

Kundalini Reiki

Die Energie in dir erwecken

Dominik Lemli

Kundalini Reiki

Die Energie in dir erwecken

Dominik Lemli
Reiki Lehrer

Inhalt

Vorwort 4

Mein Weg zu Kundalini Reiki 4

Kapitel 1: Was ist Reiki 5

Kapitel 2: Was ist Kundalini 6

Kapitel 3: Die drei Grade im Überblick 9

Kapitel 4: Was in den Einweihungen geschieht 10

Kapitel 5: So arbeitest du mit Kundalini Reiki 1 11

Kapitel 6: Anwendungen im Alltag 13

Kapitel 7: Kundalini Reiki 2 und die Meditation 14

Kapitel 8: Kundalini Reiki 3, die Meisterstufe 16

Kapitel 9: Für wen Kundalini Reiki passt 19

Kapitel 10: Die sieben Chakren im Überblick 20

Häufige Fragen 22

Dein Kundalini Tagebuch 24

Zum Schluss 28

Vorwort

Schön, dass du hier bist. Dieses Ebook zeigt dir, was Kundalini Reiki ist, wie es aufgebaut ist und was es dir im Alltag schenken kann.

Kundalini Reiki ist ein einfaches System für dein persönliches Wachstum. Es geht zurück auf Ole Gabrielsen und verbindet die universelle Lebensenergie mit der Kraft der Kundalini. Du lernst es in drei Graden, und am Ende bist du Lehrer und kannst es selbst weitergeben.

Du findest hier die drei Grade, die Einweihungen, die wichtigsten Anwendungen und die zusätzlichen Techniken der Meisterstufe. So weißt du genau, was dich erwartet, bevor du deinen eigenen Weg beginnst.

Ein wichtiger Hinweis vorab: Die Techniken in diesem Buch entfalten sich durch die Einweihungen. Erst die Einweihung öffnet dir den Zugang zur Energie. Dieses Buch ist dein Wegweiser, die Einweihungen sind der Schlüssel.

Kundalini Reiki ersetzt keine ärztliche oder psychotherapeutische Behandlung. Es ist eine Methode zur Entspannung und Begleitung deiner persönlichen Entwicklung.

Mein Weg zu Kundalini Reiki

Kundalini Reiki habe ich von langjährigen buddhistischen Freunden übertragen bekommen. Uns verbindet eine ganz alte Verbindung, die sich ganz spontan auf einem Meditationskurs im Allgäu gezeigt hat.

Aus dieser Begegnung ist mehr entstanden, als ich damals ahnen konnte. Im Laufe der Zeit hat mir mein Lehrer verschiedene Reiki Systeme übertragen, und Kundalini Reiki war eines davon.

Warum ich Kundalini Reiki so gern praktiziere? Weil es kurz und kraftvoll ist. Eine kurze Übertragung dauert nur wenige Minuten, und genau das macht es so alltagstauglich. Dazu lässt es sich wunderbar mit allen

anderen Reiki Stilen kombinieren. Was auch immer du schon praktizierst, Kundalini Reiki fügt sich ein.

Und dann ist da die eigene Energie. Die Entfachung der Kundalini selbst zu erleben, ist etwas ganz Besonderes. Genau diese Erfahrung möchte ich mit dir teilen.

Was sich in meinem Alltag verändert hat

Früher war es bei mir ein ständiges Auf und Ab. Immer wieder musste ich meine Energie ausgleichen und mich zurück in die Harmonie bringen.

Seit Kundalini Reiki ist mein Energiefluss deutlich stabiler geworden. Meine Chakren gehen nicht mehr so schnell in die Blockade, und die Harmonie hält viel länger.

Besonders die Erdung ist unglaublich. Ich fühle mich tief verbunden mit der Erde, mit Gaia, und gleichzeitig nach oben geöffnet zum Universum. Daraus wächst ein Urvertrauen, das einfach da ist.

Das Herzchakra, die Erdung, die Verbindung nach oben: Mein ganzes System läuft heute wie ein Uhrwerk.

KAPITEL 1

Was ist Reiki

Reiki bedeutet übersetzt so viel wie universelle Lebensenergie. Diese Energie umgibt uns überall, und mit Reiki lernst du, sie bewusst durch deine Hände zu leiten.

