

REIKI

靈氣

REIKI IN
DE PRAKTIJK

Claudia Jansen

Reiki in de praktijk
Claudia Jansen

ISBN: 9789402192087

Tweede druk - 2020

© 2019

Niets uit deze uitgave mag verveelvoudigt en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie of op welke andere wijze ook, zonder voorgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

- Wat is reiki	09
- De grandmasters	15
- Vijf leefregels	23
- Reiki symbolen	27
- Inwijdingen ontvangen	37
- Zelfbehandeling	43
- Cliënten behandelen	53
- Afstandsbehandeling	63
- Dieren behandelen	67
- Chakra's & healing	71
- De aura	81
- Organen behandelen	87
- Energetisch reinigen	97
- Edelstenen & mineralen	103
- Gassho-meditatie	113
- Initiaties geven (voor reiki-leraren)	117

WAT IS REIKI



WAT IS REIKI

Reiki bestaat uit twee Japanse tekens. Rei betekent 'ziel' en Ki staat voor 'energie'. Reiki wordt vaak vertaald als universele levensenergie.

Reiki-energie wordt via de handen van de behandelaar aan de ontvanger gegeven. In ons lichaam lopen energiebanen, waarin blokkades kunnen ontstaan. Al deze energiebanen zijn met elkaar verbonden via knooppunten, deze worden chakra's genoemd.

Reiki brengt de energiebanen in evenwicht, versterkt het immuunsysteem, bevordert zelfontwikkeling en versnelt het zelfhelend vermogen van het lichaam. De energie stroomt automatisch naar de plekken in het lichaam waar het nodig is.

Een behandeling zorgt voor ontspanning en kan ingezet worden bij verschillende fysieke, mentale en emotionele klachten. Bijvoorbeeld bij hoofdpijn, migraine, spijsverteringsproblemen, reuma, artritis, rugpijn, maag- en darmklachten, vermoeidheid, stress, angst, burn-out, onderdrukte gevoelens, onverwerkte gebeurtenissen en allerlei genezingsprocessen.

Iedereen ervaart een Reiki-behandeling anders; je kunt een diepe ontspanning voelen, maar ook warmte, tintelingen, verschillende emoties of lichte pijnprikkels. Deze ervaringen zeggen echter niets over de uiteindelijke werking van de behandeling.

In uitzonderlijke gevallen kan de Reiki-energie verminderd werken. Dit kan gebeuren als de ontvanger moeite heeft met fysieke aanrakingen of als iemand zich bewust of onbewust afsluit voor de energie. Het zal ook dan werken, maar minder effectief zijn.

Er wordt wel eens gedacht dat Reiki zweverig is, maar niets is minder waar. Het hele universum is namelijk opgebouwd uit energie. Dieren zijn gevoeliger voor energie, toch leggen mensen ook direct een hand op een pijnlijke plek. Dit is eigenlijk niets anders dan zelf-Reiki.

Ieder mens draagt deze energie bij zich, tijdens onze geboorte staat ons Reiki-kanaal (kruinchakra) namelijk geheel open. Na verloop van tijd kunnen er echter door gebeurtenissen in ons leven blokkades ontstaan. Tijdens een Reiki-inwijding wordt het kanaal heropend waardoor de energie weer vrij kan gaan stromen.

Tijdens een Reiki-behandeling ligt de ontvanger meestal op een behandeltafel, maar je kunt ook voor een stoelbehandeling kiezen. De ontvanger kan zijn of haar kleding aanhouden. Indien nodig wordt er een dekentje over het onderlichaam gelegd.

De behandelaar legt zijn handen volgens de vaste handposities van het Reiki Usui Healing System op verschillende plaatsen van het lichaam. De energie stroomt vanuit de handen het lichaam van de ontvanger binnen.

Na een Reiki-behandeling is het belangrijk om veel water te drinken, zodat afvalstoffen het lichaam kunnen verlaten. In de dagen die volgen kunnen urine en ontlasting dan ook meer gaan ruiken, transpiratie kan toenemen en er kan een sterkere reactie op alcohol ontstaan. Deze klachten verdwijnen weer en geven aan dat de energie zijn werk doet.

Een behandeling kan ook op afstand gegeven worden. Een afstandsbehandeling is ideaal voor mensen die ver weg wonen, erg druk zijn of door ziekte/ouderdom niet meer kunnen reizen. De ontvanger zorgt dan thuis, op het afgesproken moment, voor een rustige omgeving en een ontspannen lichaamshouding.

Reiki werkt ondersteunend en kan naast reguliere zorg ingezet worden. Het vervangt echter nooit een behandeling van een

deskundig arts. Bij aanhoudende klachten is het dus altijd raadzaam om een arts te bezoeken. Verwijs een cliënt bij twijfel door.

DE GRAND- MASTERS



