

Reiki Usui Fuego Sagrado “Shoden”

Te doy la bienvenida a este mundo de amor incondicional, esto es el Reiki para mí, la terapia del amor.

Deseo de corazón que este método que has elegido activar en ti, te de las herramientas para reconocer tu energía, sanar tu cuerpo, mente y espíritu.

Hoy inicias un camino que al inicio practicarás en ti para luego, ponerlo al servicio de otros seres, expandiendo tu luz y amor.

Gracias por elegirme como tu maestra, estaré para guiarte y acompañarte en este proceso.

Con Amor.

Melisa Ramírez.

Maestra Reiki Usui Fuego Sagrado.

¿Qué es Reiki?

Reiki es reconocida por la OMS (Organización Mundial de la Salud), como una terapia complementaria a la medicina tradicional.

Es una técnica de sanación de alta frecuencia de origen japonés que se realiza a través de imposición de las manos y equilibra todos nuestros cuerpos (físico, emocional, mental).

Reiki no está conectada a ninguna religión, es una filosofía, una forma de vida, una manera de sanar con energía de amor así mismo y a los demás.

Está dirigido a todas las personas de cualquier edad, incluyendo niños, adultos, animales, plantas, objetos, alimentos, etc.

Hoy en día, existen diferentes corrientes de Reiki debido a su introducción en el occidente, entre los cuales los más conocidos son: Reiki Usui, Reiki Holly Fire, Reiki Karuna, Sekhem-Seichim (Reiki egipcio), Reiki Inka, Reiki Maya.

Todas estas técnicas tienen una base común: reconocen al maestro fundador **Mikao Usui**, enseñan los cinco principios básicos, utilizan los cuatro símbolos principales de Reiki, de los cuales se entregan tres en el segundo nivel y uno en el tercer nivel, aunque hay otros símbolos que se están utilizando en Reiki y que también tienen su valor, no son parte del sistema tradicional del Reiki Usui.

Reiki se define como un método natural japonés de armonización de cuerpo mente y espíritu, se utiliza para activar la energía vital universal.

También puede definirse como la energía cósmica que está detrás de toda la vida. Esta energía de vida universal ha sido llamada de diferentes maneras en cada cultura:

Reiki en japon, Chi en China, Prana en la India, Rauch en hebreo, Luz para los cristianos, Baraka para los sufís, Maná para los kahuna, Ka para los egipcios, eter o bioenergía para los científicos, etc.

La energía se encuentra en todo lo que nos rodea y la transferencia de esta, es una habilidad natural del ser humano, la sanación a través de la imposición de manos es algo de lo que se habla a través de la historia, es por esto que yo considero que realmente es una capacidad que únicamente debemos recordar y desarrollar con amor y para nuestro mas alto bien.

Reiki es: Amor incondicional, energía pura, expansión espiritual, liberación de dolor, bienestar físico, mental y emocional, intuición, conciencia, libertad, crecimiento personal.

“Una cosa que he descubierto a lo largo de mi experiencia es que la energía de Reiki no tiene límites, viene de una fuente infinita, una fuente que llamo amor.

Independientemente de cuán desarrollada y evolucionada se haya vuelto la energía Reiki, uno siempre estará canalizando solo una pequeña porción de ella; siempre es posible que mejore su calidad, su eficacia, beneficio y esto incluye todo lo que ocurre dentro de una iniciación. El Maestro Mikao Usui dijo en su momento que no estaba en la cima del sistema de curación de Reiki, sino un paso por debajo”

William Lee Rand.

Reiki Fuego Sagrado

En enero del 2014 durante una sesión, **William Lee Rand** se dio cuenta de que la energía de Reiki contiene una consciencia que había experimentado antes. Durante la sesión, le dieron a William el símbolo de Fuego Sagrado y la sintonía con él. Además, le dijeron que se lo estaban enseñando para que lo empezara a utilizar en las próximas iniciaciones. La energía que invadió esta experiencia fue tan clara y poderosa que confió en lo que le dijeron y siguió las instrucciones, la energía lo guio a través de esa primera experiencia de iniciación.

El fuego sagrado, es un sistema potente y suave a la vez, que proporciona purificación, sanación, fortalecimiento y guía. Funciona continuamente, y sana espontáneamente las cuestiones de la vida que vayan surgiendo. Sana profunda, rápidamente y sin sufrimiento el plano emocional, físico, mental y espiritual.

La Iniciación de Fuego Sagrado o Semilla de Dios es una innovadora herramienta de sanación con la que la persona realiza un cambio en el transcurso de muy pocos días, descubriendo su propio poder interior que no es otro que el poder de la luz del alma.

Es volver a rescatar la consciencia de un ser divino en un cuerpo físico viviendo una experiencia humana.

Historia del Reiki

MIKAO USUI:

Nació el 15 de agosto de 1865 en la aldea de Yao en el distrito de Yamagata, en una familia de samurai-hatamoto un alto nivel dentro de la jerarquía de los Samurai. Alrededor de Mikao Usui, y sus enseñanzas existen muchas teorías e historias, algunas de las cuales no se ajustan completamente a la realidad, o arrojan datos erróneos sobre la biografía del maestro, debido a que su familia no da información sobre él y sus alumnos ya no viven.



Además, Reiki sufrió grandes cambios al ingresar en el mundo occidental.

El Maestro de Reiki Frank Arjava Petter, logró acercarse a la verdadera historia del Maestro Mikao Usui y la plasmó en su libro “esto es Reiki”.

Cuentan que tras la ruina de un negocio Mikao Usui sufrió una crisis de identidad y decide tomarse un tiempo de reflexión, y se interna en un templo Zen en Kyoto, durante 3 años. Al no haber logrado la iluminación decide subir a la montaña Kurama para realizar una meditación prolongada en ayunas durante 21 días.

Cuenta la leyenda que nada ocurrió hasta el amanecer del último día donde vió aparecer en el horizonte una poderosa luz que golpeó su cabeza, luego aparecieron unos símbolos que debió aprender. Esto es lo que se conoce como “Satory”(iluminación), y desde ese momento se despertaron los dones de la sanación y además, encontró un método eficaz para sintonizar a las personas para que pudiesen ser canales de sanación.

Ese año de 1922 fundó la escuela “Usui Reiki Ryoho Gakkai” o “Asociación de Método de Curación de la Energía Espiritual Usui para la mejora del Cuerpo y el Espíritu”.

En 1923 hubo un terremoto en la ciudad de Tokio y miles de personas murieron, quedaron heridas y enfermaron. Usui y sus estudiantes ayudaron a los sobrevivientes.

Usui difundió esta técnica a todas las personas que querían aprender y antes de fallecer 4 años después de su iluminación, inició a unas 2000 personas en reiki y a unos 17 o 18 en maestría, era su deseo de que todo el mundo tuviera el acceso al Reiki. En 1927 los estudiantes de Usui erigieron un monumento a su memoria ubicado en la tumba del templo Saihoji en Tokio.

Usui sensei se destacaba por ser una persona cariñosa y sencilla y nunca alardeaba de sus dones, siempre exhibía su sonrisa en los labios. Tenían conocimientos en psicología, medicina, conjuros, fisionomía, adivinación y teología. Muere a los 62 años por un coágulo cerebral, el 9 de marzo de 1926 en Fukuyama.

DR. CHUJIRO HAYASHI



Nació en Japón en 1880 (Tokio) y murió en 1940. Estudió medicina y fue comandante de la Armada Imperial Japonesa. Discípulo cercano de Usui, fue quien sistematizó el método y creó las posiciones de las manos.

Debido a su formación como médico Hayashi fundó la primera clínica de Reiki en Tokio, cerca del palacio imperial llamada “hayashi reiki kenkyu kai” así, empezó a impartir la sanación Reiki combinada con sus conocimientos médicos introduciendo algunos cambios al método original, como por ejemplo el uso de camillas para hacer los tratamientos.

Hayashi no recibió apoyo financiero del Gobierno para su clínica; no obstante, consiguió mantenerla durante más de veinte años gracias a la ayuda de quienes podían pagar sus tratamientos y gracias también, a los excelentes resultados que obtenía y conservo detallados comprobantes de los tratamientos, por medio de lo cual demostró que la energía Reiki encuentra la fuente de los síntomas físicos y revitaliza el cuerpo en su totalidad.

Esas informaciones fueron utilizadas por él para replantear las posiciones de la aplicación y sistematizar los niveles de Reiki.

A esta técnica le puso el nombre de Usui Reiki.

Tras la contribución del doctor Hayashi, el Reiki quedó estructurado, permitiendo que todas las personas de este planeta puedan utilizarlo sin conocimientos especiales previos.

Sabemos que Hayashi era un hombre práctico y con bastante criterio, que trabajó mucho en su clínica, haciéndola famosa y próspera, hasta el punto de que fuera visitada por el propio emperador japonés.

Hayashi difundió Reiki por todo Japón, enseñando no solo a hombres sino también, a numerosas mujeres, entre ellas a su esposa, quien continuó enseñando Reiki tras la muerte de Hayashi, siguiendo las directrices marcadas por su esposo. Sin embargo, es la figura de la señora Takata quien impulsa el Reiki fuera de Japón.

Hay muchas historias alrededor de la muerte del Dr. Hayashi, pero se desconoce realmente que fue lo que sucedió.



SRA. HAWAYO TAKATA:

Nació en Hawai en 1900 y muere en 1980.

Hawayo Takata, hija de japoneses, enferma de gravedad y le sugieren visitar la clinica del dr. Hayashi, donde comienza un tratamiento y despues de 4 meses estaba completamente curada, por lo que decidió aprender Reiki de la mano del doctor hayashi.



Takata hizo mucho servicio de sanacion en Hawai solo con el nivel 1, pasado un tiempo, recibió al al dr hayashi quien la inicio en nivel 2 y para antes de la segunda guerra mundial, fue iniciada como maestra por el Dr. Hayashi. (1938)

Takata comienza a enseñar Reiki por todo Estados Unido y sus estudiantes comenzaron a difundir Reiki en el mundo. La Sra. Takata fundó dos clínicas en Hawai, formó 22 maestros, entre ellos a su nieta Pryllis Lei Furumoto.

PHYLLIS LEI FURUMOTO:



Nieta de la señora Takata, creció en el oeste de los Estados Unidos. Fue iniciada en Reiki a una edad temprana. Su viaje consciente con el sistema Reiki Usui Shiki Ryoho, comenzó muchos años más tarde.

