



**Gesundheit aus
eigener Hand**

**Der ultimative Reiki-
Leitfaden für dich**

Barbara Schönfeld

Inhaltsverzeichnis

Einführung in die Welt des Reiki	4
Die Geschichte von Reiki: Von den Ursprüngen bis zur heutigen Anwendung	5
Die Grundprinzipien von Reiki: Wie funktioniert die Selbstheilung durch Energie?	6
Die verschiedenen Grade und Techniken des Reiki: Vom Anfänger bis zum Meister	7
Die Anwendung von Reiki in der Praxis: Tipps und Tricks für eine erfolgreiche Selbstheilung ...	8
Die Grenzen von Reiki: Was kann und was kann Reiki nicht leisten?	9
Die Verbindung von Körper, Geist und Seele im Reiki: Wie beeinflussen sich diese Bereiche gegenseitig?	10
Die Bedeutung von Meditation und Achtsamkeit im Reiki: Wie können sie die Selbstheilung unterstützen?	11
Die Rolle des Reiki-Meisters: Welche Verantwortung trägt er bei der Ausübung von Reiki?.....	12
Energiefluss und Lehrerwahl: Warum es so wichtig ist, sich seinen Lehrer genau auszusuchen..	13
Ist es richtig, dass Reiki nur positiv genutzt werden kann?.....	14
Abschlussbetrachtung: Deine persönliche Reise zur Selbstheilung mit Reiki	16
Kostenfreies Angebot.....	18
Impressum.....	19

Gesundheit aus eigener Hand: Der ultimative Reiki-Leitfaden für dich

Gesundheit aus eigener Hand

Der ultimative Reiki-Leitfaden für dich

Barbara Schönfeld

März 2024, Conradshöhe 53, 16244 Finowfurt

Einführung in die Welt des Reiki

Entdecke die faszinierende Welt der Selbstheilung und tauche ein in die Geheimnisse des Reiki.

In diesem exklusiven Leitfaden erfährst du alles, was du wissen musst, um mit der Heilkraft des Reiki in Kontakt zu treten.

Lass dich von den Möglichkeiten der Selbstheilung inspirieren und erlebe neue Wege zur ganzheitlichen Gesundheit.

Finde heraus, wie du deine eigene Heilung aktiv unterstützen kannst und öffne dich für die transformative Energie des Reiki.

Mach dich bereit für eine spannende Reise zu mehr Wohlbefinden und innerer Balance!

Die Geschichte von Reiki: Von den Ursprüngen bis zur heutigen Anwendung

Tauche ein in die faszinierende Welt der Energieheilung und entdecke die Geheimnisse von Reiki, einer jahrhundertealten Praxis mit moderner Anwendung.

Die Geschichte von Reiki reicht zurück bis ins 19. Jahrhundert, als der japanische Mönch Mikao Usui diese transformative Heilmethode entwickelte. Seitdem hat sich Reiki auf der ganzen Welt verbreitet und wird heute in verschiedenen Bereichen wie Medizin, Wellness und Spiritualität angewendet.

Reiki basiert auf dem Konzept der Kanalisierung universeller Lebensenergie durch die Hände, um körperliche, emotionale und geistige Blockaden zu lösen und das allgemeine Wohlbefinden zu fördern.

Durch regelmäßige Anwendungen können Selbstheilungskräfte aktiviert werden und ein Gefühl tiefer Entspannung sowie inneren Friedens entstehen.

Wenn du dich für den Einstieg in die Welt des Reiki interessierst, bist du hier genau richtig!

Lerne die Grundlagen dieser kraftvollen Technik kennen und erfahre, wie du sie zur Förderung deiner Gesundheit und Harmonie nutzen kannst.

Schließe dich einer Gemeinschaft von Menschen an, die sich dem positiven Einfluss von Reiki verschrieben haben – sei offen für neue Erfahrungen und lasse dich vom Zauber dieser alten Heilkunst verzaubern.

Die Grundprinzipien von Reiki: Wie funktioniert die Selbstheilung durch Energie?

Wenn du dich schon immer gefragt hast, wie es möglich ist, sich selbst zu heilen und negative Energien loszulassen, dann bist du hier genau richtig.

Die Grundprinzipien von Reiki bieten einen faszinierenden Einblick in die Welt der Energieheilung und zeigen uns auf einfache Weise, wie wir unsere körpereigenen Heilkräfte aktivieren können.

