

REIKI

* I., II. a III. - MISTROVSKÝ stupeň

Usui Shiki Ryoho – Usuiho tradiční metoda

skripta zpracoval

Ing. Jaroslav Holcman, MBA

OBSAH I. stupně

Úvod	5
Co je to REIKI	5
Jaké možnosti jste získal(a) zasvěcením do 1. stupně REIKI ?	6
Vaše linie mistrů	6
Historie	7
Principy REIKI	9
Stupně REIKI a jejich popis	10
21 denní očistný proces	11
Co podniknout před léčením	11
Jak držet ruce při REIKI	12
Ošetřování domácích zvířat pomocí REIKI	12
7 hlavních čaker, vlastnosti a jejich funkce	13
Harmonizace čaker	17
Pozice	18
Pocity v rukou	22
Energetická cvičení ke zvýšení citlivosti v rukou	23
Doporučená a použitá literatura	25

OBSAH II. stupně

Úvod	26
Symboly REIKI	26
Cho Ku Rei, Sei Hei Ki	27
Hon Sha Ze Sho Nen	28
Techniky REIKI	30

OBSAH III. stupně

Úvod	37
Kdo je Reiki mistr	37
Mistrovský symbol	38
Používání 4. symbolu	41
Sedm vrstev aury a systému těl	42
Vnitřní průběh léčení na sedmi vrstvách aury	43
Antahkarana	44
Mandala	46
Hatsurei-ho	47
Další techniky Reiki	48

REIKI I.

Všude kolem nás i v celém Vesmíru se rozprostírá nekonečný oceán čistých, nevyčerpatelných energií a jedna z těchto energií je Reiki.

REIKI též chápeme jako metodiku a systém práce s touto energií.

Starověké civilizace měly kdysi schopnosti ji využívat k léčení na všech úrovních a to kladením rukou jak na sebe sama tak i na jiné. Tyto znalosti a schopnosti se pak předávaly z generace na generaci.

Ale potom byla v souvislosti s rozvojem civilizace směrem k technice narušena harmonie těla, mysli a ducha. Vzhledem k tomu jsme o tyto schopnosti postupně přicházeli, až nakonec byly zapomenuty, ne však úplně. Uchovaly se v písemnostech a v ústním podání. Studium starověkých metodik se zabýval německý spisovatel, léčitel a jasnovidce Eckard Strohm.

Při čtení v "Kosmické knihovně", zvané v orientu Akaša narazil na pětistupňový harmonizační systém pocházející z Atlantis Arolo Tífar. Při podrobnějším studiu zjistil, že základní stupeň AROLA již v minulém století znovu objevil Dr. Mikao Usui a od té doby se vyučuje pod názvem REIKI dodnes.

Dr. Mikao Usui a později Eckard Strohm i další jejich následovníci vyškolili mnoho učitelů (mistrů), kteří nadále předávají svým žákům schopnosti stát se kanálem této vesmírné životodárné energií.

Děje se to zasvěcováním (iniciací), při kterém se otevírají u každého člověka přítomné, avšak u velké většiny lidí uzavřené dráhy pro tuto energii. Tyto dráhy zůstanou po zasvěcení již otevřené po celý zbytek života.

CO JE TO REIKI?

Uvědomme si, že přikládání rukou na lidské nebo zvířecí tělo za účelem uvolnění bolesti je tak staré jako instinkt. První věc, kterou většina lidí udělá, když ucítí bolest, je, že si na postižené místo přiloží ruce. Když malé dítě upadne a odře si koleno, chce, aby mu je matka pohladila (*nebo políbila*), čímž se mu uleví. Matčín instinkt, když má dítě horečku nebo nějakou nemoc, ji nabádá, aby přiložila ruce na čelo dítěte. Lidský dotek přináší teplo, vyrovnanost a léčení. Přináší také péči a lásku. Když zvíře cítí bolest, první instinkt psa nebo kočky je, že si postiženou oblast začne lízat - ze stejného důvodu, z jakého člověk přikládá ruce. Zvířecí matka také olizuje svá rozrušená mláďata. Tento jednoduchý čin je základem všech léčitelských technik.

Živé tělo, lidské i zvířecí, vyzařuje teplo a energii. Tato energie je samotná životní energie a má tolik jmen, kolik je civilizací.

V Japonsku se tato energie nazývá Ki a z tohoto slova vzniklo také jméno pro Reiki - čteme „, rejki “. Ki může být definováno jako „ energie, vzduch, dech, vítr, dech života, životní esence aktivující energie vesmíru “ a Rei jako „ vesmírný, životadárný “. Ki je energie elektrického typu, kterou produkuje tělo, a určuje zdravotní stav. Když Ki opustí živý organismus, odchází i život. Ki je také základní životní silou Země, planet, hvězd a nebes a tyto zdroje energie ovlivňují Ki živých těl. Všechno živé obsahuje Ki a vyzařuje ji - je to biomagnetická energie aury.

