

> Lebensregeln

## **Die Reiki-Lebensregeln**

Die Reiki-Lebensregeln wurden von Dr. Usui als Teil der Reiki Ausbildung weitergegeben und dienten als Anleitung für den Alltag, um dem Schüler bewusst zu machen, dass sein aktives Handeln und seine innere Haltung wichtig sind für eine dauerhafte Heilung.

Usui behandelte und lehrte ausschließlich nur jene Menschen, die ihn ausdrücklich um seine Hilfe baten und somit das Geschenk der Heilung achten konnten.

Alle Lebensregeln geben praktische Anleitungen für eine gesunde Denkweise und eine friedvolle geistige Haltung, für ein Leben in Frieden: mit sich selbst, mit anderen und in der Gemeinschaft aller Menschen.

Im Lauf der Jahre haben sich durch zahlreiche Übersetzungen und damit einhergehende individuelle Veränderungen leicht unterschiedliche Versionen der Lebensregeln entwickelt.

## **Die Übersetzung des Originaltextes nach Mikao Usui:**

Die geheime Kunst Glück einzuladen, die zauberhafte Medizin für alle Krankheiten:

Gerade heute ärgere Dich nicht, Sorge Dich nicht und sei von Dankbarkeit erfüllt. Widme Dich Deiner Arbeit. Sei freundlich zu allen Wesen. Vereine jeden Morgen und Abend Deine Hände zum Gebet. Predige mit Deinem Herzen diese Worte und singe diese Worte mit Deinem Mund.

> Lebensregeln



**Einfach mal heute:**

- freue dich
- erwarte das Beste
- mache alles mit voller Hingabe
- sei liebevoll zu allen Lebewesen
- sei dankbar

## Impressum

Copyright 2007- 2021,  
wenn nicht anders gekennzeichnet,  
by StuttgartReiki / stuttgart-reiki.de / Germany

Website: <http://stuttgart-reiki.de>

Email: [info@stuttgart-reiki.de](mailto:info@stuttgart-reiki.de)

Fon: 0172.7231074