

# Licht Reiki



**Energie-ik**  
**Holistisch energetische therapie**

## Lichtreiki

Lichtreiki heeft veel toepassingsmogelijkheden, enkele tips voor energiewerk met lichtreiki:

- om ruimtes en huizen op te laden en te harmoniseren
- om voedsel en drank op te laden
- om slaap- of meditatieruimte op te laden met licht
- om werkplekken op te laden met licht
- als hulp en ondersteuning van dieren en de natuur
- opladen van drinkwater voor mensen, dieren en planten
- genezing van wonden (op alle niveaus)
- blokkades oplossen
- woede oplossen
- lichtzuilen oproepen
- energievormen in het licht begeleiden
- angsten oplossen
- spanningen oplossen
- en nog veel meer

## Lichtarbeid met Lichtreiki

Lichtarbeid is visueel werk met je eigen hartenlicht.

Het opbouwen van een lichtzuil, de reinigende arbeid met een lichtwervel, het opladen van de chakra's met lichtgolven helpen ons voor het licht te werken.

## De kracht van de Lichtgolven

Dit is een prachtige oefening om je op te laden met frisse energie en om de aura te reinigen.

Ga je afstemmen op Lichtreiki en adem diep in je buik.

Leg een hand op je hartchakra en de andere op je hara (buik). Ga met je bewustzijn naar de chakrabanen.

Voel een zachte golf uit je hartchakra door je chakra's stromen. Deze golf reinigt en vult je met je hartenliefde. Heel zacht doorstroomt deze energie je van boven naar beneden en van beneden naar boven.

Ga met je gevoel de energiestroom volgen. Jij beslist hoe lang deze oefening gaat duren.

## Lichtbescherming en een lichtvolle affirmatie

Ik ontspan me – ik laat alles los – laat mijn gedachten los en laat mijn adem los – ik laat al mijn spierspanningen los – ik ben vrij.

Ik dank voor deze bescherming en leiding van de vorige dag en IK BEN beschermd en wordt geleid voor deze huidige dag  
(ieder alinea 3x herhalen)

IK BEN volledig gehuld in beschermend wit licht. Ik vraag nu de godin om een blauwe lichtdouche. Ik laat die violette vlam door het lichaam branden. Ze reinigt ieder cel van mijn lichaam en lost emotionele en mentale blokkades op in goddelijke licht.

IK BEN verbonden met mijn licht lichaam. Ieder cel van mijn zijn, licht op in witgoud licht. Ik open mijn hart en voel dat het doorstroomt met universeel goddelijke liefde.

IK BEN – IK BEN licht – IK BEN liefde – IK BEN innerlijke vrede – IK BEN versmolten met mijn kosmische zijn. IK BEN genezing – ik ga in mijn hart en stuur liefdevolle gouden stralen van genezing in alle plekken van mijn lichaam die het nodig hebben. Ik accepteer mijn gehele lichaam in liefde en dankbaarheid.

IK BEN vertrouwen. Ik vertrouw op mijn innerlijke scheppende kracht. Ik vertrouw, dat ik met alle materiële en geestelijke goederen verzorgd ben, die ik wens voor mijn huidig bestaan. IK BEN verzorging.  
(op het einde van de meditatie een keer spreken)

Ik dank voor de bescherming en de leiding in deze meditatie. Ik dank het universum voor zijn rijkdom, zijn liefde en zijn vertrouwen.

Ik kom langzaam terug in het heden. Ik dank de goden die mij beschermd en geleid hebben.

## Chakra – oefeningen voor Lichtreiki

### Voetchakra

Stel je voor dat uit het midden van je voetzool een spiralen licht in de grond stroomt, kilometers diep in de aarde om je te aarden.

### Wortelchakra

Visualiseer een rode lichtstraal, die op je hoofd binnen komt, en in je hara en uit je voetzolen weer buiten treedt.

### Solarplexus

Stel je voor dat je hele lichaam van een geel licht wordt omhult en je vreugde en vitaliteit geeft.

### Hartchakra

Stel je een licht Pyramide voor die gehele lichaam in een roze licht hult.

### Keelchakra

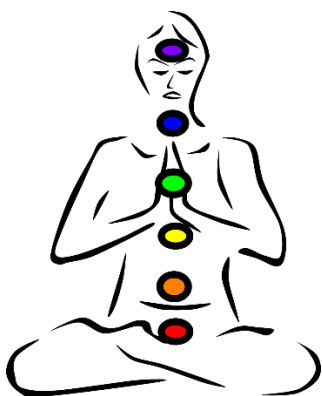
Stel je voor dat je gehele lichaam in een zachte blauw omhult wordt.