Den Zugang dazu bekommst du durch Einweihungen. Dabei werden verschiedene Energiekanäle und Energiezentren, die Chakren, geöffnet. Ihre Fähigkeit, Energie durchzuleiten, wird gestärkt.

Das Besondere: Du schaltest die Energie allein durch deine Absicht ein. Ein Gedanke genügt, und sie fließt.

Reiki kannst du für dich selbst nutzen und an andere Menschen weitergeben. Auch Tiere, Pflanzen, Wasser und sogar Situationen kannst du mit Reiki begleiten.

KAPITEL 2

Was ist Kundalini



Kundalini bedeutet, dass bestimmte Energiekanäle und Energiezentren geöffnet sind. Dadurch hast du Zugang zur Energie der Erde.

Der Eingang für diese Energie ist das Wurzelchakra in der Nähe des Steißbeins. Von dort steigt sie durch den Kanal entlang der Wirbelsäule nach oben und tritt am Kronenchakra oben auf dem Kopf wieder aus. Man nennt sie auch das Kundalini Feuer.

Wenn die Kundalini geöffnet wird, beginnt ein Reinigungsprozess. Über eine gewisse Zeit werden die Chakren, die Energiekanäle und der Körper geklärt.

Das Erwecken der Kundalini gibt deiner persönlichen Entwicklung einen enormen Schub. Im Kundalini Reiki geschieht es sanft, sicher und Schritt für Schritt über die Einweihungen.

Ist Kundalini sicher?

Viele Menschen haben Respekt vor der Kundalini, weil oft gesagt wird, sie könne schaden. Deshalb lohnt sich ein Blick auf die drei Wege, mit der Kundalini zu arbeiten.

Kundalini Yoga und Kundalini Meditation reichen tausende Jahre zurück und haben ihre Wurzeln im Hinduismus und im Yoga. Beides sind sehr langsame und sehr sanfte Wege.

Kundalini Reiki wird über Einweihungen weitergegeben, und jede Einweihung ist ein Angebot. Der Lehrer weckt die Kundalini im Schüler genau so weit, wie der Schüler es verkraftet. Je nachdem, wie weit du bist, wird die Energie bei dir entfacht. So wird niemand überfordert, und niemand hat später Probleme mit dieser Energie.

Intensive Erweckungskurse entfachen das Kundalini Feuer innerhalb weniger Stunden, oft an einem einzigen Tag. Dabei kommen verschiedene Methoden zum Einsatz, zum Beispiel verbundenes Atmen, das Wiederholen von Mantren oder Kundalini Yoga Übungen. Hier kommt es leider ab und zu vor, dass sich Teilnehmer überfordert fühlen. Und selbst wenn es nur einem von hundert nicht gut geht, ist das schon einer zu viel.

Das Erwecken der Kundalini kann überaus kraftvoll sein. Das gilt für jeden Reiki Stil und jede Form der Energiearbeit, und bei der Kundalini ganz besonders. Energetisch ist es eine großartige Sache, und für einen gesunden Menschen ist es eine echte Erfüllung.

Ein voll durchströmter Energiekanal ist genau das, worauf die großen fernöstlichen Traditionen seit jeher hinarbeiten. Im Yoga, im Qigong und im Tai Chi geht es darum, dass die Energie frei und kraftvoll fließen kann.

Wer psychisch labil ist, für den ist Kundalini Reiki nicht das Richtige, so wie Energiearbeit dann grundsätzlich schwierig ist. Wenn du unsicher bist, ob es gerade für dich passt, sprich mich vor der Ausbildung einfach an.

Für alle anderen gilt: Kundalini Reiki ist ein sicherer Weg, weil jede Einweihung ein Angebot ist und du nur so viel aufnimmst, wie für dich gut ist.

Wenn deine Chakren in Balance sind

Wenn die Chakren gereinigt sind und die Kundalini Energie dich durchflutet, kommen deine Energiezentren in Balance. Jedes Chakra entfaltet dann seine ganze Qualität:

- **Wurzelchakra:** Du fühlst dich geerdet und sicher.
- **Sakralchakra:** Deine Schaffenskraft fließt.
- **Solarplexuschakra:** Du weißt, wer du bist. Deine Identität ist klar und stabil.
- **Herzchakra:** Du kannst Liebe geben und Liebe empfangen.
- **Kehlchakra:** Du kennst deine Wahrheit, ruhst sicher in ihr und kannst sie klar und überzeugend ausdrücken.
- **Stirnchakra:** Deine Intuition wird stark, bis hin zur Hellsicht. Weisheit wächst in dir.
- **Kronenchakra:** Du spürst die Verbindung zum Universum und zum Göttlichen. Alles ist eins.

