



ブリジット
Brigitte

„WOHIN DU AUCH GEHST,
GEH MIT DEINEM GANZEN HERZEN.“
(Konfuzius)

- ☀ Reiki Meister / Lehrer des Usui-Systems der natürlichen Heilung
- ☀ Hatha Yoga
- ☀ Ashtanga Yoga



REIKI – YOGA – PILATES
(Energie – Bewegung – Ernährung)

Brigitte Straka

Reiki-Meister – traditionelle Reiki Ausbildung
Dipl. Aerobic- und Pilatetrainer,
Dipl. Ernährungscoach, Yogalehrgang

Hühnersteigstrasse 23, 1140 Wien

Mobile: 0676 540 24 30
E-Mail: brigitte@web4.at
Internet: brigitte.web4.at



DIE REIKI - LEBENSREGELN

- Gerade heute ärgere Dich nicht
- Gerade heute Sorge Dich nicht
- Ehre Deine Eltern, Lehrer und die Alten
- Verdiane Dein Brot ehrlich
- Empfinde Dankbarkeit, für alles Lebendige

(Dr. Mikao Usui)

Für Fragen steh ich Euch gerne jederzeit zur Verfügung! Anmeldungen nehme ich sowohl per E-mail, Telefon als auch persönlich entgegen.
Danke!

Brigitte Straka, brigitte@web4.at
Tel.: 0676 540 24 30

Reiki ersetzt nicht den Arzt, wirkt aber ergänzend und unterstützend bei jeder Behandlung oder Therapie!

Brigitte Straka
Reiki Meister / Reiki Lehrer
Traditionelle Reiki Ausbildung
靈氣 Reiki



Mit den Händen heilen!



WAS IST REIKI?

Der Begriff Rei Ki stammt aus dem Japanischen und heisst universelle Lebensenergie – Lebenskraft!

Durch Auflegen der Hände am ganzen Körper des „Reiki-Nehmer“, in einer bestimmten Reihenfolge, werden die Selbstheilungskräfte aktiviert, Schmerzen gelindert, Blockaden gelöst, sodass die Lebensenergie wieder frei und ungehindert durch den Körper fließen kann. Eine Reiki-Behandlung dauert etwa 1 Stunde. Der Reiki-Nehmende kann dabei bekleidet bleiben.

- ☀ Wer leben will, muss atmen!
- ☀ Wer einen Weg gehen will, braucht dafür Energie – Lebensenergie.

Reiki ist universelle Lebensenergie, nicht gebunden an Glaubensvorstellungen oder Weltanschauungen.

- ☀ Reiki vereinigt Körper, Geist und Seele und führt zu innerer Harmonie und Ausgeglichenheit.

REIKI

- ☀ hilft Stress abzubauen
- ☀ löst Energieblockaden und lockert Anspannungen
- ☀ führt zu einer Tiefenentspannung
- ☀ entgiftet, reinigt und entschlackt
- ☀ lindert Schmerzen jeder Art
- ☀ stärkt die Abwehrkräfte und aktiviert die Selbstheilungskräfte
- ☀ führt heilende Lebensenergie zu
- ☀ heilt auf körperlicher, geistiger und auch seelischer Ebene!



WER KANN REIKI ERLERNEN?

Reiki ist universell und steht jedem Menschen zur Verfügung, der diese Kraft sucht und den Wunsch verspürt, ihren Gebrauch zu erlernen.

Ausgebildete Reiki Meister geben dazu ihr Wissen in Seminaren weiter.

TRADITIONELL GIBT ES IM REIKI 3 GRADE – AUSBILDUNGSSTUFEN:

REIKI I

Der wesentliche Teil des ersten Grades sind traditionell vier Einweihungen, mit denen dem Schüler Reiki sofort und für das ganze Leben zur Verfügung steht.

Mit dieser Energie kann der Schüler sich selbst sowie andere Menschen, Tiere und Pflanzen über seine Hände direkt mit Reiki behandeln. Für die tägliche Selbstbehandlung (empfohlen) wird eine bestimmte Abfolge von Handpositionen gelehrt. Weiters werden bei der ersten Ausbildung die Geschichte des Reiki erzählt und die Reiki-Lebensregeln des Usui-Systems weitergegeben.

Im I. Grad können die Schüler auch erfahren, dass es schön ist, sich regelmäßig und liebevoll, Zeit für die eigene Entwicklung zu gönnen.

Dauer der I. Ausbildung sind etwa 10-12 Stunden auf mehrere Tage aufgeteilt.

REIKI II

Beim zweiten Grad werden die Schüler mit den Symbolen von Dr. Usui vertraut gemacht. Mit einer weiteren Einweihung wird der Energiefluß verstärkt. Eine wichtige Voraussetzung für den zweiten Grad ist auch eine längere Praxis mit dem ersten Grad und die ernsthafte Arbeit und Auseinandersetzung mit sich selbst.

REIKI III (MEISTERGRAD)

Die Ausbildung nimmt 1-2 Jahre in Anspruch um in die Aufgabe der Reiki-Meisterschaft hineinzuwachsen.