Después de estudiar la psicología en la universidad, Phyllis trabajó en un hospital psiquiátrico y más adelante como administradora de la universidad.

A la edad de treinta años, ella decidió dedicar su vida a un propósito significativo y aceptó una invitación de viajar y de trabajar con su abuela.

La iniciaron como maestra en abril de 1979. El año y medio siguiente Phyllis siguió estudiando con su abuela. Phyllis comenzó a dar primer y segundo nivel, entrenando también a los maestros y dando iniciaciones.

Después de muerte de señora Takata en el año 80, Phyllis fue reconocida por el grupo principal de la comunidad Reiki como su sucesora y Gran maestra en el linaje hacia occidente.

Phyllis buscó la manera de integrar a los maestros para que se ayudaran y compartieran a través de la "Alianza de Reiki", fundada en 1983. Sus raíces del japonés y educación occidental combinan para darle la integración necesaria y tender un puente sobre un arte curativo del este en el contexto de una cultura occidental. Ella es fiel a las enseñanzas de su abuela, y al mismo tiempo flexible con las necesidades de la comunidad de Reiki cada vez mayor del mundo. Phyllis muere el 31 de marzo 2019.

WILLIAM LEE RAND:

William recibió Reiki I en 1981 y Reiki II en 1982 de Bethel Phaigh, quien recibió su formación de la maestra Takata. En 1989 recibió la formación magistral de Diane McCumber y Marlene Schilke y en 1991 de Leah Smith.



En 2002, recibió la formación magistral en Gendai Reiki de Hiroshi Doi y también en 2002 el entrenamiento de Komyo Reiki de Hyakuten Inamoto. En 2001 tomó Reiki I&II de la Sra. Yamaguchi y su hijo Tadao en Kyoto, Japón. William ha enseñado Reiki a tiempo completo desde 1989 en los EE. UU. y en países de todo el mundo. También es autor de Reiki para un nuevo milenio y también es coautor de El espíritu del Reiki con Arjava Petter y Walter Lubeck. En 1989 desarrolló el estilo Usui / Tibetano de Reiki, en 1994-95, desarrolló Karuna Reiki® y en 2014 introdujo Holy Fire Reiki.

Es fundador y presidente del Center for Reiki Training, Reiki Membership Association y el Centro de Investigación de Reiki, es editor de la Revista Reiki News.

El estilo Usui / Holy Fire de Reiki que enseña es una combinación de los métodos Usui / Takata y Holy Fire Reiki.

Entrevista a Mikao Usui

Las siguientes preguntas sobre Reiki fueron respondidas por el propio Dr. Usui. No se mencionaron la fecha exacta ni el nombre del interlocutor. Según la fecha citada en el texto, sabemos que debe de haber sido entre 1922 y el año de la muerte del Dr. Usui en 1926. Dado que el texto original tiene una antigüedad de 75 años y fue escrito en japonés antiguo, tuvimos que hacer unas pequeñas modificaciones para que el texto fuese fácilmente comprensible. *Tomado del libro "Esto es Reiki" de Frank Arjava.*

1. ¿Por qué enseñó este método (Reiki) públicamente?

Desde tiempos inmemoriales, a menudo ha sucedido que alguien haya encontrado una ley original, secreta, y la haya guardado para sí mismo o la haya compartido apenas con sus descendientes. Este secreto era entonces usado como un seguro de vida para esos descendientes. (Aquí, descendientes significa no sólo la propia familia sino también los propios alumnos). El secreto no es compartido con extraños. Sin embargo, ésta es una costumbre vetusta del siglo pasado (y por lo tanto resulta anticuada). En tiempos como éstos, la felicidad de la humanidad se basa en trabajar juntos y en el anhelo del progreso social. ¡Es por esto que jamás permitiré que alguien lo posea (Reiki) sólo para sí mismo! Nuestro Reiki Ryoho es algo absolutamente original y no puede compararse con cualquier otro sendero (espiritual) del mundo. Es por ello que me gustaría hacer que éste método sea (libremente) accesible al público para el bienestar de la humanidad.

Cada uno de nosotros tiene el potencial del ser concedido por lo divino, lo que da como resultado la unificación del cuerpo y alma. De esta manera (con Reiki), muchísima más gente experimentará la bendición de lo divino. Primero de todo, nuestro Reiki Ryoho es una terapia original, construida sobre la potencia espiritual del universo. A través de él, primero se vuelve saludable al ser humano y luego se incrementan la paz mental y la alegría de vivir.

Hoy necesitamos la mejora y la reestructuración de nuestras vidas a fin de poder librar a nuestros semejantes de la enfermedad y del sufrimiento emocional. Es por ello que me atrevo a enseñar libremente este método en público.

2. ¿Qué es Usui Reiki Ryoho?

Con agradecimiento recibimos y vivimos según los principios escritos por el Emperador Meiji. A fin de alcanzar el sendero (espiritual) apropiado para la humanidad, debemos vivir de acuerdo con esos principios. *Esto significa que debemos aprender a perfeccionar nuestro cuerpo y espíritu* con la práctica.* Para hacer tal cosa, primero debemos sanar al espíritu, posteriormente, hacemos que el cuerpo se vuelva saludable. cuando nuestra mente se halle en la sana senda de la honestidad y la serenidad, el cuerpo se tornará completamente sano por su cuenta. Así la mente y el cuerpo son uno, y vivimos nuestra vida con paz y alegría. Nos sanamos a nosotros mismos y sanamos los males de otros, intensificando e incrementando nuestra propia felicidad en la vida, así como la de los demás. Esta es la meta del Usui Reiki Ryoho.

3. ¿El Usui Reiki Ryoho es lo mismo que la hipnoterapia, el kiai jutsu (concentrar “ki” en el abdomen y dejarlo salir con un grito) o el shinko ryoho (terapia religiosa) y cosas así? ¿Es una forma similar de terapia con un nombre diferente?

No, no. No es similar a las formas de terapia descritas antes. Al culminar muchos años de duro entrenamiento, encontré un secreto espiritual: Esto (Reiki) es un método para liberar al cuerpo y a la mente.

4. ¿Se trata (Reiki) de un shinrei ryoho (método psíquico o espiritual de sanación)?

Correcto; podemos llamarlo shinrei ryoho. Sin embargo, también sería posible denominarlo terapia psíquica, dado que la energía y la luz son irradiadas desde todas las partes del cuerpo de la persona que está dando el tratamiento.

La energía y la luz se irradian principalmente desde los ojos, la boca y las manos de quien brinda el tratamiento, que o fija sus ojos dos o tres minutos en las partes afectadas del cuerpo, sopla sobre ellas, o gentilmente las masajea.

Los dolores de dientes, de cabeza, de estómago, la inflamación del pecho, dolores nerviosos, golpes, cortes, quemaduras y cosas así simplemente se sanan. No obstante las enfermedades crónicas no se tratan fácilmente, pero el hecho es que hasta un solo tratamiento de una enfermedad crónica muestra un efecto (positivo).

Me pregunto cómo puede explicarse éste fenómeno en el sentido de la ciencia médica. Bien, la realidad es siempre más impresionante de lo que la ficción logra ser. Si usted ve los resultados (que brinda un tratamiento Reiki), tendrá que coincidir conmigo. Incluso alguien que no quiera creerlo no puede negar la realidad (el resultado, la verdad).

5. ¿Es necesario creer en el Usui Reiki Ryoho) para que se produzca la sanación? No, puesto que (el Usui Reiki Ryoho) es diferente de otros métodos psíquicos de sanación, psicoterapia, e hipnoterapia. El consentimiento y la fe no son necesarios puesto que (Reiki) no trabaja con la sugestión. No hay diferencia si la persona es cerrada y desconfía o si rehúsa a creer en ello. Por ejemplo, funciona tanto con niños pequeños como con gente que está seriamente enferma o inconsciente. De cada diez personas, tal vez una de ellas traerá confianza (sobre el éxito de la sanación) con ella el primer tratamiento. Después de su primer tratamiento, la mayoría de la gente siente el efecto (positivo) y la confianza crece (por su cuenta).

6. ¿Qué desórdenes de la salud pueden sanarse con la ayuda del Usui Reiki Ryoho? Todas las enfermedades, ya sean causadas por factores psicológicos o físicos pueden sanarse con el Usui Reiki Ryoho.

7. ¿El Usui Reiki Ryoho sana solamente enfermedades? No, no sana solamente enfermedades del cuerpo físico. También puede sanar malos hábitos y desórdenes psicológicos como la desesperación, la debilidad (en el sentido de la debilidad de carácter), la cobardía, la dificultad para tomar decisiones, y el nerviosismo. Con esto (la energía Reiki), el espíritu (kokoro) asume la semejanza de Dios o de Buda y desarrollamos en la vida la meta de sanar a nuestros semejantes. Esto (a través de la similaridad con Buda) es el modo de alcanzar nuestra felicidad y la del prójimo.

8. ¿Cómo sana el Usui Reiki Ryoho? No fui iniciado en este método por alguien del universo. Tampoco tuve que hacer algún esfuerzo para alcanzar poderes sanadores supranormales. Mientras ayunaba, toqué una energía intensa y, de manera misteriosa fui inspirado (recibí la energía Reiki).

Simultáneamente se volvió claro que se me había concedido el arte espiritual de la sanación. Aunque soy fundador de este método me resulta difícil explicarlo todo con mayor precisión. Los médicos y los eruditos investigan (este campo) apasionadamente, pero ha sido difícil (hasta ahora) llegar a una conclusión basada en la ciencia médica, llegará un tiempo en que esto (Reiki) se encontrará con la ciencia.

9. ¿El Usui Reiki Ryoho utiliza medicamentos? ¿Y hay algún tipo de efectos colaterales? No utiliza medicamentos ni instrumentos. Usa solamente, el mirar, el soplar, el golpetear, el ligar (luz), y el tocar (las partes afectadas del cuerpo). Esto es lo que sana los males.

10. ¿Para utilizar el Usui Reiki Ryoho una persona necesita conocimientos médicos? Nuestro ryoho (método de sanación) es un método espiritual que va más allá de la ciencia médica. Por lo tanto no se basa en ella. Cuando uno observa, sopla, toca o golpetea la parte afectada del cuerpo, alcanza la meta deseada. Por ejemplo, se toca la cabeza cuando se quiere tratar el cerebro, el abdomen cuando se procura tratar el abdomen, y los ojos para los ojos. No se ingieren remedios amargos ni se aplica la moxibustión caliente, y se recupera la salud en poco tiempo. Por ello este reiho (método espiritual) es nuestra creación original.

