

Кашлинская Лиза

"Система Рэйки"

БЛАГОДАРНОСТЬ

Я крайне благодарна моему мужу Рему за его терпимость, уважение к моей личной свободе и к моему мнению, готовность помочь и безграничное терпение.

Без его поддержки и помощи данная книга не вышла бы в свет. Также я благодарна моим детям Юлии и Енсу за их понимание и моральную поддержку.

Особую признательность я выражаю моим учителям Рейки: Дэве Моммерт, Зурешу Билиг (посвятивших меня в 1-ю и 2-ю ступень Рейки) и особенно Виктории и Никласу Штратенверт (посвятивших меня в 3-ю и 4-ю ступень Рейки) за их поддержку, советы и помощь на моём пути.

Я благодарна Елене Саркисовой, Людмиле Стра-танович, Фёдору Дзевалтовскому и Андрею Толстому за идею возникновения этой книги и за помощь в ее воплощении.

И конечно же я признательна всем моим ученикам (как в Берлине, так и в Риге) за любовь, уникальный опыт и знания, которые они мне подарили.

И в заключение я хочу выразить благодарность всем людям на моём пути, давших мне возможность внутреннего роста и приобретения внутреннего опыта.

ПРЕДИСЛОВИЕ

"Эта книга предназначается как для людей посвященных в Рейки, так и для людей проявляющих интерес к Рейки.

Идея написания данной книги зародилась у меня после того, как я узнала о практическом отсутствии книг о Рейки на русском языке. Кроме того, мои ученики неоднократно поощряли меня изложить свой личный опыт работы с Рейки, а также опубликовать материалы проводимых мной семинаров.

В данной книге изложены основы системы Рейки, которые преподносятся мною ученикам на семинарах, мой личный путь и опыт с Рейки, а также знания почерпнутые из серьёзной литературы о Рейки. Кроме того, мною предлагаются многие известные техники визуализации, медитации, работы с аффирмациями, которые я успешно применяю в сочетании с Рейки.

Мы находимся на пороге перехода в эпоху Водолея. Старые, жесткие, иерархические структуры эпохи Рыбы ломаются, всё находится в процессе перемены и ломки. Я вижу свою задачу в этот переходный период в том, чтобы, как можно быстрее, распространить Рейки, и тем самым как можно большему числу людей дать в руки "инструмент", с которым они могут работать, встать на путь духовного роста и перенять ответственность за свою жизнь.

ОТ АВТОРА

С раннего детства меня привлекали всякие мистические истории и рассказы. Больше всего я интересовалась древним Египтом и Индией. Как только я научилась читать, я с большим увлечением читала книги об этих двух странах. Я смотрела любой фильм, действие которого происходило в древние времена и было связано с мистикой. Я научилась танцевать индийские танцы, виденные в кино и долгие годы с удовольствием танцевала их.

Мои молодые годы протекали без особых происшествий до тех пор, пока я, 20 лет тому назад не задала себе известные "тривиальные" вопросы: "В чем смысл жизни?", "Для чего я родилась, живу и неужели со смертью всё закончиться?". Как известно, постановка выше приведенных вопросов, сопровождается фазой глубокой депрессии. И я не являлась исключением. Это страшное состояние безысходности, пустоты, бессельности и внутренней боли продолжалось довольно долго. Пока я однажды от одной из моих коллег по работе не получила "случайно" фотокопии Хата-Йоги. И как только я увидела асаны, я почувствовала сильное желание заняться этим, причём тогда я не знала, что это Хата-Йога. С этого момента начался мой поиск. Мы вдвоём с моей коллегой Таней начали ежедневно заниматься этой "гимнастикой" и где-то через месяц-два у меня опять проснулся интерес к жизни. Я продолжала заниматься йогой, правда неосознанно.

Через пару лет я встретилась с Леной и постепенно мы сблизились и стали близкими подругами. С этого момента мой путь и моя жизнь неразрывно связаны с ней. Мне выпал счастливый жребий: я встретила моего духовного Учителя, который все годы и по сегодняшний день всегда рядом со мной, поддерживает и направляет меня.

15 лет тому назад я эмигрировала в Германию. И как велико было моё удивление, когда я в эзотерической литературе (к которой я впервые получила доступ) находила отражение нашего духовного опыта, приобретённого нами в совместных поисках.

Так как я всегда обладала довольно слабой физической конституцией и отсюда вытекающим слабым здоровьем, я начала интересоваться всевозможными направлениями естественного целительства. Я прочла массу книг, работала упорно над собой. Наконец я овладела методами самоизлечения путём визуализации и направления энергии в заболевшие части тела. Эта техника требовала большой концентрации и времени. Кроме того я несколько раз в день медитировала. Моя жизнь стала резко меняться, вокруг меня появилось много людей. Я стала более уверенной и уравновешенной, страх за существование исчез. Ежедневно я получала подарки с "неба", мне стоило только пожелать. Я вошла в стадию моей духовной свободы и меня начала тяготить обстановка на работе, где царил атмосфера подозрительности, слезки и потогонная система. В силу экономического положения в стране мне было трудно найти другую работу по специальности, а в силу личных обстоятельств я не могла просто бросить работу. Постепенно всё начало сгущаться вокруг меня, а я всё ещё не делала решительного шага и тут наступил 2-й кризис в моей жизни. Я была полностью выведена из строя тяжёлой болезнью позвоночника.

Много месяцев я не могла двигаться и сильные боли сопровождали меня несколько лет.

В те долгие месяцы, когда я была прикована к постели, я имела возможность многое осознать и многое увидеть по новому. Это был тяжёлый, но в то же время и благотворный период жизни.

Неоднократно я применяла приобретённые мной целительские способности. С помощью выше описанной методики, йоги и ежедневной медитации, я полностью поставила себя на ноги (в прямом смысле этого слова) и смогла снова вести нормальный образ жизни.

В 1989 году будучи по работе в Мюнхене, я впервые услышала о Рейки от моей приятельницы Тани. Она как раз перед моим приездом получила 1-ю ступень Рейки. Я была потрясена простотой и эффективностью этой системы. Удивительное чувство овладело мной: "Это то, что ты искала все годы, Это твоё, ты наконец пришла домой!" Я тут же записалась на семинар. Но провидение распорядилось по своему: семинар был отменён, так как моя Учительница забеременела и беременность протекала очень тяжело. Мы договорились, что я позволю через пару месяцев после родов. Когда я позвонила ей, то была совершенно потрясена новостью, что моя Учительница умерла. После этого я пыталась неоднократно попасть в какую-нибудь группу, но всё было напрасно. У меня ничего не получалось и я поняла, что лбом стенку не прошибёшь. Мне предстояло приобрести ещё дополнительный опыт, опыт отшельника. В эти два последующих года я испытала полное одиночество, когда рядом со мной не было ни одного человека, с которым я могла бы поговорить на волнующие меня темы или просто помолчать во взаимопонимании.

В один прекрасный день я вышла из метро и, задумавшись, пошла другим путём домой. Неожиданно для себя я заметила на двери студии, находящейся в моём доме, объявление. Я подошла поближе, и как велико было моё удивление, когда я прочла, что здесь предлагаются семинары Рейки. Я поняла, что час настал! Рейки пришло ко мне в дом! Я немедленно записалась на семинар и о чудо! Я была посвящена в 1-ю ступень Рейки. С этого момента Рейки вошло в мою жизнь и стало неотъемлемой частью моего существа.

Для меня началось увлекательное приключение - жизнь с Рейки!

Изначально я не ставила себе целью стать Учителем Рейки, только после посвящения в ступень Мастера во мне начало постепенно расти желание работать с людьми, распространять Рейки. Впрочем - это не случайно, так как я, собственно говоря, всю свою жизнь учила. В школьные и студенческие годы "натаскивала болванов", после окончания Вуза полтора года преподавала в политехническом институте.

Затем, уже работая на заводе, в добровольно-принудительном порядке читала лекции для рабочих. И уже будучи в Берлине проводила семинары по применению различных программ в электронно-вычислительной технике.

Перед тем как проводить семинар Рейки, я как правило знаколюсь со своими будущими учениками. Знакомство происходит на специально организованных встречах, и таким образом, ученики и учитель имеют возможность познакомиться друг с другом. Между учителем и учеником должна состояться внутренняя связь, если она не возникает, то значит это не Твой учитель и встреча с ним у Тебя впереди!

На этих встречах мне часто задают вопрос: "Готов ли я к Рейки?" Это неоднозначный вопрос, за этим кроется неуверенность в своих силах, возможно и страх перед новым неизвестным, а также попытка переложить решение на учителя. Я открыто говорю об этом и объясняю, что я не компетентна перенимать такие важные решения за кого-то. Каждый должен сам прислушаться к себе, убедиться: "Да, я хочу работать с Рейки!", и только тогда придти на семинар.

Я лично считаю, что к Рейки готовы все, особенно к 1-й ступени, и если человек пришел на организованную встречу, то он уже проснулся и встал на путь поиска.

Рейки и гонорар

Я считаю необходимым прежде, чем мы перейдем к самой системе Рейки, обсудить тему - Деньги. Очень часто я слышу, что за "хорошие поступки" не следует ожидать компенсации. На мой взгляд, это довольно странная логика, по-видимому, считается нормальным, что только "плохие поступки" достойны поощрения.

Точно также многие считают, что целитель или мастер не должны получать гонорар за лечение или посвящение в систему Рейки, т.к. Рейки - универсальная энергия, не может быть продана и куплена. Совершенно верно! Нам бы не хватило всех земных сокровищ, чтобы оплатить Рейки. Мастер и Учитель Рейки получает компенсацию только за свой труд. В любой другой отрасли считается само собой разумеющимся, что труд должен оплачиваться и только на труд в эзотерической области смотрят по - другому.

Рассмотрим гонорар учителя Рейки. Учитель Рейки, как и любой другой учитель вложил много времени и денежных средств в своё образование. Кроме того, накопление приобретённого опыта и дальнейшего повышения квалификации тоже связано с финансовыми затратами (как-то: участие в семинарах, на курсах и т.д.) и вкладом времени. При посвящении ученика в систему Рейки учитель передаёт ему свои знания, уделяет ему своё внимание и своё время. Происходит совершенно естественный обмен энергией, учитель даёт свои знания - ученик даёт энергию в какой-либо форме. Так как деньги - это концентрированная форма энергии, общепринятый эквивалент при обмене услугами или товаром, а также определяющий ценность, то вполне естественно, что Учитель получает деньги за свой труд. Ученик или клиент должен внести свою энергию, для того чтобы достичь кармического равновесия, для того чтобы создалась благоприятная возможность дальнейшего духовного развития. Энергия ученика, клиента, пациента находит своё выражение в его времени и частично в его материальных средствах. Более подробно мы остановимся на этом вопросе в главе "Закон обмена энергией".

Часть I Введение в систему Рейки

ЧТО ТАКОЕ РЕЙКИ?

Слово "Рейки" применяют в Японии для определения любых методов целительства с помощью "Жизненной Силы" или "Жизненной Энергии".

Первый слог "Рей" означает "универсальный, вселенная, сущность", второй слог "Ки" означает "жизненная энергия", а вместе "Рейки" - это "универсальная жизненная энергия".

Рейки - это древняя энергетическая система, истоки которой лежат в Тибете и оттуда она распространилась на Египет, древнюю Грецию, Рим, Индию и далее на восток в Китай и Японию. Рейки было доступно немногим посвященным и строго сохранялось в тайне. Это древнее знание потерялось со временем и было вновь открыто в конце прошлого столетия доктором Микао Усуи в Японии.

В каждом из нас течет жизненная энергия (Рейки), без нее мы не можем существовать. Любые процессы в нашем организме (как заживление ран, рост за счет размножения клеток и т.д.) осуществляются с помощью жизненной энергии.

Этот естественный процесс происходит автоматически, т.е. с нашей стороны как бы неосознанно.

С помощью системы Рейки эта нам присущая жизненная энергия активируется, усиливается и сбалансирована. Рейки действует целостно на всех уровнях человеческого существования, стимулирует самолечение, размягчает и устраняет блокады. Рейки действует на причинном уровне нарушения равновесия.

Рейки доступно всем, так как система Рейки отличается от других целительских методов удивительной простотой.

Рейки можно комбинировать с любыми духовными и терапевтическими методами, кроме того, Рейки сочетается с любыми религиозными направлениями.

РЕЙКИ - ЭТО ПУТЬ

В процессе работы с людьми, я обратила внимание, что многие понимают Рейки очень узко. Рейки - это не только возможность исцелять своё тело, Рейки, прежде всего, надо понимать как путь. Кто хочет жить - должен дышать, и кто хочет идти вперёд по своему пути, тот нуждается в энергии. Рейки есть универсальная жизненная энергия, не связанная никакими догмами, независима от политических систем или духовных мировоззрений. Рейки может каждого человека направлять, поддерживать и вести. С помощью

Рейки мы входим в поток Жизни и этот поток несёт нас. Рейки поддерживает всё, за чтобы мы не взяли и мягко ведёт нас вперёд по нашему пути, перед нами ставятся только те задачи, которые мы в состоянии выполнить. Последовательная работа с Рейки открывает нам глаза, мы начинаем осознанно познавать мир, осознанно работать над собой и, как следствие, мы быстро продвигаемся вперёд по выбранному пути. У нас развивается интуиция, возникает контакт с нашими внутренними мирами, приобретаются знания и мудрость.

Телесное исцеление является сопутствующим явлением, так как рост сознания и исцеление Духа всегда сопровождается исцелением тела.

Мы не должны уходить с выбранного нами пути и отказаться от приобретённого опыта и техник, более того Рейки дополняет гармонично все нам известные техники телесного, душевного и духовного развития. ПЕИЭТОМ применение Рейки даёт нам огромный энергетический скачок и, соответственно, ещё более огромные возможности для духовного роста.

Возможности Рейки безграничны. Универсальная жизненная энергия не знает никаких преград, она может все!

ЭТИКА РЕЙКИ

Каждый работающий с Рейки (для собственного блага или на благо других людей) принимает активное участие в развитии человечества.

Он уважает достоинство и право каждого человека на Здоровье, Целостность и Благополучие. Он использует свои знания и свои способности для достижения этих целей и не злоупотребляет ими. Для него все равны, независимо от расы, религиозных убеждений,

возраста и т.д., и он не использует, ни при каких обстоятельствах, доверие людей в своих целях.

Каждый работающий с Рейки перенимает ответственность за свои действия, компетентен, руководствуется только благом получающего, уважает закон, соблюдает моральные принципы и осознаёт своё воздействие на общество.

ПОСВЯЩЕНИЯ В РЕЙКИ

Введение в систему Рейки осуществляется с помощью ритуала посвящения, который проводит Мастер и Учитель Рейки. Во время посвящения, каждый ученик проходит процесс настройки. При этом энергетическая система человека настраивается на более высокий уровень вибрации, открываются энергетические центры (чакры), после чего человек в состоянии пропускать энергию Рейки.

В системе Рейки, в которую была посвящена я, отличают четыре ступени:

1-я ступень

2-я ступень

3-я ступень, ступень Мастера

4-я ступень, ступень Учителя

Разделение системы Рейки на ступени происходит для того, чтобы постепенно поднимать энергетический уровень ученика, а также для того, чтобы предоставить ему возможность привыкания к этому уровню и приобретения практических навыков работы с Рейки на данном уровне.

1-я ступень

Для 1-й ступени не существует никаких критериев отбора, так как любой человек, желающий получить Рейки, может быть посвящен в первую ступень.

В процессе посвящения в 1-ю ступень ученик вводится в систему Рейки. Учитель Рейки соединяет его с универсальной жизненной энергией, раскрывает его как Рейки -канал. Он получает способность до конца своей жизни проводить эту энергию через себя и передавать её через свои руки. Частота вибраций энергетической системы посвященного повышается. Кроме того, Ученик получает все необходимые знания для применения Рейки.

Посвящение в первую ступень даёт возможность, непосредственно передавать энергию Света через собственные руки себе, другому человеку, животным, растениям и любым другим формам бытия. Ученик, посвященный в 1-ю ступень, ощущает тёплое излучение из всей ладони.

2-я ступень

Во 2-ю ступень может быть посвящен ученик уже имеющий 1-ю ступень и проработавший с ней активно не менее 3-х месяцев. Кроме того, он должен сознавать, что с получением 2-й

ступени он перенимает ответственность: в каких целях и в каком направлении он будет применять Рейки.

При посвящении во 2-ю ступень посвящаемый получает символы для дальнейшей работы с Рейки. Эти символы усиливают энергию Рейки, из ладоневой чакры исходит интенсивный луч энергии. Посвященный прodelывает огромный энергетический скачок. Приходит ощущение роста силы.

2-я ступень даёт возможность передавать Рейки вне времени и пространства и, кроме того, возможность работы на ментальном уровне.

3-я ступень (Мастер)

В 3-ю ступень может быть посвящен ученик уже имеющий 2-ю ступень и проработавший с ней активно не менее года. Кроме того, он должен иметь возможность при желании ассистировать Учителю при посвящениях в 1-ю и 2-ю ступени в течение одного года.

При посвящении в 3-ю ступень ученик соединяется со своим внутренним Мастером. Связь с силой Света ещё более углубляется и усиливается. Далее ученик должен сознавать, что с получением 3-й ступени он перенимает ответственность за свою жизнь и свои действия. Работа с 3-й ступенью создаёт предпосылки для большого внутреннего роста.

Здесь также действительно правило, что наша пропускная способность энергии увеличивается в соответствии с накоплением практического опыта работы с Рейки.

4-я ступень (Учитель)

Ступень Учителя даёт возможность Мастеру посвящать учеников во все ступени Рейки. Не каждый Мастер становится Учителем. Учителем становятся по зову сердца.

В ступень Учителя может быть посвящен ученик уже имеющий ступень Мастера и проработавший с ней активно не менее года. Кроме того, он должен иметь опыт ассистирования Учителю при посвящениях в 1-ю и 2-ю ступени.

Посвящение в систему Рейки не означает, что посвященный автоматически приобретает мудрость и опыт. Предпосылкой мудрости, самосознания и осмысленного применения имеющихся средств и инструментов является серьёзная работа над собой, над своим мировоззрением, внутренний рост и последовательное применение системы Рейки, а также повседневная жизнь в соответствии с этикой Рейки.

ПЕРИОД ОЧИЩЕНИЯ

ПОСЛЕ ПОСВЯЩЕНИЯ

После каждого посвящения наступает 21-дневный период очищения, так как повышается частота вибрации нашей энергетической системы. Все находящиеся на поверхности блокады начинают размягчаться и уходить. Начинается интенсивное вымывание накопленных в организме шлаков.

Вначале цикла очищения могут наступить реакции: проявление старых заболеваний, эмоциональный кризис (слезы) и другие необычные явления. Важно всё отпустить, не

цепляться за старые чувства, эмоции, образ мышления и т.д. Период очищения даёт Тебе возможность научиться прислушиваться к своему телу и осознанно перерабатывать и интегрировать до сих пор не принятые части своей личности.

Все реакции быстро уходят, если Ты продолжаешь давать себе ежедневно полный сеанс Рейки.

Этот период очищения необходимо поддержать соответствующими действиями:

1. В течение этих трех недель давай себе ежедневно Рейки и проводи полный сеанс.
2. Пей 2-3 литра жидкости в день для лучшего вымывания шлаков из организма.
3. Избегай пить алкоголь, кофе и черный чай в избытке, постарайся меньше курить.
4. Давать Рейки другому рекомендуется только по истечении этих 3-х недель.

ИСТОРИЯ РЕЙКИ

Жизнь доктора Микао Усуи и его открытие Рейки связано с многими легендами, т.к. не существует никаких письменных подтверждений. Достоверно известно только, что доктор Микао Усуи начал работать с Рейки в конце прошлого столетия в Японии.

Сегодня существуют две легенды открытия Рейки доктором Микао Усуи: христианская и буддийская. Я излагаю здесь буддийский вариант, т.к. он мне кажется наиболее достоверным.

