

Was ist Reiki?

Reiki ist die Quelle (Rei) die die Lebensenergie leitet (Ki). Reiki ist eine holistische Heilmethode, die aus Japan stammt. Diese hohe Form von Energie wird vom Praktizierenden auf den Körper des Empfängers übertragen und ist immer für das höchste Wohl des Empfängers. Reiki respektiert den freien Willen und wird nur die Heilprozesse einleiten, wofür man als Empfänger auch bereit ist. Diese Art von Heilung ist also eine sanfte Methode, die dir helfen kann, tiefe Klarheit und Führung für alle deine Lebensaspekte zu bekommen – physisch, emotional und mental.

Viele Probleme, die sich auf der physischen Ebene manifestieren lassen sich mit dieser holistischen Heilmethode lindern. Zum Beispiel Magenbeschwerden, chronische Entzündungen, Rückenschmerzen, Erkältungen u.s.w. Auch emotionale Schwierigkeiten wie Depressionen, Ärger, Trauer etc. werden in einer individuellen Sitzung angeschaut. Reiki Energie erlaubt es tiefen, unbewussten Energien auf die Oberfläche zu gelangen, damit wir diese loslassen können und sich so in etwas verwandeln lassen, das für unsere Leben konstruktiv ist.

Meine Reiki Sitzungen werden mit meinem vertieften Wissen und Erfahrungen über die Chakren, Yoga und Schamanismus verbunden.

Was sind Chakren?

Chakras sind **Energiezentren, Transformationszentren, Bewusstseinszentren**, die unsere Lebensenergie (Prana) in den physischen, emotionalen, geistigen und spirituellen Körper senden. Die Weisheit, die von diesen Zentren ausgeht, kann gebraucht werden, um Lebensbereiche zu transformieren, Heilung anzustreben oder spirituellen Wachstum zu erlangen.

Gemäss der Yoga Philosophie bestehen wir aus drei Körpern: dem physischen Körper (Fleisch / Blut / Wahrnehmung von Energiefluss/-blockade), dem astralen Körper (Wünsche / Sehnsüchte / Emotionen/Gefühle) und dem kausalen Körper (Gedanken / Meinung / Glaubenssätze / Intelligenz / Weisheit). Die Chakras sind Schnittpunkte, die diese verschiedenen Körper miteinander verbinden und dessen Wachstum und Funktionen koordinieren. Die Auflösung der Beschränkungen der einzelnen Ebenen in den drei Körpern nennt man Samadhi: die Einheit mit allen Dingen im Universum.

Das Chakra-System ist ein hoch organisiertes energetisches Labyrinth, das auf jeden Gedanken, auf jedes Gefühl, jeden Eindruck reagiert und entsprechend handelt.

-

Was passiert während einer Sitzung?

Jede Reiki Chakra Sitzung beginnt mit einem kurzen Standortgespräch, wo du mir genau erklären kannst, welche Aspekte deines Lebens du während der Sitzung gerne beleuchten würdest. Danach wirst du dich sanft hinlegen und in einen Entspannungszustand geführt. Ich werde deine Chakras einzeln testen und mit Kristallen, Pendeln und meiner Intuition anfangen, deinen Energiekörper mit Reiki zu füllen. Ich arbeite auch mit schamanischen Reinigungspraxen, Palo Santo und Musik für das klären oder aktivieren der jeweiligen Transformationszentren. Während der Sitzung kann es sein, dass ich oder du Bilder, Farben, Gefühle, Stimmen, Wärme oder Kälte empfinden, spüren und sehen werde. Diese Informationen und Botschaften helfen zu erkennen, wo wir eventuelle Blockaden in Chakras oder anderen Orten im Körper haben und herauszufiltern, wie wir dies auf unser Leben übertragen können. Jede Sitzung ist je nach Thema das aufkommt anders und wir werden nach der Reikiübertragung das Erlebte zusammen besprechen.