11. ¿Cómo ven esto (el Usui Reiki Ryoho) los renombrados médicos? Las educadas autoridades en este campo parecen ser (en la evaluación del Usui Reiki Ryoho) bastante justas. (En estos días) conocidos médicos europeos critican mucho la prescripción (persistente) de medicamentos. Por otro lado, el Dr. Sen Nagai de la Universidad Médica Teikoku dijo: “los médicos sabemos cómo diagnosticar una enfermedad, registrarla empíricamente y comprenderla, pero no sabemos cómo

tratarla.” (Otro médico) el Dr.Kondo dijo: “es muy arrogante decir que la medicina ha hecho tremendos avances, dado que la medicina moderna desatiende el equilibrio espiritual (del consultante). Esta es una gran desventaja.”El Dr. Sakae Hara dijo: “es una impertinencia tratar a un ser humano, que posee sabiduría espiritual como a un animal. Creo que en el futuro, podemos contar con una gran revolución en el campo de la terapia.” El Dr. Rokura Kuga dijo: “es un hecho que los no médicos (terapeutas) han desarrollado una serie de terapias como la psicoterapia con un elevado grado de éxito que no ha sido siquiera logrado en las facultades de medicina porque estas terapias incluyen el carácter, los síntomas personales del consultante, y muchos métodos distintos (de sanación) en sus tratamientos. Si ellos (como médicos vinculados a la facultad de Medicina) rechazan ciegamente a los terapeutas y a los psicoterapeutas (que no están vinculados) y tratan de bloquearlos en su trabajo, esto sería algo de gran estrechez mental.” Hay médicos y farmacéuticos que a menudo entienden esto y acuden para ser iniciados (por mí, por nosotros, en Reiki).

12.¿Qué piensa el gobierno sobre ello (el Usui Reiki Ryoho)?

El 6 de febrero del undécimo año del periodo Taisho (1922), el representante Teishi Matsushita planteó la siguiente pregunta durante la reunión del Parlamento Federal sobre el presupuesto:

“¿Cuál es la posición del gobierno sobre los terapeutas que actualmente practican la psicoterapia y la terapia espiritual (como la del Usui Reiki Ryoho) sin una licencia de médico?

El señor Ushio, del comité gubernamental respondió como sigue: “La hipnoterapia y afines (formas terapéuticas similares) fueron juzgadas como malas formas de terapia hace mas de diez años, pero hoy han sido mejor investigadas y también efectivamente aplicadas en la psiquiatría. Es difícil tratar de

resolver con medicamentos todo lo referido al ser humano. A fin de curar la enfermedad, los doctores siguen ciertas sendas, basadas en principios médicos. El uso del toque y de la electroterapia para combatir la enfermedad no son componentes de los métodos curadores de la facultad de Medicina.” Por ese motivo, el Usui Reiki Ryoho no está sujeto a las leyes que rigen las facultades médicas ni a las que se refieren a la acupuntura y la moxibustión.

13. En este tipo de terapia, las capacidades sanadoras espirituales se presentan ciertamente en personas que se han desarrollado espiritualmente desde el momento de su nacimiento. No creo que esto pueda aprenderlo cualquiera.

¿No le parece? No, no. Todos los seres en los que se ha manifestado el aliento de la vida han recibido, como capacidad espiritual el don de sanar. Esto mismo se aplica a las plantas, los animales, los peces y los insectos. Pero los seres humanos, que representan el punto culminante de la Creación, poseen el mayor poder. El Usui Reiki Ryoho apareció en el mundo a fin de hacer que esto (el potencial otorgado a los seres humanos en su sendero) sea útil.

14. ¿Cualquiera puede ser iniciado en el Usui Reiki Ryoho?

Naturalmente. Hombres y mujeres, ancianos y jóvenes, médicos y personas no educadas que viven según principios morales pueden, por cierto, aprender en poco tiempo a sanarse a sí mismos, así como a nosotros. Hasta la fecha, he iniciado a mil y varios cientos de personas y ningún individuo falló en experimentar el resultado deseado. Cualquiera hasta quien solo ha aprendido Shoden (el Primer Nivel) ha recibido aparentemente la capacidad de sanar enfermedades. Si lo pensamos, es bastante extraño que podamos aprender a sanar enfermedades en tan breve plazo, aunque (en el mundo) se trata de la cosa más difícil para los seres humanos. Hasta yo mismo

lo encuentro sorprendente. Esta es la característica de nuestro método espiritual de sanación: que podamos aprender algo tan difícil de manera tan sencilla.

15. Con esto (el Usui Reiki Ryoho), otra gente puede ser sanada. ¿Qué pasa con uno mismo? ¿Puede una persona sanar sus propios desórdenes? Si no pudiésemos sanar nuestras propias enfermedades, ¿Cómo podríamos sanar a los demás?

16. ¿Qué debe hacerse para aprender (el Segundo Nivel) Okuden? Okuden consiste en un número de métodos (sanadores): Hasureiho, ligazón (de luz), presión con las manos, sanación a distancia, sanación de hábitos (sanación mental) y cosas así. Primero se aprende Shoden y cuando le traes (a mí, al maestro) buenos resultados, y te comportas adecuadamente, honesta y moralmente, y con entusiasmo (sobre el Reiki), entonces eres iniciado (por mí, por nosotros, en Okuden).

17. ¿Hay algo más (para aprender) en el Reiki Ryoho que Okuden? Está (todavía) Shimpiden (el nivel más elevado).

La entrevista concluye aquí. “Reiki. El legado del Dr. Usui”, F. Arjava Petter, Uriel Ediciones.

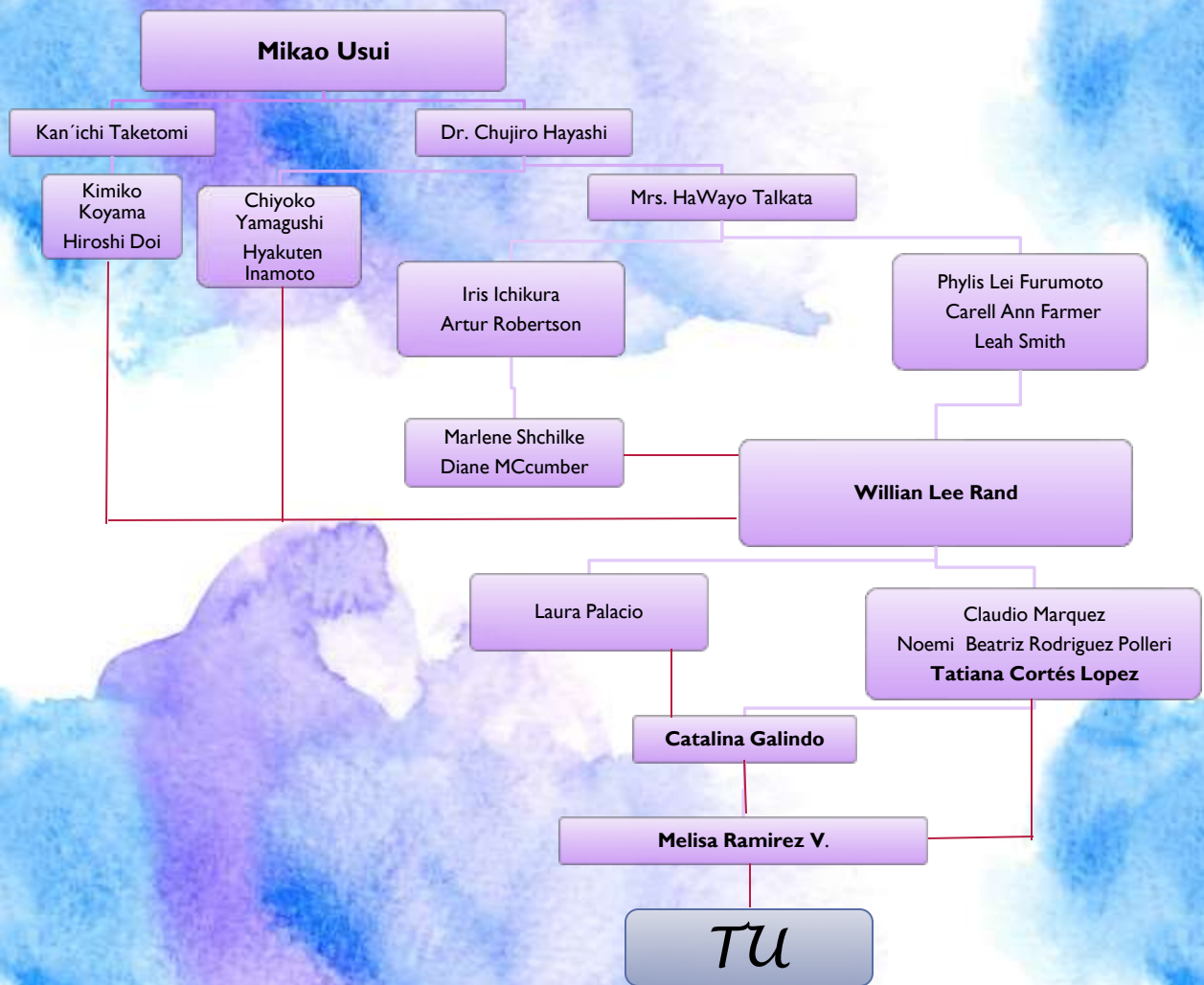
Líndice Reiki

En este camino, la sabiduría del reiki va pasando de maestro a maestro, y el linaje nos otorga el respaldo, transparencia y solidez en los conocimientos adquiridos.

Es muy importante conocer de tu maestro el linaje, para así conocer el que será el tuyo.

Debido a que reiki es un sistema iniciático, necesitas que un maestro de inicie para ser un canal de Reiki, la iniciación es como transmitir una semilla energética. Cuanto más cerca de la raíz (Mikao Usui) se esté, mas pura será la semilla, eso si, cultivar esa semilla cada día es nuestra responsabilidad.

