

# REIKI

## Reikibehandlung

Du kannst Reiki als ergänzende Behandlung wählen oder als Einzeltermin ohne weitere Begleitung.

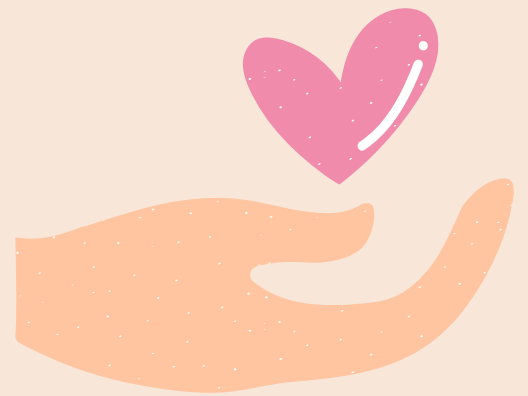
Wir klären gemeinsam vor dem Termin in Ruhe deine Fragen, Unsicherheiten oder Ängste. Während der Behandlung machst du es dir im Liegen oder im Sitzen bequem.

Während der Behandlung lege ich meine Hände auf oder halte diese über bestimmte Punkte deines Körpers. Dazu erzähle ich dir mehr im Gespräch.



In der Behandlung folge ich den Impulsen deines Körpers. Reiki fließt dort in deinen Körper, wo du es brauchst.

Ich als Behandlerin diene lediglich als Kanal, und gebe somit auch nichts in dich hinein. Du darfst ganz auf deinen Körper und seine Bedürfnisse vertrauen, damit durch Reiki sanft Blockaden gelöst werden können.



# REIKI

## Reikibehandlung

Reiki kann sich bei jedem Termin anders anfühlen. Reiki bringt deinen Körper wieder in Fluß und kann sich wärmend und entspannend anfühlen, aber auch das Lösen von emotionalen Blockaden oder anfangs ein unangenehmes Gefühl sind möglich.



All das dient der Aktivierung deiner Selbstheilungskräfte, der Selbstregulierung, Entgiftung und inneren Reinigung.

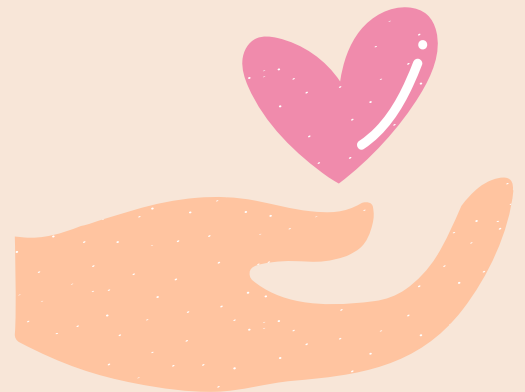
Nach deiner Behandlung besprechen wir gemeinsam wie du die Behandlung wahrgenommen hast. Du hast Zeit dich mitzuteilen und Fragen zu klären.

# REIKI

## Reikibehandlung

Deine Reikibehandlung kann bis zu 3 Tage nachwirken. Sei in dieser Zeit besonders liebevoll und achtsam mit dir selbst.

Es kann in dieser Zeit zu Erstverschlimmerungen kommen und auch Emotionen können stärker wahrgenommen werden. All das ist ein natürlicher Prozess deines Körpers als Selbstheilungsreaktion. Trinke ausreichend und gönne dir möglichst viel Zeit für dich. Natürlich stehe ich dir in dieser Zeit für Fragen zur Verfügung.



*Vor deiner Behandlung.....*

*...solltest du ausreichend getrunken haben  
...ohne Stress im Termin ankommen  
...dir Gedanken gemacht haben zu deinen  
Erwartungen, Zielen, Sorgen, Wünschen in  
Bezug zur Behandlung*

