt; über das Scheitel-Chakra. Visualisiere dann das Hon Sha Ze Sho Nen, gefolgt von Sei He Ki. Dann nenne eine Affirmation, die an die Zeit gerichtet ist, in der du arbeiten möchtest. Anschließend visualisiere das Cho Ku Rei (immer je dreimal die Mantren wiederholen).

Reiki-Symbole sollten immer in absteigender Reihenfolge verwendet werden; d.h. zuerst Hon Sha Ze Sho Nen, dann Sei He Ki und schließlich Cho Ku Rei. Wenn du Zweifel hast, welches Symbol du bei einer Reiki Anwendung einsetzen sollst, benutze einfach alle drei. So kannst du neutral bleiben und musst nicht urteilen oder Schlüsse ziehen.

Reiki Selbstanwendung für "zwischendurch": kurz und effektiv

Wir können die 12 Grundpositionen des ersten Grades zur Selbstanwendung nutzen und uns der drei Symbole bedienen. Beachte unbedingt die Reihenfolge der Symbole: 3,2,1. Die Haltung der Handpositionen kann von 5 auf minimal 2,5 Minuten reduziert werden: 35 Minuten dauert die Selbstanwendung dann insgesamt.

Es gibt eine weitere potente Technik für eine schnelle und doch wirksame Reiki Anwendung. Für diese Form der Selbstanwendung werden 7,5 Minuten benötigt:

a) Zeichne das dritte Symbol mit der dominanten Hand über das Kronen-Chakra und spreche das Mantra dreimal.
b) Ebenfalls über das Kronen-Chakra zeichne das zweite Symbol; wiederhole das Mantra dreimal.
c) Wähle ein Knie aus und bestätige dreimal, dass dies den vier Grundpositionen des Kopfes entspricht.
d) Zeichne mit der dominanten Hand über das Scheitel-Chakra das erste Symbol. Lege beide Hände auf das gewählte Knie, geformt zu einer Muschel / gewölbt wie eine Schale. Sage dreimal das Mantra, halte die Hände für 2,5 Minuten in dieser Position.
e) Lasse die Hände zum Oberschenkel gleiten. Affirmiere dreimal, dass diese Stelle der Vorderseite des Körpers entspricht. Halte die Hände in dieser Position für 2,5 Minuten.
f) Leg deine Hände jeweils auf einen Oberschenkel. Affirmiere, dass dies für die vier Positionen des Rückens steht. Halte die Energie für 2,5 Minuten in dieser Position.

Auch während der Selbstanwendung können wir die Reiki Energie zu Geschehnissen der Vergangenheit fließen lassen, um die Gegenwart zu harmonisieren und die Zukunft zu verbessern.

Unbewusste und tiefgreifende Themen wie die eigene Ablehnungen als Ungeborenes, Geburtstrauma, Kindheitstraumata, usw. können so behandelt werden. Benutze die Symbole zusammen mit Affirmationen. Eine Möglichkeit, an einem bestimmten Zeitpunkt der Vergangenheit zu arbeiten, ist, Reiki in das Kronen-Chakra zu geben und an das Erlebte zu erinnern, um es dann mit positiven Affirmationen zu transformieren.

Fernreiki – Regeln und Methoden

Es ist immer ratsam, die Erlaubnis und Zustimmung der Person, für die Reiki bestimmt ist, einzuholen. Wir müssen den freien Willen der Menschen respektieren. Fernreiki an einer Person anzuwenden, deren Zustimmung nicht gegeben worden ist, ist ein Eingriff in die Privatsphäre und ethisch nicht in Ordnung.

In Einzelfällen kann die Erlaubnis über das Höhere Selbst eingeholt werden. Das gilt für Fälle, bei denen die Verbindung zu dem Empfänger sehr stark ist; bei guten Freunde oder Familienangehörige, die deiner Energie bedürfen. Wir können Reiki an Menschen senden, die im Fernsehen, Radio oder Zeitungen erscheinen, die an Unfällen beteiligt sind oder aus irgendeinem anderen Grund Hilfe brauchen. Fernheilung kann auch sehr wertvoll sein, wenn ein direkter Kontakt aufgrund einer physischen Verletzung zu

schmerzhaft wäre oder wenn es ein Infektionsrisiko für den Empfänger / Anwender geben würde.