“El arte del reiki es la medicina que necesita el mundo enfermo. El reiki nos enseña a volver a la fente y nos ayuda a dejar atrás el egoismo, la mezquindad, la ira, la confusión y los miedos”



KANJI REIKI

La palabra Reiki es un término que se escribe con dos caracteres japoneses o

KANJI:



Estilo Antiguo



Estilo Moderno



REI: literalmente significa espiritual o sagrado, pero suele llamarse “fuego universal”. Es la energía del espíritu, la que sostiene el alma y es alimentado por la energía del universo, la fuerza vital universal (o divina) e ilimitada.

KI: significa energía o soplo vital. Energía física, la que sostiene nuestro cuerpo físico y que es alimentado por la comida y respiración. Fluye a través de todos los seres vivos.

Sensei Mikao Usui expresaba el término Reiki como la “energía espiritual” o la “energía del alma”, pero hoy en día también puede definirse como “energía vital universal” o “un soplo proveniente del fuego universal”.

Colores y Símbolo del Reiki:

Es posible que algunas personas asocien, perciban, sientan el reiki en color verde, el color de la sanación y asociado a nuestro chakra corazón.

Y el símbolo con el que se asocia es el Bambú, se asocia a la paciencia, después de sembrado no crece hasta que pasen 7 años, esto es muy importante en el budismo ya que primero es importante alimentar y fortalecer las raíces para poderse expandir, de la misma manera que debemos aplicar el reiki en nosotros.

Beneficios del Reiki

“Reiki produce reducción de la ansiedad, la tensión muscular, el dolor, acelera la cicatrización y proporciona bienestar. Es beneficioso durante la enfermedad, después de las intervenciones, en el pre y postoperatorio, así como aumentar el estado de salud.

¿Cómo funciona la sanación a distancia o Reiki a distancia?

El Reiki a distancia es igual a Reiki presencial, porque actúa a nivel energético y la energía no tiene límites y llega al lugar que se requiera. La mayoría de mis terapias son a distancias y los resultados son los mismos. En este tema es muy importante la disposición del consultante y esta habilidad la empezarás a usar desde el nivel 2 en adelante.

¿Quiénes pueden recibir Reiki y cuándo es el mejor momento?

Reiki es para todos, humanos, animales de compañía, plantas, cristales, alimentos, etc. No existe un momento adecuado recibir una terapia de Reiki, solo cuando lo sientas, yo por ejemplo me hago autoreiki la mayor cantidad de veces que pueda a la semana.

Reiki actúa en nuestro Todo, llegando al lugar que corresponda

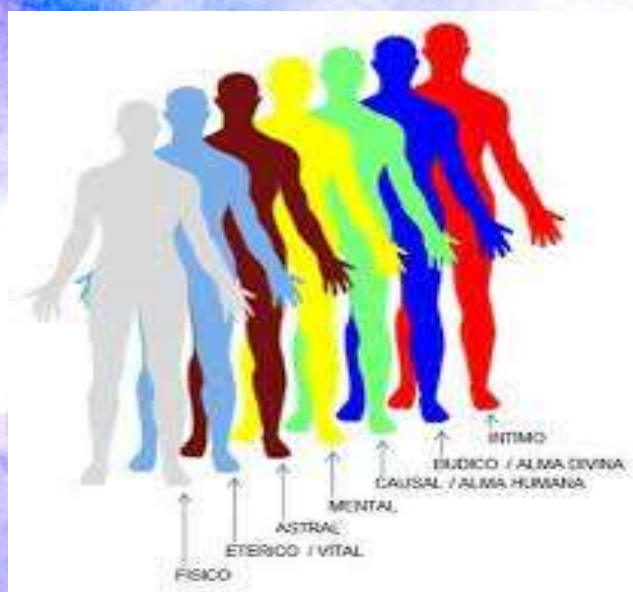
Somos seres holísticos compuestos de cuerpo, alma y mente; componentes unidos como un Todo, lo que significa que si una de las partes se enferma afecta al resto.

El nuevo paradigma de la medicina define que la enfermedad es multifactorial, paradigma que centra sus fundamentos en la Nueva Medicina Germánica descubierta por el Dr. Hammer

mediante su propia historia de vida; de esta nueva medicina se deriva la Biodescodificación que demuestra que detrás de toda enfermedad hay emociones reprimidas, vividas en soledad, que han impactado al cerebro y éste a un órgano vinculado con la emoción afectada. Aunado a este gran descubrimiento y las nuevas ciencias, se concreta que “la enfermedad” es un conflicto emocional interno no resuelto, el alma lo evidencia a través del cuerpo para que nos hagamos consciente de que hay emociones atrapadas que trabajar y sanar.

Cabe referir que no somos un simple cuerpo, tenemos 7 cuerpos en total, 3 inferiores (físico, emocional, mental); y 4 cuerpos superiores (astral, del patrón etéreo, Cuerpo celestial, Patrón cetérico). Si el cuerpo mental (la mente) se enferma, descompone al resto, de ahí la gran importancia de cambiar la forma negativa de pensar y hablar; igualmente debemos trabajar las emociones ya que el reprimir o no gestionarlas adecuadamente lo que hacemos es bloquear la energía vital y eso nos conduce a lo que conocemos llamamos enfermedad.

Reiki actúa sobre todos estos cuerpos.



¿PARA QUÉ SE PUEDE UTILIZAR REIKI?

- Desbloquear la energía vital.
- Liberar emociones reprimidas.
- Aumentar nuestro nivel energético, proporcionándonos vitalidad física y anímica.
- Provoca un estado de relajación muy agradable, reduciendo o eliminando la ansiedad.
- Aliviar el sufrimiento físico, mental, emocional o espiritual.
- Ayuda a eliminar el estrés diario.
- Aliviar migrañas, depresión, dolores menstruales y estreñimiento.
- Ayuda a limpiar el organismo y la mente de toxinas.
- Facilita el sueño.
- Sirve para tratar migraña.
- Alivia dolores la ansiedad confusión y depresión durante una crisis nerviosa.
- Disminuye los estados de desesperación, confusión.
- Reduce los sentimientos de culpa y los resentimientos los deseos de venganza, los miedos y la autocrítica.
- Ayuda a la concentración para recordar sueños clarificar pensamientos e ideas para la creatividad productividad comprensión y relajación.

- Aumenta la confianza en sí mismo.
- Sirve como un excelente complemento para personas que están preparando para la intervención quirúrgica o están en un proceso de recuperación.
- Ayuda al cuerpo a restablecerse y por lo tanto reduce los efectos secundarios de muchas medicinas y tratamientos abre el espíritu de la compasión el amor la confianza la paz y la energía no tiene contraindicaciones ni puede haberse una sobredosis ocasionalmente el primer contacto con la energía puede ser abrumador, pero nunca hace daño depende mucho la condición de los consultantes.

Crisis de Sanación o Crisis Curativa

Cuando estamos en procesos de sanación interior, este genera en nuestro cuerpo una reacción física que algunas personas podemos sentir y otras no sentimos. Es normal y hace parte del proceso y puede durar 2 o 3 días después de la terapia de Reiki (en mis consultantes ha durado un día completo). Algunos síntomas son:

- Sueño.
- Cansancio.
- Dolor de cabeza.
- Mareo.
- Erupciones en la piel.

- Náuseas o vómito.
- Dolores en las articulaciones.
- Calambres musculares.
- Irritabilidad.
- Depresión.
- Diarrea y estreñimiento.
- Insomnio o sensación de somnolencia.
- Sofocos y sudores nocturnos.
- Mareo.
- Fiebre.
- Dolor de garganta o resfriado.
- Falta de apetito.
- Aumento de orina.
- Excesiva sensibilidad.
- La recurrencia de antiguos dolores.

Durante una crisis curativa podemos seguir estos consejos que nos ayudarán a eliminar las toxinas más rápidamente:

- Beber agua.
- En caso de fatiga o sueño descansar el tiempo que sea necesario.
- Un buen masaje puede aliviar la sensación de malestar.
- Comer con moderación.

Nota: si la crisis continúa durante mucho tiempo consulte su médico.

Características Generales del Reiki

- Se canaliza la energía después de recibir la iniciación.
- La iniciación la realiza de profesor a alumno, porque en ella se recibe el linaje.
- La energía va donde la persona lo necesita.
- La energía no causa daño. No se utiliza la energía personal, no se contamina al terapeuta ni al consultante.
- La energía Reiki es protección.

El Gokai: Reglas De La Conducta REIKI

Gokai son las reglas de conducta o los cinco principios de Reiki, basados en las enseñanzas del emperador Meiji. El maestro Usui dijo:

“por las mañanas y por las noches siéntate en posición gassho y repite estas palabras en alto y en tu corazón”

Preferiblemente como mantras en su idioma original. Ayudan a mejorar el cuerpo y el alma con el fin de alcanzar la felicidad.

Es importante conectarnos con ellas antes de iniciar una sesión de reiki.

招福の秘法
萬病の靈藥
今日又は怒るな
心配すな感謝して
業をけめ人に親切に
朝夕合掌と心に念じ
口に唱へよ
心身白井靈氣療法
肇祖
白井蘆男

KYO DAKE A, I KARUNA
KIOÓ DAKE WA I KÁ RUNA
SOLO POR HOY NO TE ENOJES

KYO DAKE WA,
SHINPAI SUNA
KIOÓ DAKE WA
SHIN PÁI SU NÁ
SOLO POR HOY NO TE PREOCUPES

KYO DAKE WA,
KANSHA SHITE
KIOÓ DAKE WA
KAN SHA SI TÉ
SOLO POR HOY SE AGRADECIDO

KYO DAKE WA,
GYO-O HAGEME
KIOÓ DAKE WA
YIO HA GUE MÉ
SOLO POR HOY SE HONESTO CON
TU TRABAJO

KYO DAKE WA,
HITO NI SHINSETSU NI
KIOÓ DAKE WA
HI TO NI XIN SET SUNÍ
SE AMABLE CON LOS DEMÁS

KYO DAKE WA - SÓLO POR HOY:

Nos invita a ser consciente del aquí y del ahora, nos damos cuenta que se abre la posibilidad del cambio, nos indica que es camino que se va construyendo y renovando día a día. El “hoy” es una colección de momentos. Los Principios de Reiki nos enseñan a vivir plenamente cada uno de todos los momentos de todos los días.