Genau darauf zielen viele fernöstliche Traditionen ab, ob Yoga, Qigong, Tai Chi oder Meditation: einen stabilen, freien Energiefluss. Wenn das Qi frei fließt, entsteht das innere Lächeln. Du strahlst diese Energie förmlich aus.

KAPITEL 3

Die drei Grade im Überblick



Kundalini Reiki besteht aus drei Graden, die aufeinander aufbauen. Jeder Grad bereitet dein Energiesystem auf den nächsten vor.

Kundalini Reiki 1

Was geschieht: Die Reiki Kanäle werden geöffnet, alle Chakren eingeweiht, besonders Kronen, Herz und Handchakren gereinigt

Was du danach kannst: Behandlungen geben, Reiki aus der Ferne senden, dich selbst behandeln

Kundalini Reiki 2

Was geschieht: Der Reiki Kanal wird verstärkt, die Kundalini wird sanft erweckt, das Kundalini Feuer gezündet

Was du danach kannst: Mit dem Kundalini Feuer arbeiten, die Kundalini Reiki Meditation nutzen

Kundalini Reiki 3, Meister

Was geschieht: Kehlkopf, Solarplexus, Hara und Wurzelchakra werden geöffnet, die Kundalini erwacht vollständig

Was du danach kannst: Sieben zusätzliche Techniken anwenden, Gegenstände einweihen, Kundalini Reiki selbst weitergeben

Kundalini Reiki 1 entspricht den Einweihungen der Grade eins bis drei im Usui Reiki. Beide Systeme ergänzen sich sehr gut. Wenn du schon mit Usui Reiki arbeitest, erweiterst du mit Kundalini Reiki deinen Werkzeugkoffer.

Bonus: die vierte Einweihung

Bei mir bekommst du zusätzlich eine vierte Einweihung, die sogenannte Booster Einweihung. Manche Lehrer bieten sie extra an oder man holt sie sich nach einer ganzen Weile noch einmal. Ich gebe sie dir direkt mit dazu. Sie sichert alles noch einmal, verstärkt die Energie und sorgt dafür, dass sie dauerhaft bleibt.

Die Stunde der Booster Einweihung nutze ich außerdem, um dir das Einweihen zu erklären. So hast du als Lehrer alles in der Hand, um Kundalini Reiki selbst weiterzugeben.

KAPITEL 4

Was in den Einweihungen geschieht

Die Einweihungen sind das Wichtigste bei Kundalini Reiki. Alle Vorbereitungen müssen abgeschlossen sein, bevor die Kundalini Flamme gezündet wird. Deshalb gehst du die drei Grade in Ruhe nacheinander.

In meinem Unterricht erlebe ich immer wieder etwas Besonderes: Wenn die Kundalini beim Lehrer erweckt ist, kann allein seine Anwesenheit das Kundalini Feuer im Schüler entfachen, noch bevor die eigentliche Einweihung beginnt. Natürlich folgen danach trotzdem die Einweihung und die Erklärung zu jedem einzelnen Schritt. Aber es zeigt, wie lebendig diese Energie ist.

Nach Kundalini Reiki 1 sind das Kronenchakra, das Herzchakra, die Energiekanäle von den Armen zu den Händen, die Handchakren und der Hauptkanal entlang der Wirbelsäule geöffnet und gereinigt. Knoten und Blockaden in den Chakren lösen sich sanft, außer im Wurzelchakra. Das Herzchakra weitet sich, und die Reiki Energie kann von der Krone bis in die Hände fließen.

Nach Kundalini Reiki 2 ist die Einweihung noch einmal verstärkt und das dritte Auge geöffnet. Die Kundalini Flamme brennt. Jetzt sind alle Hauptchakren und Energiekanäle gereinigt und offen.

Nach Kundalini Reiki 3 ist die Kundalini vollständig erwacht. Die Energie fließt ständig durch das Kronenchakra.

Nach der Booster Einweihung ist alles noch einmal gesichert und verstärkt, und die Energie bleibt dauerhaft bei dir.