### Voorhoofdchakra

Oefen het onzichtbare achter de dingen te zien, stel je gewoon voor hoe de lichtspiraal om je heen en in de ruimte draait.

### Kruinchakra

Verbind je met behulp van de lichtspiraal met het goddelijke bewustzijn.



## De Regenboog



Licht is kleur! En dat leert ons dat verschillende kleuren verschillende trilling kwaliteiten hebben. Koele kleuren, zoals indigo bv. verlagen de trilling energie. Warme kleuren, zoals geel of oranje verhogen de trilling energie.

Niet alleen het oog reageert sensibel op lichtenergie, ook organen en cellen reageren gevoelig op lichtenergie. Wij weten dat iedere levende cel in haar celkern universele lichtenergie opgeslagen heeft, die steeds weer vernieuwd wordt. Dooft dit licht in de cel, zal de cel ziek worden en sterven.

De vraag is dus hoe wij dat licht in de cellen kunnen vernieuwen en welk licht, welke kleur ervoor zorgen dat er een bijzondere energietrilling ontstaat die de groei en de functie van de cellen bewust opwekt.

uit het boek intuïtief reiki van Karin E.J. Kolland

Regenboog – meerdere ervaringsniveaus. Een heldere regenboog bevordert:

Evenwicht – schoonheid – voleindiging – troost genezing – geloof – vervulling

– harmonie – hoop geduld – vrede – vooruitgang – stijl – zelfrespect eerlijkheid

- toewijding – wereldvrede – stabiliteit

## Wat doet de Kristaline energie van Lichtreiki?

Zich op innerlijke weg bewegen ...

- Als je met aandacht en energie via lichtreiki naar de bron van het licht gaat, zul je dingen veel helderder en duidelijker zien.
- De energie van lichtreiki versterkt en concentreert je eigen substantie. Daardoor heb je een diepere kennis over het licht van je hartenliefde.
- Door dagelijks te werken met de chakrabalans in verbinding met lichtreiki worden grote veranderingen beter waar genomen en oude energie beter los gelaten.
- In lichtreiki kun je erg goed samen met kristallen werken ... het best is met een bergkristal. Ieder kristal heeft een eigen lichtfrequentie, die door de maat, vorm en facet bepaald

worden. Ze leiden en versterken energie en dragen lichtenergie in zich.

- Werk je in lichtreiki met kristallen, dan is het goed om na iedere behandeling de kristal te reinigen. Een kristal kan meerdere programmeringen opnemen, daarom is een reiniging naar een behandeling noodzakelijk.

## **Wat is een energiewervel**

Wij zijn continue van energiewervels omgeven. We zien ze in hun zichtbare vorm zoals bv. Tornado's of stromend water. Trek de stop uit de gootsteen zie je dat het water een wervel vormt. In het fijnstoffelijke energiesysteem van het lichaam bestaan ze als chakra's en acupunctuurpunten.

Wervel creëren ook heilige plekken en krachtplaatsen in het energieveld van de aarde. bv. De zogenoemde 'leylines'.

## **De kracht van de lichtspiraal en lichtpyramide met Lichtreiki**

De lichtspiraal wordt graag gebruikt om energetisch te reinigen, bv. om ruimtes van oude energie te zuiveren. Het is handig om naar een workshop of seminar de ruimtes te reinigen, omdat iedereen zijn eigen energie mee brengt en die kan blijven hangen in de ruimtes. Ook kan je jezelf met de lichtspiraal reinigen.

### **Lichtspiraal**

Stem je af op Lichtreiki en stel je voor, hoe deze lichtenergie uit je handchakra's stroomt. Bouw met je handen visueel een lichtspiraal op en stuur deze de ruimte in om deze te reinigen. Het is belangrijk dat aanwezige vensters open zijn. De lichtspiraal stroomt uit je handen op de grond en wervelt door alle hoeken. Ze neemt alles op wat niet behoort tot haar trilling kwaliteit.

Stel je nu voor hoe de lichtspiraal door het open raam naar buiten zweeft en zich transformeert. Je zal de frisheid van de kamer voelen nadat de reiniging klaar is, de kamer voelt helder en fris.