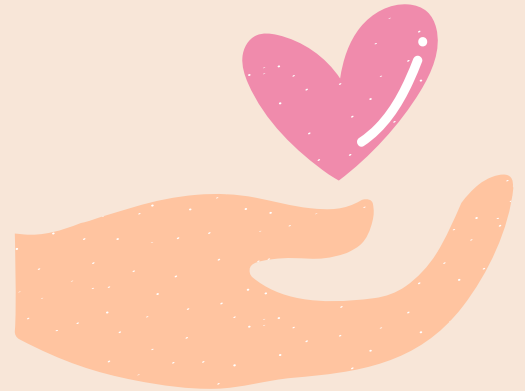
*Nimm dir ganz bewusst diese Auszeit für  
dich und sei dir bewusst, dass es wichtig  
ist auch unangenehme Gefühle und  
Emotionen zu zulassen, um die  
Selbstheilung deines Körpers zu  
aktivieren.*

# REIKI

## Wie wirkt Reiki?

Durch Reiki wird der Parasympathikus\* angeregt und die Botenstoffe im Gehirn verändern sich.

Du kommst von einem wachen und beschäftigten Zustand (Beta-Gehirnwellen) in einen schlafähnlichen Zustand (Alpha- und Theta Gehirnwellen), in welchem emotionale Blockaden gelöst werden können sowie Unterbewusstes bewusst gemacht und verarbeitet werden kann.



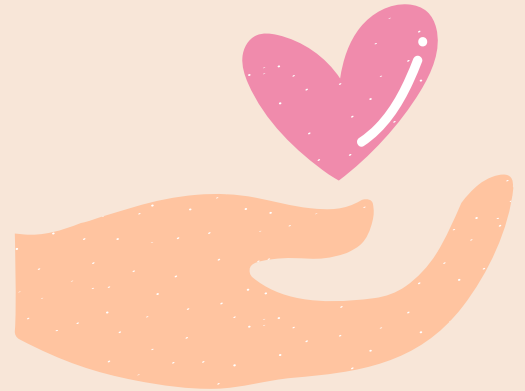
Berührungen stärken nachweislich unser Immunsystem, beeinflussen unseren Hormonhaushalt, beruhigen die Atmung, stabilisieren den Blutdruck, wirken beruhigend und sind für jedes Lebewesen lebensnotwendig.

*\*der Parasympathikus ist in deinem Körper für die Regulation von Ruhe- und Erholungsphasen zuständig*

# REIKI

## Wie wirkt Reiki?

Zudem sind Berührungen wichtig, u.a.  
um sich selbst als "Ich" zu spüren,  
Verbindung zu sich aufzunehmen,  
Grenzen zu spüren.



Wir können in Entspannung kommen,  
emotionale Vorgänge lassen sich besser  
verarbeiten und die eigene  
Resilienzfähigkeit wird somit  
ausgebaut.

Hast du Fragen oder möchtest einen  
Termin buchen?

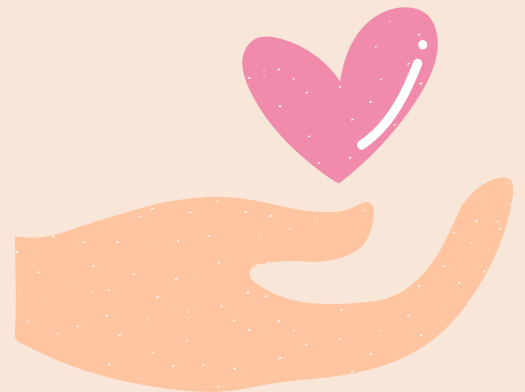
Dann kontaktiere mich gerne unter:  
[ua@utaaltenburg.de](mailto:ua@utaaltenburg.de)

# REIKI

## Informationen

### **Hinweis:**

Reiki ersetzt nicht den Besuch eines Arztes und/oder eines Psychotherapeuten/Psychologen. Meine Reikibehandlungen geben kein Heilversprechen.



### **Honorar:**

30 Min. = 40 Euro

60 Min. = 75 Euro

*je weitere angefangene 15 Minuten = 15 Euro*

Die Bezahlung erfolgt bar oder per Überweisung nach Absprache. Du erhältst von mir eine Rechnung. Vereinbarte Termine sind spätestens 24 Stunden vorher abzusagen, Bei Nichteinhaltung der Absagefrist muss ich dir 50% als Honorarausfall in Rechnung stellen.

Bitte komme zum Termin pünktlich.