Ich weihe vor Ort ein und auch über die Ferne. Ferneinweihungen sind im Kundalini Reiki absolut üblich, denn Ole Gabrielsen hat sie ausdrücklich so gelehrt. Energie ist untrennbar. Alles ist miteinander verbunden, und deshalb macht es keinen Unterschied, ob du bei der Einweihung neben mir sitzt oder viele Kilometer entfernt bist. Kundalini Reiki funktioniert online genauso wie vor Ort.

KAPITEL 5

So arbeitest du mit Kundalini Reiki 1

Nach dem ersten Grad kannst du eine vollständige Behandlung geben. Der Ablauf ist einfach und dauert nur wenige Minuten.

Behandlung mit aufgelegten Händen

1. Lege deine Hände auf die Schultern des Empfängers.
2. Kläre deine Gedanken und denke „Reiki“. Ab dem zweiten Grad denkst du „Kundalini Reiki“. Damit startet der Energiefluss.
3. Lass die Energie fließen. Du musst dich nicht darauf konzentrieren, sie fließt von ganz allein. Entspann dich und genieß es.

4. Nach etwa drei bis fünf Minuten spürst du, wie die Energie schwächer wird oder verschwindet. Vielleicht wirst du auch etwas müde. Das ist dein Zeichen, dass die Übertragung abgeschlossen ist, und du nimmst die Hände weg.

Im Empfänger wirkt die Energie danach noch etwa 20 bis 45 Minuten weiter.

Wie lange dauert eine Behandlung?

Eine kurze Übertragung dauert drei bis fünf Minuten. Du kannst aber auch mehrere Kundalini Reiki Behandlungen hintereinander geben. Ab dem dritten Grad kombinierst du zum Beispiel Werkzeuge wie Diamant Reiki und Kristall Reiki in der empfohlenen Reihenfolge. So kommst du ganz entspannt auf eine Behandlung von 30 bis 60 Minuten.

Du bist der Kanal



Der Empfänger bestimmt selbst, wie viel Energie er aufnimmt. Du bist nur der Kanal, und die Energie fließt immer dorthin, wo sie gebraucht wird.

Stell dir einen Weg mit Löchern vor. Wenn du einen Eimer Wasser darüber gießt, sammelt sich das Wasser von selbst in den Löchern. Du musst nicht jedes Loch einzeln füllen. Genauso findet die Reiki Energie ihren Weg.

Fernbehandlung

1. Stell dir den Empfänger oder seinen Namen in deiner Handinnenfläche vor und bring die Handflächen zusammen.
2. Kläre deine Gedanken und denke „Reiki“, ab dem zweiten Grad „Kundalini Reiki“.
3. Lass die Energie fließen, bis du nach drei bis fünf Minuten spürst, dass sie nachlässt. Dann löst du die Hände.

Selbstbehandlung

Auf genau dieselbe Weise behandelst du dich selbst. Am besten machst du das einmal täglich. So wird Reiki zu deinem festen Ruhepunkt im Alltag.

KAPITEL 6

Anwendungen im Alltag

Mit der Methode der Fernbehandlung kannst du weit mehr als Menschen behandeln. Du arbeitest mit Räumen, Beziehungen und Situationen. Alle Anwendungen funktionieren auch bei Tieren und Pflanzen.

Einen Raum oder ein Haus reinigen

Du nutzt die Fernbehandlung, auch wenn du selbst im Raum bist. Statt an einen Namen denkst du an den Raum, zum Beispiel „das Haus meiner Eltern“, und startest den Energiefluss. Das dauert meist drei bis fünf Minuten. Etwa alle 14 Tage tut deinem Zuhause eine solche Reinigung gut.

Wie genau du dir den Raum vorstellst, ist nicht entscheidend. Deine Absicht genügt, damit die Energie an den richtigen Ort fließt.

Das karmische Band zwischen Menschen

Zwischen uns und den Menschen, die uns nahestehen oder nahestanden, gibt es ein karmisches Band. Manchmal zieht es uns herunter. Wenn du es mit Reiki begleitest, werden Beziehungen oft leichter oder tiefer.

Schreib zum Beispiel „Die Beziehung zwischen mir und meiner Mutter“ mit dem Finger in deine Handinnenfläche und starte den Energiefluss. Das funktioniert unabhängig davon, ob der andere Mensch nah oder weit weg ist. Rechne mit drei bis fünf Minuten, manchmal etwas länger.

