



Reiki

Reiki ist eine asiatische Heilmethode, bei der durch sanftes Auflegen der Hände Energie übertragen wird. Eine Reiki Behandlung beginnt zunächst mit einem einleitendem Gespräch in dem wir kurz erklären was Reiki ist, wie Reiki wirkt und wie der Ablauf der Behandlung aussieht. So können Sie sich besser entspannen, da Sie darüber informiert sind, was "geschehen" wird.

Aus dem Vorgespräch können wir anhand der Informationen, welche Sie mir geben die Behandlung festlegen. Nachdem Sie über den Ablauf informiert wurden, legen Sie sich bekleidet auf die Massageliege, schliessen die Augen und geniessen bei leiser Meditationsmusik und gedämpftem Licht die Behandlung.

Während der Behandlung lege ich meine Hände ohne Druck auf bestimmte Körperpositionen und lasse die Reiki-Energie einfließen. Die Reiki-Energie können sie wie folgt wahrnehmen: als leichtes vibrieren, kribbeln, pochen, angenehme Wärme oder Kälte. Nach der Behandlung bleiben Sie noch eine kurze Zeit liegen und lassen diese nachwirken. Danach folgt noch ein Gespräch, wo Sie das Erlebte mit mir besprechen können, wenn Sie wollen.

Was bewirkt Reiki?

Reiki wirkt als innere Heilquelle, die für eine ausgeglichene körperliche und seelische Gesundheit sorgt. Reiki fördert den eigenen Entwicklungsprozess, aktiviert die körper-eigenen Selbstheilungskräfte und harmonisiert und gleicht das seelische Wohlbefinden aus. Baut Stress ab, fördert die Kreativität und macht bewusster. Es löst Blockaden, setzt verschüttete Gefühle frei und entgiftet den Körper von Schlacken. Dabei gleicht Reiki Energiedifferenzen aus, die sich als Erschöpfung, Verspannung, Stress, Unruhe und Stimmungsschwankungen bemerkbar machen. Reiki wirkt entspannend, kann Schmerzen und akute Symptome erleichtern und es wirkt fördernd auf Heilungsprozesse bzw. unterstützt Therapien und medizinische Behandlungen. Insbesondere hat Reiki folgende Wirkung:

- versorgt unseren Körper mit Lebenskraft
- lindert Schmerzen
- lindert akute und chronische Beschwerden
- stärkt das Immunsystem
- wirkt harmonisierend und entgiftend
- vitalisiert Körper und Geist
- hilft bei Stressabbau und gibt Ruhe und Gelassenheit
- gleicht unseren Energiehaushalt aus und löst Blockaden
- unterstützt ärztliche Behandlungen und andere Therapien
- fördert den Selbstheilungsprozess auf allen Ebenen



Fern Reiki Behandlungen nach Absprache möglich.