



**Die Energieübertragung
in den 1. Reiki-Grad**

Die Energieübertragung in den 1. Reiki Grad

Reiki wird traditionell durch eine Energieübertragung (Einweihung) vom Meister an den Schüler weitergegeben. Dies ist ein wichtiger Teil der Reiki-Ausbildung.

Nach der Einweihung in den 1. Reiki-Grad kannst du dich selbst, deine Tiere und andere Menschen mit Reiki behandeln.

Die Einweihung des 1. Grad wirkt reinigend und harmonisierend auf den physischen Körper, die Chakren und die Aura. Dadurch nimmt der Empfangende mehr universelle Lebensenergie auf und kann sie durch seinen Körper fließen lassen. Gleichzeitig wird die Schwingungsfrequenz der vier oberen Chakras erhöht.

Die Einweihung in den 1. Reiki-Grad ist eine tiefgreifende spirituelle Erfahrung. Viele spüren unmittelbar den stärkeren Energiefluss im Körper, z.B. ein Wärmegefühl. Andere nehmen mit dem Stirnchakra ein helles Licht oder viele bunte Farben wahr. Aber auch wenn du nichts dergleichen wahrnimmst, wird die Reiki-Energie trotzdem wirksam sein und deinen Kanal öffnen.

Nach der Einweihung hat der Lernende oftmals eine viel innigere Verbindung zu sich selbst und nicht selten fließen erst einmal Tränen. Es öffnet sich ein innerer Raum des Friedens und der Stille. Was immer du auch erlebst, es ist absolut in Ordnung.

Beim 1. Reiki-Grad werden vier Einweihungen durchgeführt, die in zwei Termine zu je 30 Minuten aufgeteilt werden. Die Reiki-Energie baut sich dadurch sanft auf und der Empfangende kann so die Energie besser aufnehmen und durch seinen Körper fließen lassen.

Wenn du regelmäßig Entspannungsmethoden praktizierst

Wenn du regelmäßig Entspannungsmethoden wie Yoga, Tai Chi, Qi Gong oder Meditation praktizierst, dann ist dein Energiefeld bereits auf eine höhere Schwingungsfrequenz eingestellt. Dadurch kannst du dann während der Reiki-Behandlungen direkt größere Mengen Reiki-Energie aufnehmen und kanalisieren.

Wenn du bislang keine Entspannungsmethoden praktizierst

Solltest du bislang keine Entspannungsmethoden praktiziert haben, dann wird durch die Reiki-Einweihungen deine Energieschwingung schrittweise erhöht, dadurch können deine Erfahrungen mit Reiki anfänglich etwas weniger eindrücklich sein. Der volle Reiki-Energiefluss stellt sich jedoch spätestens nach 6-8 Wochen ein. Deshalb solltest du Reiki so oft wie möglich praktizieren.

Jeder sollte nach der Einweihung in den 1. Grad mindestens 21 Tage lang täglich eine Selbstbehandlung durchführen, damit die Energie besser fließen kann und um den aktivierten Entgiftungsprozess zu unterstützen. Zudem sollte darauf geachtet werden, 2-3 Liter Wasser am Tag zu trinken.

Der Reinigungsprozess des 1. Reiki-Grades

Die Reiki-Einweihungen erhöhen die energetische Frequenz des physischen Körpers und des Energiesystems (Aura und Chakren). Dadurch können sich energetische Blockaden lösen und störende Energien freigesetzt werden.

Energieblockaden und verhärtete Gedankenmuster schwingen auf einer niedrigeren Ebene als positive Gefühle wie Liebe und Freude.

Jedes Chakra braucht nach der Einweihung etwa drei Tage, um sich an die höhere Energiefrequenz anzupassen, daher dauert der gesamte Prozess 21 Tage.

Während des Reinigungsprozesses können Themen auftauchen, die uns persönlich beschäftigen. Sie zeigen sich z.B. in Träumen, Erinnerungen, Gedanken etc. Was immer auch bislang zurückgehalten oder verdrängt wurde, wird nun geheilt. Auf der körperlichen Ebene kann es zwischendurch zu Entgiftungsreaktionen wie leichten Kopfschmerzen, Schwitzen, Müdigkeit, vermehrter Urinabsatz oder leichtem Durchfall kommen. Normalerweise verschwinden diese Symptome relativ schnell, deshalb sollte man ihnen keinen Widerstand leisten, sondern sie als Heilreaktionen betrachten.

Bitte beachte: Die Reiki-Einweihungen ersetzen nicht die Diagnose und Behandlung durch einen Arzt. Du nimmst an den Reiki-Einweihungen eigenverantwortlich teil. Solltest du unter akuten gesundheitlichen oder psychischen Beschwerden leiden, dann suche zunächst einen Arzt, Heilpraktiker, Psychotherapeuten oder Psychologen auf.

Ablauf der Ferneinweihung (Energieübertragung)

Die Einweihung in den 1. Reiki-Grad ist in **2 Termine zu je 30 Minuten** aufgeteilt. In dieser Woche findet die erste Einweihung statt und in der nächsten Woche die zweite.

Im Onlinebereich findest du Terminvorschläge für die erste Ferneinweihung, suche dir einen passenden Termin aus, damit ich ihn für dich reservieren kann.

Sollte keiner der vorgeschlagenen Termine für dich in Frage kommen, dann gib mir Bescheid.

Zu dem vereinbarten Termin machst du es dir Zuhause gemütlich. Am besten beginnst du bereits 5-10 Minuten vorher, dich zu entspannen.

Die Ferneinweihung dauert 30 Minuten, achte darauf, dass du während dieser Zeit nicht gestört wirst.

Du kannst während der Ferneinweihung entweder bequem sitzen oder liegen.

Lege dir eine Decke bereit, falls du schnell frierst.

Einige spüren während der Energieübertragung z.B. ein Kribbeln oder ein Wärmegefühl, andere spüren gar nichts. Egal ob du etwas wahrnimmst oder nicht, die Reiki-Energie strömt so oder so durch deinen Körper und öffnet deinen Kanal. Deshalb solltest du während der Einweihung nicht zu sehr auf deine Körperreaktionen achten, sondern einfach nur die Reiki-Energie genießen.

Je besser du dich entspannen kannst, desto intensiver kann dein Körper die Reiki-Energie aufnehmen.

Nach der Energieübertragung solltest du dich noch einige Minuten ausruhen und dann etwas Wasser oder Tee trinken. Auch ein kleiner Spaziergang tut dem Körper dann gut.