Доктор Микао Усуи родился в Японии в середине XX века и уже в молодости интересовался жизнью и учением Будды. На него произвел впечатление отказ Будды от королевского титула и богатства ради познания Истины. Кроме того Усуи был поражен огромным желанием Будды помочь людям и его незаурядными метафизическими и целительными способностями, приобретенными им после озарения.

Доктор Микао Усуи видел, что вокруг масса людей не может жить полноценно из-за различных болезней. Он испытывал сострадание ко всем людям и постепенно в нем росло желание тоже приобрести способность исцеления наложением рук.

Поразмыслив, Усуи пришел к выводу, что то, что возможно было в прошлом, может быть реализовано и в настоящем. И он отправился на поиски.

Доктор Усуи начал беседовать с буддийскими Учителями и монахами на тему "Исцеление". Казалось, что способность исцелять физические недуги потерялась со временем.

Доктор Усуи путешествовал по Японии и изучал старинные рукописи в буддийских храмах. На вопрос об искусстве исцеления он всюду получал один и тот же ответ, что искусство исцеления давно забыто или потеряно. Одной из причин было то, что Буддийское учение занимается исцелением Духа человека, а не его брэнного тела.

Во время своих путешествий Усуи познакомился с настоятелем монастыря Дзен, который пригласил его к себе и предоставил Усуи возможность изучать старинные рукописи, находящиеся в монастыре. Настоятель был так же заинтересован в восстановлении искусства исцеления тела как и Усуи и поддерживал его поиски.

Чтобы иметь возможность читать рукописи в оригинале, Усуи изучил санскрит и китайский язык. После упорного поиска он нашел наконец в индийских сутрах ключ к исцелению. Но полученная информация ничего ему не дала, так как знание техники еще не принесло ему способности исцелять, ему не хватало обретения силы. Посоветовавшись с настоятелем монастыря, Усуи решил, что у него нет другого выбора, как последовать указаниям, изложенным в индийских сутрах.

Он отправился на священную гору Курияма в 17 милях от Киото, чтобы начать 21-дневный пост и медитацию. Усуи поднялся на вершину горы, собрал 21 камень, которые должны были послужить календарём. Прошло 20 дней и до сих пор ничего сверхъестественного не произошло. Он сбросил последний камень и начал пылко молиться. Наступила ночь и всё еще ничего не произошло, Усуи поднялся, осматривая горизонт, и вдруг он увидел быстро приближающуюся точку света. Он почувствовал, что свет обращается к нему.

Усуи осознал, что этот свет обладает целительными силами, которые он так долго искал. Он понял, что должен довериться ему и войти в него, чтобы получить целительные силы. Свет сообщил Усуи, что он настолько силен, что одно прикосновение способно его убить. Теперь Усуи должен был решать, готов ли он рискнуть своей жизнью ради приобретения целительных сил. Поразмыслив, он решил, что если он сейчас, находясь у цели многолетних упорных поисков, струсит, то он не сможет дальше жить. И таким образом он решился принять свет, невзирая на последствия. Луч света коснулся его лба и он потерял сознание. Усуи вышел из своего тела и увидел радужные пузыри, в которых мерцали символы. Он получил настройку на каждый символ, а также знание применения каждого символа. Таким образом, Усуи был посвящен в Рейки.

Усуи практиковал и учил Рейки до конца своей жизни. Он посвятил 16 Великих Мастеров Рейки, одним из которых был доктор Чудзиро Хаяши.

ЗАКОН ОБМЕНА ЭНЕРГИЕЙ

На следующий день после посвящения в Рейки доктор Усуи отправился в "город нищих" и начал исцелять больных, чтобы дать им возможность вернуться в общество и начать новую жизнь. Исцелившись и получив новое имя (по законам японского общества перед началом новой жизни человеку давали и новое имя), люди покидали нищенский квартал. Прошли годы и доктор Усуи заметил, что многие вернулись и вели нищенский образ жизни. Они аргументировали тем, что им гораздо проще вести уже им привычный образ жизни, чем перенять самим ответственность за свою жизнь и найти своё место в обществе. Рейки и полученное исцеление не имело для них никакой ценности.

Это открытие было шоком для доктора Усуи и он понял, что должен был им преподнести чувство благодарности и научить их ценить его работу и собственное исцеление.

Доктору Усуи открылась важность обмена энергией и он понял, что человек должен попросить исцеления и должен возвращать полученное.

Когда человек просит о помощи, то он готов принять её и готов активно изменить свою жизнь. Кроме того, мы не имеем права без согласия вмешиваться в высший план. И очень важно понять, что принимающий помощь должен вернуть принятое в противном случае энергетический поток прерывается, что в свою очередь, нарушает энергетический баланс получающего. Отдавая и получая энергию мы создаём вокруг себя гармонию и баланс и таким

образом способствуем нашему исцелению. Обмен энергией не обязательно должен быть денежным, обмен энергией может выражаться в виде услуг и т.д.

ПЯТЬ ЖИЗНЕННЫХ ПРАВИЛ РЕЙКИ

Кроме того доктор Усуи понял, что несмотря на то, что тело этих людей исцелилось, Дух их не исцелился. Он покинул город нищих и начал размышлять на эту тему. Во время медитации доктору Усуи открылись идеалы Рейки, которые он сформулировал в виде 5 жизненных правил Рейки:

1. Именно сегодня не злись.
2. Именно сегодня не беспокойся.
3. Будь сердечен ко всему живому.
4. Честно зарабатывай себе на жизнь.
5. Будь благодарен за полученную благодать.

Жизненные правила Рейки не являются моральными постулатами, они, скорее всего, являются объектами для размышления, которые нам показывают, что для нас лично важно и где мы сами себе преграждаем путь. Очень важно прочувствовать их внутреннее качество, эссенцию и применить в нашей личной жизни. Для изменения жизни человека должно произойти изменение его образа мышления.

Я предпочитаю положительно сформулированный вариант первых двух правил, т.е., без применения отрицаний, который был впервые изложен В. Дистелем и В. Вельманном в книге "Сердце Рейки":

1. Именно сегодня радуйся.
2. Именно сегодня ожидай самого лучшего.

Первое жизненное правило: "Именно сегодня радуйся"

Если следовать первому жизненному правилу Рейки и радоваться каждому новому дню, то постепенно в нас вырабатывается чувство радостного ожидания перед новым днём. Если мы с радостью принимаем все аспекты нашего существования, то мы излучаем эту радость на всё окружающее. И кто может на нас злиться, если мы естественно излучаем радость и любовь. Наша радость начинает заражать окружающих и в конце концов она возвращается к нам.

И что бы не произошло, прими это с радостью, так как всё служит нашему духовному росту.

Второе жизненное правило: "Именно сегодня ожидай самого лучшего"

Мы находимся в состоянии беспокойства, когда мы потеряли контакт к жизнеутверждающему "Я есть" универсального Единства. Беспокойство - это плохая привычка. Иррациональные нелогичные структуры, состоящие из не переработанных опытов прошлого, являются источником наших забот. Доверься полностью жизненному плану, который находится в руках нашего Высшего "Я" и отпусти все свои заботы.

Мы не должны беспокоиться о прошлом, так как это бесполезно - прошлое не вернётся. Если вы сожалеете о чём-то совершенном в прошлом, то примите ваши действия как акт неосознанности и отпустите эту ситуацию.

Также не беспокойтесь о будущем! Если мы постоянно думаем о нашем будущем и беспокоимся о нем, то мы не живём в настоящем. Сегодня Ты думаешь о том, как Ты будешь жить завтра, завтра Ты думаешь опять о завтрашнем дне и Ты не живешь, жизнь ускользает от Тебя, т.к. "завтра" всегда переносится на завтра. Не цепляйтесь за прошлое и будущее, мы блокируем этим нашу энергию, которую можно продуктивно использовать для претворения в жизнь наших планов. Живите сегодня, здесь и сейчас, и если при этом мы ожидаем самого лучшего, то наша жизнь качественно изменится к лучшему.

В нас постепенно растёт уверенность в том, что с нами не может случиться ничего плохого. И если вдруг происходят события, которые не укладываются в рамки "хорошего" по нашим понятиям, то надо осознать, что это наши рамки и что этим событием нам предоставляется шанс приобретения опыта и духовного роста.

Третье жизненное правило: "Будь сердечен ко всему живому"

Мы все приходим из Единого. Все формы жизни взаимосвязаны друг с другом и составляют целостную систему. Мы должны научиться относиться с уважением к любому самовыражению Существования, любить и уважать все формы жизни. Сердечность ко всему живому начинается с нас. После того, что мы начнём сердечно относиться к самому себе, примем с любовью наше тело, наше существо, то лишь после этого мы в состоянии сердечно относиться ко всем живым существам.

Всё наше существо начинает излучать сердечность, открытость и принятие других и, как следствие, наше окружение ответит признательностью и любовью. Если мы всё живое любим, таким образом мы любим себя и Мать Землю.

Четвёртое жизненное правило: "Честно зарабатывай себе на жизнь"

Это всегда наше Эго, которое считает возможным, что с помощью нечестности мы можем приобрести преимущество. Данные Эго-игры приводят нас к изоляции и мешают нашему духовному росту и осознанию.

Мы должны быть честны перед собой, если мы хотим остаться в естественном потоке жизни. Такая честность означает, что мы при любых обстоятельствах всегда должны смотреть правде в глаза. Будучи сами честными, мы вызываем это чувство в других. Кто добросовестно и честно работает, тот открыто встречается со своим "высшим Я".

Пятое жизненное правило: "Будь благодарен за полученную благодать"

Благодарность дарит нашей жизни изобилие. Она включает не только то, что нам уже дано, но и уверенность и твердое убеждение в том, что мы всегда всё получим в чём мы нуждаемся. Когда мы живём в состоянии благодарности, мы начинаем магически притягивать изобилие.

В космосе достаточно всего для всех и только наш страх перед нуждой отрезает нас от потока изобилия. Если мы в состоянии преобразовать страх в любовь, незнание в мудрость, тогда мы будем жить в безграничном изобилии. Сила наших благодарственных слов или

мыслей создаёт энергию. На нашу благодарность отвечает космос всё большим изобилием. К нам приходит успех и благосостояние.

МЕДИТАЦИЯ НА ТЕМУ:

"ПЯТЬ ЖИЗНЕННЫХ ПРАВИЛ РЕЙКИ"

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, с прямой спиной, ступни стоят параллельно на полу, правая рука лежит в левой, как будто в чаше, или можешь положить руки на какую-нибудь позицию, например, на живот.

Ты вступаешь в контакт с силой Рейки, в соответствии с твоей ступенью.

Ты закрываешь глаза и прислушиваешься к своему дыханию, наблюдаешь как стенка живота поднимается и опускается. После того, как Твоё дыхание успокоилось и стало равномерным, Ты уходишь в себя (считаешь от 22-х до 1 в обратном порядке) и повторяешь вслух три раза каждое из пяти жизненных правил Рейки.

При этом Ты обращаешь внимание на то, какие чувства, эмоции или ассоциации возникают в Тебе при каждом из этих правил.

Ты пребываешь какое-то время в своих ощущениях и потом медленно, медленно возвращаешься назад и открываешь глаза.

ШКОЛЫ РЕЙКИ

Незадолго до своей смерти доктор Усуи передал официально право продолжения традиций Рейки доктору Чудзиро Хаяши, одному из своих учеников, присоединившегося к нему во время странствований.

Доктор Чудзиро Хаяши открыл в Токио первую в мире клинику Рейки, которая существует и по сей день.

В 1935 году Хавайю Таката прибыла с Гавайских островов в Токио. Она тяжело заболела после смерти своего мужа и приехала к своим родителям, чтобы перед смертью еще раз повидать их и проститься с ними. Родители уговорили свою дочь проконсультироваться у нескольких врачей. От одного из них она услышала о клинике Рейки. Госпожа Хавайю Таката обратилась в эту клинику и была принята на лечение.

Полностью выздоровев, госпожа Хавайю Таката решила сама заняться Рейки.

После настойчивых уговоров она была посвящена в 1936 году доктором Чудзиро Хаяши в 1-ю и 2-ю ступень. Отработав в клинике Рейки около года она вернулась домой, где открыла свою клинику.

В 1938 году доктор Чудзиро Хаяши посетил госпожу Хавайю Таката на Гавайских островах и там же посвятил её в ступень Великого Мастера.

Госпожа Хавайю Таката до последних дней своей жизни активно работала с Рейки и обучала Рейки и способствовала распространению этой целительской системы. За это время она посвятила и обучила 22 Великих Мастера Рейки.

После смерти госпожи Хавайо Таката её две ученицы основали в 1980 году две организации:

1. A. I.R.A. (American International Reiki Association) сегодня T.R.T.A.I. (The Radiance Technique Association International), основанная доктором Барбарой Рэй.

2. Reiki-Alliance (Союз Рейки), основанный Филипс Лей Фурумото.

В конце 1980-х годов госпожой Филипс Лей Фурумото официально было передано право посвящения в степень Мастера-Учителя всем Учителям Рейки, что значительно ускорило распространение этой системы.

Во многих странах появились свободные мастера Рейки, не состоящие в организациях.

Впоследствии образовались другие группировки, как R.A.I. (Система Ароло), основанная Экардом Штро-мом и "Рейки-балансинг", основанная Эдит Дрешер.

В настоящее время стало известно о "Восточной линии Рейки" или "Энерсенс". Эта линия пошла от Преп. Сенсей Такеучи, который получил ступень Учителя у Др. Хаяши. Впоследствии традиция была им передана Преп. Сейдзи Такамори. Сейдзи обогатил Рейки сходными методами целительства, которые он изучил во время своих 20-летних странствований по Индии, Непалу и Тибету. Он назвал свою расширенную систему

Рейки - "Система Целительства Буддо" или "Энерсенс". Сейдзи Такамори умер в 1992 году, свои традиции он передал доктору Рангу Премаратне (Ph.D.). Др. Ранге Премаратне является единственным Мастером Рейки, посвящающим во все четыре ступени системы Энерсенс. Он посвятил двух западных Мастеров Рейки, Патрицию Уоррен и Жана-Ива Эскера в 4-ую ступень Рейки.

В последнее время обострились дискуссии о том, какое направление более подлинное. Я считаю, что каждое из течений Рейки имеет право на существование. Просто Рейки, как и всё в космосе видоизменяется и развивается дальше. Это естественный процесс роста, которому Рейки было подвержено с самого начала.

С течением времени интуитивная практическая методика Рейки доктора Усуи сформировалась как система с ритуалами посвящения, иерархией ступеней и схемами положения рук. Кроме того, многие мастера Рейки обогатили систему многими теоретическими и практическими дополнениями из других философий и систем.

В настоящее время Рейки пользуется огромной популярностью. Быстрое распространение Рейки можно объяснить тем, что всё большее количество людей заняты поисками духовных путей и нетрадиционных методов исцеления. Рейки - это Жизнь, Любовь, Радость и Сила. Поэтому в конечном итоге, все иерархии, организации, титулы и школы не имеют значения.

ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ СИСТЕМА ЧЕЛОВЕКА

Человек - это не только физическое тело, он - целая энергетическая система, состоящая из пяти тел:

5. Пятое тело - Высшее "Я"

4. Четвёртое тело - ментальное
3. Третье тело - эмоционально-астральное
2. Второе тело - эфирное
1. Первое тело - физическое

Причём четыре тела от второго до пятого - это тонкие тела, невидимые человеческому глазу. Некоторые ясновидящие способны видеть второе эфирное тело. Все пять тел связаны между собой, они взаимопроникают друг в друга.

Чтобы понять принцип исцеления с помощью Рейки, необходимо понять принцип возникновения болезни. Истоки болезни лежат в нарушении гармонии взаимодействия тел (как физического, так и тонких) человека. Дисгармония наступает, когда мы отрицаем, т.е. не принимаем какие-то аспекты нашей личности, не имеем доверия к существованию, т.е. оторваны от потока Жизни. Если мы не имеем контакта к нашим высшим сферам, и не в состоянии "прислушаться" к внутренней жизни на этих уровнях, то наши не переработанные, подавленные или не принятые и не пережитые эмоции, или негативный образ мышления, не принятые нами какие-то идеи и т.д. постепенно сгущаются и оседают в физическом теле в виде блоков. Вследствие образования блоков, жизненная энергия не может свободно течь в нашем теле, образовавшиеся заторы вызывают определённые дискомфортные ощущения на физическом уровне, и если мы и после этого не в состоянии понять смысл этих посланий, чтобы их переработать и интегрировать освободившуюся энергию, то тогда и возникают болезни.

Физическое тело - это наша последняя инстанция, последний шанс понять смысл болезни и использовать этот шанс для нашего духовного роста.

Из выше сказанного вытекает, что болезнь - не наш враг с которым нужно бороться, как это принято в современном обществе, болезнь - это весть, послание, содержащее информацию, что нам необходимо "принять в себе для создания целостности и гармонии, т.е. исцеления.

РЕЙКИ

ДЕЙСТВУЕТ НА ПРИЧИННОМ УРОВНЕ

Рейки является мощным методом воздействия на причинном уровне.

В отличие от традиционных и от многих нетрадиционных методов лечения, которые лечат последствия, Рейки начинает с первого мгновенья работать на причинном уровне, т.е. на уровне тонких тел. После того как начинает "рассасываться" проблема на причинном уровне, начинают растворяться блоки на физическом уровне. Таким образом, Рейки воздействует глобально, одновременно на всех уровнях и занимается не целительством, а исцелением, т.е. создаёт целостность, соединение с высшим разумом, с Рейки.

Осознав принцип воздействия Рейки, мы начинаем понимать почему рекомендуемый минимальный цикл лечения с Рейки - это не менее четырёх полных сеансов, так как универсальная жизненная энергия проводит исцеление на четырёх уровнях (т.е. воздействует на три тонких тела от ментального до эфирного и на физическое тело), а Высшее "Я" не нуждается в исцелении - оно в постоянном контакте с высшим Разумом.

ОСТРЫЕ

И ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Как мы знаем, во время сеанса мы служим только проводником энергии, и мы не можем предопределить количество сеансов и результат лечения. Мне хотелось бы поделиться моим опытом на проведение сеансов

Рейки при острых и хронических заболеваниях и накопленным опытом.

Острое состояние болезни уже говорит нам о том, что "проблема" вызвавшая заболевание созрела и стоит остро перед нами. Поэтому острые заболевания, как правило, излечиваются довольно быстро. Из моего опыта могу сказать, что первый сеанс Рейки проходит без особых происшествий, после второго или третьего сеанса может наступить сильное обострение, связанное как правило с усилением боли. Это хороший признак, показывающий нам, что что-то сдвинулось с места, что блок вызвавший заболевание готов рассосаться. Следующий сеанс Рейки снимает боли и приносит исцеление. После этого важно эффект исцеления закрепить, т.е. продолжать давать Рейки один раз в неделю в течение трёх последующих недель. Конечно иногда может потребоваться большее количество сеансов, чтобы добиться сдвига в протекании заболевания, но, как правило, 1-2-х недель достаточно, чтобы исцелить острое заболевание.

Хроническое заболевание говорит нам о том, что "причина" давно уже игнорируется больным, блок затвердел и нам потребуется гораздо больше времени, чтобы Рейки могло принести исцеление. Сначала потребуется какое-то количество сеансов (которое предсказать совершенно невозможно, т.к. это зависит от срока давности возникновения болезни и степени затвердения блока), чтобы болезнь обострилась. Это где-то логично, мы не можем ожидать, что накопленные за всю жизнь проблемы могут исчезнуть за несколько дней. Больной был бы не в состоянии справиться с этим за несколько дней, так как он должен на причинных уровнях возникновения болезни переработать свою проблему и затем интегрировать освободившуюся энергию. С Рейки этот процесс протекает достаточно мягко, т.к. Рейки ставит перед нами только те задачи, которые мы в состоянии проработать и осознать.

После обострения хронического заболевания энергия работает далее по схеме исцеления острых заболеваний.