V případě životní energie Reiki byly u osoby, jež je naladěna jako Reiki léčitel, otevřeny kanály její tělesné energie a naladění na Reiki také pročistilo bloky v těchto kanálech. Nejen že se u této osoby zvýší životní energie Ki pro její vlastní léčení, ale tento člověk se také napojí na zdroj vesmírné Ki. Tento zdroj lze popsat jakkoli, jak si jej jen léčitel přeje pojmenovat. Mohou to být termíny jako Bůh, Vyšší já, První zdroj, Vesmír, nebo cokoli, co může označovat prvotní stvoření nebo životní energii. Reiki není náboženství. Tato životní energie je zdrojem života samotného a je mnohem starší než kterákoli náboženská filosofie.

I když všechno, co je živé, má Ki, naladění na Reiki napojuje příjemce intenzivněji na neomezený zdroj. Po přijetí naladění na Reiki I se příjemce stává kanálem této vesmírné léčivé energie. Všechno, co potřebuje od počátku naladění a po celý zbytek života udělat, aby se napojil na léčivou energii Ki, je, že musí přiložit své ruce na své tělo nebo na tělo někoho jiného, a energie začne automaticky proudit. Naladění také zvyšuje pomocí přímého kontaktu osoby se zdrojem energie Ki životní energii osoby, která ji přijímá. Člověk přichází do styku s energií, která nejprve léčí jej a potom i druhé, aniž by léčitele vyčerpávala. V několika krátkých minutách procesu naladění dostává příjemce Reiki - dar, který navždy změní jeho život ze všech pozitivních hledisek.

Proces naladění neboli zasvěcení je to, co odlišuje Reiki od všech ostatních druhů přikládání rukou nebo léčení dotykem. Naladění není léčebným sezením, naladění vytváří léčitele. U stupně Reiki I přijímá student první naladění. Při stupni Reiki II dostává další naladění a ještě jedno se stupněm Reiki III. Naladění každého stupně zvyšuje pozitivní sílu jeho schopnosti být kanálem energie Ki. Právě naladění tvoří Reiki a bez tohoto procesu - který musí být předáván přímo z Mistra / učitele na studenta - není systém léčení Reiki, ale něco docela jiného.

Zážitky při naladění se liší student od studenta. Někteří vnímají barvy, jiní vidí obrazy, někteří znovu prožívají své minulé životy - zvláště ty, v nichž dostali Reiki. Někteří jsou naplněni světlem nebo pociťují naprostý klid a mír, zázrak nebo lásku. Pocity jsou jednoznačné, ale velmi jemné. Když je nový Reiki léčitel požádán, aby na někoho přiložil ruce a předal mu tak energii, může napoprvé zažít vyzařování tepla skrz ruce, charakteristické pro Reiki.

Od chvíle, kdy člověk přijal naladění na Reiki, stává se z něj provozovatel Reiki se schopnostmi, o nichž dříve neměl ani tušení. Naladění nedává příjemci nic nového; otevírá a seřizuje to, co bylo i dříve jeho součástí. My všichni jsme měli Reiki ve svých minulých životech; je to součást našeho genetického dědictví a součást nás všech.

Jaké možnosti jste získal(a) zasvěcením do 1. stupně REIKI?

- a) Stáváš se kanálem REIKI. Máš schopnost tuto energii kdykoliv použít a předávat dál pokládáním rukou tam, kde je jí potřeba. Na to se nemusíš nijak soustředit, ani se v životě omezovat. Chceš-li předávat REIKI, stačí přiložit ruce nebo mít s příjemcem kontakt přes auru, aby REIKI začala proudit.
- b) Vytvoří se určitý druh ochrany příjemce, která zabrání, aby Tvá osobní energie nebyla přenášena k němu zároveň s REIKI. Neexistovala-li by tato ochrana, mohly by některé Tvé energie proniknout do vnitřního energetického systému příjemce a zůstat v něm.
- c) Ty, jako kanál REIKI, získáš ochranu, která zabrání, aby se na Tebe přenesly disharmonické energie od ošetřovaného. Tím si jako terapeut chráněn závažnými cizími energiemi.
- d) Dojde ke zvýšení citlivosti vůči energiím. Při pokládání rukou začneš vnímat zcela nové pocity, které jsi před zasvěcením neměl.
- e) Všechny schopnosti získané zasvěcením do 1. stupně REIKI se v Tobě zakotví navždy. Nelze Ti je odejmout, ani zrušit a taktéž nemohou samovolně zaniknout. A proto stačí každému člověku jedno zasvěcení pro celý život! Neexistují nepodařená zasvěcení, pokud jsou provedena tradičně vzdělaným Reiki mistrem s předanými symboly, mantrami a rituály. REIKI mistr neprovádí vlastní zasvěcení, ale vytvoří pouze kontakt s vesmírnou životodárnou energií. Vše ostatní je řízeno SHORA. Lidé dělají plno chyb, ale svazek uzavřený s BOHEM chyb nemá!

