

REIKI

RUNDSCHREIBEN



„Im Herbst sammelte ich alle meine Sorgen und vergrub sie in meinem Garten. Und als der April wiederkehrte und der Frühling kam, die Erde zu heiraten, da wuchsen in meinem Garten schöne Blumen, nicht zu vergleichen mit allen anderen Blumen.“

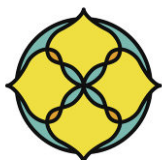
Khalil Gibran

Inhalt

Liebe Reiki Freunde	2
Angst vor Veränderung	3
Übung	4
Schatzkiste Reiki II	5
Privilegien des Initiator (3A) Seminar	6
Reiki Spezialwoche in den Sommerferien.....	6
7 – Schritte Bewusstsein Seminar im neuen Format	7
Feedbacks von Euch	7
Seminartermine bis Ende September	9

Ausgabe Nr. 28

April 2013



Monika Villa, Reiki Prinzipalin, St.Gallerstrasse 30
CH-9325 Roggwil, 0041 (0)71 422 53 83
villa.monika@sunrise.ch, <http://reiki-villa.ch>

Liebe Reiki Freunde

Nun ist er da, lang ersehnt, der Frühling. Blumen in verschiedenen Farbtönen, Sträucher und Bäume in verschiedenen Blütenstadien, je nach Region, erfreuen unser Auge, gleichzeitig erzeugen die Pollen bei Allergikern verschiedene Symptome, wenn die Regulationsmechanismen des Immunsystems nicht in der „natürlichen Ordnung“ funktionieren oder anders ausgedrückt, nicht in der Harmonie sind.

Mir scheint, dieses Jahr brauchten Schneeglocken, Krokus, Schlüsselblumen usw. einiges an Durchsetzungskraft, um sich gegen Schnee und Kälte zu behaupten, „durchzubrechen“. Und so ergeht es uns manchmal auch im Leben, manches schaffen wir mit Leichtigkeit, anderes braucht etwas mehr Durchsetzungskraft, Geduld und Vertrauen. Auch die teilweise extremen Temperaturschwankungen fordern die Natur und uns heraus, wir müssen uns ständig neu anpassen, flexibel sein, auch dies wieder ein Spiegel für Veränderungen die immer wieder anstehen, herausfordern, aufrütteln, doch letztlich Chancen zur Weiterentwicklung sind.

Und so entdecke ich immer wieder Parallelen zum menschlichen Leben, zu meinem Leben, in der Beobachtung der Natur, da wir letztlich ja alle miteinander verbunden sind im Rhythmus des Lebens.

Bei mir hat sich auch einiges geändert, momentan gebe ich viele Seminare in Minigruppen, was dazu geführt hat, dass ich oft zu Hause unterrichte, mich den Veränderungen auf diese Weise angepasst habe und so die Seminare auch individueller gestalte.

Ich wünsche mir, dass noch viele Menschen zu Reiki finden. Wenn Du auch so denkst, freue ich mich über Weiterempfehlungen.

Seit längerer Zeit spüre ich auch, dass es Zeit ist für eine totale Überarbeitung meiner Webseite. Ja, und nun habe ich es angepackt und mich der Herausforderung gestellt, dies selber zu machen, indem ich gleich eine ganz neue Seite gestalte. Nein, ich lerne nicht programmieren☺, zum Glück gibt es heute Baukastensysteme für Menschen wie mich, die keine Ahnung vom Programmieren haben. Trotz allem, ich komme immer mal wieder an meine Grenzen und habe dabei gelernt, Schritt für Schritt zu gehen, immer mit dem Ziel in den Augen und der Vorstellung, wie ich mich freuen werde, wenn es geschafft ist.

Und was steht bei Dir an?