Здесь следует подчеркнуть, что в некоторых случаях исцеление может не наступить. Мы не можем знать, а зачастую и принимающий энергию Рейки сам не знает, готов ли этот человек отпустить свою болезнь.

Возможно она ему ещё нужна для внутренней работы над собой. Кроме того, известно, что некоторые люди ни за что на свете не расстанутся со своей "любимой" болезнью, потому что она является хорошим способом привлечения внимания других людей к себе.

Каждый решает для себя сам, хочет ли он выздороветь или остаться больным и хочет ли он жить или умереть.

Прежде чем приступить к сеансу Рейки с другим человеком, необходимо рассказать ему как работает Рейки, предупредить его, что может наступить обострение, сопровождающееся усилением болей, за которым приходит исцеление. Эта беседа крайне важна как для нас (мы

не должны забывать о возможных юридических последствиях, если мы не предупредим человека нам доверившегося), так и для принимающего Рейки, т.к. подготовив его мы замещаем страх знанием и таким образом создаём благоприятные предпосылки для работы с ним.

Часть II

Практическое применение Рейки

1-Я СТУПЕНЬ РЕЙКИ

1-я ступень даёт возможность ученику работать в основном на физическом уровне. Ежедневное самолечение способствует росту самопознания путём устранения блоков в нашем теле. Рейки возвращает энергию и гармонию в те зоны тела, которые долгое время были лишены питающей и целительной жизненной энергии.

Многие люди идут по жизни в состоянии гипноза, т.е. фокусируясь лишь на личных условиях жизни. Они не замечают всего происходящего вокруг них. Потеря периферийного зрения делает людей односторонними, потерявшими более широкий взгляд на жизнь. Нам следует научиться видеть жизнь так, как она на самом деле проходит, а не через призму ранее сложившихся представлений.

С момента посвящения в 1-ю ступень Рейки, посвященный становится на путь осознания своей жизни.

После получения стандартного объёма знаний применения силы Рейки с первой ступенью и приобретения практического опыта полученных знаний, рекомендую уже с 1-й ступени расширять свои возможности работы с Рейки, например с применением аффирмаций и с помощью визуализации (см. часть IV). Освоение и применение определённых техник открывает вам необъятный потенциал возможностей применения и интеграции Рейки во все аспекты вашей жизни.

ОБЩИЕ ПРАВИЛА

ПОДГОТОВКИ К СЕАНСУ РЕЙКИ

Рейки - это методическая система передачи универсальной жизненной энергии.

Рейки - это система пропускания универсальной жизненной энергии, целительные силы которой передаются через руки.

Очень важно осознать, что не Ты даешь Рейки, Ты не даешь энергию! Ты пропускаешь Рейки через себя, Ты служишь как бы антенной, с помощью которой получающий притягивает через Тебя Силу Рейки из космоса. Ты являешься только каналом, Рейки работает по своему усмотрению с позиции высшего плана и, таким образом, исключается какого-либо рода манипуляция.

Помни, что Ты всегда должен отдать дань уважения Энергии и применять ее в состоянии медитации, покоя и равновесия.

1. Создай приятную обстановку, в помещении должно быть тепло, но не чрезмерно жарко или душно. Зажги свечи, можно курить благовония. Тихая медитативная музыка вносит ноту покоя и расслабления.

2. Поинтересуйся, для чего получающий хочет получить сеанс Рейки. Узнай о существующих жалобах, болезнях или операциях, которые требуют осторожности и строго соблюдай законы целительства (обходишься с полученной информацией доверительно). Беседа перед сеансом также создаёт атмосферу доверия между Тобой и принимающим.

3. Объясни принимающему, что он сам всасывает энергию Рейки, и, в конечном итоге, сам решает сколько энергии ему принять и принять ли ему исцеление.

4. Не забудь проинформировать принимающего Рейки о возможности усиления болей.

5. Все украшения, часы, ремни, очки и обувь должны быть сняты, чтобы не вызвать чувство дискомфорта во время сеанса.

6. Помой руки до сеанса, это действие несет не только гигиенический характер, но и символический, Ты показываешь этим, что Ты "пришел с чистыми руками".

7. Положение тел участвующих в сеансе должно быть удобным.

8. Приготовь одеяло, подушку под голову и носовые платки (возможно понадобятся).

9. Пальцы рук должны быть сомкнуты.

10. Проведи по возможности полный сеанс (все позиции), исключением являются кризисные или стрессовые ситуации. По обстоятельствам, Ты можешь минимальное время на позицию (3-5 минут) сократить или продлить. Подходи к сеансу осознанно, с ответственностью и ориентируйся по потребностям получающего.

11. Помой руки после сеанса, чтобы смыть с рук возможные остатки чужой энергии.

12. Сначала проведи полный сеанс Рейки, и, в случае необходимости, положи дополнительно руки на больные участки или участки берущие много энергии или которые вызывают ощущение холода.

13. Сеансы Рейки необходимо проводить 4 дня подряд, а затем, по необходимости, до полного выздоровления, но не менее одного раза в неделю в течение трёх последующих недель.

14. Эффективность Рейки сохраняется, если Ты держишь руки на расстоянии 2-5 см над позицией.

Обязательно соблюдай правило обмена энергией, при этом обмен может быть материальный (денежный) или не материальный (помощь, услуги и т.д.).

Полный сеанс Рейки

Последующие указания предназначаются как для самолечения, так и для лечения другого человека.

1. Получающий Рейки лежит удобно на спине и готов расслабиться.
2. Дающий Рейки стоит или сидит в удобном для него положении в изголовьи получающего.
3. Для установления контакта с Рейки, дающий соединяет ладони перед сердечной чакрой, пребывает некоторое время в данной позе и мысленно благодарит Рейки. Ниже приводятся три фразы благодарения, которые я произношу перед и после каждого сеанса.

1. Я благодарю Рейки за то, что оно существует.

Знак уважения и благодарности к высшей, божественной энергии, из которой мы приходим и без которой мы не можем существовать.

2. Я благодарю Рейки за то, что мне дозволено быть его каналом.

Осознание того, что всё делает Рейки. Создание чувства смиренности перед всевышним.

3. Я благодарю Тебя за то, что Ты мне дозволил давать Тебе Рейки.

Знак уважения и благодарности к доверившемуся нам человеку.

4. Проводится сглаживание ауры получающего три раза, причем левая рука дающего лежит на его сердечной чакре, и на расстоянии 10-15 см от тела получающего он проводит правой рукой от головы до ног и возвращается к левой руке.

5. Дающий приступает к лечению. Перед тем как перейти к основным позициям, я прошу Рейки наполнить энергией всё тело получающего (или собственное при самолечении), я перечисляю подробно всё, что заполняется Рейки:

"Рейки наполняет каждую кость Твоего (моего) скелета, каждый сустав, каждый орган Твоего (моего) тела, каждую клетку Твоего (моего) тела и каждый атом Твоего (моего) тела. Мне кажется, что эффективность сеанса повышается. Испробуйте!"

6. Затем снова сглаживается аура получающего три раза от головы до ног, но на сей раз левая рука дающего лежит на сердечной чакре получающего. В заключение проводится энергетический штрих от крестцовой чакры вдоль тела получающего до его головы.

7. В заключение дающий снова соединяет ладони перед сердечной чакрой, пребывает некоторое время в данной позе и произносит мысленно три фразы благодарения.

Ниже приведённые основные позиции являются схемой, охватывающей все важные органы тела, всю эндокринную систему человека, а также систему чакр, по которой можно давать Рейки, особенно для начинающего. Впоследствии, с приобретением навыков, развития чувствительности в руках и интуиции, прислушайтесь к своим рукам, к своему внутреннему голосу и они поведут вас.

Ощущение тепла в руках во время сеанса является субъективным и не является определяющим количество и качество энергии Рейки!!!

Последующие позиции предназначаются как для самолечения, так и для лечения другого человека. Порядок положения рук следует эндокринной системе организма, а также системе чакр и охватывает все важные органы тела.

Особое внимание необходимо уделять тем участкам тела, которые берут много энергии.

Основные позиции

Таблица 1

Спереди:	Сзади:
1	2
Голова (4 позиции):	Голова (2 позиции):
Глаза: проблемы с глазами, придаточные полости, насморк, аллергия, астма, гипофиз и шишковидная железа	Обе руки на затылке: головная боль, боли в затылке, страх, шок
Виски: глазные нервы, головные боли	Лоб/затылок: концентрация, астма, регулирует давление, третий глаз
Уши: воздействие на все органы, т.к. ушные мочки имеют точки, соответствующие всем органам тела	
Шея: Щитовидная железа (регулирует: обмен веществ, давление), ангина, грипп, 5-я чакра	
Туловище (7 позиций):	Туловище (7 позиций):
Бронхи: бронхит, кашель, страх, эмоции, боли в плечах и спине	Плечи: стресс, страх, напряжение



Спереди:	Сзади:
1	2
Туловище (7 позиций):	Туловище (7 позиций):
Тимус/брюшная чakra (T-положение): укрепляет иммунную систему, сердце	Сердечная чakra: сердце, 4-я чakra
Легкие: любые проблемы с дыханием	Легкие: любые проблемы с дыханием
Печень/поджелудочная железа: печень, жёлчный пузырь, вывод ядов, поджелудочная железа, диабет, селезёнка, астма, иммунная система	Чakra солнечного сплетения: страх, 3-я чakra
Чakra солнечного сплетения/желудок: желудок, пищеварение, лимфы, шок, злость, депрессия, страх, центр силы, 3-я чakra	Почки: надпочечники, почки, боли спины, шок, астма, аллергия, вывод ядов, регулирует давление
Крестцовая чakra: нижняя часть спины, кишечник, пищеварение, 2-я чakra	Крестцовая чakra: боли спины, 2-я чakra
Пах: яичники, простата, мочевой пузырь, мочеточник	Корневая чakra (T-положение): ишиас, нервы, геморрой, скелет, 1-я чakra
Ноги (2 ног.): обе ноги одновременно	Ноги (2 ног.): обе ноги одновременно
Колени: сопротивление, Эго	Подколенные впадины: сопротивление, Эго
Подъём ног: воздействие на все органы, т.к. ступни имеют точки, соответствующие всем органам тела; заземление, особенно важно при энергетических блокадах в голове	Ступни: воздействие на все органы, т.к. ступни имеют точки, соответствующие всем органам тела; заземление, особенно важно при энергетических блокадах в голове

Туловище (спереди)
Бронхи



Тимус/сердечная чakra



Легкие



Туловище (сзади)
Плечи



Скpедная чakra



Легкие



universalinternetlibrary.ru

Рисунок 2 к таблице 1

Туловище (спереди)
Печень
поджелудочная железа



Легкие



Туловище (сзади)
Чакpы солнечного
сплетения



Легкие



universalinternetlibrary.ru

Рисунок 3 к таблице 1

Туловище (спереди)

Крестцовая чakra



Пaк



Туловище (сзади)

Крестцовая чakra



Корневая чakra



universalinternetlibrary.ru

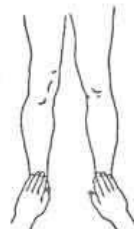
Рисунок 4 к таблице 1

Ноги (спереди)

Колени



Подъем ноги

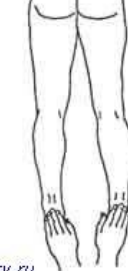


Ноги (сзади)

Подколенные впадины



Ступни



universalinternetlibrary.ru

Рисунок 5 к таблице 1

САМОЛЕЧЕНИЕ

Позиции для самолечения такие же как выше изложенные, удобное расположение рук выбирает каждый сам для себя. В зависимости от части тела, которой Ты хочешь дать Рейки, попытайся по возможности принять наиболее для Тебя удобное положение (сидя или лежа).

Очень приятно лежа в постели перед сном положить руки "на любимую" позицию и давать себе Рейки. В большинстве случаев это ведет к глубокому и расслабляющему сну.

Групповой сеанс Рейки

Мне всегда удивительно наблюдать воздействие Рейки на получающего при групповых сеансах. Это очень сильное и прекрасное чувство и удовольствие ощущать прикосновение многих рук. Получающий ощущает многократное усиление энергии Рейки. Неожиданное и сильное окружение Светом и Любовью часто вызывает у получающего сильные эмоциональные ощущения.

Групповые сеансы очень эффективны при разного рода недомоганиях (физических и особенно психических).

Групповой сеанс короче, чем полный сеанс Рейки, так как на все позиции накладываются руки многих людей. Энергия также усиливается в результате того, что большое количество энергии направлено на нас одновременно. Каждый имеет возможность испытать 10-минутное воздействие группового сеанса (5 минут спереди и 5 минут сзади).

Я рекомендую каждому воспользоваться любой возможностью посещения группового сеанса.

Короткий сеанс Рейки

Короткий сеанс ни в коем случае не заменяет полный сеанс Рейки. Короткий сеанс не проникает в глубину.

Короткий сеанс длится 10-15 минут, он предусмотрен для случаев, когда необходимо быстро поднять энергетический уровень человека и достичь его полного расслабления. А также в случае, если у тебя недостаточно времени для полного сеанса, то проведи короткий сеанс. Лучше получить немного Рейки, чем вообще ничего.

Если мы даём Рейки кому-то на рабочем месте, то необходимо следить за тем, чтобы короткий сеанс не превышал 15-ть минут. В противном случае принимающий может войти в состояние глубокой расслабленности и затем не в состоянии будет фазу вернуться к своей деятельности.

При коротком сеансе давай Рейки по следующей схеме:

1. Сглаживание ауры;
2. Энергетический штрих;
3. Обе руки на плечи сзади;

4. Зарядка чакр (описано в главе о работе с чакрами);
5. Сглаживание ауры;
6. Энергетический штрих.

Работа с чакрами

Работа с чакрами относится к основным методам работы с Рейки. Для целенаправленной работы с чакрами необходимо ознакомиться с системой чакр и их положением на теле человека, а также приобрести навыки применения ниже изложенных способов в конкретной ситуации.

Что такое чакры?

Чакры - это быстро вращающиеся энергетические центры в виде спиралей (или колёс), посредством которых происходит связь физического тела с энергетическими телами. Эти энергетические центры, "преобразователи жизненной энергии", расположенные вдоль позвоночника, но не в физическом, а в эфирном теле человека. Всего их семь. Они открываются постепенно, начиная с самой нижней, в течение развития человека от ребёнка до взрослого. Одни люди развиваются быстрее, другие - медленнее, и, кроме того, чакры открываются у различных людей в разном возрасте.

1. Первая чакра связана со строительством и воспроизводством храма нашего тела, с чувством обоняния и элементом земли.

2. Вторая чакра олицетворяет отношение к другим человеческим телам (секс); она соответствует чувству вкуса и элементу воды.

3. Третья чакра представляет собой важный центр обмена энергией с другими людьми; она олицетворяет свет, тепло, чувство зрения и элемент огня.

4. Четвёртая - сердечная чакра. Это - духовная сторона любви, симпатия, сочувствие к другим. Она связана с дыханием и элементом воздуха.

5. Пятая чакра связана с понятием пространства; она обозначает творческую силу, самовыражение, коммуникацию. Ей соответствуют чувство слуха и звуки. Её элемент - эфир, квинтэссенция четырёх основных элементов: огня, воды, воздуха и земли.

6. Шестая чакра (третий глаз) связана со способностью духовного видения, интуицией.

Она связана с понятием времени и образами.

7. Седьмая чакра - венец бытия, высшее сознание, космический разум.

Каждая чакра связана с определённой системой эндокринных желез физического тела. Энергетические тела впитывают энергию имеющую высокие вибрации, преобразовывают её в чакрах и затем преобразованная энергия через чакры поступает в соответствующие эндокринные железы.

Нарушение равновесия одной системы приводит к непосредственному нарушению равновесия другой системы. Отсюда и вытекает важность балансировки чакр. Балансирование чакр приводит к равновесию всех систем.

Для более ясного представления насколько важна для духовного роста работа с чакрами, рассмотрим несколько конкретных ситуаций.

Например, если какая-то кармическая блокада растворена, а соответствующие чакры не достаточно работоспособны, то освободившаяся энергия не может быть интегрирована. При лечении на тонких уровнях такое неправильное развитие встречается довольно часто. И наоборот, не всегда достаточно для исцеления и улучшения жизненных условий "починить" какую-то чакру, если неразрешённые проблемы на кармическом уровне являются причиной заболевания. Данное лечение остаётся поверхностным.

Ниже приведённая схема показывает положение семи основных чакр в теле человека.

Пять чакр расположены вдоль позвоночника, причем каждая чакра имеет вход/выход и исходную точку на позвоночнике. Вход/выход чакры является контактом к внешнему миру (аура), а исходная точка - контакт к внутреннему миру (основные каналы на позвоночнике, связывающие Кундалини и "Третий глаз").

Основные чакры спереди имеют эмоциональную окраску, а на спине - волевою.

Прилагаемая таблица чакр показывает связь каждой основной чакры с эндокринными железами, органами тела, органами чувств и эмоциями.

Все чакры одинаково важны!!!

Система основных семи чакр

Формы повреждения и нарушения работоспособности чакр

Известны три формы нарушения работоспособности и повреждения чакр:

Расположение основных чакр

1. Очевидные дефекты (деформация, трещины или разрывы);
2. Отсутствие привязки к внутренней энергетической системе (т.е. к исходной точке на позвоночнике);
3. Неправильное положение (смещённое положение).

С помощью Рейки можно довольно просто устранить дефекты чакр. Правда, в случае очень серьёзных повреждений потребуются довольно много времени для полного восстановления работоспособности чакр. При этом важно регулярное лечение.

ЛЕЧЕНИЕ ЧАКР

Лечение очевидных дефектов чакр

При деформациях, трещинах или разрывах чакр рекомендуется применять зарядку чакр. Описание этого способа приведено в главе "Зарядка чакр".

Энергия Рейки, протекающая через дефектную чакру, воздействует исцеляюще на нее, склеивает трещины, разрывы и выравнивает деформации данной чакры.

После целенаправленной работы с дефектной чакрой необходимо обязательно провести балансировку чакр (описано в главе "Балансировка чакр"), так как данная чакра после исцеления получила другой энергетический заряд. Как нам уже известно, все чакры связаны между собой, поэтому влияние других чакр может привести к новому нарушению баланса исцелённой чакры. Если же сбалансировать все чакры с помощью Рейки между собой, то можно избежать выше описанного нарушения.

В заключение необходимо сгладить ауру, чтобы интегрировать освободившуюся энергию.

Лечение отсутствия привязки чакры к внутренней энергетической системе

В случае отсутствия привязки чакры к внутренней энергетической системе (т.е. к исходной точке на позвоночнике) рекомендуется в первую очередь положить руки на вход/выход чакры сзади на спине. Через 3-5 минут перейти к зарядке чакр. Закончить лечение также сглаживанием ауры.

Лечение неправильного положения чакры

Смещённое положение одной чакры или нескольких чакр выравнивается балансированием чакр. В заключение сглаживается аура.

БАЛАНСИРОВКА ЧАКР

Я рекомендую балансировать чакры ежедневно утром перед тем как встать из постели или вечером перед сном.

Ниже приведены два способа балансировки чакр: "семисвечник" и "последовательный". Рекомендую испробовать оба способа и прочувствовать, который из них воздействует на Тебя благоприятнее.

Балансировка чакр:

- гармонизирует чакры - каждую чакру в отдельности и между собой;
- усиливает жизненную энергию в организме;
- способствует исцелению психосоматики;
- побуждает к духовному развитию;
- раскрывает качества сердца;
- помогает познать нашу истинную сущность.

В целом балансировка чакр расслабляет, успокаивает, придает лёгкость, свежесть и бодрость.

СПОСОБ СЕМИСВЕЧНИКА

У семисвечника видим мы одну свечу в центре и по три свечи справа и слева. При этом четко видна взаимосвязь парных свечей справа и слева.

Соответствие семисвечнику можно найти у семи главных чакр, на этом и построена балансировка чакр по данному методу. Она приводит к резонансу энергии трёх "высших" (душевно - духовных) чакр с тремя "низкими" (телесно - эмоциональными) чакрами. Сердечная чакра (центр высшей Любви) образует в этом методе середину.

