

# *Inner Light Reiki*

*Practitioner's Manual*  
*By Stephanie Brail, Reiki Master*

Vertaald door: Anita van Dijk-Kulker, Reiki Master Teacher

## **Informatie over copyright**

Copyright 2005 Stephanie Brail. Deze handleiding mag vrij worden gegeven aan: leerlingen zolang de hele handleiding intact wordt gehouden. Geen tekst of gedeelte van deze handleiding mag worden gekopieerd of geplagieerd, tenzij kort geciteerd als onderdeel van "redelijk gebruik" in een recensie of ander commentaar.

## **Voor meer Reikicursussen en Inwijdingen**

Kom alsjeblieft langs bij de Element Energy Center, ga naar [www .elementenergy.com](http://www.elementenergy.com) voor: Reiki inwijdingen, artikelen, e-cursussen, audio-bewerkingen, healings op afstand, e-books en andere energieke bronnen.

## **Over Innerlijk Licht Reiki**

Innerlijk Licht Reiki is een heel eenvoudig, elegant systeem van Reiki dat helpt het licht van de ziel te laten stralen naar de wereld.

In onze natuurlijke staat, vrij van de beperkingen van de fysieke wereld en onze eigen negatieve mentale constructies, zijn we allemaal prachtige spirituele wezens, vervuld met licht en liefde.

Maar als we incarneren en de pijnen en beperkingen beginnen te ervaren van de fysieke wereld, beginnen we al snel afweer mechanismen en muren te ontwikkelen om onszelf te beschermen. Deze afweermechanismen dienen om ons te beschermen tegen extreme emotionele en fysieke schade als we jong zijn en niet in staat zijn onszelf te verdedigen. Maar naarmate we ouder worden, worden ze een lastige constructies die interfereren met ons vermogen om gelukkig te zijn en te slagen in het leven.

In het proces dimt het licht van onze ziel en wordt het er vaak begraven onder al het externe vuil. En, in extreme gevallen, zal de ziel of delen van de ziel het lichaam daadwerkelijk verlaten, wat de persoonlijkheid kan beroven en niet volledig kunnen functioneren of echt levend voelen. Depressie, angst of een gevoel van gevoelloosheid kan het gevolg zijn.

Innerlijk Licht Reiki is een vorm van Reiki die het licht van de ziel versterkt zodat ze helderder kan schijnen. Hoe sterker het licht van de ziel, hoe meer genezing kan plaatsvinden.

Terwijl energetische genezing vaak werkt op genezing van het uiterlijke verdedigingsmechanisme en muren door het verwijderen en opruimen van negatieve energie van buitenaf, gaat Innerlijk Licht Reiki verder dan die muren om direct de ziel aan te boren en sterker te maken.

Wat er dan gebeurt, is dat, naarmate de ziel meer helder van binnenuit schijnt, het individu beter in staat is om zich los te maken van alle beperkende negatieve patronen. Hun zielenessentie is in feite een krachtig licht geworden dat werkt om van binnenuit te helen, op een directe en krachtige manier.

Als delen van de ziel het lichaam zijn ontvlucht, zal Innerlijk Licht Reiki helpen om de zielsstukken terug te trekken naar het individu, om weer heel te worden.

De ziel is van nature gelukkig, liefdevol en vervuld van vreugde. De krachtiger het licht van de ziel in een individu is, de meeste vreugde, geluk en universele liefde die die persoon zal voelen. Het leven wordt dan veel gemakkelijker, en negativiteit heeft het veel moeilijker om aan een persoon te 'plakken'.

Met een extreem helder zielenlicht kan negativiteit moeilijk vat krijgen. Het donker kan niet overleven in het licht - het verdwijnt gewoon.

Dus is Innerlijk Licht Reiki voor iedereen. Het kan vooral genezers ten goede komen en lichtwerkers die al veel negatieve problemen en patronen hebben opgelost. Elke keer dat de ziel wordt versterkt door het Innerlijk Licht Reiki, straalt het zoveel helderder en brengt zo meer liefde en licht naar de wereld.

Voor die genezers die geïnteresseerd zijn in het bereiken van hogere niveaus van bewustzijn, verhoogde helende vermogens, en een verbeterde verbinding met hun ziel, kan Innerlijk Licht Reiki een extreem krachtig hulpmiddel zijn.

