

# Wat kan Reiki voor jou doen?

Letterlijk betekent Reiki: Rei = Universeel, Allesomvattend en Ki = Levensenergie. Reiki wordt ook wel vertaald als "Kracht van de zon".

Deze Universele levensenergie is overal in en om je heen aanwezig. Het is de pure levenskracht, die maakt dat je hart vanzelf klopt, dat je ademhaalt, dat je wondjes vanzelf genezen, dat er een nieuw mens kan groeien uit ei- en zaadcel, dat zaden ontkiemen tot prachtige bomen enz.

Zonder deze levenskracht (Reiki) zou er geen leven zijn.



Het vermogen om Levensenergie op te nemen vanuit je omgeving/ de kosmos is bij de meeste mensen niet optimaal. Dat kan verschillende oorzaken hebben.

We komen met bagage uit vorige levens naar de aarde en al in de baarmoeder neem je emoties, overtuigingen en energie op vanuit je omgeving en je moeder in het bijzonder. Alle "negatieve" ervaringen, emoties en gedachtepatronen maken dat je niet je eigenlijke Zelf kunt laten zien en durft te laten zien. Door je hart (onbewust) af te sluiten, sluit je je steeds een beetje meer af voor de levensenergie. Hierdoor kunnen er lichamelijke en psychische klachten ontstaan.

Het is niet verkeerd, want zo overleef je. Maar er komt een moment dat het tegen je gaat werken en dat je er last van hebt om niet vrij en energiek te zijn. Dat kan de aanzet zijn voor je bewustzijns- en spirituele groei. Het verlangen om meer vanuit je hart en eigen kracht te leven maakt dat je op zoek gaat naar manieren om jezelf te helen.

**Reiki is één manier.**

d.m.v. Reikibehandelingen en zelfbehandelingen (nadat je een Reikicursus hebt gevolgd) kun je werken aan je lichamelijke, emotionele, mentale en spirituele ontwikkeling en heling.

**Hoe werkt een Reiki behandeling?**

Je ligt op een behandeltafel, gewoon met je kleren aan en de behandelaar legt zijn/haar handen op verschillende plekken op je lichaam. De aanraking is heel licht en respectvol. Er ontstaat een veld van energie in en rondom jou en jouw behandelaar en jouw lichaam en ziel gaan nu aantrekken wat jij nodig hebt op dit moment. Ontspanning, pijnverlichting, inzicht enz.

Levensenergie zoekt altijd naar harmonie. Wanneer je water laat stromen over een land met kuilen en geulen zal het water eerst het laagste punt opzoeken en opvullen en daarna naar de hoger gelegen gebieden gaan. Net zolang tot de waterspiegel is genivelleerd.

Zo werkt het ook met Reiki. Als je jezelf behandelt, of je laat behandelen door iemand anders, zal de energie eerst doen wat het meeste aandacht nodig heeft. Dat kan op lichamenlijk, mentaal, emotioneel en spiritueel niveau zijn. Het kan dus zijn dat je komt met hoofdpijnklachten en dat de

energie eerst je spijsvertering verbetert, die ten grondslag ligt aan jouw hoofdpijn. Ook kan het je ineens duidelijk worden dat je de laatste tijd wel heel veel stress hebt en de behoefte kan ontstaan om daar iets aan te gaan doen. Je gaat andere keuzes maken.

Je kunt ook zelf leren om met deze helingsmethode te werken door een Reiki cursus te volgen. Je leert dan jezelf en de mensen in je omgeving te behandelen met Reiki. Het is een zeer eenvoudige methode die je terug kan brengen naar je Ware Zelf.

©Karin Merlijn