Es kann zu intensiven emotionalen Erfahrungen kommen, wenn wir Reiki zu Menschen schicken. Verfahrene Situationen zwischen dieser Person und dir können auf diese Art und Weise gelöst werden Die Technik führt trotz Entfernung zu einer stärkeren Bindung zwischen Empfänger und Anwender.

Reiki Energie wirkt auf allen Ebenen; aus diesem Grund ist es wichtig, die Anwendung zu planen und zu beobachten. Einige Menschen neigen dazu, beim Empfang von Reiki schläfrig zu werden oder sogar einzuschlafen, erleiden einen gewissen Verlust der Reflexe oder die motorische Koordination; haben Hitzegefühle, Schüttelfrost, Druck im Kopf. Auch wenn dies nur vorübergehend ist, können diese Faktoren Risiken im Tagesablauf darstellen. Stimme die Zeit der Reiki Anwendung mit dem Empfänger ab, in o.g. Einzelfällen sende Reiki, wenn du sicher bist, dass die empfangende Person im Bett / in Ruhe verweilt.

Sorge für eine ruhige Atmosphäre und einen Raum, wo du ungestört bist. Eine gute Möglichkeit ist es, eine Kerze (Element Feuer) anzumachen. Setz dich bequem hin, so dass die Beine und Arme nicht überkreuzt sind.

In jedem Fall ist es wichtig, das Gesicht und den Namen der Person, die mit Reiki Energie versorgt werden, soll zu visualisieren. Wenn kein Foto vorhanden ist, dann verwende den kompletten Namen und die Adresse der Person. Fernheilung wirkt zunächst in der Aura und geht dann in den physischen Körper über.

Wir können die Fernreiki auch verwenden, um Körperstellen zu erreichen, die schwer oder garnicht zugänglich sind. Dabei können wir diese in unseren Händen visualisieren.

Erinnere dich stets daran, dass Hon Sha Ze Sho Nen das Symbol für Fernreiki ist, da es durch Raum und Zeit fließt. Alle Symbole werden in der Luft gezeichnet und in umgekehrter Reihenfolge genutzt: zuerst Hon Sha Ze Sho Nen, gefolgt von Sei He Ki, und schließlich die Cho Ku Rei. Für jedes Symbol entsprechend wiederhole das Mantra dreimal.

Reiki kennt viele Methoden der Fernheilung. Hier stelle ich die Hauptmethoden vor:

1. **Verkleinerungstechnik**

Verkleinere mit deiner Vorstellungskraft die Größe des Empfängers, indem du die Person in deinen Händen visualisierst. Zeichnen das dritte Symbol, dann das zweite und bestätige dreimal, dass die Person sich in deinen Händen befindet. Dann zeichne das erste Symbol. Ab dem Moment hältst du die Person in deiner Hand und erreichst sie mit Reiki. Entwickle Sensibilität für diese Wahrnehmung.

2. **Ersatz-Technik**

Ersatz-Technik fokussiert den physischen Körper. Diese Technik wird zum Beispiel verwendet, um ein bestimmtes organisches Problem zu behandeln.

In diesem Fall verwenden wir eine dritte Person, eine Puppe, ein Stofftier, ein Kissen oder sogar uns selbst - als Ersatz für den wirklichen Empfänger.

Zuerst visualisieren wir auf dem Kronen-Chakra das dritte Symbol (Mantra dreimal), gefolgt von dem zweiten (Mantra dreimal) und denken an den Empfänger und dessen Namen (dreimal). Dann zeichnen wir das erste Symbol (Mantra dreimal). Wir wenden Reiki auf traditionelle Weise an dem Modell an, vor allen Dingen an dem betroffenen Organ, das der Heilung bedarf. Die Energie wird zur gleichen Zeit und mit gleicher Intensität den wahren Empfänger erreichen, wie es das Modell erreicht.