Reiki basiert auf dem Konzept der universellen Lebensenergie, die durch Handauflegen übertragen wird. Durch diese sanfte Berührung werden blockierte Energien im Körper gelöst und ein harmonischer Fluss wiederhergestellt. Dies ermöglicht eine tiefgreifende Entspannung sowie eine Stärkung des Immunsystems.

Wenn du lernst, diese energetische Verbindung herzustellen und zu nutzen, kannst du nicht nur physische Beschwerden lindern sondern auch emotionale Blockaden lösen.

Der Schlüssel zur Selbstheilung liegt also in der bewussten Lenkung dieser universellen Kraft.

Tauche ein in die Welt des Reiki und entdecke das Geheimnis hinter der Selbstheilung – es könnte dein Leben für immer verändern!

Die verschiedenen Grade und Techniken des Reiki: Vom Anfänger bis zum Meister

In diesem exklusiven Leitfaden enthüllen wir die Geheimnisse der Selbstheilung und geben dir einen Einblick in die verschiedenen Grade und Techniken, die du auf deinem Weg vom Anfänger bis hin zum Meister erwarten kannst.

Als Anfänger wirst du zunächst mit den Grundlagen des Reiki vertraut gemacht.

Du lernst, wie man Energie spürt und lenkt, um sich selbst zu heilen.

Mit jedem neuen Grad erweiterst du dein Wissen und deine Fähigkeiten, bis du schließlich als Meister ein Experte auf dem Gebiet bist.

Egal ob du gerade erst anfängst oder schon Erfahrung hast - das Erlernen von Reiki kann eine lebensverändernde Erfahrung sein.

Tauche ein in diese transformative Praxis und entdecke die Kraft der Selbstheilung durch Energiearbeit.

Deine Reise beginnt hier!

Bist du bereit, dich auf dieses Abenteuer einzulassen?

Ich begleite dich Schritt für Schritt auf deinem Weg zu innerer Balance und Heilung.

Sei offen für neue Möglichkeiten - denn im Reich des Reiki gibt es unendlich viel zu entdecken!

Die Anwendung von Reiki in der Praxis: Tipps und Tricks für eine erfolgreiche Selbstheilung

Du möchtest die Geheimnisse der Selbstheilung entdecken? Dann ist Reiki genau das Richtige für dich! Mit einer Einweihung kannst du erfolgreich in die Welt des Reiki eintauchen und deine Selbstheilungskräfte aktivieren.

Reiki ist eine sanfte, aber kraftvolle Methode zur Förderung von Körper, Geist und Seele.

Wenn du positive Energie durch Handauflegen überträgst, kannst du Blockaden lösen und dein inneres Gleichgewicht wiederherstellen.

Um optimal von Reiki zu profitieren, empfehle ich dir regelmäßiges Üben sowie den Besuch bei einem erfahrenen Lehrer oder Practitioner. So kannst du nicht nur deine eigenen Heilungsprozesse unterstützen, sondern auch anderen Menschen helfen.

Nutze diese wertvollen Informationen als Leitfaden auf deinem Weg zur Selbstheilung mit Reiki - es wird sich lohnen!

Die Grenzen von Reiki: Was kann und was kann Reiki nicht leisten?

Wenn du dich in die Welt des Reiki begibst, ist es wichtig zu verstehen, dass diese alternative Heilmethode zwar eine Vielzahl von positiven Effekten haben kann, aber auch ihre Grenzen hat.

Reiki sollte niemals als Ersatz für medizinische Behandlungen betrachtet werden.

Es kann unterstützend wirken und das allgemeine Wohlbefinden steigern, jedoch keine schwerwiegenden Krankheiten allein heilen.

Es ist wichtig zu akzeptieren, dass Reiki nicht alles lösen oder jedes Problem beseitigen können wird. Es handelt sich um einen holistischen Ansatz zur Selbstheilung und persönlichen Weiterentwicklung.

Daher ist es ratsam, realistische Erwartungen zu haben und offen für andere Therapien oder Medikamente zu sein.

Nutze die Kraft von Reiki als Ergänzung zu einem gesunden Lebensstil und einer ganzheitlichen Herangehensweise an deine Gesundheit.

