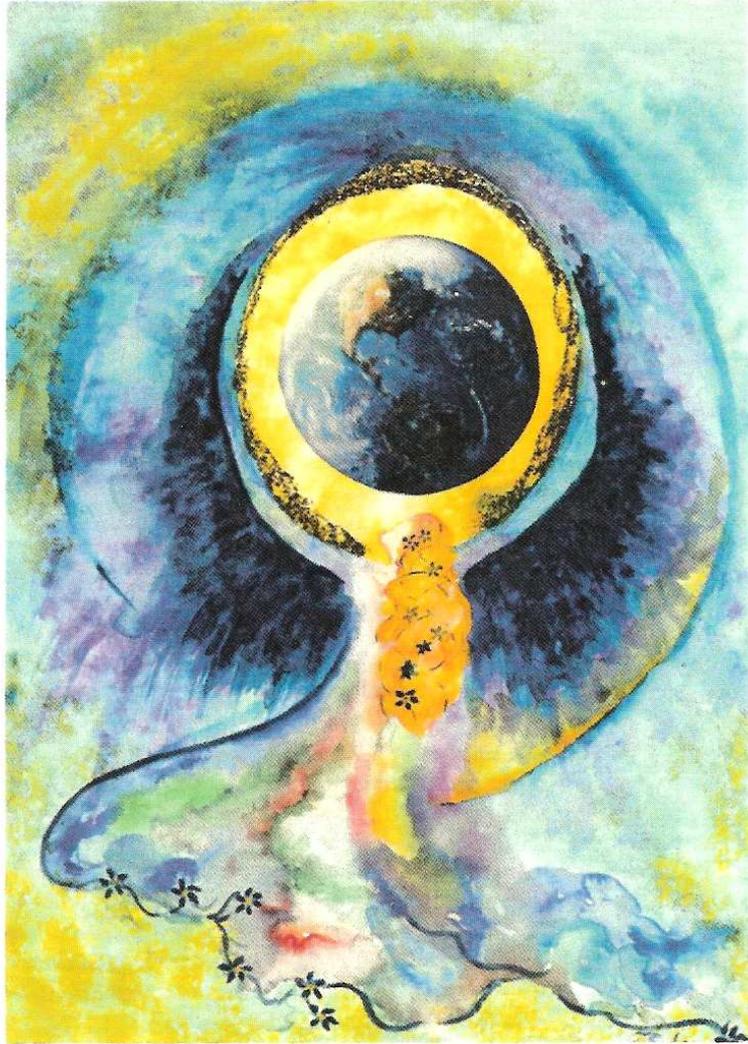


REIKI RUNDSCHREIBEN



Ausgabe Nr. 1

Februar 2004

Monika Villa, Reiki Meisterin

Liebe Reiki-Freunde

Das Titelblatt meines Rundschreibens ist geboren. Nun muss ich nur noch die Seiten mit Buchstaben füllen. Diesmal ist noch kein Beitrag von Euch dabei, ich würde mich freuen, wenn ich im nächsten Rundschreiben ein paar Erfahrungen, die Ihr mit Reiki gemacht habt oder Fragen zu Reiki von Euch reinschreiben darf.

Für mich hat in diesem Jahr mit der Selbständigkeit ein neuer Lebensabschnitt begonnen. Es ist verbunden mit vielen Herausforderungen und mit einer tiefen Befriedigung, mich nun völlig meiner Berufung widmen zu können.

Namaste

Monika

Inhalt

- ◆ Eigenliebe
- ◆ Energieräuber
- ◆ Was ist Reiki II
- ◆ Kinder- und Teenagerseminare
- ◆ Vortrags- und Seminaraten
- ◆ Gedicht von Corinna Mühlstedt

Eigenliebe

Wenn wir in jedem Lebewesen das göttliche Licht, sein wahres Wesen, seinen Ursprung, oder wie immer Du es nennen willst, sehen, können wir ihm auch Liebe und Respekt entgegenbringen. Selbst eine Mücke ist dann liebenswert. Mir geht gerade durch den Kopf, eine Mücke gehört zum Ungeziefer, was bedeutet denn dieses Wort? „Un“ ist in der Regel eine Vorsilbe um das Gegenteil von etwas auszudrücken wie etwa logisch – unlogisch, was ist Geziefer und was ist Ungeziefer?

Ich bin mal schnell ins Internet eingestiegen, um nachzuschauen, dabei habe ich eine schöne Geschichte gefunden. Es geht um ein kleines Mädchen, das seiner Mutter freudestrahlend erzählt, es hätte eine Katze im Badezimmer gefunden, die Mutter entdeckt aber nur ein Ungeziefer, einen Silberfisch. Doch für die Tochter bleibt es eine Katze, die sie hegt und pflegt und die sie vor Freude singen lässt.

Die Dinge sind das, was wir in ihnen sehen.