### **Lichtpiramide**

Stem je af op Lichtreiki en stel je voor, hoe deze lichtenergie uit je handchakra's stroomt. Bouw met je handen visueel een lichtpiramide.

Door de punt van de lichtpiramide ontstaat een sterke straal van wit licht, die hemel en aarde met

elkaar verbindt. Stel jezelf voor in deze lichtpiramide en vraag erom dat alles wat niet tot jou behoort, wat je belast, getransformeerd wordt. Vraag ook om reiniging van je aura.



## **De energie lichtspiraal**

### **De eenvoudige lichtspiraal**

- De reiniging van het energielichaam als spiraal maakt het mogelijk om de aura te reinigen.
- Bedenk een spiraal die met de klok mee om je voeten draait. Stel je voor dat deze energie langs je chakra's naar boven stijgt tot over je hoofd en dan weer naar beneden. Voel hoe deze wervel van fijnstoffelijke, lichtvolle energie je reinigt.
- Deze reinigende wervel kan je voelen als warmte of een kriebelen.
- Bij iedere draaiing van de spiraal lossen zich oude en dagelijkse blokkades op.
- De lichtspiraal gaat zich oplossen, als je een gevoel van helderheid en luchtigheid hebt bereikt.

### **De lichtspiraal als energieringloop**

- De lichtspiraal wervelt om je voeten en aard je.
- Je voelt een krachtige verbinding met moeder aarde.
- Adem nu vol kracht in en trek de energie van de lichtspiraal in je kroonchakra.
- Stel je nu voor, hoe uit je kroonchakra een fontein uit puur licht over jou heen gaat stromen.

Deze energieringloop versterkt je energieniveau en verdiept je verbondenheid met de aarde. Je zal je goed geaard voelen.



## **Opzetten en fixeren van lichtzuilen**

Door onze verbinding met ons hogere zelf is het mogelijk om licht te manifesteren. Zuilen uit licht werden sinds de sterrentijden gebuikt, om communicatiebruggen op te roepen, om genezende energieën te verankeren, om ruimte en plekken met lichtenergie te verzorgen en voor veel andere doeleinden van het lichtwerk.

We kunnen lichtzuilen als enkele of als groepen opzetten. Ten alle tijden dienen ze als een lichtvolle verbinding tussen hemel en aarde. Ons thuisplaneet ontvangt over deze lichtzuilen kosmische energie voor genezing en opstijging.

## **Opzetten van lichtzuilen**

Nadat we een precieze hoge-zelf-binding hebben gedaan, beginnen wij het licht van ons hogere zelf in ons hart te trekken en het met onze uitademing, in het midden van onze cirkel of op de plek waar we de lichtzuil willen oprichten te sturen. We visualiseren of houden sterk onze focus erop dat de lichtzuil ten hemel stijgt. Het inademen richt zit op ons ki-punt, de zetel van ons hogere zelf, de uitademing bij het hart in richting van de zuil.

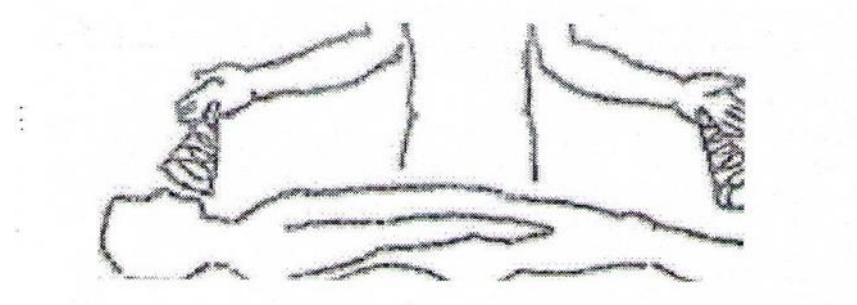
Het werkt ondersteunend als je bij het inademen 'Christus' of 'Licht' denkt en bij het de uitademing 'Liefde' of 'Genezing' (gezien wat de bedoeling is van de zuil).

Adem net zo lang door totdat de zuil het formaat heeft bereikt die je wil.



## Het gebruik van de spiraal in Lichtreiki

Hier is een weergave van de stroom van de energiespiraal door je lichaam. Ze omhult je, versterkt je en beschermt je.