Wenn du deine eigenen Grenzen kennst und akzeptierst und die Verantwortung für dein Wohlbefinden übernimmst, kannst du den vollen Nutzen aus dieser faszinierenden Praktik ziehen.

Die Verbindung von Körper, Geist und Seele im Reiki: Wie beeinflussen sich diese Bereiche gegenseitig?

In der Welt des Reiki ist die Verbindung von Körper, Geist und Seele von essenzieller Bedeutung. Diese drei Bereiche beeinflussen sich gegenseitig auf eine tiefgreifende Weise, die für unsere ganzheitliche Gesundheit und Heilung entscheidend ist.

Wenn unser Geist im Einklang mit unserem Körper und unserer Seele steht, können wir ein Gefühl der inneren Ruhe und Ausgeglichenheit erreichen.

Der Körper dient als physische Hülle für unseren Geist und unsere Seele.

Durch gezielte Behandlungen wie Reiki können Blockaden gelöst werden, um den Energiefluss im Körper zu harmonisieren.

Dies führt nicht nur zu einer Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens, sondern kann auch körperliche Beschwerden lindern.

Der Geist spielt ebenfalls eine wichtige Rolle bei der Selbstheilung durch Reiki.

Wenn wir unseren Geist beruhigen und negative Gedankenmuster auflösen, schaffen wir Raum für positive Energie und Heilungsimpulse.

Die Seele ist das spirituelle Zentrum unseres Seins und trägt maßgeblich zur Entfaltung unserer inneren Kraft bei.

Durch die Verbindung von Körper, Geist und Seele im Rahmen von Reiki-Behandlungen können wir uns selbst besser verstehen, heilen und weiterentwickeln.

Insgesamt bietet die Praxis des Reiki einen ganzheitlichen Ansatz zur Selbstheilung, der es uns ermöglicht, in Harmonie mit unserem ganzen Wesen zu leben.

Die Bedeutung von Meditation und Achtsamkeit im Reiki: Wie können sie die Selbstheilung unterstützen?

Meditation und Achtsamkeit spielen eine entscheidende Rolle bei der Unterstützung der Selbstheilung im Reiki.

Durch regelmäßige Meditation kannst du deine Energiezentren öffnen, Blockaden lösen und deinen inneren Heilungsprozess aktivieren.

Die Praxis der Achtsamkeit hilft dir dabei, bewusst im Hier und Jetzt zu sein, negative Gedanken loszulassen und dich auf deine innere Balance zu konzentrieren.

Wenn du diese beiden Elemente in dein Reiki-Training integrierst, wirst du feststellen, dass sich nicht nur deine Fähigkeit zur energetischen Heilung verbessert, sondern auch dein allgemeines Wohlbefinden steigt.

Wenn du dich selbst mit Liebe und Mitgefühl betrachtest und achtsam mit deiner eigenen Energie umgehst, förderst du einen tieferen Heilungsprozess auf allen Ebenen – körperlich, geistig und emotional.

Nutze also die Kraft von Meditation und Achtsamkeit als wichtige Werkzeuge auf deinem Weg zur Selbstheilung durch das Reiki.

Deine Bereitschaft zur inneren Arbeit wird belohnt werden mit einer gestärkten Verbindung zu deiner Lebensenergiequelle und einem intensiver empfundenem Gefühl des Wohlbefindens.

Die Rolle des Reiki-Meisters: Welche Verantwortung trägt er bei der Ausübung von Reiki?

Als Reiki-Meister trägst du eine große Verantwortung, wenn es darum geht, diese wundervolle Heilkunst auszuüben. Du bist nicht nur ein Vermittler von Energie, sondern auch ein spiritueller Führer für deine Schüler und Klienten.

Es ist wichtig, dass du stets achtsam und respektvoll mit deiner Gabe umgehst.

Du solltest immer im Bewusstsein sein, dass die Energie des Universums durch dich fließt und dass du damit einen direkten Einfluss auf das Wohlbefinden anderer Menschen hast.

Sei dir bewusst, dass deine Absichten rein und positiv sein sollten, um den bestmöglichen Nutzen für alle Beteiligten zu gewährleisten. Solltest du die positive Kraft missbrauchen und sie zu deinen eigenen, egoistischen Zielen verwenden, wird sich die Kraft gegen dich wenden!

Es ist auch wichtig, dass du kontinuierlich an deiner eigenen spirituellen Entwicklung arbeitest, um als Vorbild für andere dienen zu können.

