

## Handpositionen bei einer Reiki-Ganzbehandlung



Zur Einstimmung: Eine Hand auf dem Handgelenk, die andere auf der Schulter



Hände so lange auf den Schultern lassen, bis du den Fluss der Energie wahrnimmst.

### Positionen am Kopf



**Augen:** Daumen berühren sich über der Nasenwurzel. Fingerspitzen liegen/schweben auf den Wangenknochen



**Schläfen:** Daumen berühren sich auf der Stirnmitte (drittes Auge)



**Ohren (optional):** Die Hände bilden „Schaukeln“ - zwischen Ohr und Daumen ist ein kleiner Abstand.



**Hinterkopf:** Fingerspitzen berühren die Schädelbasis



**Oberkopf (optional):** Die Hände lassen das Kronenchakra frei.



**Hals:** Die Handkanten liegen auf dem Schlüsselbein - Abstand zum Hals lassen.

## Positionen am Rumpf - Vorderseite - und Beine



**Herz-T:** eine Hand liegt auf Höhe der Thy-mus-Drüse, die andere auf der Mitte der Brust.



**Bauch-Seite:** Hände liegen nebeneinander auf der Bauchseite (Höhe Rippenbogen)



**Bauch-Seite:** Bei fülligen Personen um die Liege herum gehen und von dort behandeln.



**Nabel:** Die Hände liegen auf dem Solarplexus und dem Nabelchakra.



**Hüft-V:** Die Hände bilden ein „V“. Wahlweise kann eine Hand auf der Hüftseite, die andere auf dem Knie liegen.



**Knie:** Die Hände liegen auf der Kniescheibe.



**Füße:** Die Hände liegen auf der Innenseite der Füße (Aktivierung der Wirbelsäule)

## Positionen am Rücken



**Schultern:** Die Hände liegen links und rechts der Wirbelsäule.



**Rücken-Niere:** Die Hände liegen in Höhe der Nieren



**Rücken-Unten** Die Hände liegen auf dem unteren Rücken.



**Rückenausgleich:** Eine Hand Nacken oder etwas tiefer, die andere Hand auf dem unteren Lendenwirbel



**Po-T:** Die Hände bilden ein "T". Obere Hand liegt quer in Höhe des Steißbeines, die andere liegt mit den Fingerspitzen locker auf der unteren Hand auf.



**Füße:** Fingerspitzen sind auf den Fersen.

## Abschluß der Behandlung



Nach Beendigung der Behandlung von oben nach unten an der Körperseite mit guten Druck ausstreichen. Von den Schultern bis zu den Fußspitzen, etwa 3-5 mal: Aktiviert den Kreislauf