Was sehen wir denn in uns? Ich zeige Liebe und Respekt für jedes Lebewesen, mich eingeschlossen? Ja, auch du selber bist ein Lebewesen, das Liebe und Respekt verdient. Siehst Du auch Dein eigenes Licht? Dein Licht sehen und zeigen bedeutet

auch, Deine Fähigkeiten sehen, Dich selber sein, zu lachen, weinen, singen oder tanzen, wenn es Dir danach zu Mute ist. Vielleicht bedeutet es auch, mal ein Risiko einzugehen, nicht immer im sicheren „Rahmen“ zu bleiben. Wir nehmen im Leben viele Rollen wahr, Eltern, Ehepartner, Tochter, Sohn, Berufsfrau/mann, Hausfrau/mann, Freund/in usw. und oft wissen wir selbst nicht mehr, wer wir wirklich sind, unser Licht ist tief verborgen unter einer dicken Schicht. Selbst unsere Träume gehen auf diesem Weg manchmal verloren.

Dich zu lieben bedeutet aber auch, Deine dunklen Seiten, Deine Schattenseiten anzunehmen, auch sie gehören zu Dir, denn ohne Dunkelheit gibt es kein Licht und umgekehrt. Manchmal erschrecken wir über unsere Gedanken, verurteilen uns dann selber, statt dass wir die Dunkelheit ansehen, als zu uns gehörig, sie akzeptieren als einen Teil von uns. Erst wenn wir etwas annehmen, können wir es loslassen und uns so wieder dem Licht zuwenden.

**Die regelmässige Selbstbehandlung hilft Dir dabei,
herauszufinden wer Du bist
und Dich so zu lieben, wie Du bist.**

Energieräuber

Seit dem 1. Januar arbeite ich nun selbständig, das heisst, niemand gibt mir mehr ein fixe Tagesstruktur vor, sagt mir, wann ich die Arbeit beginnen muss oder wann Feierabend ist, auch nicht, wann ich frei habe. Ich habe gemerkt, dass das für mich eine ganz neue Herausforderung ist. Ich kann plötzlich in meinem eigenen Rhythmus arbeiten, das heisst, den musste ich erst mal herausfinden nach so vielen Jahren mit festen Strukturen. Das Büro zu Hause zu haben hat Vor- und Nachteile. Zu Hause lasse ich mich leicht ablenken, mache noch schnell dies und das, sitze aber umgekehrt plötzlich noch um 24 Uhr vor dem Computer. Einfach mal einen Tag nichts zu tun, wenn ich zu Hause bin, nur zu entspannen, muss ich plötzlich einplanen.

In dieser Zeit habe ich auch viele Energieräuber entdeckt, vielleicht kennst Du die auch?

Herausschieben, vor Dir herschieben von:

- Dingen, von denen Du glaubst, sie nicht gut zu können
- Sachen, die Du nicht gerne machst
- oder die Dir Angst machen
- usw.

Energieräuber sind auch ungelöste Probleme, unbeantwortete Fragen, Entscheidungen, die getroffen werden sollten, Glaubenssätze, die uns im Weg stehen, weil sie keine Gültigkeit mehr haben.

Wir erledigen dann andere Sachen, aber im Hintergrund belastet uns das Aufgeschobene, Ungelöste, braucht enorme Energie von uns und ist doch nicht erledigt. Meistens arbeiten wir dann auch nicht effizient.

Wenn wir uns dann endlich an das Aufgeschobene heranwagen, sind wir oftmals von uns selber überrascht, wie gut wir es machen.

Für die zweite Rubrik fand ich letztthin auch eine für mich gute Methode. Ich schrieb all meine Probleme, Fragen, ungetroffenen Entscheidungen auf ein grosses Blatt und kreiste sie ein. Dann überlegte ich mir, wer kann mir bei was helfen, schrieb den Hinweis daneben, nahm den Telefonhörer in die Hand, zwei oder drei Telefone und die ganze Liste war in etwa 2 Stunden erledigt, keine Probleme, keine Fragen mehr, Entscheidungen getroffen.

Ich will nun damit nicht sagen, dass andere Menschen für mich Entscheidungen treffen oder Probleme lösen, das muss ich schon selber tun, aber manchmal hilft es einfach, sich mit jemandem auszutauschen, der einem vielleicht zu einer neuen Sichtweise verhilft oder einen anderen Weg aufzeigt. Bei solchen Gesprächen werden plötzlich auch Glaubenssätze sichtbar, da wir ja durch Reiki auch bewusster, hellhöriger, aufmerksamer werden.

Andere Menschen um Hilfe bitten und Hilfe annehmen bedeutet nicht, Schwäche zu zeigen, im Gegenteil, wenn das ein Schwachpunkt von Dir ist, dann bedeutet es persönliches Wachstum. Ausserdem gibst Du dem andern Menschen die Chance, Dir etwas zu geben, und dass das etwas Schönes ist wissen wir alle.

Wenn Du dann auf so einem Blatt alles durchstreichen kannst, wird eine enorme Energie freigesetzt und du kannst Dich wieder auf Deine Arbeit konzentrieren, bist effizient und fühlst auch eine grosse Freude in Dir.

