

## REIKI Bedienungsanleitung > um Reiki einfach und bestmöglich zu nutzen.

Dies wird deinen Horizont erweitern, ob Reiki – Neuling oder Reiki – Lehrer...  
Beantworte dir die Fragen damit du siehst wo du stehst und finde Ideen was du weiterhin tun kannst.  
„Das Leben ist so ehrlich zu dir, wie du (bei deinen Antworten) selbst zu Dir bist“

### Die Fragen :

**A** - Mein allgemeines Befinden kann ich so ausdrücken :

1. Ich fühle mich immer gut.
2. Ich fühle mich meistens gut.
3. Ich fühle mich manchmal gut.
4. Ich fühle mich nie gut.

**B** - Wenn ich einen Entschluss gefasst habe,

1. bleibe ich dabei und führe ihn aus.
2. führe ich ihn meistens auch aus.
3. führe ich ihn manchmal aus.
4. gibt es immer einen Grund es nicht zu tun.

**C** - Wenn ich mir etwas vorgenommen habe und gleich zu Beginn entsteht eine unangenehme Situation oder ein unangenehmer Gedanke, dann

1. lasse ich es sein.
2. warte ich erst einmal ab und lass es dann ganz.
3. mache ich nach einiger Zeit wieder weiter.
4. mache ich weiter, denn ich weiß ja nicht was noch kommt.

**D** – Ich habe mir vorgenommen etwas künftig zu tun, oder nicht mehr zu tun.

1. Ich denke immer daran, bei jeder Gelegenheit und bleibe dabei.
2. Ich erinnere mich oft und bleibe dann bei meinem Vorhaben.
3. Ich denke immer wieder mal daran und mache dann was ich mir vorgenommen habe.
4. Ich denke anfangs noch daran, vergesse es aber irgendwann.

**E** - Ich wende Reiki an :

1. immer
2. oft
3. ab und zu
4. selten

**F** - Und so wende ich Reiki an :

1. Ich lasse Energie durch meine Hände, meine Gedanken und mit Hilfe der Symbole fließen.
2. Ich verwende meine Hände und die Symbole.
3. Ich lasse die Energie durch meine Gedanken fließen.
4. Ich lasse die Energie durch meine Hände fließen.

**G** - Meine Reiki Empfänger sind :

1. Alle Situationen und Menschen die mir täglich begegnen.
2. Situationen und Menschen die mir unangenehm sind oder die Hilfe benötigen.
3. Natur und Menschen in meiner Umgebung
4. Ich selbst

**H** - Was denke ich beim Energie senden :

1. Ich denke daran wie gut es mir geht und dass die Energie das Richtige bewirken wird für die entsprechende Situation oder Person.
2. Ich denke das Reiki helfen wird.
3. Ich wünsche oder hoffe, dass alles gut wird.
4. Ich denke jetzt muss sich etwas ändern.