Durch Selbstreflexion und regelmäßige Praxis kannst du sicherstellen, dass du in der Lage bist, deine Aufgabe als Reiki-Meister bestmöglich zu erfüllen.

Insgesamt ist es entscheidend, dass du die Bedeutung deiner Rolle als Reiki-Meister vollständig verstehst und ihr gerecht wirst.

Nur so kannst du dazu beitragen, die Geheimnisse der Selbstheilung zu enthüllen und anderen Menschen den Weg in die Welt des Reiki zu ebnen.

Energiefluss und Lehrerwahl: Warum es so wichtig ist, sich seinen Lehrer genau auszusuchen

Es gibt viele verschiedene Arten von Reiki und die Wahl des richtigen Lehrers spielt eine entscheidende Rolle für deinen Erfolg in der Praxis.

Ein guter Reiki-Lehrer sollte nicht nur über tiefgreifendes Wissen verfügen, sondern auch einfühlsam sein und dich auf deinem spirituellen Weg unterstützen können.

Du solltest dir Zeit nehmen, um deinen passenden Lehrer für dich zu finden. Somit kannst du sicherstellen, dass deine Reiki-Ausbildung bereichernd und effektiv sein wird.

Ein erfahrener Lehrer kann dir helfen, dein volles Potenzial als Energieheiler zu entfalten und dich bei der Entwicklung deiner Fähigkeiten unterstützen.

Denke daran: Dein Reiki-Lehrer wird ein wichtiger Teil deines Lebens werden - also wähle weise! Suche nach jemandem mit dem du eine gute Verbindung spürst und dem du vertrauen kannst.

Wenn du diese sorgfältige Auswahl triffst, legst du den Grundstein für eine erfolgreiche Zukunft im Bereich des energetischen Heilens.

Nicht unterschätzen solltest Du also die Bedeutung eines qualifizierten und einfühlsamen Reiki-Lehrers – er kann einen großen Unterschied machen!

Achte darauf, dass die Chemie zwischen euch stimmt und du dich voll und ganz auf ihn verlassen kannst. Nur so wirst du das volle Potenzial des Reiki entfalten können und in Harmonie mit dir selbst sowie der umgebenden Welt leben können.

Ist es richtig, dass Reiki nur positiv genutzt werden kann?

In der faszinierenden Welt des Reiki gibt es unzählige Arten und Anwendungen, die alle ihre eigenen besonderen Eigenschaften und Wirkungen haben. Doch leider wird diese wundervolle Energiequelle manchmal auch von der dunklen Seite missbraucht.

Es ist wichtig zu verstehen, dass dies nichts mit dem eigentlichen Reiki selbst zu tun hat, sondern vielmehr mit den Absichten und Handlungen einzelner Personen.

Reiki kann auf positive Weise zur Heilung und zum Wohlbefinden eingesetzt werden, um Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Leider nutzen einige Menschen diese Energie für egoistische oder sogar schädliche Zwecke.

Doch wir dürfen uns davon nicht entmutigen lassen!

Denn die wahre Kraft des Reiki liegt in seiner reinen und bedingungslosen Liebe – eine Liebe, die das Dunkel zum Licht führen kann.

Wenn du diese Energie bewusst für das Gute einsetzt und deine Absichten klar ausrichtest, kannst du sicherstellen, dass du das volle Potenzial des Reiki nutzt. Ich zeige dir in meinen Seminaren und Einweihungen, wie du dich immer auf das Licht ausrichten kannst.

Lass uns gemeinsam dafür sorgen, dass diese wertvolle Energie stets im Dienste des Lichts steht – denn nur so kann sie ihr volles Heilungspotenzial entfalten, du dich dabei wohl fühlen und deine Klienten sich ebenfalls nach einer Reiki-Sitzung wohl fühlen.

Genau deshalb ist es auch so wichtig, dass du dir deinen Lehrer gut aussuchst, denn er entscheidet (leider oft auch unbewusst, wenn er noch nicht soweit ist) ob du in Zukunft für das Licht oder den Schatten arbeitest.

Gesundheit aus eigener Hand: Der ultimative Reiki-Leitfaden für dich

Seine Energie entscheidet, ob du für das Gute oder das Böse mit der Einweihung geöffnet wirst, denn wie alles im Leben gibt es beide Seiten. Und beide Seiten stehen bei deiner Einweihung bereit, in den neu geöffneten Kanal einzutreten.