### **Activeren van Innerlijk Licht Reiki**

Zodra je bent afgestemd op Innerlijk Licht Reiki, zul je Innerlijk Licht Reiki kunnen sturen naar jezelf en anderen op dezelfde manier als je normale Reiki zou doen, door de energie door de handpalmen te channelen.

Het symbool voor Innerlijk Licht Reiki is een kristal van wit licht dat helder gloeit van binnenuit. Er is geen afbeelding of symbool van beschikbaar, omdat het verschillend zal verschijnen voor de verschillende mensen.

Een manier om de energie te sturen is om je kristallen van wit licht in de handpalm van je handen voor te stellen, gloeiend en Innerlijk Licht Reiki energie verstuend in een laserachtige manier.

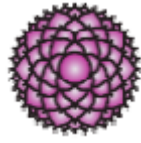
Voor persoonlijke en afstand healing sessies kun je je het kristal van wit licht voorstellen dat gloeit in de cliënt, een stralenkrans van glanzend wit uitzendend licht dat de aura omhult. Dit kristal kan ook genezing sturen naar verschillende gebieden van het lichaam dat genezing nodig heeft.

### **Innerlijk Licht Reiki en de Chakra's**

De chakra's zijn energiecentra voor onze levenskracht of chi. Wanneer onze chakra's evenwichtig en gezond zijn, zijn we gelukkiger en gezonder. Chakra's zijn zowel oorzaak als gevolg: als er iets traumatisch gebeurt (lichamelijk of emotioneel) kan het de chakra's beschadigen. Chakra's die beschadigd zijn, zijn niet in staat om onze levenskracht-energieën goed te verwerken. Dit kan leiden tot verdere problemen in ons algehele energiesysteem, die onze gezondheid en ons welzijn beïnvloeden.

Het balanceren en helen van de chakra's is een belangrijk onderdeel van het managen van onze algehele energetische gezondheid, die vervolgens onze fysieke en emotionele gezondheid ondersteunen. Innerlijk Licht Reiki biedt een eenvoudig, krachtig proces om de chakra's te balanceren. Dit kan eenvoudig voor jezelf of een cliënt worden gedaan door gebruik te maken van visualisatie.

## De Chakra's



7<sup>e</sup> Chakra: Kruin (boven op het hoofd)  
Dit chakra is onze verbinding met het goddelijke.



6<sup>e</sup> Chakra: Derde Oog (midden van voorhoofd)  
Het derde oog is ons centrum van intuïtie en paranormale begaafdheid.



5<sup>e</sup> Chakra : Keel (keelgebied)  
Onze 'stem', zowel letterlijk als figuurlijk.



4<sup>e</sup> Chakra: Hart (midden van de borst)  
Vermogen om liefde te geven en te ontvangen.



3<sup>e</sup> Chakra: Zonnevlucht (bovenbuik)  
Persoonlijke kracht, grenzen, bescherming.



2<sup>e</sup> Chakra: Sacraal (onderbuik)  
Emoties en seksualiteit.



1<sup>e</sup> Chakra: Wortel (basis van de wervelkolom)  
Fundamentele fysieke overleving, geld, carrière, huis, fundament, aarding.

Innerlijk Licht Reiki kan in elke chakra worden geactiveerd om de chakra's te balanceren. Plaats voor persoonlijke genezingen de handpalmen op of boven elke chakra en stuur Innerlijk Licht Reiki.

Voor genezingen op afstand, stel je je een kristal van wit licht voor dat je naar elke chakra stuurt en het activeren ervan. Het lichtkristal verwijdert negatieve energieën van de chakra's en helpen de chakra's in balans te brengen, zodat de energie soepel en gelijkmatig kan stromen.

#### Innerlijk Licht Reiki Meditatie

Innerlijk Licht Reiki meditatie kan zowel voor jezelf als voor de cliënt nuttig zijn. Dit kan op een aantal manieren worden gedaan; het volgende is slechts één suggestie:

Maak het je gemakkelijk. Sluit je ogen. Stel je voor dat het kristal van genezend wit licht door je derde oog binnenkomt. Zie het daar, gloeien met pure helende energie. Van daaruit breidt het licht zich uit naar de rest van je energiesysteem. Het licht wordt sterker en sterker, waardoor je je sterker, meer gecentreerd en meer vrede voelt. Als je je sterker en sterker voelt worden, zie je jezelf liefde en licht uitstralen naar je omgeving...je huis...je straat...je stad...je land...tot het helende licht de hele planeet omringt en het hele universum verlicht.