Соединение нашей духовной природы с нашей эмоционально - телесной возможно только через наше сердце, через его доброту, силу и любовь.

Задача ниже описанного метода балансировки чакр развить эти качества, мы всегда соединяем одну "небесную" чакру с одной "земной" чакрой. Таким образом мы соединяем Небо с Землёй.

Держи руки на каждой позиции по 5 минут, пока не почувствуешь приток энергии, проводи балансировку лежа или сидя.

1. Положи обе руки рядом на сердечную чакру, при этом безразлично какая рука находится выше или ниже, и давай Рейки.

2. Затем положи верхнюю руку на горловую чакру, а нижнюю на чакру солнечного сплетения, опять давай Рейки.

3. Потом положи верхнюю руку на третий глаз, а нижнюю на крестцовую чакру, опять давай Рейки.

4. Затем положи верхнюю руку на макушечную чакру, а нижнюю на корневую чакру, опять давай Рейки.

Теперь передвигай руки в обратном направлении.

5. Положи нижнюю руку на третий глаз, а верхнюю руку на крестцовую чакру.

6. Положи верхнюю руку на горловую чакру, а нижнюю руку на чакру солнечного сплетения.

7. В заключение положи обе руки опять на сердечную чакру.

Полежи еще несколько минут, прислушайся к Твоим внутренним ощущениям. И не забудь в заключение снова поблагодарить Рейки.

СПОСОБ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОЙ БАЛАНСИРОВКИ ЧАКР

Этот метод требует меньше времени и его можно применять, когда у Тебя недостаточно времени.

Держи руки на каждой позиции по 5 минут, пока не почувствуешь поток энергии, проводи балансировку сидя или лежа.

1. Положи одну руку на крестцовую чакру, а другую на чакру солнечного сплетения, при этом безразлично какая рука находится выше или ниже, и давай Рейки.

2. Затем положи нижнюю руку на чакру солнечного сплетения, а верхнюю на сердечную чакру, опять давай Рейки.

3. Потом положи нижнюю руку на сердечную чакру, а верхнюю на горловую чакру, опять давай Рейки.

4. Потом положи нижнюю руку на горловую чакру, а верхнюю на третий глаз, опять давай Рейки.

Полежи еще несколько минут, прислушайся к Твоим внутренним ощущениям.

ЗАРЯДКА ЧАКР

Зарядка чакр также как и балансировка чакр относится к основным методам работы с Рейки.

Держи руки на каждой позиции по 5 минут, пока не почувствуешь приток энергии, проводи зарядку стоя или сидя.

1. Держи одну руку спереди на расстоянии нескольких сантиметров от выходящей точки крестцовой чакры, а другую руку сзади на расстоянии нескольких сантиметров от исходной точки крестцовой чакры.

2. Затем тем же способом заряди чакру солнечного сплетения.

3. Потом таким же образом проведи зарядку сердечной чакры.

4. Затем таким же образом заряди горловую чакру.

5. В заключение проведи зарядку лобовой чакры (Третьего глаза).

Полежи еще несколько минут, прислушайся к Твоим внутренним ощущениям.

Зарядка чакр:

- заряжает каждую чакру в отдельности;

- усиливает жизненную энергию в эндокринных железах, органах тела, органах чувств и эмоциях, связанных с каждой чакрой;

- способствует раскрытию чакр.

Внимание! После зарядки чакр следует непременно провести балансировку чакр для гармонизирования чакр между собой.

ЧАКРОВАЯ МЕДИТАЦИЯ

Эта медитация гармонизирует энергии в Твоих семи силовых центрах, что поведёт за собой гармонию Твоих действий и мыслей в повседневной жизни.

Ты сидишь удобно на стуле, с прямой спиной, ступни стоят параллельно на полу и дышишь глубоко и расслабленно.

Ты вступаешь в контакт с силой Рейки, в соответствии с твоей ступенью.

После того как Ты почувствуешь поток энергии Рейки, Ты закрываешь уши большими пальцами руки, глаза указательными пальцами, средние пальцы кладёшь по обе стороны ноздрей, так, что Ты можешь поочерёдно ими правую или левую ноздрю закрыть, а оставшиеся пальцы кладёшь на губы. Теперь закрой левую ноздрю и одновременно вдохни глубоко через правую ноздрю. Втяни воздух глубоко вниз пока не почувствуешь его в корневой (муладхара) чакре. Затем выдохни через правую ноздрю и закрой её пальцем. Теперь вдохни глубоко в корневую чакру через левую ноздрю и затем выдохни через неё.

Вдохни таким образом несколько раз в корневую чакру до тех пор, пока она не станет тёплой.

Затем вдохни последовательно таким же образом в крестцовую (свадистана) чакру, чакру солнечного сплетения (манипура), сердечную (анахата) чакру, горловую (вишудда), лобовую (аджна) и, наконец, в макушечную (сахасрара) чакру.

После того как Ты достиг макушечной чакры, возвратись таким же способом (вдыхая и выдыхая поочерёдно через правую и левую ноздрю) обратно к корневой чакре.

Если Ты хорошо овладел этим упражнением, то можешь во время медитации представить цвета в соответствии с каждой чакрой.

Муладхара - красный

Свадистана - оранжевый

Манипура - жёлтый

Анахата - зелёный

Вишудда - голубой

Аджна - индиго

Сахасрара белый, золотой или фиолетовый

С помощью визуализации цветов Ты интенсифицируешь работу с чакрами.

В заключение займи лежачее положение, расслабься и сосредоточься на поток энергий в Твоём теле.

2-Я СТУПЕНЬ РЕЙКИ

Под воздействием Универсальной жизненной энергии наступает интенсивный процесс осмысливания как положительного, так и отрицательного содержания нашего Сознания.

Рейки открывает дверь к нашему подсознанию и также к нашему Высшему "Я".

С энергетической точки зрения происходит очищение всех четырёх энергетических тел (физическое, эфирное, эмоционально/астральное и ментальное) от отрицательных вибраций нашего Эго, после чего наступает их гармоничное взаимодействие. Вибрации на всех уровнях становятся выше, тем самым стимулируется осознание более тонких миров. Это очень интенсивный процесс и он естественно требует времени.

Посвящение во 2-ю ступень Рейки усиливает этот процесс и охватывает всё более глубокие слои подсознания и подводит нас все ближе к Высшему "Я". Горловая чakra и Третий глаз еще более активируются, что усиливает жажду познания и вытекающий отсюда духовный рост. Развиваются интуиция, ясновидение, возможно видение ауры, а также "зрительное" восприятие других миров.

По сравнению с 1-й ступенью Рейки укорачивается время полного сеанса на одну треть. Посвящаемый настраивается на энергию трёх символов, с помощью которых он может посылать энергию Рейки за пределы времени и пространства. Причем третий символ настраивает дающего на уровень Жизненной энергии (т.е. фокусирует сознание и внутреннее внимание), в то время как оба других символа имеют гармонизирующее и усиливающее воздействие. Все 3 символа выполняют функцию "моста" между дающим энергию Рейки и принимающим её. Таким образом получающему дается возможность принять столько энергии, сколько ему необходимо.

С помощью 2-й ступени открываются огромные новые возможности для применения Универсальной Энергии и, соответственно, увеличивается ответственность посвященного.

СИМВОЛЫ РЕЙКИ

Первый символ

Значение: Сила, энергия.

Возможное направление сознания:

Вся космическая энергия прийди!

Этот символ стягивает энергию из пространства вокруг для фокусирования её в желаемом направлении.

Значение (смысл) заложенного в мантре (имени) символа:

- кривой меч, описывающий линию;
- внедрение для достижения единого целого, создание пространства, в котором ничего нет;
- трансцендентальный Дух.

Задача:

- служить катализатором;
- активирует и усиливает энергию.

Возможности применения:

дает другим символам дополнительную, энергию и "фокусирует" её;

- очищение;
- защита;
- энергетическая самозащита;
- очищение и энергетизация воды и пищи;
- очищение и зарядка кристаллов и любых других целебных камней;
- очищение и энергетизация материальных предметов.

Второй символ

Значение: Исцеление, гармония, счастье.

Возможное направление сознания: Человек и Бог воссоединяются.

Значение (смысл) заложенного в мантре (имени) символа:

- эмбриональное состояние;
- нерожденное в потайном, начало внешней формы;
- корневая чакра, связь с землёй, контакт с жизненной энергией.

Задача:

- успокаивать, расслаблять разум;
- открывать непосредственный доступ к подсознанию;
- приносить гармонию и исцеление.

Возможности применения:

- устранение блокад;
- ментальное и эмоциональное лечение;
- гармонизирование.

Третий символ

Значение: соединение, единство, связь.

Возможное направление сознания: Бог во мне узнает Бога в Тебе.

Значение (смысл) заложенного в мантре (имени) символа:

- первоисточник или начало;
- светить;
- вперед по правильному курсу;
- цель;
- тишина, покой.

Задача:

- устанавливать связь вне времени и пространства;
- создание единства между Началом и Концом;
- построить мост между божественным во мне и всем Существованием.

Возможности применения:

- лечение на расстоянии;
- ментальное и эмоциональное лечение на расстоянии;
- самолечение с применением техники лечения на расстоянии.

ТЕХНИКИ ПРИМЕНЕНИЯ СИМВОЛОВ

Возможности применения символов Рейки неисчерпаемы. Ниже приведены некоторые из них. Каждый работающий с Рейки может экспериментальным путём найти новые техники. Главное - это довериться собственной интуиции, прочувствовать воздействие каждого символа и найти собственный, личный подход к применению символов Рейки.

При применении символ рисуется рукой в воздухе или в воображении и затем, для его активирования, произносится вслух или мысленно трижды его мантра.

Символы должны применяться в состоянии полной концентрации и в то же время в полной расслабленности, без ожидания каких-либо результатов. Лучше всего в состоянии полного доверия разуму, силе, интуиции Рейки, полагаясь на правильность происходящего, доверяясь высшему руководству и в доверии, что происходит исцеление. Мы отпускаем все и полагаемся на Существование.

Конечно, потребуется время, чтобы это состояние расслабленной концентрации, внутренней собранности и способности отпустить всяческие ожидания появилось.

Некоторые дополнения при работе со 2-й ступенью

Правила подготовки к сеансу Рейки такие же, как и при 1-й ступени, принципиальное различие состоит лишь в том, что со 2-й ступенью мы работаем с символами.

Применение символов перед сеансом Рейки

Рекомендую перед каждым сеансом Рейки, независимо от применяемой техники, рисовать символы на себя в следующем порядке: 3-й, 2-й и 1-й символы. Таким образом сильнее ощущается связь с Рейки, а также с нашим Высшим "Я" и с нашим подсознанием, возникает лучшее ощущение нашего состояния или состояния человека, которому мы даём Рейки. Вследствие этого растёт быстрее интуиция, расширяется сознание и т.д. Исходя из собственного опыта рекомендую попробовать этот метод применения символов. Если мы даём Рейки другому человеку, то после сглаживания его ауры, мы применяем символы. С помощью 3-го символа устанавливается дополнительный контакт к принимающему, с помощью 2-го символа устанавливается контакт ко всем подсознательным уровням принимающего и с помощью 1-го символа усиливается сила Рейки.

Полный сеанс Рейки

Также, как и при 1-й ступени, работа со 2-й ступенью начинается с полных сеансов в течение четырёх дней подряд, а затем, по необходимости, до полного выздоровления, но не менее 1 раза в последующие 3 недели для закрепления эффекта исцеления. Также следует больше уделять внимания больным участкам тела или участкам, берущим много энергии, или которые вызывают ощущение холода.

Рейки дается на все основные позиции!!!

Различие состоит лишь в том, что перед сеансом мы устанавливаем контакт с помощью символов (3-й, 2-й, 1-й) и затем, во время сеанса впускаем из ладоней 2-й символ в каждую позицию для стимулирования гармонии и затем 2-й символ фиксируется 1-м символом. Первый символ может применяться сколько угодно для усиления силы Рейки.

Минимальная продолжительность полного сеанса Рейки 20 минут!!!

Короткий сеанс Рейки

Схема короткого сеанса идентична схеме приведённой в соответствующей главе, описывающей 1-ую ступень.

Различие состоит лишь в том, что перед сеансом мы устанавливаем контакт с помощью символов (3-й, 2-й, 1-й) и затем, во время сеанса, впускаем 2-й и 1-й символы из ладоней в каждую позицию.

Первый символ может применяться сколько угодно для усиления силы Рейки.

РАБОТА С ЧАКРАМИ

Задачи и функции чакр были уже обсуждены в предыдущих главах. Применение символов и связанные с ними техники, расширяют значительно наши возможности работы с чакрами.

Во второй ступени применяются те же техники работы с чакрами (балансировка и зарядка чакр), но при этом используется усиливающее воздействие символов на энергию Рейки (2-й и 1-й символы впускаются из ладоней в каждую чакру).

Применение символов можно сочетать с цветом соответствующей чакры, т.е. можно представить втекающие в чакру символы в цвете, соответствующем данной чакре.

Вторая ступень предоставляет нам возможность провести быстрое балансирование чакр (методы описываются ниже). Я лично предпочитаю семисвечник с применением техники второй ступени.

Быстрое балансирование достигается с помощью 1-го символа.

Первый символ рисуется кругообразно, начиная с 1-й чакры через все чакры и заканчивается на сердечной чакре. Таким образом мы энергетизируем чакры и соединяем их между собой.

Быстрая зарядка достигается также с помощью 1-го символа.

Для активирования отдельной чакры или всех чакр, мы представляем себе, как первый символ (соответствующего цвета) кружит в чакрах.

МЕНТАЛЬНОЕ ЛЕЧЕНИЕ И ДЕПРОГРАММИРОВАНИЕ

Техника ментального лечения базируется на непосредственном контакте с подсознанием, который устанавливается с помощью второго символа. Эта техника растворяет подсознательное сопротивление процессу лечения и даёт импульсы для исцеления.

Для ментального лечения особенно важно полностью отстранить наше Эго и подойти с любовью, уважением перед личностью человека доверившегося нам.

Техника ментального лечения даёт возможность с помощью целенаправленной аффирмации (т.е. положительно сформулированной установки) переписать нежелательные программы или представления.

Разрабатывать соответствующие аффирмации необходимо вместе с получающим ментальное лечение. Чаще всего мы не знаем, что в данный момент для нас наилучшее, и ещё труднее нам узнать, что необходимо другому человеку. Помимо этого, не всегда желаемое нами есть наилучшее для нас и, особенно, для другого. Поэтому лучше разрабатывать аффирмации интуитивно в момент лечения. Работай только с одной аффирмацией. После цикла ментального лечения необходимо сделать перерыв и только после того как человек переработал и принял новую программу, можно начинать работу со следующей программой.

С помощью универсальной аффирмации, как например: "Данная энергия служит для моего высшего блага, с точки зрения высшего плана", можно провести депрограммирование уже сложившихся структур. При так называемом депрограммировании растворяются программы, мешающие подсознательно нашей целостности, исцеление происходит без необходимости знания взаимосвязей. В процессе так называемого депрограммирования поднимаются на поверхность некоторые части нашего подсознания, которые мы можем потом осознанно прочувствовать. В случае депрограммирования мы доверяемся разуму и силе Рейки.

Перед началом ментального лечения или депрограммирования рекомендуется применить расслабляющие техники или провести медитацию.

Длительность сеанса не должна превышать 10 минут (также при самолечении) и проводиться 6 дней подряд и в последующую неделю 2 раза.

Я отработала для себя определённую схему при тяжёлых душевных состояниях, например в случае депрессии. Сначала я даю человеку серию полных сеансов Рейки для укрепления его общего состояния.

Затем начинаю ментальное лечение с депрограммирования, что прекрасно устраняет подсознательное сопротивление к лечению и кроме того размывает целый ряд задерживающих наше развитие программ.

После этого делаю перерыв от 2-х недель до 3-х месяцев, в зависимости от состояния человека. Затем, если состояние ровное и стабильное, можно приступить к целенаправленному ментальному лечению с аффирмацией. При необходимости дальнейшего лечения с новой аффирмацией, я перед этим опять делаю перерыв.

Ниже предлагаемая схема ментального лечения может быть по необходимости изменена в зависимости от ситуации принимающего. Полагайся на свою интуицию!

Схема ментального лечения

Подготовка аналогична подготовке к полному сеансу Рейки. Далее следует руководствоваться ниже изложенной схемой:

1. Обсуди и сформулируй аффирмации с принимающим Рейки;
2. Принимающий сидит на стуле, его ступни стоят параллельно на полу, глаза закрыты;
3. Рисуй на себя все три символа (3-й, 2-й, 1-й);
4. Три раза сгладь ауру принимающего, проведи энергетический штрих;
5. Встань сзади принимающего, левую руку положи на затылок, нарисуй второй символ над макушечной чакрой принимающего, мысленно повтори три раза мантру символа и правой рукой несколько минут давай Рейки на темя. Одновременно представь себе белый или золотой свет, втекающий в Твою макушечную чакру и доходящий до Твоих ступней, и как этот свет через Твои руки втекает в макушечную чакру принимающего и течёт по его телу до ступней, и при этом рассасывает тёмные места и блоки;
6. Левую руку продолжай держать на затылке, правой рукой нарисуй над макушкой принимающего первый символ. Повтори три раза мантру символа и положи на макушку Твою правую руку;
7. Мысленно повтори три раза имя принимающего. Крайне важно осознать, что установленная связь с космосом идёт через Тебя к самым глубоким слоям подсознания принимающего.

Можно мысленно подкрепить эту связь, сказав: "У меня есть ключ";

8. Продолжай представлять поток золотого или белого света идущий через Тебя к принимающему (как описано выше);

9. Мысленно или вслух произнеси сформулированную или приведённую универсальную аффирмацию: "Данная энергия служит для моего высшего блага, с точки зрения высшего плана".

Принимающий может тоже мысленно или вслух повторить обговоренную фразу;

10. Одновременно представь себе принимающего в желаемом состоянии, т.е. здоровым, счастливым, сияющим и т.д. Интуитивно повторяй все аффирмации столько раз, сколько потребуется;

11. Прерви контакт к принимающему. Три раза сгладь его ауру, проведи энергетический штрих от крестцовой чакры через его голову;

12. Осознанно доверь последующее исцеление силе Рейки;

13. В заключение не забудь поблагодарить Рейки за то, что Тебе дозволено было быть Его каналом. Затем поддержи руки под проточной водой.

Замещающие позиции

Имея 2-ю ступень Рейки, можно работать с так называемыми "замещающими" позициями. Это контактная позиция на теле, которая как бы замещает все остальные позиции.

После установления контакта с Рейки с помощью символов, Ты можешь определить замещающую позицию, на которую Ты положишь руки и при этом произносишь аффирмацию.

Ниже я предлагаю несколько аффирмации, которые Ты можешь перенять.

Возможные формулировки при применении замещающих позиций

"Универсально" применимая формулировка.

С момента наложения моих рук на (например, на живот) - эта позиция является замещающей для всех частей тела, которые нуждаются в энергии Рейки с точки зрения высшего плана, для стимулирования целостного и гармоничного развития, здоровья и благополучия на всех уровнях.

Формулировка для наступающего дня

Энергия Рейки втекает в наступающий день и течёт туда, где она, с точки зрения высшего разума, наиболее необходима мне и всем окружающим (близким, друзьям, коллегам) и в любые возможные ситуации, с которыми мы сегодня непосредственно и косвенно соприкасаемся. Мы повсюду окружены и пронизаны энергией Рейки!

Формулировка для гармонизирования чакр

По мере потребности, ты можешь настроиться на отдельные чакры или на все одновременно.

С момента наложения моих рук на (например, на сердечную чакру) воздействует Рейки на все мои чакры наиболее эффективно, с точки зрения высшего разума, для оптимального и гармоничного развития моего внешнего и внутреннего существования.