Eine Situation oder eine Eigenschaft begleiten

Genauso kannst du mit einer Situation oder einem Charakterzug arbeiten. Probier es mit Ungeduld, Nervosität oder Eifersucht. Oder stärke deine Kommunikation und sogar deine Singstimme.

Schreib es in deine Handinnenfläche oder denke einfach daran, zum Beispiel „meine Ungeduld“ oder „meine Singstimme“. Die Möglichkeiten sind unendlich.

Wichtig ist, dass es sich gut anfühlt, bevor du beginnst. Manche Dinge brauchen einfach noch Zeit, und du wirst lernen, das zu unterscheiden.

KAPITEL 7

Kundalini Reiki 2 und die Meditation

Mit dem zweiten Grad arbeitest du mit dem Kundalini Feuer. Bei jeder Behandlung denkst du ab jetzt „Kundalini Reiki“ statt nur „Reiki“.

Ich habe die Entfachung der Kundalini selbst erlebt. Die eigene Energie auf diese Weise zu erfahren, gehört für mich bis heute zu den besonderen Momenten auf meinem Weg.

Die Kundalini Reiki Meditation



Der zweite Grad schenkt dir eine besondere Meditation von etwa fünf Minuten. Sie stärkt den Fluss deiner Kundalini Energie und facht das Kundalini Feuer an. Während der Meditation werden alle Chakren und Energiekanäle mit Licht durchflutet und gereinigt.

1. Setz oder leg dich an einen ruhigen Ort und schließ die Augen.
2. Denke „Kundalini Reiki Meditation“. Die Meditation beginnt von selbst und endet nach etwa fünf Minuten.
3. Entspann dich und genieß den Fluss der Energie.

Am besten meditierst du einmal am Tag, aber nicht öfter. So unterstützt du deinen Klärungsprozess optimal.

Immer genau die richtige Menge

Mit Kundalini Reiki empfängst du immer nur so viel Energie, wie du gerade brauchst und wie es für dich gut ist. Das gilt für die Meditation, für Selbstbehandlungen und für Behandlungen anderer Menschen.

KAPITEL 8

Kundalini Reiki 3, die Meisterstufe



Im dritten Grad erwacht die Kundalini vollständig, und du wirst Kundalini Reiki Meister. Sieben zusätzliche Techniken sind in dieser Einweihung automatisch enthalten. Du wendest jede zuerst bei dir selbst an, bevor du damit andere behandelst.

Diamant Reiki

Worum es geht: Ein ätherischer Diamant im Kronenchakra gibt der Reiki Energie die Kraft und Klarheit eines Diamanten

Anwendung: Hände auflegen oder Ferne, „Diamant Reiki“ denken

Sitzungen: nach Bedarf

Kristall Reiki

Worum es geht: Löst Kristalle, in denen der Körper Schocks und belastende Erlebnisse gespeichert hat

Anwendung: nur mit beiden Händen am Empfänger, für dich selbst auch als Fernbehandlung

Sitzungen: eine Behandlung aus zwei Sitzungen zu je etwa 15 Minuten

DNS Reiki

Worum es geht: Arbeitet mit deiner DNS, deiner inneren Blaupause

Anwendung: Hände auflegen oder Ferne

Sitzungen: einmal, etwa 3 bis 5 Minuten

Geburtstrauma Reiki

Worum es geht: Begleitet sanft die Erfahrung deiner eigenen Geburt

Anwendung: Hände auflegen oder Ferne

Sitzungen: einmal, etwa 3 bis 5 Minuten

Standort Reiki

Worum es geht: Löst belastende Verbindungen zwischen dir und Orten, Plätzen oder der Erde

Anwendung: Hände auflegen oder Ferne

Sitzungen: meist einmal, etwa 3 bis 5 Minuten

Past Life Reiki

Worum es geht: Löst Blockaden aus früheren Leben

Anwendung: Hände auflegen oder Ferne

Sitzungen: drei Sitzungen an drei Tagen hintereinander

Balance Reiki

Worum es geht: Bringt dein ganzes Energiesystem in 30 Sekunden ins Gleichgewicht

Anwendung: Finger und Daumenspitzen aneinanderlegen, „Balance“ denken

Sitzungen: jederzeit

Die bewährte Reihenfolge

1. Ein aktuelles Thema oder eine Situation begleiten
2. Geburtstrauma Reiki
3. Standort Reiki
4. Past Life Reiki
5. DNS Reiki
6. Wenn möglich zum Schluss Kristall Reiki

Du kannst mehrere dieser Techniken direkt hintereinander anwenden. So entsteht eine ausführliche Behandlung von 30 bis 60 Minuten.