*Het stromen van de spiralen van Licht Reiki uit de handchakra's bij een behandeling.*

## Bij een behandeling op afstand...

- Voor de genezing van de aarde: de planeten, een plaats of een streek, tussen de handen visualiseren.
- Voor de genezing op afstand: een mens (de naam) tussen de handen visualiseren...
- Voor wereldvrede: alle mensen op de aarde of een continent ... en daarmee het collectieve bewustzijn ... tussen de handen visualiseren en disharmonie om te zetten. Visualiseer daarvoor het collectieve bewustzijn van de aarde voor genezing tussen je handen.

## De Lichtpiramide



De lichtpiramide is als een diamant. Een zeer hoog trillende energiestroom door de punt en door de onderste punt in een diepere laag. De kristalline structuur is erg belangrijk, om deze fijne energie op deze laag door te laten komen.

## **Energetische opwaardering met de Lichtpiramide**

Visualiseer de lichtpiramide en zet het de betreffende voorwerp in de lichtpiramide. Je kunt de piramide ook over etenswaren, stenen of bloemen zetten.

Laat nu over je handchakra's lichtreiki over de etenswaren, stenen of bloemen stromen, stel je voor hoe deze essentie alles in hun waarde laat verhogen.

Richt een kristalportaal uit 'Angels for Angels'

Alles om je heen is uit licht en jij verspreidt dit. Zet in het begin van deze oefening een kristalpoort op die jouw zijn versterkt, die je laat voelen dat jij

het waard bent, dat je alles kan, dat jij gekozen bent en dat dit je doel is. Verbind je met deze energie en deze in je hart en in je ogen.

Verbind je vanuit hier met het mooiste en lichtste van alles wat is, het KRISTALHART, de grote liefde. Laat dit kristalhart door je heen stromen en veranker het in je binnenste.

Waar je ook bent, waar je ook staat, waar je auto je ook naartoe rijdt, zet een portaal op. Richt het op doordat je de intentie zet, dat het door je midden aan precies deze plek ontstaat waar je bent.

Geef je de voorkeur aan een dubbele piramide, dan construeer een dubbelpiramide uit stralend gouden en wit licht of in die kleur waarbij je warmte voelt. Het maakt niet uit waar je bent, wees verzekerd dat daar waar je komt en een poort opzet, dat deze plek die jij en je zielen hebben gekozen op zal lichten en met continue trilling van universele liefde verbonden zal zijn.

Hoe meer poorten je gaat opzetten hoe groter je meesterschap zal worden. Maak je licht voor iedereen voelbaar.

Een andere prachtige oefening, ga bij ieder autorit of als je op straat onderweg bent een gouden lichttunnel oprichten. Manifesteer – imaginair, hoe uit je hart een gouden of rozekleurige lichtstraal als een koepel om alle straten waar je op rijdt wordt gestulpt. Installeer in ieder winkel, supermarkt en overal je kristallen en verhoog zo de trilling van de aarde.

## **Sweeping**

Sweeping is heel eenvoudig en hetzelfde als afstrijken na afloop van de Usui Reiki behandeling.

Je strijkt met je handen, de vingers zijn gesloten, van hoofd naar voeten de energie af. Ben je bij de voeten schud je handen dan af naar de grond.

Doel van sweeping is om opgehoopte en zieke energie te verwijderen en geblokkeerde meridianen te reinigen. Alles wat tijdens een Reiki sessie los is gekomen voer je af. Daardoor kan de energie weer vrij stromen en het genezingsproces activeren. Lekkende plekken, waar de energie anders uit stroomt worden met sweeping automatisch gesloten. Zonder dit afsluiten zal ander het

genezingsproces vertragen.

## **Aura reiniging**

(uit het boek 'Meisterwissen aus Atlantis')

Hou je handen naar boven toe uitgestrekt en grijp met je vingers energie van boven. Gelijktijdig maken we een pompende beweging met onze voeten om deze energie te stabiliseren.



Met raku openen we de aura en ga met de handen (gespreide vingers) in het gebied van de hoofd, borst en buik de aura af. Wij beginnen bij het hoofd en strijken nu over het hele lichaam alle vervuilingen af die zich in de aura hebben opgehoopt. Wij gaan overal langs, dus ook aan de achterkant van het lichaam.

Dan halen wij weer energie van boven en gooien ze met de handen drie keer in de drie geopende plekken van de aura, net als sneeuwballen.

We halen nog een keer energie van boven. De spiritueel versterkende hand (diegene waar die duim boven ligt bij het vouwen van de handen) houden we met een rechte handpalm naar beneden over het kruinchakra.

De andere hand gooien wij in een vuist naar beneden. Daardoor zet je een bescherming op die ca. 3 dagen houdt.