VAŠE LINIE MISTRŮ

1. ***** MIKAO USUI *****
2. **Chujiro Hayashi**
3. **Hawayo Takata**
4. **Phyllis Lei Furumoto**
5. **Pat Jack - Carol Ann Farmer - Cherie Prashun - Leah Smith**
6. **William L. Rand (studoval pod čtyřmi mistry)**
7. **Ralph Reed - Jacquie Reed**
8. **Elizabeth A King**
9. **Vincent (Vinny) Amador**
10. **W.H. (Two Bears) Lambdin**
11. **Rev. Rocky J. Maxwell M.H. (The Green Man)**
12. **Jaroslav Holcman**
13. **Zuzana Holcmanová**

HISTORIE

Koncem minulého století byl systém Reiki znovuobjeven křesťanským knězem dr. Mikao Usui v Japonsku. Dr. Usui vedl malou křesťanskou univerzitu Došiša v Kjotu. Kromě toho tam také učil a při určitých příležitostech kázal. Jedné neděle se ho jeden z jeho studentů před bohoslužbou zeptal, zda věří všemu, co stojí v bibli. Například tomu, že Ježíš uzdravoval lidi pouhým vkládáním ruky. Usui přisvědčil. Student se dále zeptal, zda už někdy něco takového zažil a dr. Usui musel odpovědět záporně. Za to si dr. Usui vyslechl, že tak slepá víra je možná v pořádku pro něj, jako pro starého člověka, ale student prý nechce svůj život a svou práci budovat na něčem, co mu nikdo nemůže dokázat. Pro něj, jako mladého člověka s tolika otázkami do života to nestačí. Tato diskuse na dr. Usuiho tak zapůsobila, že hned příští den složil svůj úřad a vydal se hledat pravdu. Chtěl teď sám vědět, na čem je, a zbytek života také nezakládat na slepé víře. Hledání ho nejprve zavedlo do USA. V Chicagu vystudoval starodávné jazyky, aby se dostal k přímým zdrojům informací o Ježíšově uzdravování. V doktorské práci se pak také zabýval uzdravováním v Novém zákoně. Ale sebeintenzivnějším studiem nezískal žádné hlubší vysvětlení o Ježíšových uzdravovacích metodách. Ovšem našel poukazy na to, že Buddha vykonával podobné zázraky. Dr. Usui sledoval tuto stopu, vrátil se zase zpět do vlasti a navštívil v Japonku mnoho buddhistických klášterů, aby tam hledal odkazy, které by ho dovedly dál. V následujících letech se naučil čínštině a nakonec i staroindickému sanskrtu, protože staré texty většinou neexistovaly v japonském překladu. Po dlouhém hledání našel nakonec v knihovně jednoho zenového kláštera svitky s rukopisy a kresbami neznámého žáka Gautama Buddhy, který přesně popisoval, jakými metodami, symboly a formulemi svatý muž uzdravoval a jak tyto schopnosti předávat druhým. Tak našel dr. Usui konečně po mnoha letech to, co tak dlouho hledal. Ale něco mu ještě chybělo! Akademické vědění mu nestačilo. Chtěl sám prožít uzdravování vkládáním rukou. Na to byly ovšem rukopisy málo. Sice zprostředkovaly vědění, ale nikoliv sílu, jak ho proměnit v čin. O této poslední překážce si promluvil s opatem kláštera, který se mezitím stal jeho přítelem. Mnich mu radil, aby vyhledal svatou horu v okolí, oddal se tam meditacím a půstu a důvěřoval, že mu Bůh poskytne přístup k uzdravující síle.

Současně ho však také varoval, protože se obával, že by dr. Usui mohl při tomto pokusu přijít o život. Mikao Usui se rozhodl odvážit se i posledního kroku a vydal se na místo síly, aby se tam postil, meditoval a modlil. Tato meditace trvala jednadvacet dní a poslední den se pak skutečně stalo to, oč prosil v modlitbách: z nebe k němu sestoupil jasný paprsek světla a naplnil ho silou a vitalitou. Veškerá slabost a strnulost, kterou v něm vyvolal dlouhý čas meditace, z něj opadla. V rychlém sledu uviděl symboly, s nimiž se setkal už ve starém sanskrtském textu, zahalené v lehkých bublinách energie. Navěky se mu vryly do paměti a aktivovaly jeho přístup k univerzální životní energii. Po tomto prožitku starý kněz povstal a zahájil dlouhý sestup. Cestou si zranil nohu o kámen, a tím měl první možnost vyzkoušet nové síly. A skutečně: když si několik minut přidržel ruce nad zraněním, polevil krvácení i bolesti, takže mohl jít dál. Když došel k úpatí hory, zašel do malého hostince a objednal si tam pořádné jídlo. Když mu dcera hostinského přinášela jídlo, všiml si, že dívka pláče. Tváře měla oteklé a velmi ji bolely zuby. Dr. Usui se zeptal, zdají smí pomoci a po jejím svolení jí přiložil ruce na nemocné místo.