Es liegt also in der Verantwortung deines Reiki-Lehrers, den Raum für dich zu schützen und dafür Sorge zu tragen, dass du wirklich für die gute Seite geöffnet wirst.

Dass der Schatten **nicht direkt** in dich eintreten darf.

Aus diesem Grund wurde das Sushumna-Reiki entwickelt, in das ich einweihe.

In traditionellen Lehren bezieht sich "Sushumna" auf den Hauptenergiekanal, der entlang der Wirbelsäule verläuft, in der esoterischen Anatomie des Yoga und verwandter spiritueller Praktiken.

Dieser Kanal ist zentral für die spirituelle Entwicklung, da er die Energie des Erwachens (Kundalini) vom unteren Teil des Körpers zum höheren Bewusstsein an der Spitze des Kopfes transportiert.

Sushumna – Reiki konzentriert sich auf die Hauptenergiekanäle und reinigt und stärkt deinen Körper und bringt ein tieferes Gleichgewicht und fördert einen harmonischen Energiefluss in deinem Körper, deiner Seele und deinem Geist.

Ausserdem fördert Sushumna-Reiki dein spirituelles Wachstum.

Abschlussbetrachtung: Deine persönliche Reise zur Selbstheilung mit Reiki

Mit dem erlernten Wissen über die Kraft von Reiki hast du begonnen, dich tiefer mit deinem eigenen Körper und Geist auseinanderzusetzen. Durch regelmäßige Anwendungen und Meditationen bist du auf dem Weg, deine innere Balance wiederherzustellen und Blockaden zu lösen. Du erkennst immer mehr, wie wichtig es ist, sich selbst Zeit und Aufmerksamkeit zu schenken.

Deine persönliche Reise zur Selbstheilung mag manchmal herausfordernd sein, aber sie ist auch unglaublich bereichernd. Jeder Schritt bringt dich näher zu einem Zustand der Harmonie und des inneren Friedens. Bleibe weiterhin offen für neue Erfahrungen und lasse dich von der heilsamen Energie des Reiki leiten.

Möge diese abschließende Betrachtung dir Mut machen, weiterhin an dir zu arbeiten und deine Selbstheilungsreise mit Freude fortzusetzen.

Alles Liebe für dich

deine Barbara

Hinweis: Meine Dienstleistungen in Beratung, Unterstützung und Schulung sind als ergänzende Maßnahmen zu konventionellen medizinischen Behandlungen gedacht. Es sind keine Neben- oder Wechselwirkungen mit medizinischen Therapien bekannt. Dennoch sind meine Methoden kein Ersatz für professionelle medizinische Beratung oder Behandlung durch Ärzte, Heilpraktiker oder Psychiater. Bitte beachte, dass ich keine medizinische Diagnosen stelle oder Heilversprechen abgebe.

Es ist wichtig, dass du bei gesundheitlichen Beschwerden stets einen qualifizierten Mediziner konsultierst.