## **Agressietransformatie**

Agressie kan je over de benen en voeten in de aarde laten stromen, het heeft wel alleen maar een tijdelijke werking.

Met behulp van Lichtreiki kan je nu je hart openen en over deze hartenliefde en de transformatie van het licht je woede en ergernis af laten stromen.

Ga je instemmen op Lichtreiki ... je zal een golf van licht in je voelen, die deze stuwing van energie zacht gaat omhullen en transformeren.

Als je in Usui reiki bent ingewijd kan je ook het 2e symbool van reiki gebruiken, omhuld met licht laat jij het werk doen ... je zult een pulseren en het gevoel van ruimte in je voelen. Vastgehouden

agressie die zodoende in beweging komt gaat transformeren.

## Energieoefening ter reinigingsvisualisatie

Ga gemakkelijk maar recht op een stoel zitten.

Adem rustig en diep, ontspan je daarbij ... let op een goede buikademhaling. Ga je afstemmen op Lichtreiki en vraag om reiniging van je lichaam en je aura.

Zie over je kroonchakra een witte lichtbol.

Laat je nu reinigen van een zilveren lichtregen, die uit je lichtbol over je kroonchakra stoomt.

Bruisend sproeit deze reinigingsstraal puur licht op je aura en neemt alles mee wat je blokkeert en belast. Wacht totdat deze lichtregen vanzelf op houdt.

Je voelt de helderheid en puurheid van je lichaam en aura.

Houd dit beeld vast en in gedachten dat je altijd deze lichtbol ter beschikking hebt om je te vernieuwen en te reinigen.

Bedank je, adem een keer diep in en kom langzaam weer terug in het hier en nu.

## Sensibilisatie van de handchakra's



Met deze oefening kun je de handchakra's sensibiliseren, om zo energielekages of energiestuwings beter te kunnen voelen.

Ga je instemmen op Lichtreiki.

Doe deze oefening op zijn minst 2x een week lang voor 5-10 minuten.

- Hou de handen in een afstand van 7-8 cm tegen elkaar.
- Blijf ontspannen en adem ritmisch.
- Concentreer je met en geest op het midden van je handchakra's en probeer deze te voelen.
- Blijf de gehele tijd met je aandacht op je handen.

Het is mogelijk dat je warmte, golven, kriebelen, druk of een pulseren voelt. Word je bewust van je energie...

- Probeer nu met je handen een witte energiebol of kogel te houden.
- Vorm hem en voel de oppervlakte van de bol.

- Laat hem nu van de ene naar de andere hand rollen en probeer de energie te voelen.
- Op het einde gooi de energiebol, die vol is met Lichtreiki- energie in gedachten naar mensen die deze energie heel hard nodig hebben.

## **Wij laten overal sporen achter**

Door ons dagelijkse bezigheden laten wij overal waar wij zijn geweest sporen achter. Zelfs als je kasten, deuren, stoelen en dergelijke niet aanraakt laat je nog steeds sporen achter.

Ook op plekken waar je langs komt en in mensen die je tegen komt laat je goede of slechte, lichtvolle of donkere sporen achter. Daarom is het erg belangrijk om aan je gedachten en gevoelens te werken, om deze te verbeteren, te zuiveren, omdat men weet dat men niet alleen door zijn daden maar ook door gedachten en gevoelens goed of slecht kan doen.

Wat je ook doet, probeer overal sporen van licht en liefde achter te laten. Loop je op een straat, zegen deze en vraag dat alle die naar jou komen ...

vrede en licht ... mogen ontvangen, dat hun op de juiste weg geleid worden en in harmonie met het universum mogen trillen.

## **Zielenster meditatie**



Stem je eerst af op Lichtreiki.

Stel je dan een doorgaande witte lichtstraal voor, welke van boven door een trechter in je zielenster (ca. 15 cm boven je hoofd) stroomt.

Deze lichtstraal brengt de zielenster tot stralen – activeert en vitaliseert hem – en breid zich oneindig uit – terwijl de lichtstraal door gaat stromen in je kroonchakra.

Ook dit energiecentrum zal gezuiverd en geactiveerd en tot stralen gebracht worden – zo lang, totdat het oneindig ver uit gaat stralen.

Ga nu ieder chakra in je lichaam af en laat dit wit licht door je chakra's stromen. Als je het hele lichaam op deze manier hebt gereinigd, haal dan energie uit moeder aarde op en laat deze door je chakra's naar boven stromen en tevens stel je de kleuren die hier beneden zijn genoemd ook voor.

