## Reiki

Reiki is in de eerste plaats gebaseerd op de overdracht van energie tussen de therapeut en de patiënt. Reiki helpt vervelende aandoeningen te voorkomen of, in sommige gevallen, makkelijker te genezen.

Ook reiki is vanuit Japan naar ons overwaait. Het is een geneeswijze die nu ook hier aan populariteit wint. Dat is het gevolg van onze grotere bewustwording van het belang van onze gezondheid. In plaats van altijd eerst naar pillen te grijpen, zoeken we eerst naar minder drastisch oplossingen. Daardoor wordt de stap naar alternatieve geneeswijzen zoals reiki steeds kleiner.

Dr Mikao Usui is de grondlegger van Reiki. Daarbij ging hij ervan uit dat iedereen over een dosis energie beschikt. Die levensenergie wordt gesimuleerd door onze handen. Reiki beschouwt ons lichaam, onze geest en ziel als één geheel. Tijdens een behandeling legt de therapeut zijn handen op de plaats waar we bijvoorbeeld pijn ervaren. Hij gaat er vanuit dat daar je energie geblokkeerd is en dat hij die weer vrij moet maken.

Reiki werkt met universele energie. Volgens de Chinese filosofie is deze universele energie de onmisbare levenskracht we in alle levende wezens aanwezig is. Reiki gebruikt deze universele energie vooral om het netwerk van energiebanen weer in evenwicht te brengen en te houden.

Reiki wordt ingezet bij klachten van fysieke, emotionele en mentale problemen. Reiki wordt lang niet alleen gebruikt bij gezondheidsklachten, maar ook voor het verbeteren van onze levenskwaliteit.  
Een reiki behandeling is ook geschikt voor wie niet ziek is maar rust en ontspanning nastreeft. Tijdens de behandeling zitten patiënten gekleed op een stoel of in een zetel. De reiki-meester legt zijn of haar handen op verschillende plaatsen op ons lichaam. Die plaatsen komen overeen met onze zeven chakra’s. Die bevinden zich op of juist boven ons lichaam. De vrijgekomen energie stroomt vervolgens door ons lichaam.

### Resultaten

Een reiki- behandeling zorgt voor de meest uiteenlopende reacties en resultaten zoals:

* Een warm en heerlijk gevoel
* Tintelingen in het ganse lichaam
* Een ontspannen en rustig gevoel
* Beter slapen
* Stimuleren van ingewanden
* Een grote en onweerstaanbare drang om te praten
* Een angstig gevoel
* Verdriet, plotse boosheid of… vrolijkheid en uitgelatenheid
* Het tijdig afbreken en afvoeren van giftige afvalstoffen
* Onze hormonen komen in evenwicht
* Ons zelf genezend vermogen wordt bevordert
* Lichamelijke, emotionele, mentale en spirituele balans
* Ontwikkeling in bewustzijn/ bij jezelf komen
* Hersteld en voorkomt klachten