Was beinhaltet ein Reiki II Seminar

Im Reiki I Seminar habe ich Euch kurz den Inhalt eines Reiki II Seminars erklärt, aber es fehlt in Eurer Seminarzusammenfassung. Deshalb benutze ich nun das Reiki Rundschreiben, um dies nachzuholen. Nach dem Reiki I empfehle ich, einige Monate (mindestens 2) Erfahrungen zu sammeln mit der regelmässigen Selbstbehandlung und so eine Beziehung zu Reiki aufzubauen. Es gibt auch energetische Gründe für diese Pause zwischen Reiki I und II.

Fernbehandlung

Im Reiki II lernt man, wie man Reiki über Distanz an einen andern Menschen „schickt“, das heisst, man lernt die Technik der Fernbehandlung. Dazu braucht es drei Symbole, auf die man eingestimmt wird.. Im Reiki Network unterrichten wir nicht nur die Fernbehandlung sondern auch die jeweilige Bedeutung und eine Vielfalt von Anwendungsmöglichkeiten der drei Symbole. Reiki kann nicht nur an Lebewesen sondern an jedes andere Energiefeld geschickt werden.

1. Symbol: Kraft

Dieses Symbol kann zur Verstärkung oder Potenzierung eingesetzt werden. Damit kann zum Beispiel die Wirkung eines Waschmittels oder einer Gesichtscreme verstärkt werden. Oder man kann das gesprochene oder geschriebene Wort verstärken, das heisst, es kommt beim andern Menschen auch wirklich an. Die Symbole können aber nie manipulativ eingesetzt werden, das heisst, wenn eine Lüge ausgesprochen wird und mit dem Symbol verstärkt wird, entdeckt das Gegenüber die Lüge.

Wenn ich zum Beispiel eine Stellenbewerbung mit dem Symbol verstärke, bedeutet das nicht, dass ich die Stelle sicher bekomme, sondern dass der Arbeitgeber dieses Gesuch aufmerksam und schnell bearbeitet und klar sieht, ob ich geeignet bin für den Job.

2. Symbol: Harmonie, Schutz, Intuition, Kommunikation

Dieses Symbol dient verschiedenen Zwecken. Man kann zum Beispiel einen Raum harmonisieren. Oder man kann sich in gefährlichen Situationen schützen, zum Beispiel beim Autofahren in Schnee und Eis. Das Symbol hilft auch bei Gesprächen, Sitzungen, Vorträgen, damit man sich gut ausdrücken kann, die richtigen Worte findet, die anderen richtig versteht.

3. Symbol: Verbindung

Dieses Symbol könnte man als kosmische Telefonnummer bezeichnen. Um Reiki zu schicken, muss ich den Menschen „anwählen“ und mit der Essenz des 3. Symbols kann ich eine Verbindung herstellen. Im Seminar lernt man, an Menschen, Tiere und Pflanzen Reiki zu schicken. Da man aber an jedes Energiefeld Reiki schicken kann, öffnen sich nun natürlich unzählige Möglichkeiten. Wir können an Affirmationen, Konzepte und Gegebenheiten Reiki schicken. Gewisse Vorkommnisse aus der Vergangenheit können unser Leben belasten, mit dieser Methode können wir solche Vorfälle verarbeiten, harmonisieren. Manchmal kennen wir die Ursache eines Problems nicht, dann können wir an der unbekanntem Ursache arbeiten. Genauso kann mit dieser Technik an die Entfaltung einer Beziehung oder an der Verwirklichung eines Wunsches (Wohnung, Partner, Job usw.) Reiki geschickt werden. Auch hier gilt wieder, dass wir nichts manipulieren können.

Allgemeines

Ich habe hier nur einen kleinen Teil der vielen Anwendungen aufgeführt. Mit Reiki II wird wiederum persönliches Wachstum gefördert.

Ein Reiki II Seminar dauert drei Abende oder ein Wochenende. Anders als beim Reiki I braucht man beim Reiki II Schreibzeug. Es kostet Fr. 880.—

Reiki I Kinderseminar

Kinderseminare organisiere ich auf Anfrage. Sie sind für ca. 6 – 12-jährige gedacht. Ein Kinderseminar dauert einen Tag etwa 6 Stunden und kostet die Hälfte eines Erwachsenen-Seminars. Ein Elternteil des Kindes muss Reiki haben.

Reiki I Teenager-Seminar

Bei Teenagern, das heisst, wenn ein Kind die körperliche Reife erlangt hat, gibt es die Möglichkeit eines Teenager-Seminars oder das Erwachsenen-Seminar. Das entscheiden die Eltern gemeinsam mit dem Kind.

Das Teenager-Seminar findet über zwei Tage, je ca. 4 Stunden und kostet die Hälfte eines Erwachsenen-Seminars. Auch dieses Seminar organisiere ich auf Anfrage.



Öffne dich dem Licht!

Lass einen Sonnenstrahl
Nur in die Tiefe
deines Herzens dringen,
und nichts wird bleiben,
wie es ist:

Die Kälte, die dich eben
noch erstarren liess,
weicht einer Welt
aus Farben, Formen,
neuen Perspektiven,
einer Welt,
wie du sie vorher
nie geahnt.

Ein Lichtstrahl
kann der Anfang
neuen Lebens sein.

Corinna Mühlstedt