Zielenster	==> wit
Kroon	==> violet
Voorhoofd	==> donkerblauw
Keel	==> helderblauw
Thymusklier	==> turkoois
Hart	==> groen
Solarplexus	==> geel
Hara	==> oranje
Wortel	==> rood
Knie	==> donkerblauw
Voetzool	==> bruin
Aardeverbinding	==> zilver glanzend (hematiet)
Middelpunt aarde	==> stralend helder diamant

Je kan enkele keren wit licht naar beneden en een kleur naar boven laten stromen. Gebruik deze oefening als het gaat om een diepe reiniging of als jij je bewust met moeder aarde en vader hemel wilt verbinden.

## Energetisch Bad



Om het badwater op te laden, ga je afstemmen op Lichtreiki.  
Stel je nu een lichtwervel voor, die jou van jouw badwater een wervel maakt en energetisch oplaadt.  
Geniet deze tijd van rust!

## Stenen en vormen voor Lichtreiki

Piramide

Piramiden zijn dragers van hoge energieën. De vorm van piramiden werd van ouds door mensen gebruikt om te conserveren en om de energie te verhogen. De energie wordt gebundeld en geconcentreerd en naar binnen geleid.

Bergkristal

Transformeert alle aardstralen in positieve energie, lost blokkades en reinigt de geest en ziel. De bergkristal geeft ons helderheid, ordent onze gedachten en helpt ons zo problemen op een eenvoudige manier op te lossen. Hij lost energieblokkades op.

## **Meditatie met de lichtspiraal uit Lichtreiki**

Ga je afstemmen op Lichtreiki en vraag om lichtkracht.

Visualiseer de lichtspiraal voor je innerlijke oog. Bekijk rustig het symbool. Probeer nu de energie die van de lichtspiraal uit gaat te voelen. Hoe werkt de energie en de trilling van het symbool op je?

Na een tijdje, als het voor jou goed voelt, visualiseer voor je innerlijke oog dat de lichtspiraal naar je hartchakra gaat. Als het symbool in je hartchakra zit visualiseer dat het groter en groter wordt, totdat het symbool je lichaam en aura omhult.

Visualiseer hoe het symbool door je energiesysteem trillen en probeer dit te voelen. Let op kleur, en warmte en op je gevoel.

Beëindig deze meditatie op je gebruikelijke manier en bedank het universum.

## **Oefening met de liggende acht**



Stel je een grote acht op de grond voor en ga erop zitten (ook mogelijk op een stoel), zodat je, voor zover mogelijk, in het midden van de acht zit.

Heb je een probleem ... iets waar je moeite mee hebt of een andere mens waar jij je over ergert ... adem daarbij Lichtreiki in en uit.

Doordat je deze acht visualiseert stel je voor, hoe een violette kleur steeds als deze acht circuleert om ons en/of ander dingen. Zo transformeer je veel, omdat violet de kleur van transformatie of reiniging en de acht is het oplossen en tegelijkertijd in evenwicht brengen, harmoniseren en balanceren.

### **Uitbreiding oefening met de liggende acht**

Ga rechtop zitten en verbind je eerst met je fysieke lichaam, zodat je hem waar kan nemen en voelen. Voel je voeten op de grond of je zitvlak op de stoel.

Ga dan langzaam met je gedachten naar je stuitbeen de wervelkolom op. Stel je daarbij een lichtstraal voor die tot je kruin gaat.

Op de wervelkolom zitten de raakpunten van ieder chakra. Probeer je in te voelen op de ieder chakra apart, te voelen waar de energie niet op de juiste manier stroomt. Begin nu op deze plek naartoe te ademen en stel je een liggende acht voor.

De acht kan heel breed, groot of heel klein zijn. Laat je gewoon leiden wat goed voelt. Ga ieder chakra na, van benden het stuitchakra tot het kruinchakra. Op het einde laat de energie weer in het midden van je lichaam stromen, in het hara en van daaruit weer in de aarde stromen, naar het aardchakra. Stel daarbij voor dat energie die niet meer bij je past de aarde in stroomt.

Deze oefening kan je het beste regelmatig doen, ze helpt je energieveld van dagelijkse onzuiverheden te zuiveren.

## **Het ophalen/ downloaden van een inwijding:**

De Licht Reiki inwijding wordt geactiveerd door jouw intentie. Er zijn geen symbolen nodig. Ook hoeven de handen niet in of op een bepaalde positie gelegd te worden.