3. Fototechnik

Eine weitere Möglichkeit, eine Fernbehandlung anzuwenden, ist durch ein Foto der zu empfangenen Person. Notiere den vollständigen Namen der Person, zeichne die Symbole 3, 2 und 1, in dieser Reihenfolge, mit ihrem jeweiligen Mantra (3x). Dann legen das Bild vor dich und lasse Reiki darüber fließen. Wenn kein Foto vorhanden ist, nutzen den Namen und die Adresse und visualisiere die Person. Wenn du mit einer Personen-Gruppe Reiki geben möchtest, lege ein Foto in die Mitte. Es wird gemeinsam Energie in das Foto geschickt. Durch die Gruppendynamik entsteht ein sehr kraftvoller Energiekreis, der den Empfänger erreicht.

4. Knie-Technik

Mit der Knie-Technik werden gute Ergebnisse erzielt. Sie ist als Ergänzung oder Ersatz für eine direkte Anwendung nutzbar. Sie legt viel Wert auf den

Ätherleib (Nadis, Chakren und elektrische Kanäle), mit dem Ziel, höhere Energien zu empfangen und Blockaden zu lösen.

Folgende Reihenfolge ist zu beachten:

a) Wähle ein Bein, um die Anwendung zu beginnen. Es sollte immer das gleiche Bein sein, damit die gleiche Schwingungsskorrespondenz erreicht wird. Ich empfehle Rechtshändern links zu beginnen und Linkshändern rechts zu beginnen.
b) Das ausgewählte Bein oder Knie korrespondiert mit den vier Positionen des Kopfes. Der Oberschenkel des gleichen Beines korrespondiert mit den vier Positionen des Vorderkörpers. Der andere Oberschenkel korrespondiert mit den vier Positionen des Rückens sowie die zwei Positionen der Füße. Alle vierzehn herkömmlichen Positionen werden so durch drei Positionen ersetzt.
c) Lege die nicht-dominante Hand in Form einer Muschel auf das ausgewähltes Knie, die andere Hand ist frei, um die Symbole zu zeichnen.
d) Zeichne das 3. Symbol (Mantra dreimal), gefolgt vom 2. Symbol (Mantra dreimal) in die gewölbte Hand. Nennen dreimal den Namen des Empfängers und visualisiere sein Gesicht. Dann zeichne das 1. Symbol (Mantra dreimal) und lege die Hand neben die andere Hand auf das Knie. Diese Haltung korrespondiert mit den Positionen des Kopfes. Lasse 5 Minuten lang Reiki Energie fließen.
e) Lasse die Hände zum Oberschenkel des gleichen Beines gleiten. Bleibe so 5 Minuten lang. So erreichst du alle Positionen des Vorderkörpers.
f) Bringe nacheinander die Hände zum gegenüber liegenden Oberschenkel und halte sie dort 5 Minuten lang. So erreichst du alle

Positionen des Rückens und Füße des Empfängers. In nur 15 Minuten hast du so eine komplette Reiki-Behandlung gegeben. Nach der Anwendung trenne dich von der Aura der Person, indem du dir z.B. die Hände wäschst oder sie über eine Kerze hältst.

Es gibt noch weitere Korrespondenzpunkte: Der Ellbogen mit dem Kopf, der Unterarm mit der Stirn, der andere Unterarm mit dem Rücken und dem Fuß.

Die Knie-Technik kann so verkürzt werden, wie wir es bei der Selbstbehandlung schon kennen gelernt haben; mit verringerter Zeit von 2,5 Minuten pro Position.

5. Heft -Technik

Energie ist immer in Bewegung - wir ernten, was wir sähen, d.h. die meisten Umstände, die uns beeinflussen, sind nicht karmisch und können von uns selbst verändert werden. Es gibt Menschen, die den Kosmos mit Gebeten um Hilfe bitten; mittels der Religion geben sie Versprechen oder Opfer, um ihr Ziel zu erreichen. Reiki zeigt ebenfalls Wege und Mittel, um um etwas zu bitten.

Mit der Heft-Technik notieren wir alles, was wir möchten, was wir uns wünschen, was wir heilen wollen, machen wollen, erreichen wollen, wissen wollen, verstehen wollen, von dem wir uns befreien wollen. Dazu können Fotos von Menschen gelegt werden, die wir lieben und denen wir Fernreiki geben wollen. Das Heft ist so persönlich wie ein Tagebuch.