ПЕРЕДАЧА РЕЙКИ НА РАССТОЯНИИ

Лечение на расстоянии относится к наименее доступной для понимания методике Рейки. Это касается не техники (она достаточно проста), а нашего разума, который должен осознать, что Рейки можно передать на большие расстояния при отсутствии непосредственного контакта.

Из современной медицины нам известно, что в зависимости от рода деятельности, человеческий мозг имеет различные частоты колебаний. Мы излучаем наши мысли в виде волн и механизм излучения мысли и её встречи с адресатом (получателем) аналогичен механизму распространения радиоволн. По этому принципу передаётся сила Рейки на расстоянии.

Символы Рейки фокусируют разум посвященного таким образом, что энергия Рейки может передаваться на любые расстояния (т.е. за пределы времени и пространства).

Лечение на расстоянии применяется в том случае, если исключена возможность контактного лечения. Лечение на расстоянии равнозначно контактному лечению с той лишь разницей, что принимающий возможно ощутит силу Рейки слабее. Лечение на расстоянии наиболее эффективно в том случае, когда оба участника (посылающий и принимающий) имеют возможность одновременно расслабиться, поэтому рекомендуется заранее договориться о времени сеанса.

Получающий Рейки должен (по возможности) находиться в лежачем положении, особенно в случае лечения на расстоянии с несколькими посылающими, т.к. он принимает концентрированный заряд энергии Рейки.

Так же как и при других методах лечения с помощью Рейки, ни в коем случае нельзя применять лечение на расстоянии без согласия получающего.

Ритм сеансов при лечении на расстоянии остается прежним, т.е. не менее 4-х дней подряд и далее регулярно по необходимости, но не менее одного раза в неделю в течение последующих трёх недель.

Кроме того, очень удобно с помощью методики лечения на расстоянии проводить самолечение, особенно лечение спины.

Техника передачи Рейки на расстоянии

Последующие указания предназначаются как для самолечения, так и для лечения другого человека.

1. Займи удобное для Тебя положение (лёжа или сидя).
2. Центрируйся в сердце и произнеси слова благодарения.
3. Нарисуй на себя все три символа (3-й, 2-й, 1-й).

4. Держи фотографию принимающего перед собой или представь себе этого человека, или самого себя (при самолечении), или растение, или желаемую ситуацию, в которую ты хочешь послать Свет и т.д. Если Ты не знаком с принимающим и не имеешь его фотографии, то Тебе необходимо знать его полное имя и его точный адрес.

5. Установи контакт с помощью 3-го символа, рисуя его на воображаемого человека или над его теменем (или на воображаемую ситуацию и т.п.), затем произнеси три раза мантру 3-го символа.

6. Произнеси три раза полное имя (при необходимости и его адрес) этого человека (или ситуации и т.д.). *Спроси у его высшего "Я", готов ли он принять Рейки.*

7. При отрицательном ответе немедленно прерви контакт путём потирания рук.

8. В случае положительного ответа, попроси Рейки послать энергию получателю. Одновременно представить себе белый или золотой Свет, втекающий в макушечную чакру и доходящий до ступней принимающего, и при этом рассасывающий тёмные места и блоки в его теле.

9. Для достижения подсознания принимающего нарисуй 2-й символ и активируй его (т.е. произнеси трижды вслух или мысленно его имя).

10. Для стабилизации контакта и усиления энергии нарисуй 1-й символ и активируй его тем же способом.

11. Теперь Ты в состоянии давать Рейки в любой форме. Доверься своей интуиции.

12. Выбери удобное для Тебя положение рук при передаче Рейки на расстоянии:

а) Представь себе принимающего совсем маленьким и помести его образ или его фотографию между Твоими ладонями;

б) Определи для Тебя удобную "замещающую позицию" на твоём теле, на которую ты положишь руки;

в) Положи Твои руки вдоль тела ладонями наверх, либо подними ладони в направлении потока энергии.

13. Одновременно представь себе принимающего в желаемом состоянии, например: здоровым, счастливым, улыбающимся и т.д.

14. Попроси Рейки наполнить энергией всё тело получающего (или Твоё при самолечении);

перечисли подробно все участки, которые заполняются энергией Рейки:

"Рейки наполняет каждую кость Твоего (моего) скелета, каждый сустав, каждый орган Твоего (моего) тела, каждую клетку Твоего (моего) тела и каждый атом Твоего (моего) тела. *Рейки течет в Тебя (меня) до тех пор пока Ты (я) не превращаешься (-юся) в Свет.*

15. Если Рейки даётся на ситуацию, то попроси Рейки наполнить ситуацию энергией.

16. Отпусти всё и не забудь, что не Ты даёшь Рейки, Ты служишь только каналом! Ты можешь во время сеанса медитировать и осознанно доверить последующее исцеление силе Рейки.

17. Постарайся во время сеанса почувствовать принимающего, его проблемы, состояние, а также определить момент, когда его потребность в энергии Рейки удовлетворена. После этого Ты можешь закончить сеанс путём потирания рук.

18. В заключение не забудь поблагодарить Рейки за то, что Тебе дозволено было быть Его каналом. Затем поддержи руки под проточной водой.

МОЙ ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ ПЕРЕДАЧИ РЕЙКИ НА РАССТОЯНИИ

Мне хотелось бы здесь поделиться некоторым личным опытом:

а) Я настоятельно рекомендую при передаче Рейки на расстоянии, даже в случае договорённости, снова спросить принимающего (п. 6), готов ли он принять Рейки. У меня произошёл такой случай:

Одна пожилая женщина попросила меня о помощи. Её мучили сильные головные боли и звон в ушах. Все последующие дни я была занята, и не могла посетить её, чтобы провести контактный сеанс лечения. Мы договорились, что я буду лечить её на расстоянии и назначили время сеанса. В назначенное время я легла, расслабилась, поблагодарила Рейки и визуализировала эту женщину. Когда я задала вопрос её высшему "Я", хочет ли оно принять Рейки, то всё потемнело перед моим внутренним глазом и на меня надвинулась чернота и отрицание. Ответ был ясен. Я тут же прекратила контакт.

По-видимому, принимающая не была готова отпустить свои головные боли, не важно по какой причине. Они были ей еще нужны для прохождения какого-то процесса.

б) Для усиления силы Рейки можно применить следующую технику:

При заполнении тела принимающего энергией Рейки (п. 14), представь свои руки на больших участках тела принимающего и вообрази, как из ладоней в эти участки тела втекает 2-й, а затем 1-й символы Рейки.

У принимающего наступает субъективное ощущение жара в этих местах. Данная техника приводит значительно быстрее к полному исцелению.

Передача Рейки на расстоянии нескольким людям

К этому методу я пришла спонтанно. У меня как-то сложилась ситуация, что я должна была давать Рейки на расстоянии нескольким людям, живущим в разных концах света. Я приходила с работы домой, успевала на скорую руку поесть и тут же начинала работать. Я давала Рейки всем поочерёдно и работала допоздна.

Через несколько дней такого тяжкого режима я, совершенно неожиданно для себя, представила себе прозрачный шар, заполненный Рейки и стала давать символы (3-й, 2-й, 1-й) на шар. Затем я начала помещать в этот шар всех тех, кому я должна была давать Рейки, при этом я повторяла трижды полное имя человека помещаемого в шар. После удобного размещения всех я попросила Рейки давать им энергию и визуализировала их в желаемом

виде (здоровыми, ... и т.д.). Сложила ладони, как будто держу в них шар, и проводила сеанс до тех пор, пока шла энергия. После сеанса я позвонила нескольким принимающим, чтобы убедиться, что до всех дошла энергия. Как велика была моя радость, когда все мне подтвердили, что ощущения были такими же, как обычно.

С тех пор я часто пользуюсь этой техникой, для того, чтобы зарядить энергией моих близких, конечно с их согласия.

Однажды, когда я захотела кроме обычного круга моих "пациентов" поместить еще нескольких друзей, произошел интересный феномен. На каком-то количестве людей шар не желал больше никого принимать, он больше не растягивался.

Ментальное лечение и депрограммирование на расстоянии

В целом схема ментального лечения на расстоянии идентична со схемой обычного лечения на расстоянии. Отличие состоит в том, что необходимо заранее обсудить индивидуальные аффирмации или остановиться на выше описанной универсальной аффирмации.

Не забудь также договориться о времени сеанса Рейки. Положение рук возможно как при передаче Рейки на расстоянии.

Схема ментального лечения на расстоянии

1. Займи для Тебя удобное положение (лёжа или сидя).
 2. Центрируйся в сердце и произнеси слова благодарения.
 3. Рисуя на себя все три символа (3-й, 2-й, 1-й).
 4. Держи фотографию принимающего перед собой, либо представь себе этого человека, или самого себя (при самолечении). Если Ты не знаком с принимающим и не имеешь его фотографии, то Тебе необходимо знать его полное имя и его точный адрес.
 5. Создай контакт с помощью 3-го символа, рисуя его на воображаемого человека или над его теменем, затем произнеси три раза мантру 3-го символа.
 6. Произнеси три раза полное имя (при необходимости и его адрес) этого человека. Спроси у его Высшего "Я", готов ли он принять Рейки.
- Даже в случае договорённости необходимо просить разрешения.
7. При отрицательном ответе немедленно прерви контакт путём потирания рук.
 8. В случае положительного ответа, попроси Рейки послать энергию получателю.
 9. Представь себе, как Ты стоишь позади принимающего, левую руку кладёшь на затылок рисуешь второй символ над макушечной чакрой, мысленно или вслух повторяешь три раза мантру символа и правой рукой несколько минут даёшь Рейки на темя. Одновременно представь себе белый или золотой Свет, который втекает через Твои руки в макушечную чакру принимающего и течёт по его телу до ступней, и при этом рассасывает тёмные места и блоки.

10. Представь себе, как Ты продолжаешь держать левую руку на затылке, и правой рукой рисуешь над макушкой принимающего первый символ. Повтори вслух или мысленно три раза мантру символа и представь себе, как Ты кладёшь свою правую руку на макушку представленного человека.

11. Для лучшего достижения подсознания принимающего скажи: "У меня есть ключ".

12. Держи визуализацию потока золотого или белого света через Твои руки к принимающему.

13. Мысленно или вслух произнеси заранее сформулированную или универсальную аффирмацию.

14. Одновременно представь себе принимающего в желательном состоянии, например: здоровым, счастливым, улыбающимся и т.д. Интуитивно повторяй все аффирмации столько сколько потребуется.

15. Отпусти всё и не забудь, что не Ты даёшь Рейки, Ты служишь только каналом. Ты можешь во время сеанса медитировать и осознанно доверить последующее исцеление силе Рейки.

16. Постарайся во время сеанса почувствовать принимающего, его проблемы, состояние, а также когда его потребность в энергии Рейки удовлетворена. После этого Ты можешь закончить сеанс путём потирания рук.

17. В заключение не забудь поблагодарить Рейки за то, что Тебе дозволено было быть Его каналом. Затем поддержи руки под проточной водой.

МОЙ ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ МЕНТАЛЬНОГО ЛЕЧЕНИЯ НА РАССТОЯНИИ

Я должна была провести ментальное лечение на расстоянии с одной моей ученицей. После смерти мужа она страдала тяжелой формой депрессии и не в состоянии была сама с ней справиться, так как она имела только первую ступень Рейки. Мы проработали вместе аффирмации и на следующий день я приступила к ментальному лечению. Когда я её представила себе ментально, то она визуализировались мне совершенно физически истощенной, и я начала спонтанно давать ей полный сеанс Рейки на расстоянии. Четыре дня подряд я продолжала давать ей полный сеанс Рейки. Сильное внутреннее сопротивление, которое я почувствовала у нее во время второго сеанса, прошло к концу цикла полных сеансов. Только после этого я приступила к ментальному лечению. Когда я дошла до аффирмирования, то у меня спонтанно потекла аффирмация в виде ленты из букв, из которых она состояла, в макушку моей ученицы. Я продолжала давать аффирмации этой техникой дальше, пока не почувствовала, что наступило насыщение и энергия больше не течёт. Я прекратила сеанс как обычно. Последующие сеансы я продолжала давать с помощью выше описанной техники. Неожиданно быстро для меня начался сдвиг в сторону исцеления.

Мой последующий опыт показал, что ментальное лечение (как контактное, так и на расстоянии) проходит гораздо успешнее с применением выше изложенной схемы и с применением выше изложенной техники.

В каких случаях применяется длительная форма передачи Рейки на расстоянии

- когда человек нуждается в срочной помощи и Ты не имеешь возможность давать Рейки контактно.

В каких случаях применяется короткая форма передачи Рейки на расстоянии

- в случае цейтнота;
- перед важными беседами (при этом необходимо представить себе положительное протекание беседы);
- перед экзаменами;
- при реализации важных проектов;
- на материальные желания;
- для повышения концентрации;
- во всех кризисных ситуациях;
- при обращении к Рейки с просьбой;
- на заклиненные двери;
- на замёрзшие замки и т.д.

3-Я СТУПЕНЬ РЕЙКИ (Мастер)

Посвящение в ступень Мастера Рейки повышает вновь вибрационный уровень энергетической системы посвящаемого. При посвящении активируется символ Мастера (четвёртый и последний символ Рейки), и ученик соединяется со своим внутренним Мастером. Однако это не означает, что посвящённый автоматически становится Мастером в применении Рейки. Посвящением создаются предпосылки для становления "Мастером собственной жизни". Ступень Мастера несёт в себе осознание, что всё служит процессу очищения и трансформации, и, как следствие, ведёт к принятию "ударов судьбы", болезней, страданий и проблем.

С посвящением в ступень Мастера ученик становится на путь перехода из дуальности к единству. Кроме того, он соединяется со всеми живыми существами, и что особенно важно, со всеми предыдущими Мастерами Рейки. С момента посвящения ученик перенимает мастерство, т.е. ответственность за свою жизнь.

С одной стороны, символ Мастера открывает посвященному уровень бездействия, т.е. действие становится бездействием. С другой стороны этот символ создаёт резонанс для переноса силы Рейки в соответствии со ступенями.

Путь к Мастерству ведёт через физический уровень 1-й и через эмоционально-ментальный уровень 2-й ступени к интеграции духовного уровня 3-й ступени. Из преднамеренного бездействия 1-й ступени через умышленное действие 2-й ступени и снова, через более высокий уровень спирали духовного развития, к непреднамеренному допуску, т.е. к бездействию.

Универсальная энергия начинает беспрепятственно протекать, как только Мастер внутренне освобождается от всех претензий своего Эго на власть. Настоящий Мастер доверяется божественной энергии и её руководству. С ростом его наполненности жизненной энергией растёт его творческий потенциал, вдохновляемый законами вселенной. Он выбирает путь середины, равновесия.

После посвящения в Мастера наступает усиление нашего сознательного внимания и в период 21-дневного очищения происходит избавление от старых шаблонов, т.е. могут снова проявиться некоторые ещё не переработанные явления, мысли, эмоции и т.д.

Исходя из своего опыта могу подтвердить, что только после посвящения в ступень Мастера, я смогла отпустить свои представления, цели, желания и полностью довериться Рейки и отдаться его руководству

(таблица 2)

	<u>Чакра</u> <u>Принцип</u>	<u>Железа</u> <u>Положе-</u> <u>ние в теле</u>	<u>Функция</u> <u>Элемент</u>	<u>Цвет</u> <u>Звук</u>	<u>Тема</u>
1	2	3	4	5	6
7	Чакра (Сахасрара) <u>чистое</u> <u>Бытие</u>	<u>Шишковид-</u> <u>ная</u> Верхняя часть мозга, правый глаз	<u>Познание</u> <u>единого</u> <u>целого</u>	<u>Белый,</u> <u>золотой,</u> <u>пильовый</u> — М —	Соединение с нашим духовным «Я»
6	Третьего глаза (Аджна) <u>познание</u> <u>Бытие</u>	<u>Гипофиз,</u> <u>гипоталамус,</u> левый глаз	<u>Интуиция</u>	<u>Индиго</u> — И —	Интуиция и сила духа
5	Горловая (Вишуда) <u>выражение</u> <u>Бытия</u>	<u>Щитовидная</u> Горло, universalinternetlibrary.ru	<u>Слух</u> Эфир	<u>Голубой</u> — Е —	Самовыражение, коммуникация, яснослышание

	<u>Чакра</u> <u>Принцип</u>	<u>Железа</u> <u>Положение</u> <u>в теле</u>	<u>Функция</u> <u>Элемент</u>	<u>Цвет</u> <u>Звук</u>	<u>Тема</u>
1	2	3	4	5	6
4	Сердечная (Анахата) <u>самогдача</u> <u>Бытие</u>	<u>Тимус</u> Сердце	<u>Чувства</u> Воздух	<u>Зеленый</u> <u>розовый</u> — А —	Любовь, сострадание
3	Солнечное сплетение (Манипура) <u>созидание</u> <u>Бытие</u>	<u>Поджелудочная</u> Желудок, лечень, желчный пузырь, нервы	<u>Зрение</u> Огонь	<u>Желтый</u> — О — открытый	Решитель- ность, воля
2	Крестцовая (Свадхистана) <u>рождение</u> <u>Бытие</u>	<u>Половые</u> Половые органы	<u>Вкус</u> Вода	<u>Оранже- вый</u> — О — закрытый	Зрелика, секс
1	Корневая (Муладхара) <u>Воля к</u> <u>Бытию</u>	<u>Надпочечники</u> Мочевой пузырь, universalinternetlibrary.ru	<u>Обоняние</u> Земля	<u>Красный</u> — У —	Жизненная энергия

СИМВОЛ МАСТЕРА

Значение: огромный, сияющий Свет.

Возможное направление сознания:

Действие становится бездействием!

Значение (смысл) заложенного в мантре (имени) символа:

- всесущий, всеобъемлющий;
- свет, сияющий, духовный.

Задача:

Дарит: энергию высокой вибрации, поддержку на духовном пути, способность передавать силу Рейки.

Возможности применения:

- дает возможность центрирования;
- стимулирует способность отпустить в повседневности;
- подняться на частоту более высоких уровней;
- стимулирует духовный рост;

- создаёт место силы.

Также, как и символы 2-й ступени, символ Мастера рисуется рукой в воздухе или в воображении, и затем, для его активирования, произносится вслух или мысленно трижды его мантра.

Как правило, перед каждым сеансом Рейки, независимо от того, что я собираюсь делать и независимо от применяемой техники, я рисую символ Мастера на себя, активирую его и растворяюсь в нём. Таким образом, я осознанно вступаю в контакт с моим внутренним Мастером.

Символ Мастера применяется только для роста личного мастерства, он не передаётся на другого человека, которому мы даём Рейки.

Ниже я представляю некоторые техники работы с 3-м символом, предложенные авторами В. Дистелем и В. Вельманном в книге "Дух Рейки".

ТЕХНИКИ РАБОТЫ С 3-М СИМВОЛОМ

Центрирование:

Пой вслух ритмично и громко мантру символа Мастера, каждый день по 30 минут три месяца подряд и последующие три месяца про себя ежедневно 30 минут.

Раствориться в символе Мастера:

Забудься полностью и всем своим существом стань символом, воплотись в Свет.

Отпустить в повседневной ситуации:

Нарисуй рукой (можно и мысленно) символ в пустом помещении и три раза ритмично пропой его мантру.

Подняться на частоту более высоких уровней:

Нарисуй рукой символ (можно и мысленно), войти в него и три раза ритмично пропой его мантру. Особенно важно перед работой с Рейки.

4-Я СТУПЕНЬ РЕЙКИ (Учитель)

Посвященный в ступень Учителя Рейки получает ключ, открывающий ему возможность передачи силы Рейки. После посвящения в Учителя рекомендуется сделать паузу, в течение которой вновь наступает период внутреннего очищения и снова переживается уровень бездействия. Лишь после очищения он в состоянии передавать силу Рейки дальше, т.е. посвящать других.