Ich wünsche Dir noch viele schöne Frühlingstage und einen wunderbaren Übergang in die Sommerzeit, herzlich



Monika

Angst vor Veränderung

Kennst du das? Du hast Lust auf etwas Neues, spürst einen inneren Drang nach Veränderung? Möchtest in irgendeinem Bereich Deines Lebens Dich etwas Neuem öffnen, doch da kommt sie, die Angst? Du fühlst Dich zerrissen zwischen Deinem Wunsch und der Angst, die Dich lähmt, dich daran hindert, diesen Schritt zu tun? Du siehst die schlimmsten Szenarien vor Dir, was Dir alles passieren könnte. Du kämpfst gegen die Angst, doch, sie wird damit nur grösser, wie alles, wogegen wir ankämpfen. Also bleibst Du, wo Du bist, in deinem sicheren Hafen, wo Du alles kennst, Dir vertraut ist.

Ja, es kann immer was passieren, wir können verletzt werden oder verlassen, wir können etwas verlieren, ausgelacht werden usw. und davor will uns die Angst schützen. Und wir (unser innerer Saboteur) legt sich dann ganz viele Gründe zurecht, warum es besser für uns ist, im Gewohnten zu bleiben und damit ziehen wir dann oftmals auch im Aussen noch Umstände an, die uns (angeblich) daran hindern, den Schritt ins Neue zu tun.

Und doch, da gibt es vielleicht einen leisen Teil in Dir, der dann etwas traurig ist oder unzufrieden. Du kannst diesen Teil unterdrücken oder einen neuen Weg einschlagen.

Befasse Dich in deiner Vorstellung damit, was Du eigentlich mit diesem Schritt erreichen willst. Finde heraus, welche Sehnsucht dahinter versteckt ist, Deine Motivation, Deine Vision dahinter. Spür in Dein Herz hinein, um diese Antworten zu finden.

Dazu möchte ich Dir gerne eine Übung mitgeben:

Übung

1. Erkenne, Du hast Angst, heisse sie willkommen wie einen guten Freund, sei Dir bewusst, sie will Dich nur schützen, spür in Deinen Körper hinein, wo nimmst Du sie wahr und lege Deine Hände dahin, schau, wie es sich anfühlt, wenn Du die Angst freundlich begrüsst auf diese liebevolle, wertschätzende Art und Weise.

Wenn Du Reiki II hast, kannst du zusätzlich Reiki an die Ursache der Angst senden.

2. Setz Dich hin und schreibe auf, was alles passieren könnte, wenn Du diesen Schritt wagst, sei ehrlich mit Dir selbst, lass nichts aus! Wenn Du all diese Szenarien mal benennst, verlieren sie schon einmal einen Teil ihres Schreckens.

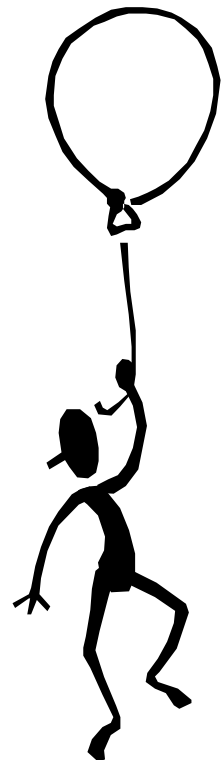
3. Und nun, und das ist sehr wichtig, schreib **mindestens 20 gute Gründe** auf, warum Du diesen Schritt trotzdem machen wirst.

Was sind gute Gründe? Konzentriere Dich darauf, was Du, langfristig gesehen, gewinnen kannst, wenn du diesen Schritt machst und was du kurz- oder langfristig gesehen verlieren wirst, wenn Du in Deinem (vermeintlich) sicheren Hafen bleibst.

4. Dies kannst Du unterstützen, indem Du bei der Selbstbehandlung dir vorstellst, wie es sein wird, wenn Du das geschafft hast, in Bildern, fühle es, spür die Freude und Dankbarkeit dir gegenüber, dass Du den Mut gehabt hast, diesen Schritt zu gehen.

Wenn Du Reiki II hast, schreib zusätzlich eine Etikette (Ziel, Affirmation) und sende Reiki daran.

