



# 5 Gründe mit Reiki anzufangen

von Jacqueline Saladin

## 1. Reiki reduziert Ihren Stresslevel

Reiki fördert Entspannung und Gelassenheit - dies trägt dazu bei, die körpereigene Selbstheilung zu aktivieren, was in vielen Situationen hilfreich sein kann. So berichten zum Beispiel Menschen, die unter Long-Covid leiden, von einer spürbaren Linderung der Symptome - dank Reiki-Therapie.

## 2. Reiki hilft Ihnen, Ihr Gefühlsleben in Balance zu bringen

Eine regelmässige Reiki-Routine (z.B. in unserer Reiki-Praxis nahe Liestal) kann, besonders in stressigen Zeiten dazu beitragen, insgesamt ruhiger und ausgeglichener zu werden, was zu einer höheren Lebensqualität führen kann.

## 3. Reiki hilft Ihnen dabei, Energieblockaden aufzulösen

Durch die Reiki eigene Art den Energiefluss durch den Körper zu fördern, können gefühlte Blockaden, ob nun mental oder physisch, spürbar abgebaut werden.

## 4. Reiki bietet Ihnen unschätzbar wertvolle "Me-Time"

Unser Leben ist oft hektisch und unsere Pläne halten uns auf trab. Für diesen modernen Lebensstil bezahlen wir oft mit unserer Gesundheit. Reiki-Sitzungen erlauben es, sich während der Therapie nur auf sich selbst und das eigene Wohlbefinden zu konzentrieren und dieses zu fördern.

## 5. Reiki kann bedenkenlos mit anderen Behandlungen gemacht werden

Egal ob Sie sich bereits in einer physischen oder psychischen Behandlung befinden, Reiki kann bedenkenlos gleichzeitig gemacht werden und fördert in vielen Fällen die Wirksamkeit anderer Behandlungen.

---

Wenn Sie Fragen zu Reiki, oder einer Reiki-Therapie bei mir (nahe Liestal, Baselland) haben, berate ich Sie gerne und freue mich schon darauf von Ihnen zu hören.

Herzliche Grüsse, Jacqueline Saladin  jacqueline-saladin.ch  079 380 30 76

