

Rei-ji of Reiji-ho:

Reiji-Ho

Het teken van Reikikracht.

Betekent "Teken van de geest" of "Teken van de Reikikracht".

een methode om zich door Reiki te laten begeleiden. Een relaxatietechniek waarbij de handen door Reiki-energie als 'magneten' worden geleid naar het lichaamsdeel waar energie nodig is. Door Rei-ji ga je meer bewust worden van de subtiele energie en het feit dat we kanalen zijn waardoor Reiki wordt geleid. Je intuïtie zal sterker worden en je zal steeds meer vertrouwen krijgen in de begeleiding - gedurende de behandelingen en in alle andere aspecten van het leven. Een letterlijk vertaling van 'Reiji' is 'teken van geest (energie)' Rei betekent 'energie, ziel, geest' en 'Ji' betekent 'tonen, aanduiden, uiting, aan de dag leggen.' Dit is een originele techniek van Usui, die op jezelf en anderen kan worden toegepast.

De techniek:

- 1. Ga rustig en ontspannen naast de patiënt zitten of staan.**
- 2. Gassho, voel innerlijk rustig en kalm en focus je aandacht op de Tanden. Na een ogenblik, zeg je stil aan jezelf "Ik ga nu Reiji beginnen".**
- 3. Voel je lichaam volledig ontspannen, laat alle spanningen en angsten los. Vraag de cliënt zich volledig te ontspannen en zijn/haar spanningen los te laten. Roep de Reiki-energie op en vraag om jou en je cliënt volledig met de "Licht" energie te vullen, en op alle niveaus van je wezen heling brengen. Geniet ervan (en laat ook je cliënt wat tijd om ervan te genieten) en wanneer je er klaar voor bent, begin stap 4.**
- 4. Beweeg je handen (nog altijd in Gassho houding) omhoog naar je derde oog (het voorhoofd) en vraag Reiki je naar de gebieden te leiden die energie nodig hebben. Je handen zullen begeleid worden of als magneten worden getrokken naar de lichaamsgebieden waar de energie is verstoord/onevenwichtig is. Wanneer dit gebied in evenwicht is gebracht worden je handen verder naar het volgende gebied geleid. Dit zal voortduren tot alle lichaamsdelen die energie vergen in harmonie zijn gebracht. Reiki zal je automatisch vertellen waar en hoe lang je moet behandelen.**
- 5. Wanneer alle lichaamsdelen die energie nodig hadden in evenwicht zijn en geen energie meer nodig hebben, zullen je handen vanzelf (als je zit) naar je knieën geleid worden of (als je staat) naar je zijkanten.**
- 6. Wanneer beëindigd, Gassho en bedanken.**

Bij Reiki I leren we de handposities, te beginnen bij het hoofd, de nek, romp, armen en benen en vervolgens van onder naar boven bij het achterlichaam. Het is goed deze handposities te leren en te kennen. Op het moment dat je een techniek of theorie kent kan je het loslaten. Dan is het tijd om op een intuïtieve manier ermee om te gaan. Bij Reiji-Ho

laten we het vaste stramien van de handposities los en gaan we puur intuïtief Reiki geven. Je bent en blijft een open kanaal waardoor de Universele energie stroomt. Deze energie stroomt naar die plekken waar het nodig is. Jij moet nu die energie gaan aanvoelen en meeliften op die energie. Daarom moet je je open stellen, op intuïtie de energie doorgeven.

Hoe werkt het?

Degene die je gaat behandelen ligt op een behandeltafel of zit op een stoel. Ga nu niet achter het hoofd staan, maar naast het lichaam. Ga gemakkelijk staan en vouw je handen in Gassho voor je HartChakra. Stem je af op de universele energie en wacht tot je de energie voelt stromen.

Maak contact met de persoon voor je middels 'De Brug'.

Open je handpalmen nu richting de persoon en stel je voor dat je het lichaam omvat met energie. Ga eerst de persoon die voor je ligt scannen of Biosen. Leg nu je handen op dat lichaamsdeel dat opvalt. Na enige minuten zul je ook weten wat de volgende positie zal zijn, enzovoort.

De laatste 2 punten vragen om extra uitleg.

Als je je handen gericht hebt op het gehele lichaam van de persoon die voor je ligt kan het zijn dat een bepaald lichaamsdeel direct opvalt. Dit kan je zien, voelen of gewoon weten. Als je je handen langzaam naar het lichaam beweegt kan je ook geleid worden. Dit alles doe je puur en alleen op je intuïtie. Krijg je helemaal geen enkel lichaamsdeel binnen als zijnde opvallend, begin dan bij haar KruinChakra en wacht daar af tot je een inbeelding krijgt. Krijg je nog niets binnen, maak dan de behandeling af volgens de standaard handposities.

Valkuilen

Ons ratio kan ons beletten tot de ware toedracht te komen. Het is algemeen bekend dat een mens de symptomen zeer goed kan aangeven maar niet de oorzaken.

Als we iemand gaan behandelen dan hebben we altijd eerst een gesprek met diegene. Stel nu iemand vertelt last te hebben van haar onderrug. Dan zou je rationeel gezien bij de behandeling veel aandacht besteden aan haar onderrug, terwijl als je op intuïtie Reiki zou geven veel aandacht zou besteden aan haar KeelChakra. Dit lijkt tegenstrijdig. Dit is een standaardfout die we snel maken.

Als je puur op intuïtie en met Reiji-Ho Reiki zou geven zou je dus uitkomen bij haar KeelChakra. Tevens zou je opmerken dat haar schouders redelijk vast zitten. In het nagesprek kan je dit aankaarten en vragen of ze last heeft zichzelf te uiten (KeelChakra).

Nu je de vinger op de pijnlijke plek hebt gelegd kan iemand wél de oorzaken inzien. Ze zal vertellen dat ze moeite heeft zich te uiten, aangezien ze dat nooit geleerd heeft. Ze komt uit traditioneel gezin waarin de vader de mening van het gezin heeft, en waarin de kinderen aangeleerd krijgen deze mening ook te dragen. Soms is men door omstandigheden geblokkeerd in het uiten van een eigen mening . Dit resulteert in een verkrampde KeelChakra. de uitingen zijn dat ze keel- en stem klachten heeft en dat haar schouderspieren vaak verkrampen. door deze verkramping trekken de schouders wat samen en zal de bovenrug inzakken waardoor er een overbelasting ontstaat in de onderrug. M.a.w. de client kwam door pijn in haar onderrug maar dat is slechts een symptoom van het slecht functionerende KeelChakra. Dit kan je achterhalen door op een intuïtieve manier met Reiki om te gaan.