Po nějaké době ustaly bolesti i u ní a otok splaskl. Když se s velkou chutí najedl, vrátil se zpět do kláštera, aby vyprávěl svému příteli opatovi o svých zážitcích a promluvil si s ním o dalším postupu. Při příchodu se dověděl, že starý muž leží se zlým záchvatem artritidy. A zase dokázal kněz pomoci použitím Reiki a zmírnit bolesti trpícího. Během příštích dní se oba radili, co teď bude nejlepší počít s novou zázračnou schopností. Nakonec došli k závěru, že nejsmysluplnější bude pomáhat silou Reiki lidem, kteří kvůli svému onemocnění nejsou schopni starat se sami o sebe, a proto musí žít v chudobě. Dr. Usui potom strávil mnoho let s žebráky ve slumech Kjóta, mnohé z nich vyléčil silou Reiki a pak je poslal zpět do života, aby pracovali a starali se o sebe a své příbuzné. Po nějaké době ale uviděl tytéž lidi, které vyléčil, zase sedět na ulicích a žebrat. Na jeho otázky, co je s nimi, odpovídali všichni velmi podobně: daří se jim dobře, jsou zdraví, ale prý bylo velmi nepříjemné a namáhavé starat se sami o sebe a pracovat. Při žebrání se cítí lépe. Netlačí je žádná zodpovědnost a je přece tak krásné žít z blahobytu jiných lidí, aniž by museli nést břímě práce. Dr. Usuiho velmi zarmoutily tyto reakce na jeho snahy. Poznal, že nestačí vyléčit člověka tělesně. I duch by měl být zahrnut do léčebného procesu.