Ga er lekker ontspannen voor zitten en doe even een aarding. Vraag eventueel je gidsen om je bij te staan. Als je er klaar voor ben sluit je je ogen, zet beide benen goed op de grond en neem een open houding aan, eventueel de lotushouding om te ontvangen en laat de inwijding plaatsvinden.

Je zegt 3x tot je Hoger Zelf: "Ik ben NU klaar om Licht Reiki inwijding te ontvangen van Nicole Wijers-Jansen op de sterkst mogelijke manier die voor mij geschikt is".

Je zult merken dat de energie begint te stromen. Het duurt ongeveer 10 tot 20 minuten en uiteindelijk zul je merken dat de energie langzaam minder wordt. Daarna gaat de energie aan het werk en zal de inwijding ook na het ontvangen van de energie nog een tijdje doorgaan.

Werk 21 dagen na de inwijding dagelijks intensief met de energie om de verbinding te versterken.

## **Het doorgeven van de Licht Reiki energie**

### **Doorgeven**

Als je de inwijding Licht Reiki hebt ontvangen, mag je de inwijding door gaan geven. Je mag gebruik maken van dit cursusmateriaal en zelf een certificaat van deelname maken en afgeven.

Het is eenvoudig om inwijdingen door te geven. Je vraagt dit aan je Hogere Zelf. Vanzelfsprekend kun je alleen inwijdingen geven die je zelf ook hebt gekregen.



Inwijdingen kun je persoonlijk doen, maar ook via een afstandsiniwijding.

### **Live/ persoonlijke iniwijding**

Zorg eerst dat je goed geaard en gecentreerd bent. Vraag om hulp aan het Universum (de Kosmos, de Bron, God, Spirit, Allah, of hoe je dat ook wilt benoemen). Vervolgens gaat de Master achter de zittende cursist staan en legt zijn handen op de schouders. De cursist mag ook in een liggende houding worden ingewijd, echter ben je bij een zittende houding beter geaard.

Zeg daarna tegen je Hogere Zelf met intentie: "Ik vraag dat (naam van de cursist op de stoel) NU ingewijd mag worden in de Licht Reiki energie".

Vaak voelen zowel de master als de cursist de energie tegelijk stromen. De ervaringen kunnen wel eens verschillen. Zodra je voelt dat de energiestroom minder wordt of stopt, kun je stoppen met de iniwijding.

### **Afstandsiniwijding klaar zetten (call-in)**

De Licht Reiki iniwijding wordt in de regel door een afstandsiniwijding doorgegeven en daarbij kun je de iniwijding "klaarzetten" zodat de cursist deze binnen een bepaalde termijn kan "ophalen" of "downloaden".

Voordat je een iniwijding klaarzet, zorg je ervoor dat je zelf goed geaard en gecentreerd bent, meestal is het fijn eerst even te mediteren om vanuit de Zero State (de staat zonder oordelen en meningen) de iniwijding klaar te zetten. Je vraagt om hulp aan jouw eigen engelen en gidsen. Je roept de engelen en gidsen van de ander aan om hulp om de iniwijding zo goed mogelijk te ontvangen.

Dan spreek je tot je Hoger Zelf (in je gedachten of hardop):

"Ik verzoek dat (naam) de Licht Reiki iniwijding mag ontvangen om (tijdstip) op (datum) in zijn/haar tijdzone"

Of mijn voorkeur

"Ik verzoek dat (naam) de Licht Reiki iniwijding mag ontvangen in de komende 21 dagen vanaf dit moment, op de sterkst mogelijke manier die voor hem/haar geschikt is, alles in overeenstemming met de Goddelijke Wil en zijn/haar Ik BEN Aanwezigheid (dit herhaal je 3x om je intentie te versterken)

De iniwijding wordt dan vanuit de kosmos uitgevoerd op het moment dat de cursist erom vraagt.

## **Afstandsinwijding op afspraak**

Je kunt een afstandsinwijding ook op afspraak doen, dat de cursist op de afgesproken tijd klaar zit en jij de energie (net als een afstandsbehandeling, maar dan nu een afstandsinwijding) stuurt met je handen.

Voordat je de inwijding geeft, zorg je ervoor dat je zelf goed geaard en gecentreerd bent, meestal is het fijn eerst even te mediteren om vanuit de Zero State (de staat zonder oordelen en meningen) de inwijding door te geven. Je vraagt om hulp aan jouw eigen engelen en gidsen. Je roept de engelen en gidsen van de ander aan om hulp om de inwijding zo goed mogelijk te ontvangen.