Je kunt Innerlijk Licht Reiki gebruiken met mantra's en affirmaties. Hier zijn een paar voorgestelde affirmaties/mantra's om te gebruiken bij het bewerken met Innerlijk Licht Reiki:

Ik ben het licht.  
Ik ben het goddelijke licht van het universum.  
Mijn licht schijnt voort om anderen te genezen en te inspireren.  
Ik ben het licht van liefde.  
Ik ben liefde.

## Innerlijk Licht Reiki Inwijding

De Innerlijke Licht Reiki inwijding is een eenvoudig proces. Je bent ook welkom om een bestaande inwijdingsmethode te gebruiken waar je al bekend mee bent.

### *In Persoon inwijding*

Voorafgaand aan de inwijding zou je de ontvanger een Innerlijk Licht Reiki healing sessie willen geven. Laat de cliënt dan met de ogen gesloten voor je zitten om de inwijding te ontvangen.

Om de inwijding door te geven, plaats je beide handen op het hoofd van de cliënt en stuur je het kristal van wit genezend licht in de kruinchakra. Van daaruit wordt het kristal geactiveerd indien nodig. Het kan bijvoorbeeld worden geactiveerd in de kruinchakra, de lagere chakra's vanaf dat punt verlichtend, of het kan naar een lager chakra gaan als basis, of zichzelf zelfs in verschillende chakra's dupliceren.

Waar het kristal wordt geactiveerd kan duiden op spirituele taken voor de ontvanger. Een kristal geactiveerd in het derde oog kan bijvoorbeeld aangeven dat de cliënt zich op een pad van intuïtieve ontwikkeling bevindt.

### ***Afstand inwijding***

Afstand inwijdingen zijn net zo effectief als in persoon inwijdingen. Je hoeft de inwijding niet eens tegelijkertijd te versturen als dat de cliënt het ontvangt (omdat inwijdingen door tijd en afstand heen kunnen worden gestuurd).

Als je de inwijding op hetzelfde moment wilt sturen dat de cliënt het ontvangt, dan moet je een tijd afspreken die voor beide haalbaar is. Laat de cliënt zich op zijn / haar einde voorbereiden door een rustige plaats te vinden om minimaal een half uur te mediteren.

Je kunt de inwijding ook versturen met de intentie dat de cliënt deze ontvang het wanneer ze er klaar voor zijn. Het enige wat je hoeft te doen is de inwijding met die intentie te sturen en vervolgens de cliënt opdracht geven om de tijd te nemen om de inwijding (minstens een half uur) te ontvangen.

Voor beide methoden kan de cliënt zichzelf openen voor het ontvangen van de inwijding door hardop of in zichzelf te zeggen:

Ik ontvang nu de Innerlijke Licht Reiki inwijding gestuurd door <jouw naam>.

#### *Om de inwijding te versturen:*

Stuur eerst een Innerlijk Licht Reiki healing op afstand om de cliënt voor te bereiden. Dan, stel je je voor dat je het kristal van wit licht verstuurt met de intentie om de cliënt in te wijden. Je kunt in je geestesoog zien dat het kristal zal activeren in verschillende chakra's (zie persoonlijke inwijdingen hierboven).

### **Gefeliciteerd!**

Nu je bent afgestemd op Innerlijk Licht Reiki, je hebt een krachtig hulpmiddel om meer licht in de wereld te brengen. Onthoud als je werkt met de energie, dat Innerlijk Licht Reiki draait om te helpen de zielskracht te laten schijnen.

Wanneer de zielskracht doorschijnt, gebeuren er goede dingen. Iedereen was geboren met iets speciaals om aan de wereld te geven. Onthoud dat. Je bent een uniek wezen met een speciaal geschenk dat alleen jij aan de wereld kunt geven. Door het gebruiken van Innerlijk Licht Reiki, help je jezelf om dat geschenk, dat mooie geschenk te onthullen dat alleen voor jou bedoeld was om te geven.

Dus als je met deze energie werkt, aan jezelf en met klanten, onthoud dan dat het tot doel heeft creativiteit en vrijheid van geest aan te moedigen. NU is de tijd om je licht op de wereld te laten schijnen! Is er iets waar je van gedroomd hebt te doen, maar uit angst terughoudend was? Misschien wil je zingen, schilderen of een bedrijf beginnen. Houd je niet meer terug! Onthoud je innerlijke licht en laat dat prachtige licht schijnt.

Het licht zegent ons allemaal.

Dank u!