

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Grundlagen.....	9
Was ist Reiki?	9
Die moderne Geschichte des Reiki	13
Die Entwicklung der westlichen Reiki-Bewegung	17
Usuis Erben.....	20
Praxistest.....	22
Über allem: Die Intuition.....	23
Wie wirkt die Reiki-Energie?	26
Wirkung im Körper.....	28
Wirkung im seelisch-geistigen Bereich.....	29
Wer ist empfänglich für die Reiki-Energie?	31
Reinigung / Erstverschlimmerung	31
Gegenanzeichen.....	32
Energiestau	33
Usuis spirituelle Grundlagen	34
Die Lebensregeln.....	35
„Nur heute Ärgere dich nicht“.....	36
„Nur heute Sorge dich nicht“.....	38
„Nur heute sei Dankbar“	40
„Nur heute sei nett zu allen Mitmenschen“	42
„Nur heute erfülle deine Pflichten“.....	44
Die Gedichte	45
Das Handauflegen lernen und ausüben.....	47
Jeder kann es?.....	48
Der Reiki-Kurs.....	49
Die Reiki Behandlungen.....	50
Ablauf: Reiki – Ganzbehandlung	51
Nach der Behandlung	56

Ablauf : Reiki-Kurzbehandlung	57
Ablauf: Reiki-Eigenbehandlung	58
Intuitives Handauflegen	58
Wichtig bei allen Behandlungsformen	60
Reiki in der Gemeinschaft	60
Austausch-Treffen.....	61
Reiki-Segen / Reiju	62
Grundlagen über Aura und Chakren	66
Die Aura.....	67
Die 7 Hauptchakren.....	70
Chakren-Ausgleich	76
Japanische Techniken.....	78
Intuitives Reiki - Reiji-Ho	79
Atemübung - Joshin Kokyuu-Ho	81
Reiki Meditation - Gassho Meiso	83
Diagnosetechnik - Byosen	84
Reiki-Kreis Gruppenübung - Reiki Mawashi.....	87
Konzentrierte Übung - Shu Chu-Reiki	88
Reiki-Atem - Koki-Ho.....	90
Entgiftungstechnik - Gedoku-Ho.....	91
Geistiges Heilen mit Reiki	92
Die Symbole des zweiten Grades	93
Der Sinn der Symbole.....	94
Warum es auch ohne Symbole geht	95
Wie es dazu kam.....	99
Kommentare von Reiki-Schülern	102
Die Werkzeuge des zweiten Grades	104
Vorbereitung: Konzentration und Gedanken schulen.....	106
Vorbereitung: Vorstellungskraft schulen.....	109
Wille und Absicht.....	111

Erstes Werkzeug - Die Kraft verstärken	112
Anwendungsbereiche.....	113
Die Energieverstärkung für Reinigung und Schutz	115
Selbstreinigung und Schutz.....	115
Zweites Werkzeug - Mental-Reiki.....	118
Die mentale Ebene im Menschen.....	118
Mental-Reiki – Geistiges Heilen	122
Mental Reiki für Organe.....	125
Blockaden in Organen lösen	126
Beispiele für Affirmationen	129
Drittes Werkzeug - Fern-Reiki.....	131
Fern-Reiki für sich selbst	133
Durchführung einer Fernbehandlung.....	133
Eine Lichtkugel senden	136
Reiki in die Vergangenheit senden	137
Reiki in die Zukunft senden	139
Reiki bei Prüfungen.....	140
Reiki in Krisengebiete senden	141
Reiki für alle Fälle	142
Vorbeugen mit Reiki.....	145
Nahrungsmittel und Medikamente.....	146
Reiki in der Schwangerschaft.....	147
Kinder und Reiki	148
Elterntipp: Einschlafen.....	149
Weitere Elterntipps	150
Schock / Traumata	152
Reiki bei schweren Erkrankungen	154
Reiki und Sterbegleitung	156
Reiki bei Tieren.....	157
Reiki für Pflanzen.....	159
Mental Reiki im täglichen Einsatz	161

Fallbeispiele	165
Meisterschaft leben.....	169
Das Meistersymbol.....	171
Die Themen des Meister-Grades.....	172
Der innere Meister	174
Die Integration des Schattens	175
Der Weg zur wahren Meisterschaft.....	179
Übung mit dem Meisterzeichen.....	179
Übung mit dem Schatten	180
Gedanken zum Thema Einheit und Meisterschaft.....	182
Die Einheit	183
Das Eins-Sein leben.....	185
Der wahre Meister.....	186
Lüge und Wahrheit	187
Das Licht ist gekommen	188
Lehrer sein.....	189
Das Lernen hört nie auf	191
Einen Lehrer finden.....	196
Mein Weg mit Reiki.....	199
Über die Autorin	203
Ausblick.....	204
Übungsverzeichnis.....	207
Literaturverzeichnis und Verweise.....	209