С посвящением в 4-ю ступень, Мастер обязуется перед всеми предшествующими Учителями Рейки подходить с ответственностью при передаче Рейки другим. Учитель Рейки должен всегда сознавать в каком духе он передаёт Рейки. Он свободен в своих действиях, в своей манере передачи своих знаний и передачи Рейки, т.е. посвящениях. Учитель не может

потерять способность передачи Рейки другим людям, он сохраняет её после посвящения навсегда.

В наше время стремительно растёт число Учителей Рейки, так как каждый Учитель имеет возможность обучения и посвящения других людей в ступень Учителя. Это способствует скорейшему распространению Рейки на нашей планете, и, тем более, важно соблюдать чистоту духа Рейки и избегать его фальсификации. На плечи учителей Рейки ложится огромная ответственность в правильном выборе претендента на звание Учителя. Существуют общие профессиональные стандарты системы Рейки для посвящения и обучения на соответствующих ступенях. Более подробно это описано в главе: "Система посвящения в Рейки".

ВНУТРЕННЯЯ РАБОТА С РЕЙКИ

Посвящение соединяет нас с Источником и настраивает нас на вибрации Любви, для ускорения нашего внутреннего роста. С помощью Рейки мы приобрели возможность не только нашего телесного исцеления, но и активно и осознанно соприкоснуться с частями нашей личности, к которым мы, как правило, не имеем доступа.

Мы должны осознанно признать нашу Тень (не принятые нами черты характера, мысли, эмоции и т.д.), и в доверии к Рейки войти в неё. Универсальная энергия вынесет на поверхность далеко запрятанные в нас чувства страха, гнева и давно забытые душевные переживания. Чем скорее мы примем эти забытые части нашего существа без осуждения и оценки, тем быстрее мы сможем нашу Тень интегрировать и продвинуться в сторону приобретения целостности.

Внутренний ребёнок, внутренняя женщина и внутренний мужчина являются также частями нашей личности. Предпосылкой достижения целостности является исцеление этих частей нашей личности и принятие их.

Важным аспектом является преодоление дуальности, т.е. достижение равновесия между женским и мужским началом в нас.

Мы не можем достичь целостности, не исцелив и не приняв эти части нашей личности.

Все ниже описанные техники можно применять не только со 2-й ступенью Рейки, они применимы и для работы с 1-й ступенью. Методика остаётся той же, исключается лишь использование символов.

Рейки и внутренний ребёнок

Многие блокады, мешающие нам в настоящем, сформировались, как правило, в нашем детстве. Как часто нас ранили в детстве, как часто нам многое запрещали!

С помощью Рейки мы можем вступить в непосредственный контакт с нашим внутренним ребёнком. Таким образом, нам предоставляется отличная возможность вернуться к нашим детским переживаниям, прочувствовать определённые ситуации, беседовать с нашим ребёнком и, таким образом, разрешить наши детские конфликты и травмы.

Как правило, многие люди при первой встрече с внутренним ребёнком ощущают глубокую печаль. Моя первая [встреча с моим внутренним ребёнком состоялась во время групповой медитации. Перед нами была поставлена задача вступить в контакт с нашим внутренним](#)

ребёнком, прочувствовать его состояние, говорить с ним, выяснить его потребности, его желания и постараться их удовлетворить. С помощью определённой техники мы все ушли в себя и отправились на поиски нашего внутреннего ребёнка. Как велико было моё внутреннее потрясение, когда я впервые увидела моё внутреннее Дитя. Оно сидело на скамеечке на лесной поляне и было печальным, выглядело заброшенным и одиноким. У меня полились слёзы, мне захотелось взять его на руки, обнять, приласкать, сказать ему, что я его люблю, и что он не одинок. Я последовала моему внутреннему импульсу. Я начала беседовать с этой маленькой девочкой 4-х летнего возраста, заверила её, что с этого момента я буду регулярно её навещать, попросила её рассказать мне о своих желаниях, обещала ей по мере возможности исполнить их. Оказалось, что моё внутреннее дитя желало только тепла, любви и хотел со мной играть. Мы поиграли, затем я рассказала ему смешную историю, желая этим развеселить его. Но мой ребёнок оставался печальным и только сильнее прижался ко мне и обнял меня за шею. Мы посидели так какое-то время, затем я сказала ему, что мне пора уходить, и я беру его с собой, т.е. вношу его в мою сердечную чакру, и что с этих пор он всегда будет со мной, окружённый теплом и любовью. В заключение я представила моего внутреннего ребёнка совсем маленьким, поместила его в мои ладони и приложила их к моей сердечной чакре и при этом представила себе его в моей чакре, еще раз попрощалась с ним и заверила его, что мы вскоре встретимся.

Должна заметить, что почти все люди вокруг меня плакали, внутренний ребёнок у всех был печальным.

Мне потребовалось затратить много времени, пока мой внутренний ребёнок превратился в весёлое, радостное, игривое и счастливое существо. По мере изменения состояния моего внутреннего ребёнка, изменялось и моё внутреннее состояние, оно тоже становилось счастливее и радостнее, я стала свободнее и мой творческий потенциал возрос.

Как вступить в контакт со своим внутренним ребёнком

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, спина прямая, ступни стоят параллельно на полу, Ты закрываешь глаза и полностью расслабляешься.

Ты вступаешь в контакт с Рейки, благодаришь энергию. Ты рисуешь на себя 3-й символ и активируешь его. Просишь Рейки помочь Тебе вступить в контакт с Твоим внутренним ребёнком, затем рисуешь на себя 2-й символ, активируешь его и фиксируешь 1-м символом и тоже активируешь этот символ. Теперь доверься Рейки и спокойно ожидай установления контакта. Возможно, придёт изображение маленького мальчика или девочки, которым Ты был в детстве. Это маленькое существо является частью Тебя и чувствует себя одиноким и заброшенным. Окружи этот образ энергией Рейки. Посылая ему Любовь и Свет (т.е. Рейки), Ты помогаешь его исцелению и постепенно он становится сильным, творческим, спонтанным, игривым, любвеобильным и готовым Тебе помочь. Таким путём Ты в состоянии отпустить всё то, что Тебе (взрослому человеку) мешает быть сильным, творческим, спонтанным, игривым, любвеобильным и готовым помочь другим. Постепенно Ты начинаешь всё больше и больше себя принимать таким, какой Ты в действительности есть, и начинаешь себя любить.

Рейки и внутренняя женщина, внутренний мужчина

Каждый из нас в процессе взросления вырастает из ребёнка в женское или мужское существо. К сожалению, только немногие из нас действительно перенимают полностью

ответственность и задачи, которые данная роль в себе несёт. Многие люди подавляют в себе энергию противоположного пола.

В процессе нашей жизни мы должны стать Мужчиной или Женщиной, в зависимости от нашего физического пола, и интегрировать вторую половину, живущую внутри нас.

Универсальная жизненная энергия может оказать нам огромную поддержку на пути становления Мужчиной или Женщиной. Предпосылкой является знакомство с нашим внутренним ребёнком, его исцеление и принятие.

Как только мы вступаем в контакт с женщиной и мужчиной внутри нас, мы ощущаем, как мощная изначальная энергия начинает протекать через нас и смывает все препятствия и страхи.

Если женщина нашла в себе свою Женщину, то к ней приходит знание, что уступить не означает поражение, как и сопротивление не приносит победу. Женщина должна идти по этому пути к внутренней свободе через растущую любовь к себе и принятие своего женского начала. Она должна понять, что в самоотдаче лежит настоящая сила женственности.

Признание нашего женского или мужского начала приводит нас к осознанию, что в Мужчине живёт внутренняя женщина, а в Женщине - внутренний мужчина. Принятие аспекта противоположного пола в нас является шагом вперёд на пути к нашей целостности и дарит нам свободу, сознание и способность любить.

Пробуждение мужского начала в женщине и женского начала в мужчине создаёт предпосылки для ласковых и нежных, полных Любви взаимоотношений.

Как вступить в контакт со своей внутренней женщиной или своим внутренним мужчиной

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, с прямой спиной, ступни стоят параллельно на полу и Ты полностью расслаблен.

Ты вступаешь в контакт с Рейки, благодаришь энергию. Ты рисуешь на себя 3-й символ и активируешь его.

Просишь Рейки помочь Тебе вступить в контакт с Твоей внутренней женщиной, затем рисуешь на себя 2-й символ, активируешь его и фиксируешь 1-м символом и тоже активируешь этот символ. Теперь доверься Рейки и спокойно ожидай установления контакта.

Перед Твоим внутренним взором может появиться образ женщины, или животного, или что-то абстрактное. Прими открыто любое спонтанное проявление Твоей внутренней женщины. Присмотрись к этому образу и прочувствуй его значение для Тебя. Рассмотр внимательно все детали, проследи какие эмоции возникают в Тебе. Прислушайся к тому, что Твоя внутренняя женщина Тебе хочет сказать. Прими её послание, которое может придти в виде слов, чувств или символов. Кроме того, Ты можешь задать любой вопрос ей или просто побеседовать с ней. Постарайся выполнить любые пожелания Твоей внутренней женщины.

Оставайся в контакте со своей внутренней женщиной так долго, пока Ты не почувствуешь, что беседа с ней исчерпана. В заключение окружи этот образ энергией Рейки поблаговари свою внутреннюю женщину и расстанься с ней.

Теперь обрати Твой внутренний взор на Твоего внутреннего мужчину. Прими открыто любое его спонтанное проявление. Возможно Ты увидишь образ существующего человека или что-то абстрактное. Исследуй этот образ детально. Проследи какие чувства в Тебе он вызывает. Прими послание Твоего внутреннего мужчины, которое может придти в виде слов, чувств или символов. Кроме того Ты можешь задать любой вопрос ему или просто побеседовать с ним. Если Тебе не понятен смысл послания, то можешь быть уверен, что понимание придёт к Тебе позже. Постарайся выполнить любые пожелания Твоего внутреннего мужчины. Оставайся в контакте со своим внутренним мужчиной так долго, пока Ты не почувствуешь, что беседа с ним исчерпана. В заключение окружи этот образ энергией Рейки и поблагодари своего внутреннего мужчину и расстанься с ним.

Через некоторое время, после того как Ты достаточно познакомился со своими внутренними образами, Ты можешь перейти к рассмотрению отношений между Твоей внутренней женщиной и Твоим внутренним мужчиной.

Попроси Рейки показать Тебе их образы (Твою внутреннюю женщину и Твоего внутреннего мужчину) одновременно. Обрати внимание на их отношения, связаны они друг с другом или нет? Если между ними существует связь, то какого рода? Спроси у них, желают ли они побеседовать друг с другом или они хотят передать Тебе послание? Прими общее послание Твоей внутренней женщины и Твоего внутреннего мужчины, которое может придти в виде слов, чувств или символов. Теперь Ты можешь задать обоим вопросы. Если Тебе не понятен смысл послания или ответов, то понимание придёт к Тебе позже.

Постарайся выполнить любые пожелания Твоей внутренней женщины и Твоего внутреннего мужчины.

В заключение окружи эти образы энергией Рейки, поблагодари их и расстанься с ними. И не забудь поблагодарить Рейки!

РЕЙКИ И ВЫСШЕЕ "Я"

С помощью Рейки мы можем вступить в непосредственный контакт с нашим Высшим "Я". Оно является проявлением в нас Бытия, Существования, Высшего разума. Постоянный контакт с нашим Высшим "Я" создаёт ощущение единства с божественным началом. Постоянный контакт с нашим Высшем "Я" позволяет нам приобрести чувство нашей настоящей сущности. Каждый человек испытал однажды чувство соприкосновения со своей "искрой божьей". Когда мы чувствуем себя особенно хорошо, когда весь мир лежит у наших ног, когда мы в состоянии горы сдвинуть с места, а также в моменты влюблённости, рождения ребенка, соприкосновения с чем-то прекрасным - всё это признаки того, что мы в контакте со своим Высшим "Я". Мы ощущаем в эти редкие мгновенья исчезновение нашей полярности и возникновение чувства единства со всей вселенной.

Высшее "Я" является той самой инстанцией, которая знает о наших задачах, о нашем предназначении в этой жизни. Если мы начинаем прислушиваться к его внутреннему голосу, многие ситуации проясняются для нас. Мы понимаем, что все мнения, представления, планы нашего Это являются иллюзиями, мешающими нашему духовному росту.

С момента открытия и стабилизации канала к нашему Высшему "Я", нами руководит наша Высшая мудрость, на этой основе мы принимаем решения и создаём свой новый мир полный счастья, радости, света и любви.

Как вступить в контакт со своим Высшим "Я"

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, спина прямая, ступни стоят параллельно на полу и Ты полностью расслаблен.

Ты вступаешь в контакт с Рейки, благодаришь энергию. Ты рисуешь на себя 3-й символ и активируешь его. Просишь Рейки помочь Тебе вступить в контакт с Твоим Высшим "Я", затем рисуешь на себя 2-й символ, активируешь его и фиксируешь 1-м символом и тоже активируешь этот символ. Теперь доверься Рейки и жди. Контакт с Твоим Высшим "Я" может проявиться в любой форме: в виде образа, в виде цвета, звука, мысли, чувства и т.д. Будь открытым и восприми любую форму его манифестации! Прислушайся к тому, что хочет Твоё Высшее "Я" Тебе сказать.

Кроме того Ты можешь задать любой вопрос ему или просто побеседовать с ним.

В заключение не забудь поблагодарить Рейки.

Не отчаивайся, если у Тебя не сразу возникнет контакт, работай дальше!

РЕЙКИ - МЕДИТАЦИЯ

Существует множество техник медитации. Я предлагаю здесь чистую Рейки-медитацию.

Медитация является одним из наиболее распространенных методов погружения в самого себя, самопознания. Успех медитации зависит от двух принципов: "бездействовать" и "всё отпустить", причём "бездействовать" создаёт предпосылки для "всё отпустить".

Известно, что наибольшие трудности вначале медитации вызывает не прекращающийся поток мыслей. Главное не уделять внимание мыслям и, в то же время, не отгонять их, позволяй им спокойно протекать перед Твоим мысленным взором (как будто Ты смотришь фильм), поблаговари их за то, что они к Тебе пришли и скажи им, что Ты ими займёшься позже. Если это не поможет, то произнеси какой-либо шипящий звук, например: "шшш" или "пссс", который прогонит назойливые мысли. Точно также не оценивай и не задерживайся на эмоциях, которые могут возникнуть у Тебя во время медитации, прими их с любовью, прочувствуй причину их возникновения и отпусти.

Должно пройти какое-то время, пока "бездействие и всё отпустить придут" к Тебе. Рейки ускоряет процесс овладения техниками медитации, т.к. с момента контакта с Рейки Ты уже находишься в медитативном состоянии; Ты погружаешься автоматически в Альфа состояние. Кроме того, техника Рейки-медитации вводит Тебя ещё быстрее в состояние наблюдения и бездействия.

Начни с трёх минут Рейки-медитации ежедневно, затем через неделю можешь увеличить время медитации до 5 минут, ещё через неделю - до 7 минут и т.д., пока не дойдёшь до 30 минут. Это оптимальная продолжительность Рейки-медитации. Ты можешь конечно медитировать дольше, если у Тебя возникло желание продолжить медитацию.

Техника Рейки-медитации

Ты садишься удобно на пол или на стул, (важно, чтобы Ты мог прислонить спину), затем соединяешь ладоневые чакры, т.е. складываешь ладони перед сердечной чакрой и

соединяешь чакры ног, т.е. плотно соединяешь ступни ног. Таким образом, Ты замыкаешь Твою энергетическую систему.

Ты закрываешь глаза и прислушиваешься к своему дыханию; наблюдаешь как стенка живота поднимается и опускается. После того как Твоё дыхание успокоилось и течёт равномерно, Ты вступаешь в контакт с силой Рейки, в соответствии с твоей ступенью. Если Ты имеешь 2-ю ступень Рейки, то Ты рисуешь на себя 3-й символ Рейки и активируешь его.

Ты находишься в состоянии бездействия, Рейки покажет Тебе, что Тебе необходимо знать. При этом Ты обращаешь внимание на то, какие чувства, эмоции или ассоциации возникают в Тебе.

Ты пребываешь какое-то время в своих ощущениях и затем медленно, медленно возвращаешься назад и открываешь глаза.

ИНТЕГРАЦИЯ РЕЙКИ В ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ

Эффективное созидание нашей жизни возможно только в случае, если мы находимся в потоке Жизни. Соединение с Рейки и есть вхождение в этот поток. В этом состоянии мы можем стать активными творцами и претворить в жизнь все наши истинные желания и мечты и прожить их.

Постоянная работа с Рейки не является оторванной от жизни эзотерической практикой, она является огромной помощью при преодолении личных проблем. Наш творческий потенциал растёт, перед нами открываются новые перспективы в личной и трудовой жизни. Простота, лёгкость, а главное эффективность Рейки вновь поражает нас.

Все ниже описанные техники можно применять не только со 2-й ступенью Рейки, они применимы и для работы с 1-й ступенью. Методика та же, исключается только использование символов.

РЕЙКИ В ПОВСЕДНЕВНОСТИ

Наша задача состоит в том, чтобы интегрировать Рейки в повседневность. Повседневность - означает ежедневность, а это значит практиковать ежедневно Этику Рейки, жизненные правила Рейки, а также давать себе полный или в экстренных случаях короткий сеанс Рейки.

Каждое утро, перед тем как открыть глаза, когда я ещё нахожусь в Альфа состоянии (между сном и бодрствованием) я повторяю мысленно пять жизненных правил доктора Усуи. После чего я начинаю день в определённом эмоциональном и душевном состоянии; в состоянии радостного ожидания самого лучшего, в состоянии безграничной благодарности Существованию и в состоянии любви ко всем и вся. Затем следует сеанс Рейки, полный или короткий сеанс или балансирование чакр, в зависимости от времени, которым я располагаю.

Очень рекомендую попробовать в течение месяца начинать день с правил доктора Усуи. Ты заметишь как Твоя жизнь резко изменится к лучшему. И вовсе не потому, что обстоятельства изменились, а просто потому, что Твое отношение ко многим вещам и явлениям изменилось.

Давать себе ежедневно и как можно чаще Рейки - это значит наше сознание и весь наш организм всё более "автоматически" фокусировать на силы Света и становиться всё более

восприимчивыми к ним. Лучше всего довериться своей интуиции и положить свои руки на участки тела, которым необходимо давать Рейки или на которых "приятно" держать руки.

Ты можешь оптимально использовать повседневные ситуации для того, чтобы дополнительно получить заряд Рейки. Помни, что это не заменяет осознанной работы с Рейки, в течение полного или короткого сеанса.

Кроме ежедневного полного сеанса, можно давать себе дополнительно Рейки:

- когда смотришь телевизор или при чтении;
- во время телефонных разговоров;
- во время прогулок;
- в общественном транспорте;
- в очереди;
- при приготовлении пищи;
- Рейки прекрасно лечит нарушение сна, для чего необходимо положить руки на "любимую" позицию или на бронхи или на чакру солнечного сплетения и на низ живота.

Возможно, Ты найдёшь и другие ситуации, когда Ты можешь себе давать Рейки.

Рейки и профессия

Наша профессия тесно связана с нашей повседневностью. Мы проводим большую часть нашего активного времени на работе. Очень трудно концентрироваться и работать эффективно без внутренней гармонии и расслабленности. Дисгармония, напряжение и стресс убивают нашу радость, творческое вдохновение и успех. Мы можем с помощью Рейки влить энергию и свет в этот отрезок нашего дня.

Давайте себе на рабочем месте пару минут Рейки каждый час. Особенно важно давать себе энергию перед совещаниями, проектами и т.д. Не менее важно давать себе Рейки после неприятных конфликтов с коллегами или с шефом. Положите руки на солнечное сплетение на 5 минут, и вы почувствуете прилив сил и ваше раздражение исчезнет. Вы почувствуете, как через мгновение вы успокоитесь. Вы можете, конечно, положить руки на любую другую позицию на вашем теле, на которую по вашему ощущению приятно дать Рейки. Доверьтесь своей интуиции. Через некоторое время вы начнёте чувствовать причину конфликтов или неполадок и научитесь избегать отрицательных факторов, мешающих вам использовать полный творческий потенциал и получать удовлетворение от вашего труда.