5. Tu es! ☺ Und vergiss nicht, Dich zu feiern!



Schatzkiste Reiki II

Am Anfang des Seminars bereite ich die Teilnehmer jeweils darauf vor, dass es zwei intensive Tage werden mit ganz vielen Methoden, die sie lernen werden. Letztlich schmunzelte dann ein Teilnehmer im Laufe des zweiten Tages plötzlich und sagte, „Weisst Du, ich hab ja gestern für mich gelächelt und gedacht, ach, so viel wird das wohl nicht sein, die übertreibt sicher etwas, doch jetzt weiss ich, was Du gemeint hast, das nimmt ja gar keine Ende, immer noch eine Möglichkeit dazu.“

Ja, das ist Reiki II, eine grosse Schatzkiste mit sehr vielen Schätzen (Werkzeugen) darin.

Die Schätze dienen Deiner persönlichen Weiterentwicklung, Deiner ganzheitlichen Heilung und Deiner Umwelt. Hier einfach ein Ausschnitt aus dem Seminarinhalt:



- **Harmonisierung und Schutz:** Du kannst Räume von negativen Energien befreien, Dich und die Deinen schützen beim Autofahren, Schifahren usw, die Kommunikation verbessern.....usw.
- **Leben aufarbeiten:** Du kannst konkret Ereignisse aus der Vergangenheit mit Reiki bearbeiten (Unfälle, Traumas usw), an die Ursache von Ängsten oder Krankheiten Reiki senden usw.....
- **Zukunft:** Reiki an die Zukunft senden, z.B. Operationen, Vorstellungsgespräche, Prüfungen, Ferien, Projekte usw.....
- **Fernbehandlungen:** Du lernst, wie Du an andere Menschen Reiki senden kannst, und so kannst Du Deine Lieben auch unterstützen, wenn sie nicht vor Ort sind oder Du keine Zeit hast für die einstündige Direktbehandlung
- **Glaubenssätze auflösen:** Reiki senden an Affirmationen und so behindernde Glaubenssätze loslassen
- **Entfaltung Deiner Beziehungen:** Reiki senden an Deine Beziehungen, um Dich auch hier immer mehr zu entwickeln, fruchtbare, liebevolle und nährenden Beziehungen zu pflegen
- **Chakrabehandlung:** Du lernst eine spezifische Behandlung für die 7 Chakren
- **Usw.**

Ich freue mich, die Schatzkiste für Dich zu öffnen oder sie mit Dir zusammen beim Wiederholen nochmals genau zu erforschen.

Privilegien des Initiator (3A) Seminar

Vielleicht gehörst Du ja zu denen, die Reiki II schon eine Weile praktizieren, die Methoden im Alltag einsetzen und nun bereit sind, für einen weiteren Schritt?

Du weisst, der erste Schritt ist dann, Dich bei mir zu melden für das Interview. Gerne gebe ich hier wieder einmal einen kleinen Überblick über den Inhalt dieses Seminars.

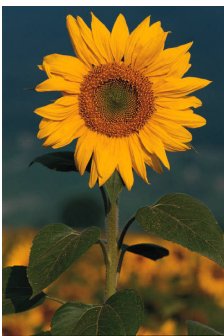
Das Seminar geht über 3 Tage mit einem intensiven Programm, vor allem auf energetischer Ebene. Der Teilnehmer erhält die Meistereinweihung und lernt das Meistersymbol. Damit öffnet sich für ihn eine völlig neue Welt mit vielen wunderbaren Techniken, die er wiederum im täglichen Leben an sich selber oder andern anwenden kann. Das persönliche Wachstum wird drastisch gefördert.

Der Teilnehmer lernt die Herzeinweihung und kann somit bei anderen Menschen temporär Reiki in den Händen aktivieren und damit die grosse Freude und Dankbarkeit spüren, die mit diesem enormen Privileg verbunden ist. Mit der Herzeinweihung können wir Menschen in Krisensituationen und bei Krankheit unterstützen. So lernt der Teilnehmer, wie er Menschen in ganz verschiedenen Situationen einweihen kann.