## Antworten

- A-A1** – Du hast die Voraussetzungen um aus „gut“ ein „sehr gut“ werden zu lassen.  
Befolge **A-V1** und **A-V2**
- A-A2** – Wenn es dir gut geht, befolge **A-V1** und **A-V2** und wenn du Lust hast dann geh in Gedanken zurück zu den Situationen in welchen du dich nicht wohl gefühlt hast, und sende der Situation und allen Beteiligten Energie und danach befolge **A-V1**  
Und wenn es dir nicht gut geht dann frage dich woran es liegt das es dir nicht gut geht und dann sende dieser Situation mit allen beteiligten Energie und befolge **A-V3**.
- A-A3** – Siehe **A-A2**
- A-A4** – Befolge **A-V2** und **A-V3**
- A-B1** – Wenn es gut ausgeht dann genieße es. Wenn es nicht gut ausgeht oder sich auch nur in diese Richtung entwickelt, dann sende Energie auf alles was dir dazu einfällt, auch auf da Vergangene und befolge **A-V1**
- A-B2** – Wenn du deinen Entschluss beibehältst siehe Antwort **A-B1** und wenn du deinen gefassten Entschluss nicht ausführst dann befolge **A-V1**
- A-B3** – Siehe **A-B2**
- A-B4** – Befolge zuerst einige Zeit **A-V3** dann zusätzlich **A-V2**
- A-C1** – Wenn du etwas nicht tust was du dir vorgenommen hast, kann es wichtig sein zu wissen warum du die Situation erlebst die dich davon abhält / abbringt. Befolge **A-V1**
- A-C2** – Wenn du zögerst, etwas zu tun oder sein zu lassen, dann befolge **A-V3** und **A-V1**
- A-C3** – Wenn du zögerst siehe **A-C2** und wenn du weitermachst dann siehe **A-B1**
- A-C4** – Siehe **A-B1**
- A-D1** – Stelle dir vor das auch andere Menschen diese Eigenschaft entwickeln und stelle dir vor wie sie es machen und wie sie sich dabei fühlen und unterstütze dies mit **A-V2**
- A-D2** – Befolge **A-V2**
- A-D3** – Befolge **A-V1** und **A-V2**
- A-D4** - Befolge zuerst eine Zeit lang **A-V3** und dann zusätzlich **A-V2** und **A-V1**
- A-E1** – Du hast die Voraussetzung geschaffen um mit **A-V1** viel über dich zu erfahren und auch als Reiki-Lehrer aktiv zu sein.
- A-E2** – Siehe **A-E1** und befolge **A-V2**
- A-E3** – Befolge **A-V2** und **A-V1**
- A-E4** – Befolge eine Zeit lang **A-V3** und dann zusätzlich **A-V2**
- A-F1** – Wende dies nicht nur zu bestimmten Zeiten oder Situationen an, sondern lass in all deinem Denken und Handeln immer Energie fließen.
- A-F2** – Sende auch Energie durch deine Gedanken. Dein drittes Auge ist in der Lage Energie zu versenden. Wenn du das Gefühl hast dies funktioniert nicht dann lass dir von deinem Reiki-Lehrer dein Drittes Auge aktivieren.
- A-F3** – Verwende auch Hände / Symbole damit du die Kraft und Energie spüren und fühlen lernst.
- A-F4** – Siehe **A-F2**
- A-G1** – Sende Energie auch an all deine Erinnerungen und Gedanken was auch immer dir gerade einfällt braucht Energie und zusätzlich **A-V1**
- A-G2** – Befolge **A-V1** und weite dein Energie-Senden aus auf alle Situationen deines Lebens.
- A-G3** – Wende die Energie auch bei dir selbst und anderen Personen an und befolge **A-V1**
- A-G4** – Wende die Energie auch bei anderen Personen an und befolge **A-V1**
- A-H1** – Wundervoll weiter so.
- A-H2** – Denke oder besser verinnerliche also wisse, dass die Energie das Richtige bewirkt und **A-V3**.
- A-H3** – Erschaffe dir ein inneres Wissen, dass die Energie nur das Richtige bewirken kann mit **A-V1-3**.
- A-H4** – Werde gelassener den Ergebnissen deines Wirkens gegenüber dazu wende **A-V1-3** an.

## Regeln

- A-V1** – Schaffe dir einen Moment (oder auch länger) einen ruhigen Raum und frage dein Inneres was du tun kannst oder was notwendig ist oder was du verstehen oder lernen darfst. Damit aus einem gut ein sehr gut wird oder damit du verstehst oder den Grund erfährst. Schreibe dir deine Antworten auf und was du dazu tun möchtest. Dann immer wieder lesen und wichtig es auch machen.
- A-V2** – Sende in Gedanken Energie auf alles woran du gerade denkst, allen Menschen denen du begegnest und den Orten wo du dich gerade befindest. Sende die Energie solange du kannst oder daran denkst. Mache das bewusst immer und immer wieder bis es von alleine von dir fließt.
- A-V3** – Übertrage dir Energie mit einem Chakra-Ausgleich oder einer Ganzkörperanwendung oder finde eine Person die dies bei dir macht.