

Reiki er en japansk teknik som er blevet praktiseret siden 1922. Ordet rei – ki er en sammensætning af spirituel visdom og livsenergi.

Healing handler om harmonien mellem krop, sind og ånd, at etablere helhed. Alle tre er lige vigtige for vores samlede helbred, generelle livsenergi og evne til at navigere mod vores eget (dybere) formål. Krop, sind og ånd. Tre dele af en helhed, der aldrig er stærkere end sit svageste led.

Reiki healing er brugen af Universel Livsenergi til at opretholde eller genskabe den perfekte balance, den tilstand som vi naturligt er udstyret med.

Reiki anvendes ved, at behandleren kanaliserer livsenergien og via sine hænder guider denne i modtagerens krop, via hånd pålæggelse, hele kroppen igennem. Dette vækker den naturlige healing proces på alle tre niveauer.

Hvad virker Reiki på?

Reiki healing kan altid gøre en forskel, her kan nævnes:

- lindrer stress symptomer, tankemylder og søvnløshed
- booster immunforsvaret og løfter det generelle energiniveau
- understøtter medicinske forløb og mindsker bivirkninger
- giver ro til døende
- skaber overblik, klarhed, og balance i krop, sind og ånd
- understøtte fertilitetsprocesser,
- afhjælper graviditetsgener og bækkenløsning
- justerer "hjertekompasset"
- hjælper med at navigere gennem svære beslutningsprocesser
- er uafhængig af religion, kultur, titler og tro.

Hvordan foregår en behandling med Reiki healing?

En Reiki behandling er "hænder på healing". Man ligger fuldt påklædt under et tæppe på en briks, imens Reiki healeren placerer hænderne nænsomt i en serie håndpositioner nedover kroppen. Herved strømmer ren livsenergi ubegrænset, i lige præcis de mængder som modtageren har brug for. Oplevelsen er meget individuel – da der ikke findes to mennesker der er ens, heller ikke det vi hver især døjer med – den mest almindelig oplevelse er følelsen af varme som strømmer via behandlerens hænder.

Har man et specifikt problem, anbefales det, at man får fire behandlinger i træk, så tæt på hinanden som muligt. Herved får energien optimale vilkår for at arbejde med de relevante ubalancer.

# The 5 principles of Reiki

Just for today:

I will let go of anger.

I will let go of worry.

I will do my work honestly.

I will be grateful for my many blessings.

I will be kind to every living thing.