Es gibt eine Lektion über die Nebenchakren, wichtige Bewusstseinsitze, die mit einer Einstimmung aktiviert werden können, um Blockaden zu lösen. Auch dies wird praktisch geübt.

Ein Reiki Initiator ist ein Reiki Botschafter, das heisst, er vertritt Reiki gegen aussen. So verbringen wir auch Zeit damit, zu lernen, über Reiki zu sprechen.

Für ganz Spontane gibt es noch die Möglichkeit, an Pfingsten teilzunehmen (weitere Termine auch auf Anfrage).



Reiki Spezialwoche in den Sommerferien

In der Woche vom 15. – 19. Juli biete ich drei verschiedene Reiki Seminare bei mir zu Hause an, speziell angepasst auf die Ferienzeit und gut kombinierbar mit einem Ausflug an den Bodensee.

1. Angebot zum Weiterempfehlen für Angehörige, Freunde, Bekannte usw:

Reiki I über drei Vormittage verteilt, nachmittags den Sommer geniessen.

15./16./17.7. jeweils 09.00 – 13.00 Uhr

2. Angebot für Dein/e Kind/er

Reiki I Kinderseminar, Du bringst mir Dein Kind und hast Zeit für Dich, zum Shoppen, schwimmen, wandern oder zu was auch immer du Lust hast.

18.7. 10.00 – 16.00 Uhr

3. Angebot **Reiki II** für Dich

Ganz entspannt all die vielen Möglichkeiten des Reiki II verteilt über drei Abende lernen oder als Wiederholer vertiefen. Es gibt jeweils einen Pausentag dazwischen, das gibt Dir Gelegenheit, in Ruhe die gelernten Methoden gleich im Alltag zu üben und anzuwenden.

15./17./19.7. jeweils 18.00 – 22.00 Uhr

7 – Schritte Bewusstsein Seminar im neuen Format

Ich habe mich entschlossen, das bis anhin 2-tägige Seminar umzustrukturieren auf ein Tagesseminar. Es geht dabei nichts verloren, was die 7-Schritte Methode anbelangt. Ich verzichte lediglich darauf, das Seminar mit Meditationen und ähnlichem zu umrahmen und fokussiere mich ganz konkret nur auf die 7 Schritte.

Was kannst Du mit den 7 Schritten?

Anhand von Situation aus Deinem Alltag lernst Du, Reaktionen wie Wut, Trauer oder Angst zu verstehen, deren Ursachen zu eruieren und sie aufzulösen. So kannst Du neue Wege gehen, entdeckst vielleicht Fähigkeiten in Dir und Deine Beziehungen werden befruchtet.

Datum: 15. Juni
Zeit: 10.00 – 18.00 Uhr
Ort: Roggwil TG
Kosten: Fr. 240.—

Feedbacks von Euch



Nach Reiki I

Sich wertvoll fühlen.....

...Ich behandle mich so oft ich kann mit Reiki und fühle mich einfach ganz entspannt und wertvoll. Vielen Dank, dass ich im 2012 diese wunderschöne Erfahrung machen durfte.

Begleiter im Alltag.....

.....Reiki ist schnell ein ständiger Begleiter in meinem Alltag geworden. Es gibt mir auf eine spezielle Art Halt und ich lernte mich zu beruhigen, - gerade wenn ich wieder eine Nacht der tausend Gedanken habe und nicht schlafen kann oder mich all meine

Ängste einholen.... Ich merke aber auch wie sich in mir viele Fragen zum Leben und meiner Umgebung stellen, - auf eine Weise bin ich irgendwie stark und trotzdem gibt es wie aber auch schon vorher einige Momente in denen ich mich sehr schwach, alleine und hilflos fühle...

Nach Reiki II

Mehr Selbstvertrauen.....