V té době asi pochopil souvislost mezi onemocněními a učebními procesy, hodnotou zdraví, smyslem vlastní zodpovědnosti, vděčnosti a zákony výměny energie. Sepsal, co se naučil, aby se i pozdější generace mohly zúčastnit jeho poznatků, a postaral se, aby o tom každý žák Reiki dostal poučení, když byl zasvěcen do 1.stupně Reiki. Proto je ještě dnes důležitou součástí zasvěcovacích seminářů pět životních pravidel Reiki a každý žák dostává jeden jejich exemplář, aby se vyrovnal s jejich obsahem. Myšlenka, že se nikdo nemůže skutečně uzdravit, pokud pro něj jeho zdraví nemá cenu, a že by měl proto každý poskytovat za zasvěcení do stupňů Reiki protislužbu, byla od dob dr. Usuiho předávána z jednoho mistra Reiki na druhého a i dnes ještě tvoří důležitou součást tradiční výchovy Reiki. Míkao Usui potom učil mnoho let v Japonsku a vychovával žáky v metodách, jak přenášet Reiki. O jeho životě bohužel příliš mnoho nevíme. Většina spočívá na ústním podání. Možná se dovíme víc, až bude zase existovat spojení k hnutí Reiki v Japonsku, nebo Koreji (viz dále). Po smrti dr. Usuiho, kolem konce 20.let tohoto století, přešel úřad velmistra na dr. Chudžira Hajašijo, který zřídil v Tokiu malou kliniku, v níž se léčily i těžké případy, jako rakovina, pouze s pomocí Reiki a speciální diety spočívající především na čerstvé stravě. Mnoho příslušníků horních vrstev japonské společnosti se tu podrobovalo léčbě. Dr. Hajaši systemizoval ošetření Reiki a sepsal mnoho zpráv o zkušenostech s účinky Reiki u nejrůznějších onemocnění. Mimo jiné vytvořil plán pro základní terapii a zjistil, že Reiki proudí vždy automaticky tam, kde je ho zapotřebí. Bohužel už pro nás jeho spisy dnes nejsou přístupné. Krátce před vstupem Japonska do 2.světové války dostala úřad velmistra od dr. Hajašiho Hawayo Takata. Japonka, žijící na Havaji, která byla na jeho klinice vyléčena z vážného onemocnění rakovinou a našla tak cestu k Reiki. Paní Takata ztratila ve věku 29 let manžela a musela se sama starat o své dvě malé děti. Nijak snadný úkol pro ženu, a obzvlášť obtížný v té době. Ve věku třiceti pěti let měla Hawayo Takata všechny možné choroby: zánět slepého střeva, benigní nádor, žlučnickové kameny a jako korunu všeho utrpení i astma, takže nemohla být operována pod narkózou. Také velmi zhubla a nakonec už vážila jen 97 liber. Během těch let jí zemřelo i mnoho příbuzných, takže mohla spoléhat na stále menší pomoc. V té obtížné době jí pouze láska k jejím dětem zdržovala od myšlenky na sebevraždu. Paní Takata chodila pravidelně do kostela a meditovala v křesťanském smyslu. Jednoho dne, když už opravdu nevěděla, jak dále zvládnout svůj život, se po meditaci modlila k Bohu, a řekla mu, že už neví, co má dělat a prosila Ho, aby jí a jejím malým dětem pomohl. V duchu si myslela, že jí Bůh určitě pomůže, pokud slyšel její modlitbu. Tu najednou zaslechla hlas, který jí třikrát řekl, že si musí nejprve vyléčit své nemoci. Tím se zbaví i všech ostatních problémů. Tři týdny nato zemřela jedna z jejích sester a jí připadl nelehký úkol předat smutnou zprávu rodičům, kteří v té době byli na delší návštěvě v Japonsku v domě rodiny v Jamaguči. Obě její dcery ji na této cestě doprovázely. Při té příležitosti chtěla do Japonska do kláštera Ohtani dovést i popel svého muže, aby mu prokázala poslední poctu a chtěla navštívit jednu tokijskou nemocnici, ortopedickou kliniku Maeda, která patřila jednomu rodinnému příteli, aby se tam podrobila léčbě. Když jí lékař spatřil, zavrtěl hlavou a řekl, že musí nejprve získat více sil, než bude možno uvažovat o operaci. Tak zůstala paní Takata se svými dcerami v nemocnici. Za několik týdnů dr. Maeda shledal, že se už může podrobit operaci a dal jí připravit na zákrok. Ale během příprav na operaci zase zaslechla hlas, který k ní promluvil už na Havaji. Tentokrát jí sděloval, že operace není nutná! Paní Takata se nevěřicně štípla do paže. Ale nezdálo se jí to. Teprve když jí hlas třikrát přednesl toto poselství, uvěřila mu. Vstala a sdělila zmateným zdravotním sestřám, že teď přece jenom operaci nechce. Ženy se pochopitelně velmi polekaly a rychle běžely pro dr. Maedu, aby situaci objasnil. Paní Takata vysvětlila ustaranému lékaři, že nemá strach, že by při operaci zemřela, ale že chce vědět, jestli pro ni neexistuje ještě jiná možnost uzdravení. Dr. Maeda chvíli uvažoval a pak se zeptal, jak dlouho chce zůstat v Japonsku. Když uslyšel, že plánuje dvouletý pobyt, poslal ji za svou sestrou, paní Šimurovou, která byla na jeho klinice dietetickou odbornicí. Při rozhovoru s ní se paní Takata dozvěděla o zázračném vyléčení díky mistru Reiki Chudžiro Hajašimu, který paní Šimurovou zachránil z hlubokého komatu, když na ní lékaři bezvýsledně zkoušeli všechno svoje umění. Brzy na to byla Hawayo Takata odvezena na kliniku dr. Hajašiho. Mistr Reiki se jí ujal a během následujících šesti měsíců jí denně mnoho hodin dva zasvěcení pracovníci uzdravovali vesmírnou životní energií. Mezitím občas docházela na vyšetření do nemocnice Maeda, aby bylo její zotavení potvrzeno klasickou medicínou a včas rozeznány případné komplikace. Navíc k předávání Reiki dostávala speciální dietu, která sestávala především ze slunečnicových semínek, šťávy z červené řepy, grapefruitů, mandlí a jiných čerstvých potravin. Sezení jí připadala velmi zvláštní.

Asistenti dr. Hajašiho jí mlčky přikládali ruce a už po krátké době cítila blahodárné silné teplo na ošetřovaných místech. Když nebyl nikdo v pokoji, zvědavě prohlížela svou postel a podlahu, ale nenašla žádné skryté stroje, které by mohly způsobovat tyto zvláštní pocity. Jednoho dne už to nevydržela a při sezení sáhla jednomu z léčitelů do širokých rukávů tradičního kimona. Muž byl překvapen, ale myslel si že potřebuje kapesníky a nějaké jí dal. Paní Takata je odmítla a velmi vzrušeně se zeptala, kde má schované baterie a ten ohřívací přístroj. Oba léčitelé na sebe překvapeně pohlédli a pak se hlasitě rozesmáli.