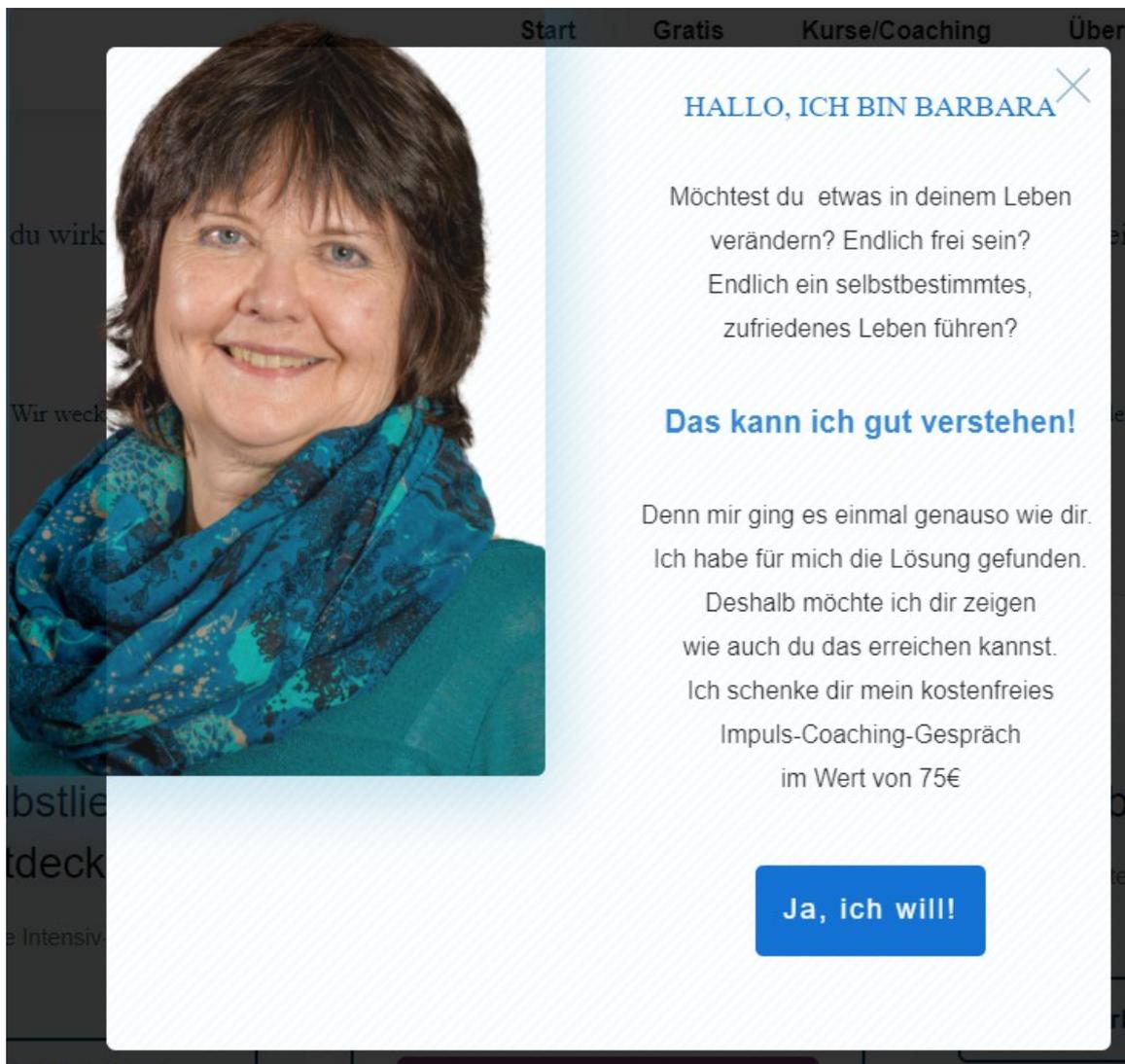
Entdecke deine inneren Kräfte mit Sushumna-Reiki!

Tauche ein in die Welt des Reiki und erlebe pure Entspannung.

Jetzt anmelden und neue Energie tanken!

Werde Teil meines Reikiurses und tauche ein in die Welt der Heilung und Entspannung.

Kostenfreies Angebot



Start Gratis Kurse/Coaching Über

HALLO, ICH BIN BARBARA ✕

Möchtest du etwas in deinem Leben verändern? Endlich frei sein? Endlich ein selbstbestimmtes, zufriedenes Leben führen?

Das kann ich gut verstehen!

Denn mir ging es einmal genauso wie dir. Ich habe für mich die Lösung gefunden. Deshalb möchte ich dir zeigen wie auch du das erreichen kannst. Ich schenke dir mein kostenfreies Impuls-Coaching-Gespräch im Wert von 75€

Ja, ich will!

[Hol dir hier dein kostenfreies Impulsgespräch](#)

Impressum

Barbara Schönfeld
Energetische Heilerpraxis
Psychologische Beratungspraxis
Conradshöhe 53
16244 Finowfurt

Tel. 0171 801 48 84
Fax 0 321 2 88 44 11 7

email b.schoenfeld@email.de

www.seelentrösterin.de

www.barbara-schoenfeld.com

Bilder: pixabay.de

Ich biete keine heilkundlichen Behandlungen an, sondern nur (gemäß PsychThG §1 Abs.3) psychologische Tätigkeiten, die die Aufarbeitung und Überwindung sozialer Konflikte oder sonstige Zwecke außerhalb der Heilkunde zum Gegenstand haben, z. B. zur Verbesserung der Lebensqualität oder der Gesundheitsvorsorge.