Мне хочется поделиться своим личным опытом интеграции Рейки в мою профессиональную деятельность.

В силу обстоятельств мне пришлось поменять профессию, 15 лет я проработала в области вычислительной техники: программистом, аналитиком систем, руководителем проектов. Я бы никогда не достигла таких успехов и карьеры без Рейки.

Я не имела специального образования, 9-месячный курс в институте повышения квалификации дал мне только основы вычислительной техники, и я не обладала такими глубокими знаниями как мои коллеги имеющие дипломы информатиков. Кроме того, я была единственной женщиной в отделе и на меня смотрели свысока, не принимая всерьёз. Помощи от кого-либо мне не приходилось ожидать. Мне приходилось в начале моей карьеры вкладывать гораздо больше сил и времени, для решения поставленных задач, чем другим. Это время до Рейки было тяжёлым трудом, я постоянно должна была доказывать, что несмотря на мой женский пол, я тоже в состоянии логично мыслить и могу иметь отличные идеи.

Картина изменилась с момента моего посвящения в 1-ю ступень. Рейки наполнило меня энергией, я стала увереннее, спокойнее и стала лучше справляться с моими задачами. Через некоторое время я начала целенаправленно работать с энергией: давала себе Рейки каждое утро, перед каждым важным заседанием, перед каждым проектом и даже компьютеру, если он барахлил. Я полностью интегрировала Рейки в мой рабочий день. Особенно огромный скачок произошёл у меня после посвящения во 2-ю ступень. Я начала работать интуитивно, вследствие чего, мне требовалось меньше времени на поиск ошибок в программах и системах, что, как правило, отнимает много времени. Результаты не заставили себя долго ждать. Мне поручили несколько самостоятельных проектов и даже мои коллеги (мужчины!) начали обращаться ко мне за советом. И в авральных ситуациях меня приглашали как эксперта по поиску. Моя работа стала доставлять мне удовольствие и радость.

Рейки и наше представление о себе

Многие из нас не могут себе представить, что мы в состоянии добиться в жизни всего, чего мы пожелаем. Причины недоверия лежат, как правило, в нашем детстве. Основные убеждения можно сформулировать следующим образом: "Я плохой человек, не стоящий внимания и любви, поэтому я не заслуживаю ничего хорошего. Я не стою этого". Впоследствии, уже будучи взрослыми, мы часто мыслим старыми стереотипами: "Благосостояние не придёт ко мне", "Жизнь тяжела", "Для того, чтобы что-то получить, необходимо тяжело работать", "Мне ничего не свалится с неба".

Кроме того, многие из нас не в состоянии любить себя и принять себя такими какие мы есть. Наше представление о нашей внешности тоже было сформировано в нашем детстве или в нашей юности. Если мы ощущаем себя неуклюжим, некрасивым, толстым, худым, слишком большим или слишком маленьким, то это является признаком того, что наше чувство собственного достоинства и собственного приятия не слишком высоко и не в состоянии дать нам то, чего мы действительно заслуживаем - самое лучшее. Пока мы не научимся любить себя, мы не можем встретить кого-то, кто полюбит нас. Нелюбовь к себе закрывает нам путь к опыту быть любимым.

С помощью Рейки мы можем расстаться с нашими отрицательными представлениями о себе и с нашими ролями, которые мы постоянно разыгрываем в обществе.

Техника работы с нашими представлениями о себе

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, с прямой спиной, ступни стоят параллельно на полу и Ты полностью расслаблен.

Ты вступаешь в контакт с Рейки, благодаришь энергию и рисуешь на себя 3-й символ. Затем визуализируешь в деталях свой образ. Ты представляешь себе как контуры Твоего

образа размываются все больше и больше до тех пор, пока он не превратится в белое сверкающее световое пятно. Давай Рейки так долго, пока не почувствуешь, что энергия больше не течёт. Теперь доверься Рейки и в заключение снова поблагодари Рейки.

Эту технику применяй так часто, пока у Тебя не возникнет чувство, что Твое представление о себе растворилось.

Для повышения эффективности работы над собой, Ты можешь дополнить работу с Рейки работой с аффирмациями. Ниже предлагаются возможные аффирмации для ежедневной работы.

Например, каждое утро Ты становишься перед зеркалом, смотришь на себя с любовью и говоришь с пафосом своему отражению:

"... (называешь себя по имени), Ты чудесен (а) и я люблю Тебя!"

"Я прекрасен (а) и заслуживаю любви!"

"Я приветлив (а) и полон (а) любви и могу много дать!"

"Я талантлив (а) и полон (а) творческих сил!" "Я заслуживаю самого лучшего в жизни!" **"Я люблю весь мир и весь мир любит меня!"**

Повторяй до тех пор, пока у Тебя не возникло чувство, что эта аффирмация отложилась в подсознании.

РЕЙКИ И ЖЕЛАНИЯ

Одна из наших задач в этой жизни - это, научиться работать с энергиями. Мы должны научиться создавать нашу жизнь, наше окружение, это значит осознанно претворить в жизнь наши желания и мечты и прожить их.

Ожидания и надежды создают на энергетическом уровне барьеры, которые могут препятствовать нашему духовному развитию. Всё внимание и вся энергия направлены на желаемую картину, на то как должен выглядеть результат.

Знакомы вам выражения:

"Если я выйду замуж: (женюсь) за этого человека, то я стану счастливой!"

"Моя жизнь станет счастливой только с момента приобретения: дома, машины и т.д."

"Как только я выздоровею, я начну жить!"

"Как только я получу повышение зарплаты (выиграю деньги в лотерею и т.д.), я смогу жить полноценной жизнью!"

Энергия не может свободно течь, т.к. она направлена на определённую цель в будущем и таким образом отрезана от настоящего, от здесь и сейчас. Даже полноценный опыт, который мы в данный момент проделываем, не воспринимается нами, т.к. мы блокированы. Мы можем использовать огромную силу, которая заложена в наших желаниях, если мы концентрируемся

на самой энергии, а не на объектах желания. Что кроется в действительности за нашими желаниями? За этим, как правило, стоят основные потребности, связанные с ранним детством, как тепло, защита, пища и безопасность.

Желания - это компенсаторы. Они показывают нам, что мы в какие-то определённые периоды нашей жизни что-то не получили, и это недополученное откладывается в нашем подсознании в виде желаний. Очень важно для нас признать наши желания и не стесняться того, что они недостаточно духовны.

Желания и ожидания хороши тем, что через них можно очень много о себе и взаимосвязях узнать. Если мы действительно признаем наши желания, то мы можем познать, что за ними кроется. Таким образом, мы высвобождаем связанную энергию и можем её творчески использовать.

С помощью Рейки можно выяснить, пришло это желание из глубины души или продиктовано оно только нашим Эго. Это крайне важно осознать, так как между желанием и намерением стоит огромная пропасть.

Как только мы даём Рейки на наши желания, мы как бы освещаем источник наших желаний, мы начинаем понимать идёт ли наше желание из глубины нашего существа или оно лишь поверхностно, и что за этим желанием стоит.

Особенно со 2-й ступенью мы начинаем осознавать роль и значение наших желаний. Мы начинаем понимать, что Рейки поддерживает намерения, несущие нас вперёд по нашему пути и, что наши ожидания и надежды, продиктованные нашим Эго, не всегда исполняются. С помощью Рейки мы можем внести свет в наши проблемы и разрешить их.

Долгое время, я также как и многие другие, пыталась с помощью Рейки манипулировать событиями в надежде, что мои желания исполнятся. Иногда желания исполнялись, и я с удивлением обнаруживала, что мне вовсе это и не нужно. С течением времени я естественно пришла к тому, что доверила всё Рейки, высшему разуму. Он ведёт меня и помогает приобретать нужный мне опыт с наименьшими издержками. **Во мне выросло состояние доверия и уверенности, что ко мне приходит всё, что мне необходимо, и что я нахожусь под защитой.**

Рекомендую начать давать Рейки на желания, стоящие на первом плане. Например: благополучие, лучшее рабочее место или идеальный партнёр. Вы будете поражены тем, что за этим кроется и начнёте хорошо понимать себя.

Техника работы с желаниями

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, спина прямая, ступни стоят параллельно на полу и полностью расслаблен.

Ты вступаешь в контакт с Рейки, благодаришь энергию и рисуешь на себя 3-й символ. Затем визуализируешь в деталях своё желание, чем больше подробностей, тем лучше при этом представляешь его свершившимся уже в настоящем. Окружаешь всё белым сверкающим светом. На представленное Тобой желание даёшь 2-й символ и фиксируешь 1-м символом. Просишь Рейки влить Свет и энергию в Твоё желание и просишь помочь Тебе. Давай Рейки на

желание пока не почувствуешь, что энергия больше не течёт. Теперь доверься Рейки и в заключение снова поблагодари Рейки.

Как я уже выше отметила, результат может быть не таким, каким Ты себе его представил. Это значит, что Тебе необходимо проделать другой опыт, Высший Разум знает лучше, что для Тебя важно. Прими данный опыт с радостью и любовью, таким образом Ты сделаешь лучшее из данной ситуации.

РЕЙКИ И РАБОТА С СИТУАЦИЯМИ

Очень часто мы чувствуем себя неуютно в какой-либо ситуации, и не в состоянии сразу увидеть задачи и уроки, которые в этой ситуации для нас заложены.

С помощью Рейки мы можем целенаправленно работать над ситуациями. Мы можем определённые ситуации для нас прояснить, наши задачи осознать, и, таким образом, создать предпосылки для нашего внутреннего роста.

Техника работы с ситуациями

Ты ложишься или садишься удобно на стул, спина прямая, ступни стоят параллельно на полу, закрываешь глаза и полностью расслабляешься.

Ты вступаешь в контакт с Рейки, благодаришь энергию. Ты рисуешь на себя 3-й символ. Затем визуализируешь в деталях ситуацию над которой Ты хочешь работать, чем больше подробностей, тем лучше. Окружаешь всё белым сверкающим светом. На представленную Тобой ситуацию даёшь 2-й символ и фиксируешь 1-м символом. Просишь Рейки влить Свет и энергию в данную ситуацию и просишь помочь Тебе. Давай Рейки на ситуацию пока не почувствуешь, что энергия больше не течёт. Теперь доверься Рейки и в заключение снова поблагодари Рейки.

Как я уже выше отметила, результат может быть не таким, как Ты себе его представил. Это значит, что Тебе необходимо проделать другой опыт, Высший Разум знает лучше, что для Тебя важно. Прими данный опыт с радостью и любовью, таким образом Ты сделаешь лучшее из данной ситуации.

РЕЙКИ И РАЗРЕШЕНИЕ ВНУТРЕННИХ КОНФЛИКТОВ

С помощью Рейки мы можем разрешить наши внутренние конфликты и сопротивление. Мы даём 2-й символ на исцеление нашего подсознания для получения наилучшей возможности разрешения данного конфликта. Затем фиксируем 1-м символом, доверяемся Рейки и ждём показа способа развязки конфликта.

Не забудь в заключение снова поблагодарить Рейки!

РЕЙКИ И РАЗРЕШЕНИЕ ОТНОШЕНИЙ

Люди, которых мы на нашем жизненном пути встречаем, являются нашими учителями. Они являются нашим зеркалом, отражающим нас, наши проблемы над которыми нам необходимо работать. Осознанное восприятие реакций наших партнёров, друзей или знакомых (как наше зеркало) даёт нам точные указания, над чем мы должны актуально работать.

С помощью Рейки мы можем разрешить наши внутренние отношения с другими людьми.

Техника работы над отношениями

а) Работа над отношениями с человеком, с которым Ты хочешь гармонично расстаться.

Ты ложишься или садишься удобно на стул, спина прямая, ступни стоят параллельно на полу, закрываешь глаза и полностью расслабляешься.

Ты вступаешь в контакт с Рейки, благодаришь энергию. Ты визуализируешь воздушный шар на шнурке, заполненный белым сияющим Светом (т.е. Рейки), в котором представляешь себе в деталях образ человека, с которым Ты хочешь расстаться. Ты рисуешь на этого человека 3-й символ, произносишь 3 раза его имя и фамилию. Затем даёшь 2-й символ и фиксируешь 1-м символом. Просишь Рейки влить Свет и энергию в ваши отношения и просишь помочь Тебе. Попроси прощения у данного человека за всё то, что Ты сознательно или неосознанно ему причинил. Повторяй свою просьбу до тех пор, пока не почувствуешь положительный ответ. Затем прости этому человеку всё, что он сознательно или неосознанно Тебе причинил. Повторяй своё прощение до тех пор, пока не почувствуешь положительный импульс. Давай Рейки на шар пока не почувствуешь, что энергия больше не течёт. Перережь шнур шара и представь себе, как он улетает в бесконечность. Теперь доверься Рейки и в заключение снова поблагодари Рейки.

Работай над расставанием с этим человеком столько, сколько потребуется. Пока Ты не ощутишь, что расстанешься с ним в любви и гармонии.

б) Работа над отношениями с человеком, с которым Ты свои отношения хочешь гармонизировать.

Ты ложишься или садишься удобно на стул, спина прямая, ступни стоят параллельно на полу, закрываешь глаза и полностью расслабляешься.

Ты вступаешь в контакт с Рейки, благодаришь энергию. Ты визуализируешь шар, заполненный белым сияющим Светом (Рейки), в котором представляешь себе в деталях образ человека, с которым Ты хочешь выяснить отношения. Ты рисуешь на этого человека 3-й символ, произносишь 3 раза его имя и фамилию. Затем даёшь 2-й символ и фиксируешь 1-м символом. Просишь Рейки влить Свет и энергию в ваши отношения и просишь помочь Тебе. Попроси прощения у данного человека за всё то, что Ты сознательно или неосознанно ему причинил. Повторяй свою просьбу до тех пор, пока не почувствуешь положительный ответ. Затем прости этому человеку всё, что он сознательно или неосознанно Тебе причинил. Повторяй своё прощение до тех пор, пока не почувствуешь положительный импульс. Давай Рейки на шар, пока не почувствуешь, что энергия больше не течёт. Теперь доверься Рейки и в заключение снова поблагодари Рейки.

Работай над отношениями столько, сколько потребуется. Пока Ты не ощутишь, что они начинают положительно разрешаться.

РЕЙКИ И КАРМА

Карма - это влияние всех прежних инкарнаций на последующую жизнь души, как сумма всех поступков, всех мыслей и эмоций в этой и всех предыдущих жизнях. В нас существует память о всех прошлых жизнях.

Многие проблемы в нашей жизни связаны с образами и ощущениями из прошлых жизней.

Эти кармические проблемы связывают огромный энергетический потенциал, и пока мы не развяжем соответствующий узел, мы не сможем освободить эту энергию и использовать её для нашего духовного роста. Кроме того, если мы не очистим нашу карму в этой жизни, то нам придётся этим заняться в последующих жизнях.

Работа над нашей кармой с помощью Рейки значительно облегчает нам эту задачу. Мы можем с помощью символов Рейки задавать время и место, в которое мы хотим войти, чтобы проработать кармические связи или нашу кармическую вину. Для этих целей можно применить ниже описанную технику.

Когда мы с помощью Рейки вызываем воспоминания из прошлых жизней, проблемы настоящей жизни начинают исчезать. Например, когда мы представляем и переживаем сцены и образы из прошлой жизни, связанные с аналогичными проблемами в настоящей жизни, мы начинаем воспринимать проблемы в другом свете, т.к. мы начинаем осознавать наши настоящие модели поведения, когда они увязаны с прошлыми жизненными обстоятельствами. Вследствие этого, мы можем позволить кармическим проблемам уйти и трансформироваться и сможем интенсивнее, увереннее прожить здесь и сейчас, в настоящем.

Я лично предпочитаю не вносить свои пожелания, а полностью положиться на Рейки. Я ничего не определяю, я просто прошу Рейки показать мне, что я должна проработать. Попробуй довериться силе и разуму Рейки!

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, с прямой спиной, ступни стоят параллельно на полу и полностью расслаблен.

Ты вступаешь в контакт с Рейки, благодаришь энергию. Ты открываешь время и пространство с помощью 3-го символа. Затем определяешь время и место, а также кому или на что Ты хочешь давать Рейки. Фиксируешь 1-м символом. На заданные Тобой временные и пространственные границы даёшь 2-й символ и снова фиксируешь 1-м символом.

В первую очередь выясни ситуацию для себя, попроси прощения у всех участников прошлой ситуации и всем, включая себя, всё прости. В заключение снова поблаговари Рейки.

ДРУГИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ СИЛЫ РЕЙКИ

Вся материя представляет собой универсальную жизненную энергию на различных уровнях вибрации, откуда вытекает, что Рейки может наполнять не только живые дышащие формы, но и "твёрдую" материю.

Ниже предлагаются дополнительные возможности использования силы Рейки. Возможно, это послужит толчком для высшего творческого воображения и открытия новых возможностей для работы с Рейки.

Рейки для беременных

Рейки оказывает благотворное влияние на беременных женщин. Рейки помогает им легче справиться с недомоганиями, связанными с беременностью. Применение Рейки во время беременности успокаивает, снимает или облегчает утреннюю тошноту, наступающую в первые месяцы беременности, снимает боли внизу живота и внизу спины. Хорошо давать Рейки женщинам во время и после родов.

Так же положительно сказывается применение Рейки на ребёнка. Он получает дополнительную энергию, что вызывает более активное движение, частую смену положений в утробе матери.

Как-то я посвящала молодую беременную женщину в 1-ю ступень Рейки. С первого же момента я почувствовала энергию огромной силы, исходящую от неё. Сначала я удивилась тому, что молодая женщина излучает такой мощный поток. Я затихла и стала вслушиваться в неё. Вдруг мне стало ясно, что это ребёночек в её утробе радуется встрече с жизненной энергией. Меня полностью захватило чувство радости, благодарности, счастья и любви, идущее от этого цельного существа, ещё не оторванного от единого Целого. Для меня состоялась встреча с Рейки, с её квинтэссенцией в чистом виде, в лице этого ребёнка.

Это было незабываемое переживание для меня.

Рейки для детей

Дети, как правило, очень открыты для Рейки. Если мы дарим Рейки нашим детям с момента появления на свет, то этим мы даём нашим детям чувство защищённости и любви. При этом не важны положения рук.

Младенцам можно давать Рейки при кормлении грудью. **Если ребёнок лежит в нашей постели, то мы можем давать ему Рейки до тех пор, пока ребёнок сам не уклонится или уберёт от себя руки. С 3-х летнего возраста можно детей посвящать в 1-ю ступень Рейки.** Дети дают себе спонтанно Рейки и предлагают своим родителям дать Рейки, когда они чувствуют, что родители нуждаются в дополнительной энергии. Дети, посвященные в Рейки, как правило, более любвеобильны, готовы помочь, приветливы, уравновешены.

Обучение в школе проходит успешнее. Проблемы физического созревания воспринимаются легче. Все проблемы, связанные с взрослением, смягчаются.

Рейки - как помощь умирающим

К сожалению, в наш век цивилизации и высшей технологии люди умирают в одиночестве, в страхе и в панике. Мы вытеснили смерть из нашей жизни, а она является частью её, она является нашим рождением в новый мир. Качество наших первых шагов в новой жизни зависит непосредственно от качества нашего ухода из этого мира.

Сопровождать умирающего нелегкая и непростая задача, но для умирающего это огромная помощь. Мы можем оказать эту помощь тем, что мы даём умирающему Рейки. Он уходит не в одиночестве, оставленный один на один со своими болями и страхами. Он уходит в другой мир спокойнее и более осознанно, окруженный Светом и Любовью.

Присутствие при таком важном переходе в другой мир наполняет нас любовью и счастьем. Это чувство похоже на чувство, которое мы испытываем при рождении ребёнка, так как контакт

возникает не на физическом, а на других уровнях. Мы соприкасаемся с Душой уходящего, с частицей божьей в нём.

