



### *Reiki*

Reiki is het Japanse woord voor: Universele Levensenergie. Reiki is de energie, die we allemaal in ons lichaam hebben en die bijvoorbeeld ook wordt gebruikt bij acupunctuur. Die energie loopt door zogenaamde meridianen, die je kunt zien als energiekanalen. Bij mensen, waarbij de energiekanalen geopend zijn, stroomt de energie uit de handen.

Tijdens een Reiki worden de juiste energiekanalen geopend. Bij het geven van Reiki geeft de gever de energie aan de ontvanger door. De gever dient daarbij alleen als kanaal, als "doorgeefluik". De gever geeft dus niet zijn eigen energie aan de ontvanger. Reiki is een vorm van directe energie overdracht naar jezelf en naar anderen (want beiden zijn net zo eenvoudig). Andere woorden voor de levensenergie zijn Prana en Chi of Ki.

### *Zelfgenezing*

Als iemand lichamelijk niet in orde is, dan is dat een teken van het in onbalans zijn op fysiek niveau. Door een Reiki behandeling komt er extra energie beschikbaar voor het lichaam en op dat moment kan het lichaam met die extra energie aan het herstel beginnen. Het lichaam heeft een zelfgenezingsmechanisme. Denk aan een schaafwond. Het lichaam zorgt ervoor, zonder enige hulp van buitenaf, dat de wond heelt.

Reiki energie ondersteunt dat zelfgenezingsmechanisme. De gever kan dus geen invloed uitoefenen op het resultaat van de behandeling, het lichaam van de ontvanger en zijn energiesysteem regelen dat allemaal zelf.

### *Reiki behandeling*

Tijdens de behandeling legt de gever de handen op het (geklede) lichaam van de ontvanger. Reiki kan op vele verschillende manieren ervaren worden, bijvoorbeeld een gevoel van warmte of gloeien, van koude, van tintelingen of van stroming. De ontvanger kan zich heel ontspannen gaan voelen of juist heel energiek. Niets voelen tijdens de behandeling komt ook voor, vaak komt er dan reactie na afloop van de behandeling.

[www.massages4all.nl/massagetechnieken/reiki.html](http://www.massages4all.nl/massagetechnieken/reiki.html)