IKARU NA- NO TE ENOJES:

El odio o enfado es una de las perturbaciones mentales más comunes y destructivas que nos afecta casi todos los días. Es importante reconocer la verdadera causa de nuestra infelicidad. Controlar el enfado no es lo mismo que reprimirlo.

Esto último lo hacemos cuando ya domina nuestra mente, aunque no lo reconozcamos. Pretendemos no estar enfadados y controlamos nuestras acciones, pero no el odio propiamente dicho, esto es peligroso porque el enfado continuará creciendo en nuestra mente hasta que un día termine desbordándose.

En cambio, cuando controlamos el enfado, sabemos lo que está ocurriendo en nuestra mente. Somos conscientes de cómo surge y de que si dejamos que siga aumentando, nos causará enorme sufrimiento, y tomamos la decisión de responder de manera más constructiva.

SHINPAI SUNA- NO TE PREOCUPES:

pre-ocupación es ocuparse antes de tiempo, es anticipar mentalmente los efectos desastrosos que a lo mejor nunca sucederán. Es un tormento mental. Es angustia. Hay que ocuparse en llevar una vida equilibrada y confiar en que el universo soluciona todos nuestros problemas.

Existe un viejo proverbio chino que dice:

“Si un problema tiene solución, ¿Por qué te preocupas? Y si no tiene solución ¿Por qué te preocupas?”.

La preocupación no resuelve el problema, solo altera las emociones interrumpiendo la claridad mental para poder llegar a la solución.

KAN SHA SHITE- SÉ AGRADECIDO:

La gratitud nace de mi interior, de valorar todo aquello que somos, tenemos y recibimos diariamente, desde aquello que parece insignificante hasta lo que parece un milagro. Dar las gracias es una palabra mágica. Es el antídoto de la preocupación y el enfado. Cada vez que lleguen estas emociones tóxicas recordaremos todo lo que la vida nos da: el oxígeno para respirar, el alimento, el vestido y todas las cosas que incondicionalmente nos da y benefician nuestra vida. La gratitud nos ayuda a vencer el desánimo que nos lleva a sentirnos hundidos y fracasados.

GYÔ-O HAGEME - TRABAJA DURO:

Este principio hace referencia a cumplir con nuestras obligaciones y dar siempre el 100% de nosotros. Tus deberes, tus responsabilidades y sobre todo la misión en la vida que cada uno tenemos.

Nadie hará tu trabajo por ti. Nadie puede hacerlo sino tú mismo. Tú eres el responsable de tu vida, todo lo que sucede está relacionado con tu aprendizaje y tu deber y responsabilidad es reconocerlo.

HITO NI SHINSHETSU NI - SÉ AMABLE CON LOS DEMÁS:

Se puede traducir también como Compasión que es la capacidad que tiene el ser humano de ayudar a sus semejantes. El simple acto de ofrecer Reiki es compasión y esta misma fuerza guiará a quien la recibe a compartirla con los demás.

Curiosamente “amable” viene del latín “amabilis” que significa “afable, complaciente, afectuoso”, pero también significa “digno de ser amado”. En otras palabras, ser amables es estar cada vez más receptivo al amor. Este principio también suele traducirse como “Honra a tus padres, maestros y mayores”, ya que para la cultura oriental el respeto hacia ellos es primordial, pro ser fuente de sabiduría.

REIJU

REIJU literalmente significa ofrecer el alma, también se traduce como recibir un regalo espiritual, dar energía o canalizar energía (sin usar la propia energía vital).

El Maestro Usui desarrolló Reiju para transmitir la energía Reiki. Reiju es conocido en Occidente como sintonización o iniciación³

Es una ceremonia solemne, en cual el maestro transmite la energía Reiki personalmente, a través de sus manos y de su aura, canalizando la energía universal.

Es necesario estar presente ambos para la Reiju y que las auras se unan, transmitiendo así el linaje de tu maestro y parte del aura del maestro, se podría decir, que sería "su hijo, en Reiki".

Reiju abre un camino de Reiki para el principiante; también se utiliza como una técnica para mejorar el flujo de energía Reiki para los que ya se han iniciados. Es una forma en que se puede amplificar la energía Reiki.

NIVELES DE REIKI

El sistema de Reiki está compuesto por dos Niveles practicantes, uno de Maestría Personal y uno de Maestría Docente, algunas otras escuelas de Reiki ofrecen dos niveles y luego la Maestría.

NIVEL I o Físico: Shoden. El Despertar

Este nivel corresponde a nuestro proceso de autodescubrimiento, y el que recibe el alineamiento empieza a tomar consciencia de su realidad espiritual. En este nivel se aprecia el regalo que es tener un cuerpo físico para realizar la tarea del alma. Se aprende la transmisión de energía, dejando que fluya por sí sola, por contacto entre terapeuta y consultante. La formación básica que se recibe en este nivel es el entendimiento de la energía, el modo de contactarnos con la fuente para canalizar esa energía y su manejo terapéutico.

NIVEL II o Mental: Okuden. La Transformación

Este nivel actúa sobre la parte mental emocional. Se aprende a usar ciertos símbolos sagrados muy antiguos con su respectivo mantra, para así poder transmitir e irradiar mayor potencial energético, tanto en el tratamiento convencional, como a distancia, trascendiendo tiempo y espacio.

NIVEL III o Conciencia: Shinpiden. La realización

Grado de maestría personal. Trabaja sobre la parte espiritual. Es entregado un Símbolo Sagrado y su mantra correspondiente, potenciándose así el nivel de la energía.

NIVEL MAESTRIA DOCENTE:

El Reiki Master es aquel que ha dominado todos los niveles y está capacitado para enseñar Reiki a otras personas, practica los cinco principios Reiki y ha tomado la decisión de dedicar su vida al servicio de Reiki. Debe irradiar amor y simpatía, dejando a un lado el Ego.

OBSERVACIONES IMPORTANTES:

- Los canales de conexión logrados con la iniciación permanecen abiertos por el resto de la vida del Reikista, a pesar de que no se utilice la energía durante períodos prolongados. No hay necesidad de recibir otro alineamiento en el mismo nivel, pero puede hacerse.
- Al finalizar la iniciación, el nuevo Reikista debe pasar por un periodo de purificación y limpieza de 21 días, en los cuales deberá dar auto-tratamientos de Reiki en forma diaria. La persona puede sentir crisis curativa. Esta experiencia es temporal y varía según cada persona. Otros pasan 21 días de limpieza sin dolores o cualquier sentimiento extraño. Solo pasado este periodo podrá comenzar a dar Reiki a otras personas.
- Es importante que durante este tiempo tomes mucha agua, pues favorece a la eliminación de las toxinas. No es necesario hacer ningún tipo de dieta durante las semanas de purificación, aunque siempre se ha recomendado la moderación en el comer y beber alcohol.
- Es normal que después de una sintonización uno sienta de forma más consciente la energía en forma de cosquilleo, calor, frío, sudor, etc. También puede ocurrir que la energía sea percibida de forma distinta como por ejemplo a través de imágenes, colores, sonidos, olores, sensaciones, etc.

- Lleva un diario con el registro de las terapias que tengas, lo más importante es la experiencia de tus consultantes.
- Puede que aparezcan cambios en la percepción de la realidad o un aumento de la agudeza sensorial, así como el desarrollo de habilidades innatas que estaban dormidas.
- El que da Reiki no agota su energía, ya que es solo un canal.
- Cuando faltan órganos o miembros del cuerpo, se da Reiki como si tuviera completo, incluyendo prótesis.
- Es recomendable dejar un tiempo entre cada nivel debido a los profundos cambios que tendrán lugar a nivel físico, mental y espiritual. Este tiempo variará dependiendo de cada persona, sin embargo, se recomienda esperar mínimo 3 meses por cada nivel y hasta dos o tres años para ser maestro.
- Entre cada nivel se debe realizar el periodo de limpieza de 21 días, el tiempo que estuvo Mikao Usui en el Monte Karuma.

NORMAS Y CONDUCTAS REIKI

Las personas sintonizadas con Reiju acuerdan las siguientes normas:

- **Confidencialidad:** no se compartirá información sobre los consultantes con ninguna tercera persona.
- **Transparencia y honestidad:** estar dispuesto a explicar a los consultantes lo que se lleva a cabo en una sesión de Reiki.

Evitar el plagio de la información y comentarios falsos.

- **Soporte:** tener una relación amistosa y positiva hacia los consultantes, animándolos abiertamente a sanar.
- **Respeto e integridad:** respetar las creencias de cada persona. En lo posible no tener relaciones sexuales o románticas con los consultantes.
- **Honor:** honrar a todos los practicantes y profesores de Reiki, independientemente de la afiliación del linaje que posean o de la organización. Abstenerse de hacer declaraciones negativas sobre otros practicantes de Reiki o maestros.
- **Educación:** informar a los consultantes sobre la importancia de Reiki y explicar que es un complemento para sanar, pero no reemplaza ningún tratamiento de medicina tradicional.
- **Profesionalidad:** estar limpio y bien presentado, tener un espacio agradable para la terapia. Evitar el abuso de cualquier sustancia como alcohol, drogas y cigarrillo.
- **No- Interferencia:** nunca diagnostique condiciones médicas, psicológicas o recete medicamentos. **No prometa sanación.**

- Valores: dar Reiki a los consultantes con respeto, sin discriminar. Desarrollar las cualidades del amor, bondad, honestidad y verdad. Hablar desde el corazón.
- Prontitud: responder con prontitud y de manera constructiva a las preocupaciones, críticas y denuncias que se presenten.
- Vestimenta: vestir de manera profesional y cómoda. No se debe solicitar la consultante el retiro de su ropa a excepción del abrigo, calzado y accesorios que lo puedan lastimar.
- Desarrollos: participar de actualizaciones en sanación, reforzando los conocimientos y habilidades adquiridas.
- Aceptación e imparcialidad: No rechazar a un consultante en función de su sexo, raza, religión, estrato social, orientación sexual o creencias políticas. Sin embargo, si se puede hacer por razones de seguridad.
- Ganancias: se debe cobrar por cada sesión pero no debe mirarse como fuente de enriquecimiento, lo importante es ser un buen canal de sanación.
- Menores y discapacitados: en caso de dar Reiki a un menor de edad y los que no tienen la capacidad mental para decidir por sí mismos, se debe obtener un consentimiento de sus padres, tutor o médico.
- Gratitud: agradecer a los consultantes que han optado por esta terapia.