Кроме того, в этот момент нам предоставляется прекрасная возможность убрать все конфликты, стоявшие между нами и близким умирающим, простить всё друг другу и, таким образом, очистить наши взаимоотношения и нашу общую карму.

Рейки и раковые больные

Это довольно щепетильная тема. Многие не готовы даже обсуждать эту тему, аргументируя тем, что это очень опасный участок работы с больными. Некоторые вообще не прикасаются к раковым больным, боясь юридических последствий. Другие берут больных уже в 4-й стадии, когда классическая медицина уже бессильна. Совсем недавно я слышала высказывание одного целителя, что их группа занималась (не по системе Рейки) раковыми больными, но так как процент исцеления был очень низок (около 30%), то они прекратили их лечить. Я нахожу, что 30% - это большой успех, представьте себе: одна треть обречённых возвращается к жизни.

Я столкнулась с этой проблемой по воле судьбы. Где-то год тому назад на одном семинаре я работала в паре с одним Мастером Рейки. Я была знакома с Е. Д. пару лет, но мы не были в контакте. После Рейки-семинара мы решили время от времени давать друг другу Рейки, т.к. мы оба только давали, но сами не получали Рейки. Я знала, что Е.Д. болен раком, но так как - то было его решение - я согласилась. На первом сеансе я почувствовала дисгармонию в его правом лёгком, которая исчезла после серии сеансов Рейки. Б.Д. чувствовал себя прекрасно, имел здоровый, цветущий вид. В течение полугода мы регулярно проводили сеансы Рейки и я постоянно ощущала полную гармонию его души и тела. В конце августа я уехала в отпуск, через три недели по возвращении, я позвонила Е.Д. и узнала, что он уже не в состоянии вставать. По его просьбе я начала ему давать Рейки на расстоянии. После серии сеансов на расстоянии Е.Д. сообщил мне, что просит прекратить сеансы и в случае душевно-ментального кризиса он опять обратится ко мне. Через несколько дней мы общались друг с другом, говорили о наших задачах, о смерти, об уходе в другой мир. Е.Д. был абсолютно спокоен, он даже излучал радость и счастье. Я была потрясена этим. Через неделю он ушёл. Его близкие, присутствующие при этом, рассказали мне, что он уходил в полном сознании, улыбаясь, не цепляясь за жизнь, в полной гармонии.

После смерти Е.Д. я долго размышляла над тем, какова была моя роль, почему он так быстро ушел, и почему я ощущала его исцелённым, полным энергии и гармонии. Я поняла, что давая ему Рейки я ощущала его на других уровнях, не на телесном, и он ушёл, потому что ему было пора уйти. Сознание того, что Рейки помогло Е.Д. уйти без болей, спокойно и осознанно, наполнило меня радостью и счастьем. Я очень часто чувствую его присутствие, его любовь и благодарность.

На одном из семинаров Рейки по углублению 2-й ступени близкий мне человек (Люда С.) рассказал свой опыт работы с раковой больной. Как удивительно перекликались мои ощущения с ощущениями и восприятием Люды. Она давала Рейки матери своей знакомой, когда та уже находилась в последней стадии, незадолго до ухода. Больная не нуждалась в болеутоляющих средствах, т.к. она не испытывала болей, она тоже как и Е.Д. ушла спокойно и умиротворённо. Люда испытывала при этом, также как и я, счастье и радость.

Мы не можем изменить ход событий, мы можем только внести в них другое качество. Что может быть прекраснее того, что человек, болеющий этой страшной болезнью, уходит без

боли, счастливый и умиротворённый. Он уходит в другой мир спокойнее и более осознанно, окруженный Светом и Любовью.

Рейки для животных

Обычно животные реагируют положительно на энергию Рейки. Так же, как и при воздействии на человека, особое внимание необходимо уделять тем участкам тела, которые берут много энергии.

Особенно вначале необходимо иметь богатую фантазию, чтобы достичь той части тела, которой Ты хочешь дать Рейки, так как животное еще не знает, что ему предстоит. Ласковый подход к животному облегчает нам эту задачу. Почувствовав впервые воздействие энергии Рейки, животное начинает получать удовольствие. Часто можно наблюдать, что домашние животные подходят сами и просят им дать Рейки.

Животных можно также лечить на расстоянии.

Рекомендую определить опытным путём "любимую" позицию каждого животного.

Рейки для растений

Растения также любят Рейки. Они начинают интенсивнее расти и цвести. Плодовые деревья и кустарники приносят богатый урожай здоровых плодов. Точно также реагируют овощные культуры. Семена, подверженные воздействию Рейки, вырастают в более здоровые растения.

Давать растениям Рейки очень просто:

- Цветочный горшок или ваза с цветами берётся в руки.
- Большим растениям достаточно давать Рейки по частям.
- У ростков можно держать руки на расстоянии 5-10 см над ними.
- Небольшие деревья достаточно обхватить ладонями в нижней части ствола, а большие - просто обнять.
- Для насыщения воды энергией Рейки, сосуд для поливания охватывается руками и держится несколько минут.
- Семена можно взять в руки, подержать их до тех пор, пока идёт энергия.

Рейки для энергетизации предметов

Все на физическом уровне состоит из энергии, всё пронизано универсальной жизненной энергией. С помощью Рейки можно наполнить энергией любые предметы, например: кристаллы, драгоценные камни, ювелирные изделия, посуду и т.д. Все предметы подвержены влиянию энергии своих владельцев.

Предметы являются нашим зеркалом, мы могли часто наблюдать, что когда мы находимся в состоянии стресса или в негативном цикле, то многое вокруг нас начинает ломаться или выходит из строя. Это действительно для автомашин и любой другой техники.

Лучше всего давать Рейки любым предметам, когда мы находимся в состоянии гармонии. Для этого необходимо взять предмет в руки или положить на него руки и держать их до тех пор, пока идёт энергия. Также можно воздействовать на автомашины и прочую технику.

Рейки для энергетизации пищи

Сегодня, когда мы все употребляем неполноценные продукты питания, за счёт того, что в сельском хозяйстве употребляется всё больше и больше химических удобрений, мы часто получаем уже практически "отравленную" пищу. К этому добавляется неправильная кулинарная обработка пищи. Мы можем улучшить качество пищевых продуктов с помощью Рейки.

Для этого можно взять пищу в руки или подержать ладони над тарелкой и держать до тех пор, пока идёт энергия. А также мы можем помочь нашему пищеварению, если мы подержим после еды руки на животе.

Рейки для оздоровления нашей планеты

Рейки является великолепным средством для содействия лечению Земли. Так как наша планета предоставляет нам бесконечное изобилие, посылая ей Рейки, мы соблюдаем закон обмена энергией и выражаем ей этим свою признательность. Сила Рейки, направленная на нашу планету, будет также направлена на нас и исцеление Земли принесёт исцеление нам.

Кроме того, мы можем способствовать оздоровлению Земли, давая Рейки всему живому и неживому на Земле. Таким образом, мы вступаем в контакт с элементами природы, что помогает обновлению экологической системы Земли.

РЕЙКИ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЗАЩИТА

Очень часто мы нуждаемся в энергетической защите, например:

- мы чувствуем отрицательное энергетическое влияние другого человека;
- мы находимся в опасной ситуации;
- мы возвращаемся одни поздно ночью домой и т.д.

Мы можем защитить себя с помощью символов Рейки.

Техники защиты

В опасной ситуации рисуем 2-й символ на ситуацию и давай коротко на неё Рейки, затем фиксируем 1-м символом и продолжай давай Рейки.

Эта техника действует успокаивающе на ситуацию и на окружающих, при условии, что Ты сам спокоен.

Для энергетической самозащиты рисуй перед собой 1-й символ и активируй его, и затем рисуй также против часовой стрелки слева, сзади, справа от себя и над собой.

Защититься можно также 3-м символом, например, ставить его перед собой и, для усиления эффекта защиты, войти в него.

Летом произошел со мной забавный случай. Я возвращалась на взморье, где я остановилась, последней электричкой. Народ собрался разный, в основном, подвыпившие мужчины, и я почувствовала себя неуютно. Заняв место в вагоне, я начала защищать себя энергетически 1-м символом. Окружила себя им и при этом 3 раза мысленно произнесла: "Меня никто не видит!". В вагоне было спокойно, многие задремали. Через пару остановок в вагон вошла попрошайка. Эта женщина, уже потерявшая человеческий облик, подходила к каждому без исключения и кланчила. Ко мне она не подошла, меня она не видела и прошла мимо. Больше не было никаких происшествий, и я благополучно добралась до гостиницы.

Гармонизирование, энергетизирование и очистка помещений

Как известно, находящиеся в помещении негативные энергии и негативные мыслеформы (элементалы), имеют жизненную силу и они влияют на наше состояние. Поэтому крайне важно периодически очищать и защищать помещения, в которых мы часто находимся, от посторонних энергий.

Техники очистки помещений

Начни с любого угла в помещении и рисуй на него 2-й символ, произнеси 3 раза мантру и давай на угол пару минут Рейки, затем рисуй 1-й символ, активируй его и опять давай пару минут Рейки. Всё тоже самое сделай против часовой стрелки последовательно на середину всех стен, все углы помещения, потолок и пол.

Для долговременной очистки и защиты помещений от посторонних энергий, можно вступить в контакт с Существом помещения. Прежде всего очистить помещение выше указанной техникой, затем с помощью 3-го символа вступить в контакт с Существом помещения и попросить его о защите. После чего на каждый угол рисовать 1-й символ.

Не забудь в заключение снова поблагодарить Рейки!

РЕЙКИ В ЭКСТРЕННЫХ СЛУЧАЯХ

Рейки при несчастном случае

В первую очередь вызови скорую помощь или врача и только потом давай пострадавшему Рейки!!!

Давай Рейки на ниже приведённые позиции после того, как Ты или кто-то из окружающих позаботился о профессиональной помощи. Ни в коем случае не давай Рейки на открытые раны, внутренние травмы или кровоизлияния, а также переломы. Давай Рейки на приведенные позиции, которые помогают сохранить человеку жизнь и укрепляют его энергетический потенциал.

При несчастном случае давай Рейки на следующие позиции:

1. Чакра солнечного сплетения;
2. Крестцовая чакра;
3. Плечи сзади;
4. Ступни.

Рейки при инфаркте

В первую очередь вызови скорую помощь или врача и только потом давай пострадавшему Рейки !!!

Давай Рейки на ниже приведённые позиции после того, как Ты или кто-то из окружающих позаботился о профессиональной помощи. **Ни в коем случае не клади руки на сердце.** Достаточно, если Ты даёшь Рейки на ниже приведенные позиции, которые помогают сохранить человеку жизнь и укрепляют его энергетический потенциал.

При инфаркте давай Рейки на следующие позиции:

1. Чакра солнечного сплетения;
2. Крестцовая чакра;
3. Ступни.

Ни в коем случае не клади руки на сердце, поскольку люди с инфарктом и стенокардией испытывают затруднения с дыханием, и если им положить руки на область грудной клетки, то им становится тяжелее дышать.

Часть III

Дополнительные техники в сочетании с Рейки

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНИКИ В СОЧЕТАНИИ С РЕЙКИ I

Все техники, представленные в этой главе, прекрасно сочетаются с Рейки. Данные техники можно интегрировать в ежедневную работу уже с 1-ой ступени, что развивает нашу способность наблюдения, и ведёт к быстрейшему накоплению опыта, а также к скорейшему росту нашей интуиции и лучшего понимания протекающих процессов.

ТВОРЧЕСКАЯ ВИЗУАЛИЗАЦИЯ

Творческая визуализация - это метод, использующий силу нашего воображения для достижения поставленных целей. Творческая визуализация не является чем-то новым, необычным или чуждым нам. Мы используем её ежедневно. Это наша естественная сила воображения, созидательная энергия Вселенной, которую мы подсознательно ежедневно применяем.

Визуализация - это способность детального воображения какой-то идеи или картины, рождённых нашей фантазией.

Сила нашего представления и наши мысли - это сильные энергетические инструменты, которые могут изменять энергетическое состояние и исцелять. С помощью визуализации мы можем посылать энергию и качественно её видоизменять.

Творческая визуализация базируется на законах Вселенной. Нам необходимо познакомиться с этими принципами, понять их, и научиться с уважением их применять.

ЗАКОНЫ ВСЕЛЕННОЙ

Физическая вселенная - это энергия

Наша физическая вселенная состоит только из одной силы или эссенции - энергии.

Предметы на материальном уровне воспринимаются нашими органами чувств как твёрдые и не связанные друг с другом. На более тонком уровне, например, на атомарном или субатомарном, материя разлагается на всё более мелкие частицы и, в конечном итоге, оказывается, что всё это только энергия в чистом виде.

Мы и всё вокруг нас является энергией, мы составная часть одного большого энергетического поля. Все предметы, которые мы воспринимаем как изолированные, являются в действительности только различными формами нашей эссенциальной энергии. Мы все являемся единым целым и это в буквальном и физическом смысле этого слова.

Энергия имеет различную скорость колебания и вследствие этого обладает различным качеством: тоньше или плотнее. Например, мысли являются относительно тонкой лёгкой формой энергии и поэтому очень быстро и легко изменяемы. Материя - это относительно плотная, компактная энергия и по этой причине движется и видоизменяется медленнее. Кроме того, существует отличие между различными материальными формами. Живая материя видоизменяется относительно быстрее и реагирует легче на влияние. Скалы являются наиболее плотной формой энергии, любое изменение требует длительного воздействия. Но даже скалы подвержены изменению, например, через более тонкую и лёгкую энергию воды. Все виды энергии взаимодействуют между собой и влияют друг на друга.

Энергия - магнетична

Энергия определённого качества или вибрации обладает способностью притягивать энергию того же качества и вибрации.

Мысли и чувства имеют свою магнетическую энергию, которая притягивает аналогичную энергию.

Мы не раз испытали действенность этого принципа, когда мы "случайно" о ком-то подумали и этот кто-то в этот момент позвонил нам.

Идея первична, материя вторична

Мысли - это тонкая, лёгкая и очень подвижная форма энергии. Они проявляются очень быстро в отличие от более плотных форм энергии как материя.

Мы создаём что-то сначала в мысленной форме. Проявлению предшествует всегда идея. Мысль "Я хочу встретиться с друзьями" возникает перед тем, как позвонить и договориться о встрече. "Мне нужны продукты", идея предшествующая действию покупки продуктов и т.д.

У художника возникает сначала идея или приходит вдохновение, прежде чем он создаёт картину.

Идея - это план, содержащий картину с каким-либо образом. Эта картина магнетизирует физическую энергию и приводит её к тому, что она начинает принимать данную форму и таким образом, проявляется на физическом уровне.

По такому же принципу проявляются идеи или мысли не содержащие формы. Например, если мы постоянно думаем о болезнях, мы в итоге заболеваем; или например, если мы действительно считаем, что мы красивы, то мы и будем такими.

Закон излучения и притяжения

Это правило по которому всё, что мы излучаем во вселенную, возвращается к нам обратно. "Что посеешь, то - пожнёшь".

Мы притягиваем в жизни всегда то, о чём мы часто думаем, во что мы верим, что мы глубоко внутри нас ожидаем или воображаем. Чем больше положительной энергии мы вносим в наши мысли, чувства и ожидания, тем больше положительного проявляется в нашей жизни.

Процесс видоизменения происходит на более глубоких уровнях, мы не можем изменить свою жизнь только с помощью "положительного образа мышления". Речь идёт о том, что мы должны открыть наше глубинное отношение к жизни, исследовать его и видоизменить.

Творческая визуализация в сочетании с Рейки является самым оптимальным методом для старта нашего внутреннего роста. В течение этого процесса мы осознаём, что только наши страхи и отрицательное мышление блокируют наш путь к изобилию, радости и счастью.

Основы

ТЕХНИКИ ВИЗУАЛИЗАЦИИ

Техники визуализации могут применять все, а именно: люди не имеющие Рейки, а также имеющие 1-ю ступень Рейки.

Существует два способа визуализации: пассивная и активная:

а) При пассивной форме мы расслабляемся и рассматриваем картины или ощущения, которые в нас возникают, и не останавливаемся на деталях. Мы принимаем всё, что приходит.

б) При активном способе визуализации мы выбираем сознательно и создаём то, что мы видим или хотим видеть.

Мы используем обе формы визуализации при работе с Рейки.

Техника активной визуализации

1. В первую очередь поставь себе цель над чем Ты хочешь работать.

2. Закрой глаза и расслабься. Представь себе перед Твоим внутренним взором предмет или желаемую ситуацию в мельчайших подробностях и при этом, что Твой объект визуализации уже претворился в действительности. Представь себе, что Ты уже находишься в желаемой ситуации, прочувствуй все подробности и детали.

3. Возвращай свою концентрацию к этой картине без борьбы и чрезмерного желания.

4. Внеси в соответствие с Твоей ступенью Рейки энергию в Твою цель.

Помни, что одного раза, возможно, недостаточно, над своей поставленной целью необходимо последовательно работать до тех пор, пока не появятся результаты. Каков будет результат зависит от того, откуда исходит Твоё желание, из глубины Твоей души или от Твоего Эго. В любом случае итог Твоей работы будет плодотворным для Тебя.

Техники визуализации для энергетического очищения

Ты можешь с помощью приведённых техник энергетически очистить себя и свои ладони. Основной момент этих техник - это визуализация Света, который течёт через Тебя и выравнивает и очищает Твои личные энергии.

ЗАЗЕМЛЯЮЩИЕ КОРНИ

Расслабь своё тело с головы до ног и представь себе, как из Твоих ступней и из копчика растут корни, уходящие вглубь земли до её центра. При этом всё, что Тебя тяготит и мешает (мысли, энергии и т.д.), стекает по этим корням в землю и там трансформируется

ДУШ СВЕТА

Вообрази себе, что над Твоей головой парит золотой, сияющий шар, символизирующий неисчерпаемый источник божественной энергии, начало вселенной, исцеляющую силу Существования, т.е. Рейки.

- Представь себе, как из этого шара вытекает широкий золотой луч и через Твою макушку втекает в Твою голову, затем стекает по позвоночнику до копчика, здесь раздваивается, стекает по Твоим ногам в землю.

- Представь себе далее, как этот золотой луч, стекающий по позвоночнику до копчика и здесь раздваивающийся, течёт вверх через Твой живот, Твою грудную клетку, шею, голову и через макушку изливается в виде фонтана в Твою ауру.

- Теперь представь себе, как этот золотой луч, текущий вверх через Твоё тело, раздваивается дополнительно на уровне Твоих плеч,

стекает по Твоим рукам и вытекает из Твоих ладоней.

Позволь золотому Свету пройти через Тебя и очистить и все тёмные энергии, негативные мысли и тени вывести в землю.

БЕЛОЕ ОБЛАКО

Вообрази себе, что перед Тобой парит белое облако с образами всех тех, кто когда-то дарил Тебе энергию, и в которой Ты теперь не нуждаешься и которую Тебе необходимо отпустить, чтобы дальше духовно расти. Попробуйся ощутить, что в Тебе происходит в тот момент, когда Ты видишь, что это белое облако с образами и их энергиями улетает в бесконечность.

ОРАНЖЕВЫЙ СВЕТОВОЙ ШАР

Представь себе, что перед Тобой парит оранжевый световой шар, с Твоей фотографией внутри. Все Твои энергии со всех времён и мест стекаются в этот шар и трансформируются в нём. Заполненный шар поднимается вверх и лопается над Твоей головой, трансформированная энергия изливается на Тебя, втекает в Твоё тело и исцеляет Тебя.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Обращение к Читателю

В процессе работы с людьми я обратила внимание, что многие понимают Рейки очень узко. Рейки - это не только возможность исцелять своё тело, Рейки - это путь (об этом я уже говорила вначале книги) и возможности Рейки безграничны. Универсальная жизненная энергия не знает никаких преград, она может всё!

Рейки - это не догма! Дерзайте, экспериментируйте с Рейки! Внесите свою личную "ноту", найдите свой метод работы с этой энергией!