

## **REIKI-Lebensregeln**

gerade heute sei nicht ärgerlich

gerade heute Sorge dich nicht

sei freundlich zu allen Wesen

verdiene dein Brot ehrlich

sei dankbar für die vielen Segnungen

Diese Lebensregeln sollen dem REIKI-Praktizierenden als Orientierungshilfe auf dem Weg zu einem erfüllten und ausgeglichenen Leben dienen.

Sie sind keine Moralvorschriften, die dazu auffordern, Ärger und Sorge zu unterdrücken. Nichts soll zur Schau getragen werden, sondern authentisch sein.

Die Arbeit mit REIKI setzt deshalb nicht voraus, dass man sich an diese Regeln hält. Viel wichtiger ist es, so zu sein wie man wirklich ist. Das ist schon schwer genug.

Die REIKI-Lebensregeln sollen ein Anreiz dazu sein, an sich zu arbeiten. Nur wer innerlich frei ist, kennt weder Ärger noch Sorge. REIKI kann dabei helfen, zu dieser inneren Freiheit zu gelangen. Das ist ein langer Weg, aber er lohnt sich.