TERAPIA DE REIKI

Los pasos para realizar una terapia de Reiki son:

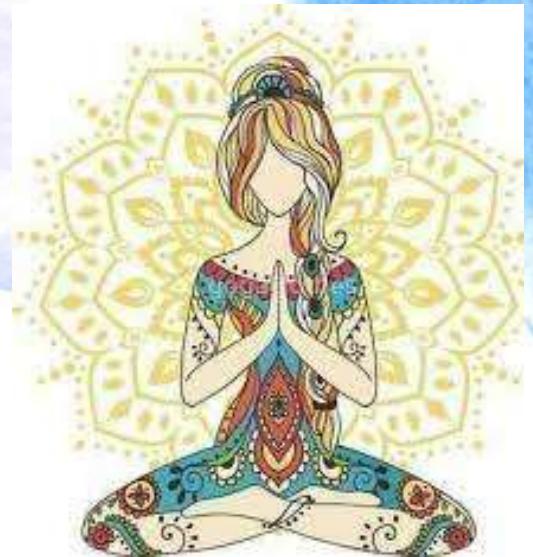
1. Limpiar el lugar: puedes utilizar incienso, salvia blanca, palo santo.
2. Enciente una vela: preferiblemente blanca pero sino la tienes no te preocupes, puedes usar de otro color. Recuerda ponerle una intención antes de presentar y que te sirva para iluminar el espacio y tenerla cerca.
3. Usa ropa cómoda que facilite el flujo de la energía, y preferiblemente que sea blanca.
4. Retírate joyas, reloj, zapatos (puedes quedarte con los cuarzos).
5. Lávate las manos (antes y después de finalizar)
6. Realiza unos ejercicios de respiración, centra tu mente (puedes ayudarte con mantras).
7. Repite los principios Reiki.
8. Realizar una Meditación en Gassho.
9. Realiza el baño Seco.
10. Realiza la ducha Reiki.
11. Pídele al consultante que se retire cualquier accesorio (puede quedarse con caurzós) y sus zapatos y que se acueste en la camilla.
12. Pide Asistencia.
13. Realizar la Apertura.

14. Realizar limpieza el aura.
15. Inicia el tratamiento completo.
16. Realizar la terminación de Reiki o Toque de nervio Ketsueki Joka-ho.
17. Cierre de campo áurico.
18. Cierre de tratamiento.
19. Agradecimiento.
20. Realiza el baño Seco.
21. Realiza la ducha Reiki.
22. Lavar manos.

MEDITACIÓN EN GASSHO

La primera técnica para fortalecer la percepción es una meditación con concentración en las manos para calmar la mente que significa dos manos unidas en oración.

Consiste en sentarse en una silla o en el suelo con la espalda lo más recta posible y juntar las manos delante del pecho, respirando con profundidad y dejando que fluyan los pensamientos sin apegarse a ellos, los codos no tocan el cuerpo, las manos se sostienen de tal forma que el aire espirado roce suavemente a la punta de los dedos.



En Reiki se emplea para empezar a terminar la mayoría de las técnicas como signo de respeto para el método, el consultante y toda la creación.

1. Calmar la mente y decir en silencio:

“Inicio meditación Gassho ahora”.

2. Mantener las manos en Gassho a una altura respiración.

3. Realizar meditación durante 20 o 30 minutos.

4. Dar las gracias y sacudir las manos.

KENYOKU-HO - BAÑO SECO

Este es un método que mejora y limpia el campo energético. Sirve para eliminar cualquier energía o pensamiento desarmonizado adquirido durante el día.

Se aconseja realizarlo antes de empezar el tratamiento y después de la sesión para desconectarnos del consultante.

1. De pie o sentado cómodamente.

2. Posición Gassho, calme la mente y diga

“Inicio el Kenyoku-ho ahora”.

3. Tocar el hombro izquierdo con la mano derecha deslizándola en diagonal hasta la cadera derecha. Inspirar antes de cada barrida exhalar al final.

4. Tocar el hombro derecho con la mano izquierda deslizando la diagonal hasta acá la cadera izquierda. Inspirar en cada barrida y exhalar al final.

5. Repetir nuevamente el paso 3: Tocar el hombro izquierdo con la mano derecha deslizándola en diagonal hasta la cadera derecha. Inspirar antes de cada barrida exhalar al final.

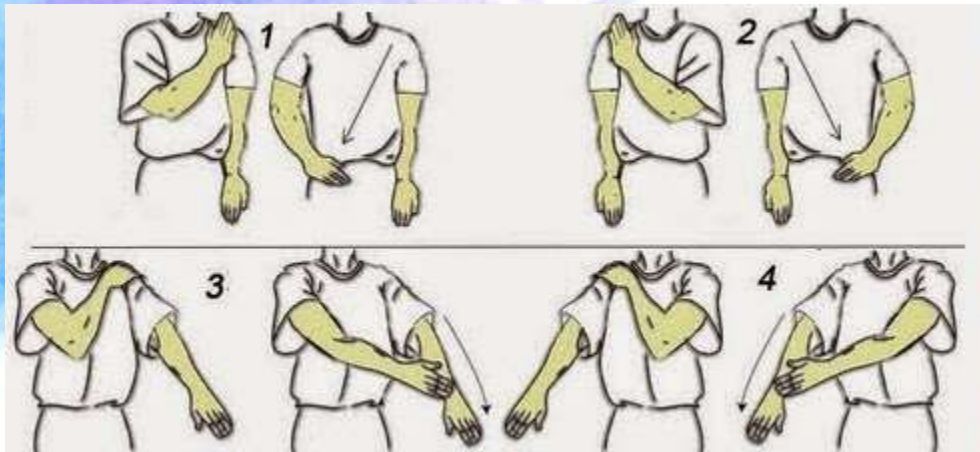
6. Tocar el hombro izquierdo con la mano derecha deslizándola por la cara interna del brazo hasta la punta de los dedos de la mano izquierda.

7. Tocar el hombro derecho con la mano izquierda deslizándola por la cara interna del brazo hasta la punta de los dedos de la mano derecha.

8. Repetir el paso 6 de nuevo: Tocar el hombro izquierdo con la mano derecha deslizándola por la cara interna del brazo hasta la punta de los dedos de la mano izquierda.

Inspirar antes de cada barrida exhalar al final.

9. Agradecer.



DUCHA REIKI

Es una técnica para limpiar el cuerpo, aumentar la energía y conectar con Reiki:

1. Toma una postura cómoda ya sea sentado o parado.
2. Cerrar los ojos y respirar naturalmente.
3. Posición Gasshoo, calmar la mente y decir en silencio “empiezo la ducha Reiki ahora”.
4. Elevar los brazos separados, con manos abiertas, lo más alto posible.
5. Conectar con la energía Reiki. Imaginar cómo se recibe una Ducha de Reiki, como si fuera una cascada que cubre todo el cuerpo.
6. Deslizar las manos con las palmas hacia uno mismo desde la cabeza por la parte frontal de todo el cuerpo, sintiendo el eco de las vibraciones de Reiki, a fin de inducir que se elimine la energía innecesaria, por medio de la confluencia de la ducha Reiki y el Reiki emanando por las manos.

De esta manera fluirá desde los pies hacia el exterior la energía negativa.

7. Luego de repetirlo varias veces se sugieren tres o más, cada célula del cuerpo es alcanzada por la luz de Reiki, llenándose de ella, especialmente los ojos las manos la boca.

8. Agradecer.

PEDIDO DE ASISTENCIA

Antes de empezar cualquier sesión de Reiki es importante pedirle al universo ser un canal digno de la energía y dar las gracias por adelantado; luego pedir en silencio para que el consultante reciba la sanación que corresponda.

Es fundamental convocar la energía Reiki, se sugiere hacerlo tres veces. Si es católico puede decir “con las manos en el corazón convocó la luz de mi Cristo interno, yo soy un canal puro y perfecto, la luz es mi guía”, o puedes decir “Reiki en mí” repetir 3 veces.

LA APERTURA

Con las manos limpias dirigirse al consultante que está en la camilla. Lo primero y más importante es pedir permiso. Es lógico pensar que si el consultante asiste a la terapia es porque el mismo lo ha querido. Pues bien, no se trata de pedirle permiso al propio consultante, cada ser humano dispone una parte de sí mismo que está más en la sintonía con lo divino, y a esta parte se le domina “Yo superior”. Al Yo Superior del consultante es a quién le tenemos que pedir permiso (mentalmente).

LIMPIEZA DEL AURA

El aura se limpiará en dos ocasiones: en la apertura por la parte delantera del consultante y se sugiere finalizar con la espalda. Para hacer la limpieza se hacen tres pases desde la cabeza hasta los pies un pase por la parte izquierda un pase por el centro y un pase por la derecha, en cada paso se arrastra la energía hacia fuera de los pies y luego se sacuden las manos sobre el fuego de la vela.

TRATAMIENTO COMPLETO

Desde Hayashi se cree que hay que estar de 3 a 5 minutos en cada posición y se recomienda realizar una serie de tres o cuatro sesiones consecutivas, seguidas por sesiones separadas por intervalos, de ésta manera se logran efectos importantes que duran a lo largo del tiempo.

1. El terapeuta no habla por iniciativa propia durante la sesión, pero puede responder a las preguntas.
2. Es útil también una manta a la mano para tapar a la persona por si llega a sentir frío el receptor.

3. Posiciones de Reiki:



4. Terminación de Reiki o Toque de nervio o Ketsueki Kokan: esta es una técnica que causa cambios en los niveles de saturación de la sangre mejorando su calidad, quita de mala energía negativa y las condiciones kármicas de la columna, estimula la renovación de la sangre, es un apoyo para combatir las infecciones, los tumores, etc.

- Con ambas manos, usando una presión moderada barra en la espalda desde la parte superior de la columna hacia los lados.

Muévase hacia abajo y hacia afuera. Repita este movimiento de arriba hacia abajo tres a siete veces.