Visualiseer de naam van de persoon of schrijf hem in je handpalm. Je kunt je naam ook gewoon in je gedachten houden, de intentie is hetzelfde. Doe je handen tegen elkaar.

Dan spreek je tot je Hoger Zelf (in je gedachten of hardop):

“Ik verzoek dat (naam cursist) de Licht Reiki inwijding NU mag ontvangen”

Na circa 10 tot 20 minuten zul je merken dat de energie afneemt of stopt, of je krijgt een verveeld gevoel. Dat betekent dat je klaar bent. De inwijding gaat dan nog wel door, maar op een hoger plan.

Sluit in gedachten af, bedank voor de hulp die je hebt gekregen.

## **Toestemming vragen**

Net als bij Usui Reiki, is het belangrijk om niemand ongevraagd Reiki te geven. Vraag om toestemming of de ander Reiki wil ontvangen. Als hij/ zij toestemming geeft, ga ik er wel vanuit dat alle symbolen en vormen van Reiki gebruikt mogen worden.

Als het niet mogelijk is om toestemming te vragen, vraag dan toestemming aan het Hogere Zelf van deze persoon. Sommigen horen duidelijk een “ja” of een “nee”, anderen voelen blijdschap (ja) en een vervelend of verveeld gevoel (nee). Voel je helemaal niets, dan is het neutraal en kun je gewoon energie sturen.

## **Na elke behandeling en/of inwijding live en op afstand:**

Het is belangrijk dat na een inwijding of behandeling veel water te drinken om afvalstoffen af te kunnen voeren. Het lichaam begint aan een innerlijke schoonmaak en de enige manier om die afvalstoffen af te voeren is via vocht. Tijdelijk kunnen urine en transpiratie ook sterker ruiken, door de afvalstoffen die vrijkomen.

## **Verbreek het koord**

Als je klaar bent, verbreek je actief de verbinding en verbind je jezelf met de aarde.

Als je de inwijding Zwaard van Aartsengel Michael ontvangen hebt, dan is dit de snelste manier. Als je deze inwijding niet hebt, dan verbreek je de verbinding op intentie, door een mes, zwaard of grote schaar te visualiseren en net zo vaak het koord door te snijden als nodig. Je stopt pas als je voelt dat het koord verbroken is.

## **Aarden**

Nadat je de energetische koorden hebt doorgesneden, is het goed om een grondings-oefening/ aardingsoefeningen te doen.

Als je naar buiten kan, ga dan met je blote voeten op de grond staan en zeg in gedachten “Ik grond nu”. Blijf 2 tot 5 minuten staan.

Als je niet naar buiten kunt, stel je dan voor dat je buiten op de grond staat. Voel de verbinding met je aardester chakra en alle diepere chakra's in de aarde tot aan Gaia.

### ***Extra oefening:***

Zeg in gedachten “herstel de verbinding met de aarde NU” en je zult merken dat je verbonden wordt met de aarde. Dit gaat razendsnel!

Het is belangrijk om jezelf opnieuw te aarden na een healing sessie om zo jezelf in balans te brengen. Het kan namelijk gebeuren dat je zo veel energie in je lichaam verzamelt dat je er hoofdpijn van krijgt. Als je te weinig energie over hebt na een sessie, dan kun je erg moe worden. Door te aarden/ gronden word je verlost van teveel energie of wordt het tekort aan energie aangevuld.

*Founder van deze energiestroom: Mona Pilz (2004)*

Ik wens je heel veel plezier met deze energie!  
Energieke groet, Nicole

[www.Energie-ik.nl](http://www.Energie-ik.nl)  
[nicole@energie-ik.nl](mailto:nicole@energie-ik.nl)

Reiki is een vorm van energie Genezen die altijd helpt en nooit schaadt. Als je ziek bent, bezoek dan alstublieft je arts. Reiki werkt hand in hand met het medisch beroep. Resultaten kunnen variëren.

Het Helen van het Innerlijke Kind Reiki is niet te verwarren met een ander reiki of energiesysteem dat nu of in de toekomst kan bestaan. Deze inwijding is niet aangesloten bij een ander reiki- of energiesysteem dat al dan niet mag bestaan niet nu of in de toekomst.



**Energie-ik**; *Energiek vanuit **intuitieve Kracht***