Dr. Hajaši nakoukl do pokoje, přilákan hlukem a pak vyprávěl udivené ženě odpovědi na její otázky o Reiki, vesmírné životní energii, která je přiváděna do jejího nemocného těla přikládáním rukou. Po této důležité události projevila Hawayo Takata velký zájem o tuto zázračnou sílu. Často se o ní s dr. Hajašim bavila a sdělila mu své přání stát se jeho žačkou. To bylo neobvyklé privilegium pro někoho, kdo nevyrostl v Japonsku, a navzdory svým snahám by byla sotva přijata do kursu Reiki, kdyby jí byl její přítel dr. Maeda nenapsal pro dr. Hajašiho doporučující dopis. Později, když se jí zase navrátilo dokonalé zdraví, byla zasvěcena do 1. stupně a pak pod vedením a dozorem dr. Hajašiho také léčila nemocné lidi. Zůstala u mistra Reiki více než rok a on ji vzdělával stále dál. Její vážnost a hluboký zájem o Reiki přiměly dr. Hajašiho, aby jí zasvětil do 2. stupně Reiki, stupně praktiků. Později se paní Takata navrátila s darem léčení zpět na Havaj a tam silou Reiki ošetřila mnoho lidí. Později o několik týdnů nato dostala návštěvu. Přicestovali Chudžiro Hajaši a jeho dcera, aby ji vzdělávali dál. Během několika měsíců jí oba předali další znalosti o Reiki, uspořádali kurzy a pak, v únoru 1938, ji zasvětili jako mistryni Reiki. Brzy nato otec s dcerou odjeli zpět do Japonska. Hawayo Takata v následujících letech vykonala mnoho pro šíření Reiki na Havaji. Založila centrum Reiki, v němž žila se svou rodinou, uzdravovala nemocné a také zasvěcovala lidi, kteří měli zájem o Reiki, do Usuiho systému Reiki. Kromě toho hodně cestovala po okolních ostrovech a pořádala kurzy Reiki, protože stále více lidí se dovídalo o ženě s léčivými rukama a chtělo se naučit její metodu. Na počátku roku 1940 směřovalo Japonsko stále více k válce s USA. Dr. Hajaši to vycítil. Cítil, že po dlouhých letech ve službách léčení se už nedokáže přímo, či nepřímo zúčastnit války. Na druhé straně nemohl jako Japonec pocházející ze staré tradiční rodiny odmítnout válečnou službu. Tak uspořádal své záležitosti a připravil se na rozloučení se světem. Paní Takata měla během oněch dní sen, který jí velmi sklíčil. Viděla v něm, že s dr. Hajašim není něco v pořádku a proto se co nejdříve rozjela do Japonska, aby mu pomohla. Po jejím příjezdu lékař potvrdil její obavy a oba strávili řadu dní vážnými hovory o očekávané válce, o tom, jak může dopadnout a o opatřeních, která je třeba podniknout v zájmu bezpečnosti Hawayo Takaty a na ochranu tradice Reiki. Dr. Hajaši měl velmi jasné vize blížících se událostí a tak mohl dát své žáky mnoha cenných rad do budoucnosti. Brzy nato svolal všechny přátele, příbuzné a japonské mistry Reiki, jmenoval paní Takatu svou následnicí v úřadě velmistra a silou své vůle pak, oblečen do tradičního japonského úboru, navždy opustil své tělo. Hawayo Takata se vrátila zpět do vlasti a ve zdraví přestála následující léta, zvláště těžká pro Američany japonského původu. Rady jejího učitele jí pomohly a umožnily tak plynulé pokračování tradice Reiki na Západě. Paní Takata od té doby vyučovala Reiki na Havaji, v USA, Kanadě a Jižní Americe. Vychovala více než dvacet mistrů a před svou smrtí předala své vnučce Phyllis Lei Furumoto a Dr. Barbaře Weber-Rayové úkol vést hnutí Reiki. Přesně po roce spolupráce se cesty paní Furumoto a Paní Weber-Rayové z osobních důvodů rozešly. Obě založily vlastní organizace, AIRA, nedávno přejmenovaná na T.R.T.A.I. (B.Weber-Rayová) a Reiki-Alliance (Ph.L.Furumoto). Počátkem 80. let potom Reiki proniklo díky Brigittě Mullerové do Evropy a začalo se rychle šířit. Dnes již existují mistři Reiki v každé evropské zemi.

