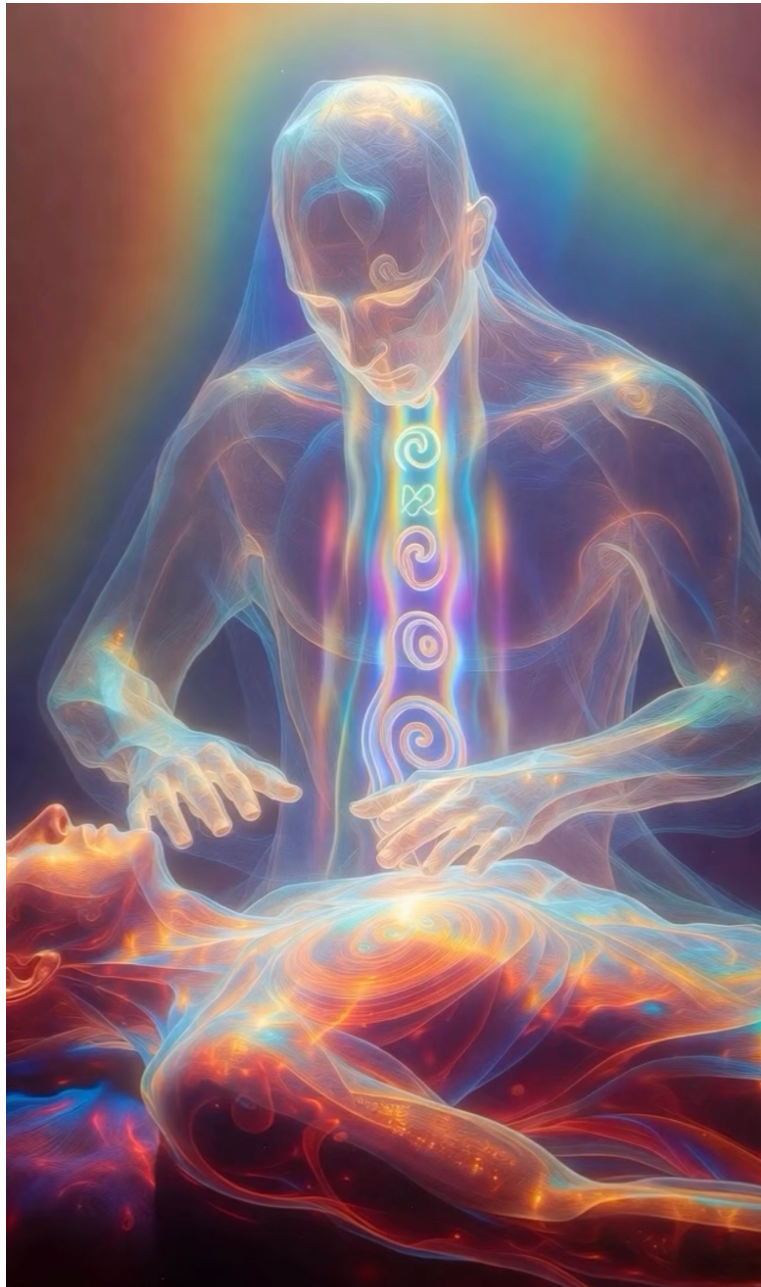




REIKI-ENERGI I MENNESKEKROPPEN

Nesten alle spirituelle tradisjoner hevder av mennesket og det er et miniatyrunivers. Alt som finnes i kosmos finnes i hver person. Menneskekroppen fungerer etter de samme prinsippene som universet fungerer etter. Potensiell energi er kraften i Reiki-energien. Reiki-energi er den statiske støtten til hele kroppen og alle danner energetiske krefter. Reiki-energi er den statiske sentrert energi som har vært livets form for eksistens og beveger seg rundt; det er den guddommelige kosmiske energien i kroppene.

Dynamisk energi, som gir arbeidskreftene for kroppens funksjon, stammer fra aktiv energi. En parallell elektrisitet er passende til hver organisme. Elektrisk energi er mer subtil enn mekanisk energi.

Den egenskaper ble studert og brukt bare de siste 200–300 årene. Før det var ideen om elektrisitet fremmed for folk flest. En lignende situasjon eksisterer i dag med den empiriske forståelsen av Reiki-energi. Dette er en enda mer subtil form for energi, som ennå ikke har blitt seriøst studert av akademisk vitenskap. Imidlertid har den blitt brukt av mange i tusenvis år kulturer. Reiki-energi er organisert og fordelt gjennom kroppen i henhold til organenes

funksjoner. Den er assosiert med å opprettholde sinnets og kroppens funksjon, og kan også manifestere seg som bevissthet og kosmisk energi.

Organisme er kjent og resonerer det kinesiske konseptet med Reiki energi. Subtil energi flyter som en elektrisk strøm gjennom et intrikat nettverk av nerver, som forbinder kropp og sinn sammen, og opprettholder hele organismens funksjon. Livskraften i kroppen er også organisert rundt spesifikke sentre. Disse er ikke fysiske sentre, selv om de har fysiske korrespondanser i ulike noder i kroppen. Reiki-energi er organisert og fordelt gjennom kroppen i henhold til organenes funksjoner. Den er assosiert med å opprettholde sinnets og kroppens funksjon, og kan også manifestere seg som bevissthet og kosmisk energi.

Reiki støtter medisinsk behandling ved å være en **komplementær behandling**, men det er **ikke et substitutt for legebehandling**; det brukes parallelt med tradisjonell medisin for å fremme velvære og støtte kroppen gjennom sykdom.

