

Thera-Ki, Therapeutisches Reiki (Therapievorbereitendes und -begleitendes Reiki)

Was ist Thera-Ki?

Das Thera-Ki, das therapeutische oder therapiebegleitende Reiki ist ein neu entwickeltes System, das den Konsens westlicher und östlicher Entspannungsmethoden und Heiltechniken in sich vereint. Thera-Ki ist eine essenzielle, anwendungsfreundliche und effektive Methode, die Voraussetzungen zu schaffen, um Therapie- und Heilungserfolge deutlich zu verbessern und zu verkürzen. Der Vorteil des Thera-Ki ist die einfache, schnellste und umgebungsunabhängige Anwendung. Schon nach einigen, in den meisten Fällen auch schon nach der ersten Behandlung, ist eine deutliche Steigerung des Allgemeinbefindens zu verzeichnen. Thera-Ki benötigt keine Einweihungen, wie andere Reiki-Systeme, da jeder Mensch über die elektromagnetischen Energien (u.a. Heilkräfte) und Selbstheilungskräfte verfügt, die beim Thera-Ki eingesetzt werden.

Woher kommt Thera-Ki?

Thera-Ki wurde im Januar 2005 von Manuela Raguse, Heilpraktikerin für Psychotherapie, entwickelt.

Wie funktioniert Thera-Ki?

Durch den körpereigenen Impuls zur Entspannung über Muskeln, Nerven und Atmung schüttet das Gehirn regulierende Stoffe aus, die sich im ganzen Organismus verteilen. Dadurch wird schnellstmögliche tiefe Entspannung erzielt ohne den Hirnwellenbereich zu verändern. Die regelmäßige Anwendung von Thera-Ki trainiert die Fähigkeit, sich spontan entspannen zu können, wodurch die Grundvoraussetzung für Heilung deutlich verbessert wird: das Immunsystem wird dauerhaft gestärkt und die Selbstheilungskräfte werden aktiviert.

Wann ist eine Thera-Ki Behandlung sinnvoll?

Indikationen:

z.B. als Vorbereitung auf eine OP oder ambulanten Eingriffen statt Beruhigungsspritze, auch bei Unverträglichkeit bestimmter Tranquilizer-Wirkstoffe,
als Vorbereitung auf bestimmte psychotherapeutische Therapieverfahren wie z.B. Desensibilisierung (Angstpatienten), Tiefenanalyse, Hypnosetherapien, Traumabehandlung, Trauerarbeit
begleitende und ergänzende Erste-Hilfe-Schockbehandlung,
vor Prüfungen und schwierigen Entscheidungen,
zur Geburtsvorbereitung,
bei Stress,
vor Reisen,
vor Auftritten in der Öffentlichkeit,
bei verspannungsbedingten Zuständen wie z.B. Migräne, Nackensteife, Verstopfung,

bei Hyperaktivität,
als Alternative zu Akupunktur-, pressur, Reflexzonenmassage, wenn diese nicht oder nur unzureichend übernommen werden.
als Wellness-Kur, Kurersatz,
bei Überforderung,
unterstützend zur Stärkung des Immunsystems,
unterstützend bei Herzrhythmusstörungen,
unterstützend bei chronischen Erkrankungen der Atemwege,
unterstützend bei psychisch bedingten Allergien,
unterstützend zur Behandlung von Autoimmunerkrankungen,
unterstützend in der Geriatrie,
unterstützend in der Kinderheilkunde

Warum Thera-Ki?

Die Anwendung von Thera-Ki ist besonders zeitsparend und benötigt keine Apparate, Mittel oder Hilfsmittel. Jeder Therapeut und jeder Patient kann Thera-Ki mühelos jederzeit anwenden. Thera-Ki kann deutlich therapieverkürzend wirken: die Methode schafft wichtige Heilungsvoraussetzungen, die bei regulären Therapien erst spät oder gar nicht einsetzen.

Wer kann Thera-Ki anwenden?

Thera-Ki richtet sich in erster Linie an Ärzte, Heilpraktiker, Therapeuten im medizinischen, psychologischen und pflegerischen Bereichen, Krankenschwestern und Pflegepersonal. Thera-Ki kann aber auch von jedem Menschen, der keinen Heilberuf hat, angewendet werden.

Thera-Ki Anwendungen:

Therapeutenbehandlung

Dauer: ca.10 min.

Der Patient liegt auf dem Rücken in einer angenehm entspannten Haltung, die Arme beidseitig, leicht angewinkelt, neben dem Körper.

- 1 min. An beiden Armen synchron, langsam mit leichtem Druck entlang streichen, beginnend an der Schulter bis zu den Fingerspitzen.
- 3 min. Hände auf den Solarplexus, entweder auflegen oder im Abstand von 2-3 cm darüber. Dabei den Rhythmus für regelmäßige Atmung vorgeben.
- 3 min. Eine Hand auf die Thymusdrüse legen, die andere auf dem Solarplexus belassen. Beide Hände nacheinander auf die Stirn legen und dann zu den Schläfen hin ausstreichen.
- 3 min. Befinden erfragen.

1-2 x wöchentliche Anwendung beim Therapeuten (Arzt, Heilpraktiker) und tägliche Selbstbehandlung des Patienten, entweder selbständig oder durch Pflegepersonal, Angehörige, etc.

Selbstbehandlung

Dauer: ca.7 min.

Legen Sie sich auf den Rücken, die Arme links und rechts neben den Körper. Entspannen Sie sich.

1 min. Am rechten Arm langsam mit leichtem Druck entlang streichen, beginnend an der Schulter bis zu den Fingerspitzen.

Am linken Arm langsam mit leichtem Druck entlang streichen, beginnend an der Schulter bis zu den Fingerspitzen.

3 min. Hände auf den Solarplexus, entweder auflegen oder im Abstand von 2-3 cm darüber. Dabei auf eine regelmäßige Atmung achten.

3 min. Eine Hand auf die Thymusdrüse legen, die andere auf dem Solarplexus belassen.

Beide Hände nacheinander auf die Stirn legen und dann zu den Schläfen hin ausstreichen.

Anwendung täglich mindestens einmal, maximal dreimal täglich, nach dem Aufwachen oder vor dem Schlafengehen, bzw. in der Mittagspause.