PRINCIPY REIKI

- 1. Právě dnes se nerozčiluji.**
- 2. Právě dnes si nedělám starosti.**
- 3. Právě dnes jsem milý ke všem bytostem.**
- 4. Právě dnes žiji čestně a poctivě.**
- 5. Právě dnes jsem vděčný za všechny milosti.**

Žádná pravidla nemají smysl, budeme-li se jimi řídit jen z povinnosti. Nejdůležitější je se snažit o to, abyste tato pravidla žili celým svým životem. Pokud se o to budete snažit jen z povinnosti, bude to pro Vás těžká práce, která Vás bude vyčerpávat. Pokud se ale budete snažit žít tato pravidla ze srdce a plně je integrovat do svého života, bude to pro Vás krásná hra, která Vám přinese mnoho potěšení a krásných zážitků. Dojde ke zlepšení Vaší komunikace s okolním světem a budete nositeli světla, které od Vás bude odhánět problémy a vy budete mít možnost prožívat svůj život lépe a krásněji. Práce s těmito principy je práce náročná a to nejen časově, proto se na sebe neztekejte, když Vám to nepůjde hned všechno. Je téměř nemožné vypořádat se a integrovat tato pravidla do svého života v krátkém časovém období (krátké časové období = jeden lidský život). Proto si dopřejte dost času na tuto integraci a nedělejte si více starostí než je nutné. V tomto případě použijte pravidlo „ Právě dnes si nedělám starosti “.

STUPNĚ REIKI

Reiki I

Stupeň Reiki I (v japonštině Sho Den) je určen těm, kteří mají touhu učit se používat Reiki energii. Stupeň je učen mistrem Reiki, učí se techniky, prochází zasvěcením. Existují různé zasvěcovací procedury. Tradiční Usuiho léčivé systémy používají čtyři zasvěcení, jiné systémy používají jedno zasvěcení a jiné zase dvě zasvěcení v závislosti na škole, ve které je Reiki vyučována. Stupeň Reiki I obecně zahrnuje pozice rukou používané při praktikování Reiki na sobě a ostatních, informace o účinku energie na orgány a symptomech nemoci a dále informace o čakrách. Některé školy učí silový symbol již ve stupni Reiki I, někde je také učeno, že Reiki I je určeno pro léčení na fyzické úrovni. Stupeň Reiki I také zahrnuje principy Reiki a historii. Je základním stupněm či chcete-li prvním krokem na cestě Reiki. Schopnost předávat energii získáte od svého učitele / mistra Reiki, **schopnost cítit energii se může projevit hned na semináři a většinou to tak bývá, u někoho jde o delší proces.**

Reiki II

Stupeň Reiki II (v japonštině Oku Den) obsahuje učení třech symbolů Reiki a další zasvěcení. Reiki II znamená prohloubení kontaktu s Reiki. Reiki II. stupně je někdy nazýváno jako duchovní léčení na emoční úrovni. Reiki vždy působí na všech úrovních. Někteří lidé přidávají k Reiki další duchovní praxe zahrnující myšlenky New Age, práci s krystaly, tibetské a jiné techniky. Učí se tři symboly (silový, duchovně / citový léčivý symbol a vzdálenostní symbol a jejich aplikace. Některé školy trvají na tradici ústního předávání symbolů (učeno v adaptaci Hawayo Takaty, nikoli v Japonsku) Různé školy mají různou dobu mezi přijetím zasvěcení do Reiki II po stupni Reiki I. Liší se výrazně od zasvěcení do Reiki I a II v jednom víkendu až po přestávku do jednoho roku. Tibetské / Usui směry obsahují také techniky „scanningu“ a „záření“.

Mezistupeň

Ačkoli tento není povinný, často se doporučuje absolvovat delší sebepoznávací seminář nejlépe pod vedením samotného mistra. Ten je tématicky zaměřen tak, aby se podporoval duchovní růst adepta a tento byl pak plně připraven pro přijetí mistrovského zasvěcení.

Reiki III (mistr Reiki)

Třetí stupeň Reiki (v japonštině Shin Pi Den) je Mistrovský / Učitelský stupeň Reiki. Je to vzrušující krok a velká odpovědnost. Někdy je také učeno, že jest to léčení na duchovní úrovni. Učí se Usuiho mistrovský symbol. Usuiho mistrovský symbol završuje tři symboly naučené ve stupni Reiki II. Některé školy vyžadují velký závazek od studenta a tvoří se pouto mezi mistrem a žákem. Mistři se učí, jak zasvětit jiné do Reiki použitím zasvěcovacího postupu. Někteří také říkají, že v Japonsku se učí další techniky využívající různé druhy masáží. Je to příchod zpět k počátku. Usui / Tibetské školy a jiní různí nezávislí praktici přidali úroveň IIIA. Úroveň IIIA je často nazývána **mistr Reiki**, přičemž další stupeň se poté nazývá **mistr Reiki - učitel**. Na úrovni mistr Reiki v tomto čtyřstupňovém systému je přitom adeptovi předáván mistrovský symbol a iniciace, ale způsoby zasvěcování jsou mu utajeny. **Podle mého názoru, když už někoho zasvětím na mistrovskou úroveň, cítím se eticky zavázán říci mu vše, co k tomu patří. Ale na druhou stranu je pro mnoho lidí vhodnější rozdělení na IIIA a IIIB.** Část technik, které by zde mohly být zahrnuty jsou : Reiki meditace, která používá Reiki symboly pro řešení problémů či pro umocnění cílů, použití Reiki s krystaly, meditace pro spojení se s Reiki průvodci, léčivé zasvěcení, tibetský symbol Antahkarana a jeho použití, lokalizace a použití Hui Yin a techniky fialového dechu. Stupeň IIIB zahrnuje učení dalšího symbolu a učení, jak provádět zasvěcení. Stupeň IIIA je vykonstruovaná úroveň přidaná do Reiki v Usui / Tibetských školách. Sestává se z množství doplňkových technik, které nebyly součástí Usui systému Reiki a není nutné je dělat. Tyto stupně nikdy nebyly částí Reiki a byly přidány po smrti Hawayo Takaty.