Norsk forskning viser begrenset, men foreløpig bevis for at det kan forbedre livskvalitet og redusere angst, men studiene er for små til å være konkluderende, og det finnes lite pålitelig bevis for effekt mot utmattelse (fatigue) eller nevro toksisitet ved kreft.

Reiki som komplementær helbredelse

Moderne helsevesen anerkjenner i økende grad rollen til Reiki som en komplementær terapi. Selv om det ikke erstatter medisinsk behandling, kan Reiki forbedre rekonvalesensen betydelig når det brukes sammen med konvensjonell medisin. Sykehus og velværesentre over hele verden integrerer nå Reiki i pasientbehandling, spesielt for personer som gjennomgår kirurgi, cellegiftbehandling eller stressrelaterte behandlinger. Ved å redusere spenninger og fremme en rolig mental tilstand, hjelper Reiki pasienter med å respondere bedre på medisinske inngrep og fremmer en mer helhetlig helbredelsesprosess.

Hvilke forandringer skjer i kroppen under Reiki-praksis?

Medisinske aspekter ved Reiki:

- harmonisering av kroppen;
- bremse aldringsprosessen;
- normalisering av søvn;
- normalisering av følelser;
- avgiftning;
- støtte til immunforsvaret;
- hjelpe til med sårheling;
- hjelpe til med behandling av kroniske sykdommer (astma, eksem, hodepine osv.);
- regulering av energiflyten i det endokrine systemet;
- senke blodtrykket;
- skape dyp avslapning, lindre spenninger;
- fremme åndelig vekst;
- reduksjon eller fullstendig eliminering av smerte;
- akselerasjon av kroppens evne til selvhelbredende;
- eliminering av bivirkninger av giftige stoffer.

Reiki-utøverens rolle

En Reiki-utøvers rolle er ikke å diagnostisere eller kurere, men å skape et hellig rom for helbredelse. Gjennom innvielse og trening lærer utøvere å kanalisere Reiki-energi med intensjon, medfølelse og integritet. Utøverens tilstedeværelse blir et redskap for fred, slik at klientene kan føle seg trygge, støttet og næret under behandlingen.

På avanserte nivåer kan utøvere også utføre fjernhealing, og overskride fysiske grenser for å sende energi på tvers av rom og tid. Dette demonstrerer Reiki sin ubegrensede natur og er potensial til å gi trøst og helbredelse selv når fysisk tilstedeværelse ikke er mulig.

Reiki for selvhelbredelse

En av de mest styrkende aspektene ved Reiki er at den ikke er begrenset til kun utøvere. Når man først er i harmoni, kan hvem som helst bruke Reiki til selvhelbredelse. Daglig egenbehandling øker energinivået, balanserer følelser og opprettholder indre harmoni. Ved å bruke bare 15 minutter hver dag på å praktisere Reiki på seg selv, kultiverer individer motstandskraft og forhindrer at stress hopper seg opp. Over tid blir Reiki en livsstil – en kontinuerlig dialog med kroppens visdom og universets helbredende kraft.

Hvordan Reiki kan støtte medisinsk behandling:

- **Stressreduksjon og avslapning:** Reiki beskrives ofte av brukere som dypt avslappende. Ved å fremme en tilstand av ro, kan det hjelpe pasienter med å håndtere stress, angst og spenninger forbundet med sykdom og behandlingsprosesser.
- **Stressreduksjon:** Dyp avslapning er en kjent effekt, som kan være verdifull ved sykdom.
- **Angst og smerte:** Det finnes indikasjoner på at Reiki kan redusere angst og smertelindring.
- **Forbedret velvære:** Mange rapporterer en følelse av økt velvære, mer energi og en mer positiv holdning etter reiki-økter, noe som kan være spesielt verdifullt under krevende medisinske forløp som cellegift.
- **Smertehåndtering:** Noen pasienter bruker reiki som en del av en helhetlig tilnærming til smertehåndtering, og opplever at det kan redusere opplevd smerte eller behovet for smertestillende medisiner, selv om vitenskapelig bevis er begrenset.
- **Bedre søvnkvalitet:** Fordi reiki fremmer avslapning, kan det hjelpe pasienter som sliter med søvnforstyrrelser forårsaket av sykdom eller behandling.
- **Styrker kroppens egen prosess:** Reiki-utøvere mener det aktiverer kroppens naturlige evne til selvhelbredelse.
- **Komplementært:** Det integreres som et tillegg til konvensjonell behandling, ikke som en erstatning.

Viktige punkter å huske på:

- **Vitenskapelig bevis:** Vitenskapelig forskning på reiki er fortsatt begrenset, og det er delte meninger i det medisinske miljøet om hvorvidt effektene er reelle eller skyldes placeboeffekten.
- **Samarbeid med lege:** Det er avgjørende å informere legen din eller annet helsepersonell om at du mottar reiki, slik at de har et fullstendig bilde av all den omsorgen og støtten du mottar.
- **Ingen kur:** Reiki hevder ikke å kurere sykdommer som kreft eller diabetes, men kan tilby støtte for pasientens generelle velvære og livskvalitet underveis i behandlingen.

Viktige forbehold (ifølge NAFKAM):

- **Begrensede studier:** Mange studier har metodiske svakheter.
- **Uklare bevis:** Pålitelige bevis for effekt på fatigue (utmattelse) og nevrotoksisitet ved kreft mangler.

Konklusjon: Reiki er stort sett trygt å bruke som en komplementær metode for å øke velvære og redusere symptomer i kombinasjon med annen medisinsk behandling, men pasienter må ikke erstatte medisinsk behandling med Reiki.

I Norge er reiki anerkjent som en alternativ behandlingsform, og du kan finne utøvere registrert i Brønnøysundregistrene eller gjennom nasjonale foreninger - Det Norske Healerforbundet.