Im Moment wende ich verschiedene Varianten von den Symbolen an. Diese sind meine tägliche Begleitung. Egal ob an meinem Körper oder rein visuell! Ich vertraue mir selber viel mehr seit ich diese Symbole kenne und anwenden darf. Es ist eine Herausforderung zu wissen, wie man gerade auf eine spontane Situation im Alltag (z.B. akute Beschwerden von einem Bekannten) reagieren soll. Doch Übung macht den Meister! :-)

Positives Beispiel aus dem Alltag: Habe die Katzenfutterbehälter meiner Katzen markiert. Und ständig mache ich ein Energiefeld für sie um das Essen herum damit sie sich gut nähren können. Vor dem Kurs war es ein bisschen ausser Kontrolle geraten (kein Nassfutter schmeckte mehr und nur 1 Sorte Trockenfutter war okay für die beiden). Heute essen sie fast wieder alles und sogar noch mehr. :-) Funktioniert nicht immer, aber viel besser als vor dem Kurs!

Bis heute habe ich keine Fernbehandlung mehr gemacht sondern die Zeit für mich genutzt. Das war beim Reiki 1 das Gleiche. Als ich die Sicherheit/Übung mit mir selber hatte, funktionierte nachher der Umgang mit anderen viel besser als jetzt.

Zugang zum Gelernten.....

Als ich am Sonntagabend nachhause fuhr, merkte ich das mein Kopf unterwegs wieder ausgiebig am "wackeln" war. Ich war noch so drin in den Symbolen dass ich das Gefühl hatte gar nicht aufhören zu können. Meine Tochter empfing mich wieder mit den Worten ob ich denn diesmal Reiki zu ihr geschickt hätte, sie hätte jedenfalls nichts bemerkt. Im Laufe des Abends aber berichtete sie mir, so nebenbei, dass sie am Nami Vokabeln gelernt hat und das das super gut geklappt hat. Sie meinte:" Mama das war ganz seltsam. Am Tag vorher fielen mir beim Lernen so viele Wörter nicht ein. Und heute sprudelten sie fast aus mir heraus ich konnte gar nicht so schnell schreiben wie mir die Wörter einfielen".

Mir fiel auf, das ich ca. eine viertel Stunde bevor sie mit Lernen anfing, ihr das erste Mal, vom Seminar aus, eine Fernbehandlung geschickt hatte. . . .

Ein Schiff ist sicher, wenn es im Hafen liegt, aber dafür wurden Schiffe nicht gebaut.

William Shedd

Seminartermine bis Ende September

Reiki I Seminare, Sa/So 11.00 – ca. 18.00 Uhr

4./5.5. Freiraum Sursee
22./23.6. St.Gallerstrasse 30 Roggwil

Reiki I Sommerseminar Mo/Di/Mi 09.00 – ca. 12.00 Uhr

15./16./17.7. St.Gallerstrasse 30 Roggwil

Reiki I Sommer-Kinderseminar Do 10.00 – 16.00 Uhr

18.7. St.Gallerstrasse 30 Roggwil

Reiki II Seminare Sa von 11.00 – 18.30, So 11.00 – ca. 18.00 Uhr

8./9.6. St.Gallerstrasse 30 Roggwil
31.8./1.9. Freiraum Sursee
21./22.9. Kurslokal Pro Senectute Buchs

Reiki II Sommerseminar Mo/Mi/Fr 18.00 – 22.00 Uhr

15./17./19.7. St.Gallerstrasse 30 Roggwil

Initiator (3A) Seminar jeweils von 10.00 – ca. 17.00 Uhr

Vorgängig Gesprächstermin abmachen!

Sa/So/Mo 18./19./20.5. St.Gallerstrasse 30 Roggwil TG

7-Schritte Bewusstsein Seminar Sa 10.00 – 18.00 Uhr

15.6. St.Gallerstrasse 30 Roggwil TG

Zusätzliche Seminartermine in Roggwil auf Anfrage, auch an Werktagen.

Vorträge für Interessengruppen auf Anfrage.

Weitere Termine findest Du auch unter: <http://reiki-villa.ch>

Anmeldungen via homepage oder:

Monika Villa, St.Gallerstrasse 30, 9325 Roggwil, 071 422 53 83,
villa.monika@sunrise.ch

Reikigruppen: siehe <http://rioreiki.org/reikigruppen/>