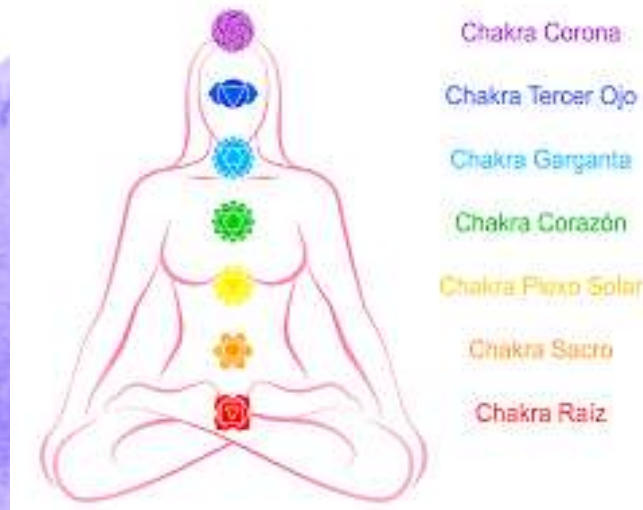
- Barrer desde los lados de la cadera bajando por las piernas hasta los dedos de los pies 3 o 7 veces.
- Barrer los lados de la columna vertebral desde la nuca hasta el hueso sacro con las ambas manos juntas utilizando los dedos índice y medio. Mientras mantiene la respiración y toca la piel con la presión moderada, barra hacia abajo de la columna desde la nuca hasta el coxis, mantenga unos segundos con una leve presión respire y expira repítalo arriba hacia abajo de 3 a 7 veces.
- Realizar con los dedos pequeños círculos de presión moderada a cada lado de la columna luego aplicar la energía en la zona superior e inferior al mismo tiempo.

Importante: en caso de diabetes revierta la dirección de los toques desde la base de la columna hacia la nuca y los barridos desde los dedos de los pies y manos hasta la parte superior (cadera/hombros).

5. Terminación de Reiki o Toque de nervio o Ketsueki Kokan: esta es una técnica que causa cambios en los niveles de saturación de la sangre mejorando su calidad, quita de mala energía negativa y las condiciones kármicas de la columna, estimula la renovación de la sangre, es un apoyo para combatir las infecciones, los tumores, etc.

LOS CHAKRAS

El término chakra proviene del sánscrito y significa “círculo” o “disco”. Todos los seres de este planeta tenemos chakras (plantas, animales, el planeta). En los humanos hablamos de 7 chakras principales y se localizan a lo largo de nuestra columna vertebral hasta la coronilla y también tenemos 21 chakras secundarios que influyen en los principales. Los chakras funcionan como unas “válvulas” reguladoras del flujo de energía y, dependiendo de su ubicación, varían en su fuerza vibratoria y velocidad.



PRIMER CHAKRA: CHAKRA RAÍZ (MULADHARA)

El chakra raíz, conecta el cuerpo con sus raíces reales en este mundo, la tierra. En un sentido figurado, representa el impulso primordial de supervivencia que está profundamente arraigado en cada uno de nosotros.

Usualmente sientes una sensación de éxito y satisfacción por cosas como el dinero y la seguridad física. Ello se debe a que hoy en día la necesidad de sobrevivir se refleja primordialmente en los asuntos financieros.

SEGUNDO CHAKRA: CHAKRA SACRO (SVADHISTHANA)

El chakra sacro es la clave de tu creatividad, que está en lo profundo de cada uno de nosotros.

Además de la creatividad, también representa el placer hacia la vida. Este chakra se expresa una vez que el trabajo está terminado, cuando recibes el crédito y disfrutas del éxito personal.

Puedes disfrutar de todas las cosas grandes y agradables que la vida te ofrece sin exagerarlas.

La mayoría de estos deseos incluyen el apetito sexual, la buena comida u otras actividades que son divertidas y mantienen un equilibrio saludable entre el trabajo y la vida personal.

TERCER CHAKRA: CHAKRA DEL PLEXO SOLAR (MANIPURA)

Este chakra representa figurativamente la confianza en uno mismo, la autoconciencia personal, todo el poder y la energía que yace en lo más profundo de nuestro ser. El chakra del plexo solar fortalece nuestra intuición. Cuando escuchamos nuestro instinto, en realidad estamos confiando en nuestro Manipura.

CUARTO CHAKRA: CHAKRA DEL CORAZÓN (ANAHATA)

El chakra del corazón es el «sanador» de nuestros chakras restantes. Conecta los siete chakras y asegura un intercambio fluido de la energía entre ellos. El chakra Anahata puede ser visto como un conector o puente entre nuestro ser espiritual, psíquico y físico. Anahata representa todas las buenas cualidades que nos hacen humanos: amor, compasión y bondad.

El chakra del corazón es también la razón por la que asociamos el corazón con el amor.

QUINTO CHAKRA: CHAKRA DE LA GARGANTA (VISHUDDHA)

El chakra de la garganta representa la forma en que nos comunicamos con el mundo que nos rodea. Conecta y une todas las áreas de nuestra comunicación. Esto incluye la autoexpresión, es decir, cómo aparecemos frente a la gente, visto desde afuera, el lenguaje de nuestro cerebro y la forma física en la que nos expresamos. Como fuente de comunicación, el chakra de la garganta representa sobre todo la singularidad de cada persona. Cómo hablamos, qué palabras usamos y nuestra postura mientras hablamos. Todas estas cosas están influenciadas por el chakra de la garganta. Vishuddha no se limita únicamente al habla, también incluye el canto, la danza y cualquier otro tipo de individualidad, expresión y arte.

SEXTO CHAKRA: CHAKRA DEL TERCER OJO (AJNA)

El chakra del tercer ojo, te muestra el mundo fuera de los cinco sentidos. El chakra del tercer ojo es la conexión más pura entre tu alma y tu cuerpo que puedes alcanzar. El tercer ojo proporciona una visión interior clara y es la fuente de nuestra intuición y psique. Si consigues abrir y equilibrar todos los chakras inferiores, el chakra del tercer ojo es la puerta de entrada a una dimensión superior.

SÉPTIMO CHAKRA: CHAKRA CORONA (SAHASRARA)

El chakra corona es la luz divina de todos los chakras y representa un estado final último.

Conecta nuestro cuerpo con el universo a través de un amplio campo de energía. Este estado final representa la máxima sabiduría y conocimiento. El chakra de la corona llega más allá del chakra del tercer ojo y puede ser visto como una identidad trascendente de iluminación espiritual. Es por mucho el más complejo de explicar y requiere de una cierta actitud básica hacia lo místico e inexplicable para entenderlo.

CHAKRAS EN LOS ANIMALES

Los animales comparten los 7 chakras principales con nosotros:



1. *Chakra raíz:* tiene que ver con la supervivencia y la seguridad. Si está desalineado o bloqueado, tiende a manifestarse con nervios, miedo o reacciones violentas.

También se puede exteriorizar al cuerpo con problemas de peso, como ganas de comer constantes o aumento y pérdida de peso, independientemente de la dieta.

2. *Chakra sacro*: influye en los sentimientos y la sexualidad. Se suele manifestar con desequilibrios, como insatisfacción.

3. *Chakra del plexo solar*: regula la bondad y la conciencia de uno mismo. Si está desalineado o sobre-activo se manifiesta con ira, agresividad, timidez, abatimiento y falta de ganas de jugar.

4. *Chakra del corazón*: conecta los chakras bajos con los altos y, principalmente, influye en el cariño, la compasión y la empatía. Conectan y jerarquizan todos los chakras.

Cuando no está abierto o está desequilibrado, causa celos, posesión, problemas emocionales o trastorno de ansiedad por separación y rechazo general a interactuar con otros gatos o perros.

5. *Chakra de la garganta*: controla la comunicación, la tiroides y el sistema endócrino. Si está desalineado, puede manifestarse con comunicaciones vocales excesivas en perros y gatos, como maullidos y quejidos, además, puede ser incapaz de seguir órdenes e ignorarte cuando lo llamas, etc.

6. *Chakra del tercer ojo*: tiene que ver con aceptarse a uno mismo. Si está cerrado, desalineado o bloqueado, tu animal distraerse con facilidad o estar distante. A nivel físico, ocasiona problemas como dolores de cabeza.

7. *Chakra corona*: es el que se conecta con lo espiritual. Si está desalineado o cerrado, puede causar depresión y poca conexión con lo que los rodea.

8. *Chakra branquial*: está ubicado en ambos lados de los hombros y se encarga del equilibrio en la conexión e interacción entre humanos y animales. Es tan poderoso e importante que es el chakra principal y central en el cuerpo de los animales.

El animal no puede conectarse con la gente a su alrededor o no le gusta que lo toquen, probablemente tenga este chakra desalineado o bloqueado. Cualquier tipo de curación debería empezar siempre por el Chakra branquial para poder abrir el flujo de energía que cura el cuerpo, vuelve a alinear los chakras y recupera la conexión humano-animal.

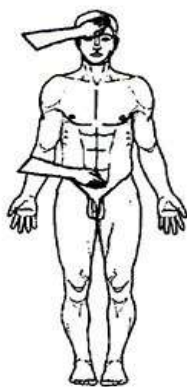
También tienen 21 chakras menores y bud chakras. Los chakras menores están alrededor de todo el cuerpo, como por ejemplo la punta de la oreja, de la nariz y de la cola. Los bud chakras son más importantes en el sentido en el que se encuentran en las almohadillas de las patas y en la base de las orejas porque se abre desde la cabeza.

Estos chakras permiten que el animal se conecte con la tierra y perciba las energías de ella, como los cambios de temperatura, las tormentas que se avecinan, etc. Y también forman parte de sus receptores principales para su instinto natural de supervivencia.

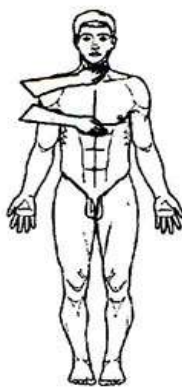
ARMONIZACIÓN DE CHAKRAS

Esta armonización se puede realizar de dos formas:

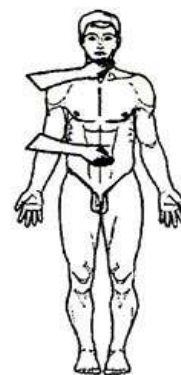
1. Una vez realizado el peinado del aura, se debe mantener una mano sobre el primer chakra y otra en el séptimo (se dejan durante 3 a 5 minutos), segundo chakra y sexto, tercer chakra y quinto, y para finalizar se ponen ambas manos se colocan en el cuarto chakra. Se concluye con el peinado del aura, cierre y agradecimiento.