In Bezug auf Wünsche geht es beim Menschen oftmals um Liebesbeziehungen. Manchmal lieben wir eine andere Person, die wiederum

bereits in einer Beziehung ist. Es wäre nicht ethisch, um einen Bruch der Beziehung mit der anderen Person zu bitten, sondern es ist besser, darum zu bitten, eine liebevolle Beziehung mit sich selbst zu führen. Mit einem unethischen Wunsch würden wir in die freie Entscheidungsfähigkeit der Menschen eingreifen und uns karmisch verstricken.

Aktivierung des Heftes:

a) Zunächst wählen wir ein Heft, das praktisch ist, das heißt, klein, handlich, aber auch mit ausreichend Blatt
b) Um die Handhabung des Heftes zu erleichtern, ist es ratsam, das Heft in Themengebiete aufzuteilen (Gesundheit, Familie, Finanzen, berufliche Angelegenheiten, Zuneigung, Ruhe, Spiritualität, etc.). Wir können Bilder von Menschen einfügen, Tieren, Gegenständen, usw., zu denen wir Reiki schicken wollen.
c) Auf der Rückseite sollten die Symbole 3, 2 und 1 in dieser Reihenfolge gemalt werden. Als nächstes werden die Mantren jeweils dreimal aufgeschrieben. Wir wiederholen das Gleiche auf der Vorderseite. Schütze dein Heft, damit Andere es nicht lesen.
d) Schreibe, zeichne oder klebe auf, was du magst, um Bezug zu deinen Wünsche und Angelegenheiten herzustellen.
e) Um das Heft zu aktivieren, sollte es auf die nicht-dominanten Hand gelegt werden (Hand gewölbt). Mit der anderen Hand zeichne die Symbole in der Reihenfolge 3, 2 und 1 auf das Heft und gib Reiki auf die Vorderseite. Nach fünf Minuten führe das Gleiche auf der Rückseite aus. Das Heft wird für 24 Stunden aktiviert und mit Energie versorgt. Du musst ca. alle 24 Stunden die Energie neu aktivieren. Die Symbole lenken die Energie auf alle Wünsche im Heft. Wir können in jeder

Sprache schreiben und es macht nichts, wenn Rechtschreibfehler enthalten sind, denn das was zählt, sind die mentalen Wellen, die beim Schreiben ausgestrahlt werden.

f) Die tägliche Neu-Aktivierung reicht auf einer Seite des Heftes für fünf Minuten.

Falls sich keiner der Wünsche erfüllt, muss evtl. zuvor etwas anderes geheilt werden. Reflektiere deine Auszeichungen. Der Wunsch wird erfüllt, wenn alle Faktoren, die ihn beeinflussen, in Harmonie sind und die Reiki Energie durch sie fließen kann.

6. Schachtel-Technik

Der beste Weg, die Chakren zu öffnen, zu aktivieren, zu energetisieren und zu harmonisieren, gelingt, wenn Körper und Geist in einem gesunden Zustand sind. Zu lieben ist eine der effektivsten Möglichkeiten. Das mag nicht sehr wissenschaftlich erscheinen, aber es ist wahr. Liebe ist die größte Heilkraft, die es gibt. Es ist das größte Instrument für die Entwicklung und die Reinigung des Menschen. Wir müssen selbst die Verantwortung für unser Erwachen und das Erwachen der Menschheit übernehmen. Wenn wir uns lieben und wir in der Lage sind, diese Liebe zu teilen, ohne zu urteilen, füllen wir unseren Körper mit Energie und vitalisieren ihn nachhaltig.

Es gibt Erfahrungen, die zeigen, dass wir mit folgender Technik schnell zum Ergebnis kommen. Die Schachtel-Technik wird benutzt, wenn wir nicht genügend Informationen über die Person verfügen, der wir helfen wollen.

Nutze die Schachtel-Technik auch, um Personen Reiki zu schicken, zu denen du keine sehr enge Verbindung hast.