Gegenstände einweihen

Als Meister kannst du Kristalle, Bäume und andere Gegenstände für die Reiki Energie öffnen. Ein eingeweihtes Schmuckstück trägt die Energie und lädt dich auf, wann immer du sie brauchst.

Selbst Lehrer werden

Mit dem dritten Grad bist du Meister und kannst die Einweihungen in Kundalini Reiki 1, 2 und 3 selbst weitergeben. Wie das genau geht, erkläre ich dir in der Stunde der Booster Einweihung. So bist du am Ende Lehrer und kannst das System an andere Menschen weitergeben.

KAPITEL 9

Für wen Kundalini Reiki passt

Kundalini Reiki ist für zwei Menschen gemacht: für die, die schon mit Energie arbeiten, und für die, die ganz am Anfang stehen.

Du arbeitest schon mit Energie

Vielleicht praktizierst du Usui Reiki, Channeling, Tierkommunikation oder eine andere Form der Energiearbeit. Du begleitest nicht nur dich und deine Familie, sondern auch andere Menschen.

- Du bekommst neue Werkzeuge für deine Energiearbeit
- Du bringst mehr Kraft in deine Sitzungen mit Klienten
- Du lernst schnell und baust das Gelernte direkt in deine Praxis ein
- Am Ende bist du Lehrer und kannst das System selbst weitergeben

Du bist neu bei Reiki

Du musst nichts mitbringen außer deiner Neugier. Du startest ganz am Anfang und lernst Schritt für Schritt.

- Du kannst dir selbst helfen, wann immer du es brauchst
- Du bringst Ruhe in einen vollen Kopf
- Du lernst leicht und wendest Reiki vom ersten Tag an
- Du gibst Reiki an deine Familie und Freunde weiter

KAPITEL 10

Die sieben Chakren im Überblick



Chakren sind feinstoffliche Energiezentren. Das Wort stammt aus dem Sanskrit und bedeutet Rad. Wie kleine Energieräder nehmen die Chakren Energie auf und geben sie wieder ab. Sieben Hauptchakren liegen entlang der Wirbelsäule, vom Becken bis zum Scheitel.

Wurzelchakra, Muladhara
Lage: Steißbein, Beckenboden
Farbe: Rot
Element: Erde
Wenn es in Balance ist: Du fühlst dich geerdet und sicher

Sakralchakra, Svadhisthana
Lage: eine Handbreit unter dem Bauchnabel
Farbe: Orange
Element: Wasser
Wenn es in Balance ist: Deine Schaffenskraft fließt

Solarplexuschakra, Manipura
Lage: zwischen Bauchnabel und Brustbein
Farbe: Gelb
Element: Feuer
Wenn es in Balance ist: Du weißt, wer du bist

Herzchakra, Anahata
Lage: Mitte der Brust
Farbe: Grün
Element: Luft
Wenn es in Balance ist: Du gibst und empfängst Liebe

Kehlchakra, Vishuddha
Lage: Hals, Kehlkopf
Farbe: Blau
Element: Klang
Wenn es in Balance ist: Du kennst deine Wahrheit und drückst sie klar aus

Stirnchakra, Ajna
Lage: zwischen den Augenbrauen
Farbe: Indigo
Element: Licht
Wenn es in Balance ist: Deine Intuition ist stark, Weisheit wächst

Kronenchakra, Sahasrara
Lage: Scheitel
Farbe: Violett und Weiß
Element: Gedanke
Wenn es in Balance ist: Du spürst die Verbindung zum Universum

Im Kundalini Reiki steigt die Energie vom Wurzelchakra durch alle Chakren bis zur Krone. So werden alle sieben Energiezentren gereinigt und in Balance gebracht.

Häufige Fragen

Was ist ein Chakra?

Nach fernöstlicher Lehre sind wir Energiewesen. Schon Einstein zeigte, dass Materie und Energie zwei Seiten derselben Sache sind. Unser Körper ist von einem feinstofflichen Energiesystem durchzogen, und die Chakren sind seine Energieräder. Über sie nehmen wir Energie auf und geben sie ab. Sind die Chakren in Balance, fühlen wir uns wohl und in unserer Mitte. Darauf zielen Yoga, Qigong und Tai Chi seit Jahrtausenden.

