Reiki seanss toimub üldjuhul sellises järjekorras.

- Tehke endale Reiju või mingi sellele vastav puhastav harjutus.
- Aidake Reiki saajal end lõdvestada ning leida võimalikul mugav asend.
- Puhastage Reiki saaja aura.
- Pange käed järjekorras põhiasendisse ja hoidke igas asendis 3-5 minutit või seni, kuni tunnete, et olete saatnud piisavalt Reiki energiat. Alguses on parem hoida käsi pigem kauem kui vähem, aja jooksul hakkate aga ise tundma, millal on õige hetk selle kohaga lõpetada. Käte asendite järjekord on oluline just Reiki praktiseerimise alguses, sest see aitab välja arendada võimalikult head tunnetust. Kui mõni asend jääb vahel, ei tule selle pärast põdeda, te võite selle asendi alati hiljem järele teha, sellest ei juhtu midagi.
- Asetage käed lisaks põhiasenditele ka kohtadesse, kuhu te tunnete, et on vaja need panna või millele klient on osutanud kui kaebusi põhjustavatele ja tervendamist vajavatele kohtadele.
- Sooritage Reiki seansi lõpus peale keha tervendamist ka kliendi aura puhastamine.
- Reiki seansi kestus võiks üldjuhul jääda umbes 1-1,5 tunni piiresse. Aga on olemas ka lühiseansid juhuks, kui aeg või koht ei ole sobib pika seansi läbiviimiseks. Reiki puhul on reegel selline, et kasvõi paar minutit Reikit on juba palju parem, kui üldse mitte midagi ja juba paar minutit avaldab kindlasi oma mõju.

From:
https://www.sannebild.eu/ - **Sanne Andi Bild**

Permanent link:
https://www.sannebild.eu/reiki/seanss

Last update: **31.08.2026 14:25**