Aktivierung der Schachtel:

a) Wähle eine Schachtel mittlerer Größe, aus einem Material, das später gut zu verbrennen ist. (Karton, Holz, etc.).
b) An der Unterseite der Schachtel zeichne die Symbole 3, 2 und 1 in dieser Reihenfolge, auf, mit dem jeweiligen Mantra (3x). Decke die Symbole ab bzw. verstaue die Schachtel, damit keiner, der nicht in den zweiten Reiki Grad eingeweiht ist, darauf oder hinein schauen kann. Auf den Deckel gibt es keine Notwendigkeit, die Symbole zu platzieren.
c) In die Schachtel legen wir Wünsche von verschiedenen Personen, denen wir Reiki Energie schicken möchten. Das können Fotos sein, Textilien, Notizen mit Wünschen mehrerer Personen gleichzeitig sein, denen wir die Reiki schicken möchten. Die Aktivierung erfolgt in fünf Minuten. Alle 24 Stunden bedarf es einer Neuaktivierung.

Praxis-Anleitung: Reiki im zweiten Grad anwenden

Übersicht Anwendung der Symbole

*S-H-K: Sei Hei Ki, immer da wo das Sei-Hei-Ki Zeichen gezeichnet wird, auch dreimal das Mantra sagen

*H-S-Z-S-N: Hon Sha Ze Sho Nen, immer da wo das Hon-Sha-Ze-Sho-Nen Zeichen gezeichnet wird, auch dreimal das Mantra sagen

*C-K-R: Cho Ku Rei, immer da wo das Cho-Ku-Rei Zeichen gezeichnet wird, auch dreimal das Mantra sagen.

Vorbereitung:

Gibt es bestimmtes Thema auf das Reiki angewendet werden soll, wie z.B. eine Sucht oder bestimmte negative Gedanken?

1. Schutz mit Cho-Ku-Rei Zeichen*
   Einmal in jede Himmelsrichtung, im Uhrzeigersinn Yantra und 3xMantra oder alternativ in jedes Chakra jeweils 1 Yantra und 3x Mantra.

2. Bitte um Erlaubnis, mit der Reiki Energie zu arbeiten. Rufe deine und/oder die des Empfängers: Reiki Meister, Ahnen und spirituelle Helfer an und bitte darum, präsent zu sein.
   Dazu Hände in Gebetshaltung oder auf deine Brust legen.

3. *C-K-R über die Person zeichnen und visualisieren, wie es auf ihr Energiefeld fällt. Es dient dazu, Energie, die gereinigt werden möchte, an die Oberfläche zu bringen.

4. Dreimal die Aura der Person ausstreichen, „kehren“.

5. *C-K-R in jeweils in die eigenen Handflächen zeichnen.

6. *C-K-R in das Kronen-Chakra des Empfängers einfügen, Reiki hineingeben.

Varianten:

a) Glaubensmuster, Emotionen oder Themen im Jetzt verändern

1. Lege deine nichtdominante Hand auf den Hinterkopf und die dominante Hand auf die Stirn.
2. *S-H-K und Reiki ins 6. Chakra geben.
3. Dreimal Affirmation, positive Sätze z.B.: „Ich bin wertvoll."
4. *C-K-R und Reiki ins 6. Chakra geben.

b) Glaubensmuster, Emotionen oder Themen in der Vergangenheit oder Zukunft verändern

1. * H-S-Z-S-N und Reiki ins 7. Chakra geben (Raum und Zeit öffnen)
2. Lege die nichtdominante Hand auf den Hinterkopf und die dominante Hand auf die Stirn.
3. *S-H-K und Reiki ins 6. Chakra geben.
4. Intention: „Ich schicke Reiki zum Ursprung der emotionalen Verletzung" oder „Ich schicke Reiki zu Ereignissen in die Zukunft (kann näher bestimmt werden z.B.: Vorstellungsgespräch, Datum etc.), damit sie gut laufen."
5. *C-K-R und Reiki ins 6. Chakra geben.

Abschluss

1. Lasse das *C-K-R wieder über den Empfänger fallen.
   Diesmal um die Reiki-Energie zu versiegeln.
2. Dreimal in deine Hände pusten.
3. Danke deinen und/oder denen des Empfängers: Reiki-Meistern, Ahnen, spirituellen Führern etc.
4. Durchtrenne dreimal die energetische Verbindung zum Empfänger.