

## Inhaltsverzeichnis

<i>Vorwort</i>	4
<i>Was ist Reiki?</i>	5
<i>Die Reiki-Grade</i>	6
<i>Geschichte</i>	7
<b>Die neue Geschichte</b>	9
<i>Reiki-Linien</i>	10
Phyllis Lei Furumoto	10
Barbara Weber Ray	10
Premjuk	10
<b>Eine Zusammenfassung unterschiedlichster Reiki-Systeme:</b>	11
Vorab mal die bereits erwähnten Hauptlinien	11
<b>Linien, welche angeblich auch direkt auf Usui zurück gehen</b>	11
und nachstehend einige der weiteren Bezeichnungen und Vereinigungen - in alphabetischer Reihenfolge	11
<i>Einweihungen</i>	12
<i>Lebensregeln</i>	13
<b>Gerade heute freue dich jederzeit an den schönen Dingen in deinem Leben</b>	13
<b>Gerade heute genieße jeden Augenblick im Hier und Jetzt</b>	15
<b>Gerade heute sei nett zu Deinen Mitmenschen</b>	16
<b>Gerade heute arbeite hart (an Dir)</b>	18
<b>Gerade heute sei ehrfürchtig und liebevoll gegenüber allem Leben</b>	20
<i>Chakren und Aura</i>	22
<b>Chakren</b>	22
1. Chakra	24
2. Chakra	25
3. Chakra	25
4. Chakra	25
5. Chakra	26
6. Chakra	26
7. Chakra	27
<b>Chakrenausgleich</b>	27
aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie	28
Namen und Symbole	28
Qualitäten	28
Physikalische Zuordnungen	29

<b>Literatur</b>	<b>29</b>
<b>Aura</b>	<b>30</b>
aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie	32
Energiekörper	32
Schichten	33
Ätherleib	33
Astral- beziehungsweise Emotionalleib	33
Mentalkörper	34
Spiritual- beziehungsweise Kausalleib	34
Messung	34
Weblinks	34
<b>Zusätzliche Chakren</b>	<b>35</b>
Chakrenmeditation	36
<b>Heilen mit Reiki</b>	<b>39</b>
<b>Selbst</b>	<b>39</b>
<b>Andere</b>	<b>40</b>
<b>Vorbereitung und Schutz</b>	<b>41</b>
<b>Vorbereitung</b>	<b>41</b>
<b>Abschluss</b>	<b>41</b>
<b>Schutz</b>	<b>42</b>
vorher	42
das goldene Ei:	42
Pentagramm	43
nachher	44
Hände ausschütteln	44
Negatives aus Fenster werfen	44
Erden	44
Energie in Flamme transformieren	47
Duschen	47
<b>Nachwort</b>	<b>48</b>