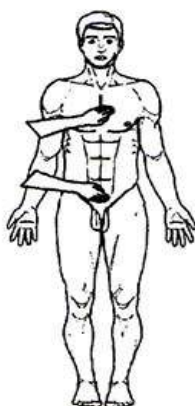
Posición 1 (2-6):
tercer ojo-sexual



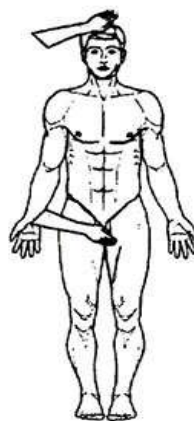
Posición 2 (5-4):
garganta-corazón



Posición 3 (3-5):
garganta-plexo solar



Posición 4 (4-2):
corazón-sexual



Posición 5 (7-1):
raíz-corona

2. Mantener las manos en el séptimo chakra durante unos 3 a 5 minutos, después bajar al sexto chakra y así sucesivamente hasta el chakra raíz.

Importante: tanto los bebés como los animales de compañía reciben la energía de Reiki muy rápido, por tal motivo, el tiempo en cada punto puede ser menor a 3 minutos, muchas veces el animal muestra cuando ya no requiere más la energía.

TRATAMIENTO RÁPIDO O BREVE

El tratamiento rápido se realiza en los casos que sea necesario actuar de inmediato, o bien cuando no se disponga de suficiente tiempo para el tratamiento completo, puede darse con el paciente de pie o sentado en una silla. Funciona también como una especie de primeros auxilios que puede resultar útil en muchos casos como tratamiento de urgencia, se da Reiki en lugar que surja y se puede imponer las manos en 7 posiciones de los chakras durante 1 minuto o 5 minutos.



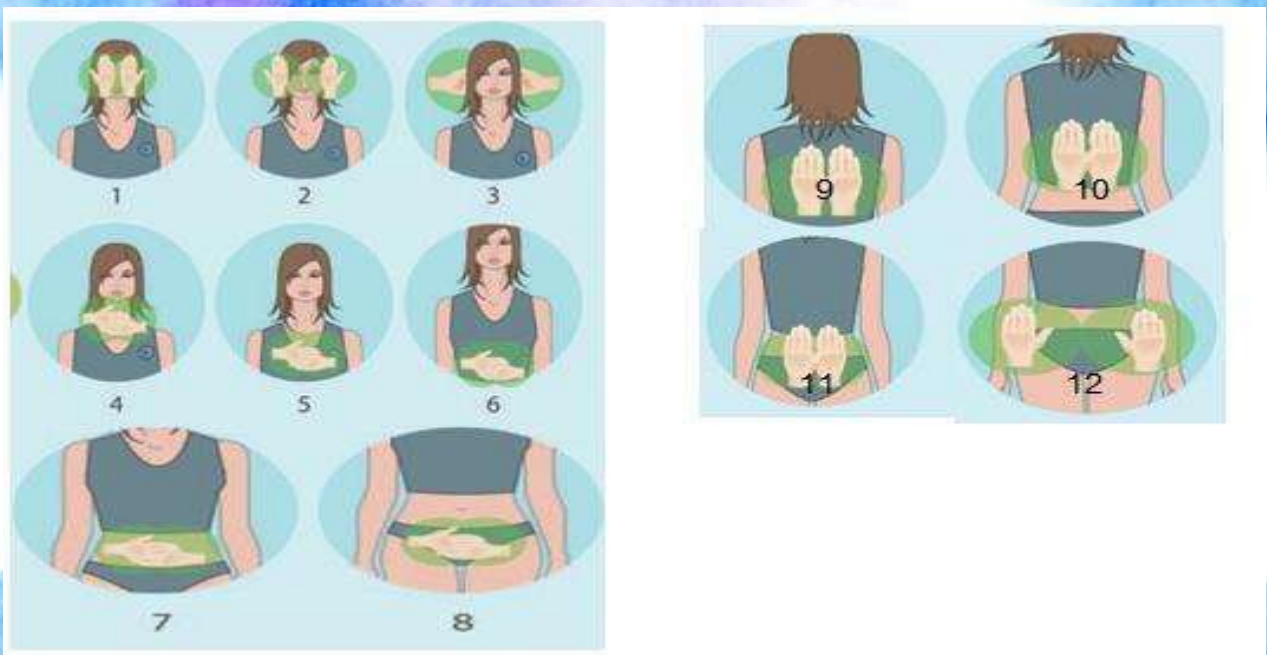
AUTO- TRATAMIENTO - AUTOREIKI

Se aconseja realizarse autor-Reiki diariamente o dar a menudo como sea posible porque además de armonizar y conectar con todas las partes del ser aporta confianza para enfrentar cualquier nuevo miedo. Y esta es el primer tratamiento que iniciarás constantemente durante

21 días antes de hacerlo con otras personas.

El auto-tratamiento se realiza de pie sentado o acostado.

1. Frotar las manos durante unos segundos de forma que se le ve el nivel de energía al calentarla conectar con la energía Reiki.
2. Armonizar de nuevo el aura con ducha Reiki, y visualizar cómo fluye la energía en los chakras principales.
3. Aplicar Reiki en cada posición que lo necesite unos 3 o 5 minutos siendo este un tiempo aproximado que puede disminuir o aumentar según la intuición.
4. Agradecer.



PRIMEROS AUXILIOS

En caso de accidente, es posible atender a una persona con Reiki hasta la llegada del médico.

Por lo general, el accidentado se encuentran en estado de shock por lo tanto suele ser útil colocar una mano en el plexo solar y la otra en las glándulas suprarrenales en la parte dorsal.

Más tarde si las condiciones lo permiten colocar una mano en la frente del accidentado y la otra en la nuca; de lo contrario sostener una o ambas manos del paciente, pues se sabe que Reiki siempre fluye, y la energía busca el camino para llegar al lugar donde es necesaria.

Poner las manos en los tobillos en los pies también ayudar a la persona a anclarla a la tierra.

- Contusiones: directamente sobre el lugar afecto durante 20 o 30 minutos.
- Dislocaciones: colocar las manos en un lugar durante 30 o 60 minutos.
- Heridas: las manos se ponen con intervalos y más tarde sobre el vendaje.
- Picaduras de insectos: 20 o 30 minutos de Reiki, que se repite varias veces al día, si aplica

inmediatamente no produce hinchazón.

- Quemaduras: no se aplica directamente sobre el lugar afectado. Dar Reiki de 20 o 30 minutos a intervalos. El dolor puede intensificarse pero luego cederá. Cuando se aplica inmediatamente puede evitar las ampollas.

- **Infarto cardíaco:** es fundamental llamar al médico, hasta su llegada se pone una mano en el alto vientre y la otra en el bajo el vientre. No se recomienda hacer Reiki directamente en el corazón.
- **Diabetes:** a la sesión tradicional agregar 5 minutos más en el chakra coronario, en la parte posterior de la cabeza y los oídos, también a la altura del páncreas. Si fuera posible repetir dos o tres veces por día.
- **Hipertensión:** a la sesión tradicional agregar 5 minutos al chakra coronario, Parte posterior e inferior de la cabeza, laríngeo, plexo solar y la espalda de la altura de los lumbares.

Algunos maestros defienden que el Reiki sabe en todo momento qué debe hacer, cómo debe actuar, dónde debe dirigirse y en ningún caso actúa negativamente.

IMPORTANTE

No debe aplicarse Reiki durante operaciones debido a la propia naturaleza en la energía, que consiste en reparar los daños existentes en el receptor. Esto podría provocar que se frenasen las hemorragias, interfiriendo en los cortes de sangrado y limpieza que realiza el cirujano. De igual forma si el paciente estuviera sedado el Reiki podría ayudarlo a expulsar las toxinas de la sedación despertándose antes de tiempo. Sin embargo se consideran recomendable una sesión de Reiki antes o después de la operación.

No debe aplicarse en caso de fracturas, Reiki permite acelerar el proceso cicatrización ósea o soltando las fracturas, por tanto, sólo es recomendable aplicarlo después de que los huesos

hayan sido debidamente acomodados e inmovilizados por un traumatólogo, luego Reiki puede aplicarse a través del yeso o aparato inmovilizador y es igualmente eficaz.

POSICIONES ESPECIALES

1. Una mano sobre el corazón y la otra sobre el hara (5 cm por debajo del ombligo) ayuda con el insomnio. Proporciona una sensación agradable al comienzo del sueño.
2. Ambas manos sobre el chakra corazón ayuda a conciliar el sueño y trabaja las emociones.
3. Una mano sobre el corazón y otra sobre el plexo solar, producen tranquilidad.
4. Una mano en la nuca y la otra sobre el hara ayudarán al estreñimiento y problemas intestinales.

REIKI ES PARA TODOS

Los mismos pasos que se hacen para el tratamiento de Reiki completo, se hace para todos los demás.

PLANTAS

Las plantas también aprovechan enormemente la energía Reiki, les ayuda a estar más fuertes y resistente. Aplicar Reiki durante 5 a 7 minutos puede ser en el tronco de las plantas, en las raíces, en las hojas y si vamos a sembrarlas a las semillas y durante su proceso de germinación.

ALIMENTOS

Los alimentos pueden ser cargados con energía Reiki, con la finalidad de hacerlos más saludables.

MEDICAMENTOS

Se aplica en los medicamentos con la finalidad de disminuir o eliminar los efectos secundarios que puedan ocasionar y para potenciar su efecto curativo.

OBJETOS

Cuando se recibe un regalo o se compra algún objeto o se toma un elemento que es utilizado por varias personas se puede enviar energía Reiki para cortar con la energía de sus anteriores dueños.

PIEDRAS Y CRISTALES

Puedes colocar entre las manos la piedra o el cristal durante 3 o 5 minutos para programar la piedra o el cristal.

BIOGRAFÍA

- Manual Reiki Nivel uno, Reiki Medellín
- Manual Reiki uno Conexión Mar & Armonía del Ser Mia Vanegas
- Esto es Reiki, Arjava Petter.
- <https://www.aeroyoga-oficial.com/aerialwellness/reiki-para-ninos-enseñarles-a-aprender-la-auto-sanación-curso-para-maestros-aeroyoga-kids-aero-yoga-formación-teacher-training-columpio-trapeze-suspension-fly-flying-kids-kinder-infancia-educación-esc/>
- <http://www.tallershanti.com/#!/-linaje/>
- <https://www.reiki.org/users/william-rand>
- <https://centrosherab.com/historia-william-lee-rand/>