

Reiki Behandeling

Wat fijn dat je interesse hebt in een *Reiki Behandeling!*

Misschien weet je al iets over Reiki, maar wellicht ook nog helemaal niet. Wat de aanleiding ook is, iets in jou is getriggerd om deze stap te zetten. In dit document vind je meer info over:

- Wat is Reiki?
- Wat kan ik verwachten?
- Wat ervaar ik tijdens/na een behandeling?
- Wanneer mag ik geen Reiki Behandeling ondergaan?

Scroll helemaal naar beneden zodat je alles hebt gelezen en niets mist! Heb je vragen? Of wil je je direct een afspraak inplannen? Neem dan contact op via het [contactformulier](#)

Wat is Reiki?

Alles bestaat uit energie en zo ook ons lichaam. Wanneer de energie goed door ons lichaam kan stromen, zitten we lekker in ons vel en zitten we in de flow. Het kan echter ook voorkomen dat de energiestroom in ons lichaam geblokkeerd raakt. Dit kan verschillende oorzaken hebben zoals stress, verdriet, angst, negatieve emoties of onverwerkt trauma.

Je kunt hierdoor allerlei klachten krijgen zoals spierspanning, spijsverteringsklachten, vermoeidheid, hoofdpijn of migraine. Tijdens een Reiki behandeling wordt jouw energie weer in beweging gebracht en gaat het stromen.

Wat kan ik verwachten?

Tijdens de Reiki behandeling lig je ontspannen op de behandeltafel. Is dit niet mogelijk voor je of vind je dit niet prettig, dan kun je ook kiezen voor een stoelbehandeling.

Het in beweging brengen van jouw energie gaat door middel van handoplegging en aanrakingen. Heb je hier moeite mee? Geef dit dan aan, zodat ik hier rekening mee kan houden en de behandeling hierop kan aanpassen.

Een Reiki behandeling bestaat uit:

- Een introductiegesprek
- De Reiki behandeling (45 òf 75 minuten)
- Een nagesprek

Wat ervaar ik tijdens de behandeling?

Iedereen ervaart een Reiki behandeling anders. Sommigen voelen de handen van de behandelaar koud worden, anderen juist warm of voelen tintelingen in hun lichaam. Je kunt rommelende ingewanden krijgen, veel willen praten of emoties voelen (angst, verdriet, boosheid, blijdschap). Belangrijk om te weten is dat ook als je niets voelt de Reiki haar werk heeft gedaan. Je mag erop vertrouwen dat je ontvangt wat je nodig hebt!

Wat ervaar ik na de behandeling?

Na de behandeling voel je je ontspannen, opgeladen, je slaapt beter en je voelt je weer in verbinding met je lichaam. Neem na de behandeling even de tijd om bij te komen, je kunt je namelijk wat vermoeid voelen. Daarnaast kan je urine sterker gaan ruiken of je stoelgang kan veranderen. Drink daarom veel water om alle afvalstoffen goed af te voeren. Een lekker douche kan ook helpen om energie los te laten en even lekker bij te komen. Deze reacties zullen binnen 48 uur verdwenen zijn. Mocht je iets ervaren dat je niet vertrouwt of je twijfelt, neem dan altijd even contact op!

Praktijk - Be As You Are

Begeleiding voor Hoogsensitieve Personen

Wanneer mag ik geen Reiki Behandeling ondergaan?

Het is beter om geen Reiki behandeling te ondergaan wanneer je:

- Diabetes hebt (kan de insuline waardes veranderen)
- Een pacemaker hebt (kan de pacemaker verstoren)
- Een ontsteking in je lichaam hebt (kan de ontsteking verergeren)

Reiki is een aanvullende behandeling en vervangt *nooit* het advies van (huis)arts of specialist.

Ben je benieuwd wat Reiki voor jou kan betekenen? Maak dan nu een afspraak via het [contactformulier](#) en laat je positief verrassen!

Lieve groet,

Marjolein