Was ist der Unterschied zwischen Reiki und Kundalini Reiki?

Reiki ist die universelle Lebensenergie, die du durch deine Hände leitest. Kundalini Reiki verbindet diese Energie mit der Kraft der Kundalini, der Energie der Erde, die vom Wurzelchakra entlang der Wirbelsäule nach oben steigt.

Ist Kundalini Reiki gefährlich?

Kundalini Reiki ist ein sicherer Weg. Jede Einweihung ist ein Angebot, und du nimmst nur so viel Energie auf, wie für dich gut ist. Erzwungen wird nichts. Wer psychisch labil ist, für den ist Kundalini Reiki nicht das Richtige, so wie Energiearbeit dann grundsätzlich schwierig ist.

Warum ist Kundalini Reiki so kraftvoll?

Weil zwei Kräfte zusammenkommen: die universelle Lebensenergie von oben und die Kundalini Energie der Erde von unten. Wenn der Hauptkanal entlang der Wirbelsäule frei ist und alle Chakren durchströmt werden, fließt die Energie in ihrer ganzen Kraft.

Spürt man etwas?

Viele spüren Wärme, ein Kribbeln in den Händen oder eine tiefe Ruhe. Einige Praktizierende nehmen während einer Behandlung auch Bilder wahr.

Auch wer behandelt wird, sieht in der tiefen Entspannung oft Farben. Vieles kommt dann aus dem Unterbewusstsein hoch und zeigt sich als Bilder und Farben.

Manche spüren anfangs wenig. Das ist ganz normal und sagt nichts darüber aus, wie die Energie fließt. Mit der Zeit wird die Wahrnehmung meist feiner.

Wie lange dauert eine Behandlung?

Eine kurze Übertragung dauert drei bis fünf Minuten. Du kannst aber mehrere Behandlungen und Werkzeuge hintereinander geben und kommst so auf 30 bis 60 Minuten.

Kann ich Kundalini Reiki mit anderen Reiki Stilen kombinieren?

Ja, Kundalini Reiki lässt sich wunderbar mit allen anderen Reiki Stilen kombinieren. Was auch immer du schon praktizierst, Kundalini Reiki fügt sich ein.

Brauche ich Vorkenntnisse?

Nein. Du kannst ganz am Anfang starten. Wenn du schon mit Energie arbeitest, erweiterst du deinen Werkzeugkoffer.

Funktioniert Kundalini Reiki auch online?

Ja. Ferneinweihungen sind im Kundalini Reiki absolut üblich, Ole Gabrielsen hat sie ausdrücklich so gelehrt. Energie ist untrennbar, alles ist miteinander verbunden.

Dein Kundalini Tagebuch

Halte hier fest, was du mit Kundalini Reiki erlebst. Nach ein paar Wochen wirst du staunen, wie sich deine Wahrnehmung verändert hat.

Notiere zum Beispiel: das Datum, was du behandelt hast, was du gespürt hast und wie du dich danach fühlst.

Mein Kundalini Tagebuch

Datum

Was ich behandelt habe

Was ich gespürt habe

Wie ich mich danach fühle

Mein Kundalini Tagebuch

Datum

Was ich behandelt habe

Was ich gespürt habe

Wie ich mich danach fühle

Mein Kundalini Tagebuch

Datum

Was ich behandelt habe

Was ich gespürt habe

Wie ich mich danach fühle

Zum Schluss

Ich wünsche dir viel Freude mit Kundalini Reiki und mit allem, was du in diesem Buch entdeckt hast.

Wenn du die Einweihungen erhalten möchtest: Kundalini Reiki lernst du bei mir online in der Kundalini Reiki Gruppe. Alle Infos findest du auf www.dominik-lemli.de.

Dominik Lemli, Reiki Lehrer

www.dominik-lemli.de

Kundalini Reiki: Die Energie in dir erwecken

© Dominik Lemli, www.dominik-lemli.de. Kundalini Reiki nach Ole Gabrielsen.

Alle Rechte vorbehalten. Weitergabe, Vervielfältigung oder Veröffentlichung, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Autors.

Die Inhalte dieses Buches ersetzen keine ärztliche oder psychotherapeutische Behandlung.