21 denní očistný proces

Poté, co přijmete zasvěcení, můžete zažívat očišťující procesy. Tyto procesy mohou vyplavit zažité emoce nebo na úrovni těla čistit toto tělo od jedů. Znal jsem lidi, kteří hlásili tmavou moč nebo průjmy po zasvěcení.

Někteří lidé mají zkušenosti s očistou jen do jisté míry. Má zkušenost je, že hodně lidí zažívá mírné symptomy, zatímco jiní lidé nevnímají očistu vůbec. Některé školy učí, že se toto čištění vyskytuje v tzv. 21 denním očistném procesu. Jiní mistři učí, že po zasvěcení může nastat jakási „léčivá krize“. Pravděpodobně to znamená, že zasvěcení jsou tak silná, že mohou urychlit veliké a hluboko usazené problémy, které mohou být zpočátku zažívány jako „krize“.

Čištění není něco, čeho bychom se měli obávat. Je zcela originální pro každou osobu. Protože Reiki nemůže udělat žádnou škodu a vždy pracuje pro vyšší dobro osoby, která je Reiki otevřena, pak to znamená, že cokoli se stane, má se stát a je to pro vás vhodné. Hodně lidí má po zasvěcení pocity radosti, relaxace, blaha, nějakého prostoru a euforie. Je důležité vědět, že toto všechno může nastat. Po tuto dobu nekonzumujte alkohol ani jiné návykové či nějak škodlivé látky.

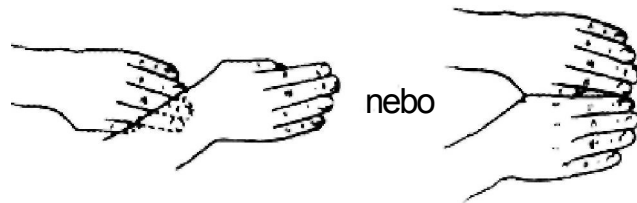
!!! Těchto 21 dní pracujte a přikládejte ruce na sebe !!!

Co podniknout před léčením (v případě léčení druhých)

Hodně lidí, kteří přicházejí na léčení je zranitelných. Mohou být zranitelní fyzicky nebo citově. Je důležité, abyste nezklamali důvěru, kterou ve vás vložili. Jestliže si osoba zpracovává nějaké emoční zážitky, jako výsledek nebo průběh léčby, je nezbytné, abyste dbali na jejich soukromí a respektovali tak jejich život. Následuje několik etických zásad, či řekněme pravidel, která vám mohou pomoci více si uvědomovat některé záležitosti, pracujete-li aktivně s Reiki.

1. Žádejte o povolení předtím, než začnete s někým pracovat. Některé lidi se podvědomě ani léčit nechťejí. V tom případě respektujte jejich přání.
2. S tím, co klienti říkají a dělají zacházejte s důvěrností. Je to jejich soukromí. Některé informace, které si předáte během léčby mohou být dokonce velice důvěrné.
3. Předtím, než začnete na někom pracovat, poskytněte klientovi krátký popis toho, co budete dělat a kde se jich budete dotýkat. Můžete ústně uzavřít dohodu o tom, kterých míst na klientově těle se nebudete dotýkat.
4. Nikdy neslibujte vyléčení. Vysvětlete, že přijímání Reiki nemusí znamenat vyléčení a není to náhražka vhodné lékařské péče.
5. Nikdy nenavrhněte změnu léčby předepsané lékařem a nebraňte klientovi v léčbě v licencovaných zdravotnických zařízeních.
6. Navrhujte doporučení návštěvy odborného lékaře či psychologa v závislosti na druhu potíží.
7. Nepokoušejte se dělat s lidmi takovou terapii, o které máte jen malé vědomosti či na kterou nemáte potřebné oprávnění.
8. Respektujte „dotekové hranice“ lidí. Pro léčbu Reiki není nutné se svlékat. Nedotýkejte se intimních oblastí těla klienta.
9. Když pracujete s dětmi, ujistěte se, že máte povolení.

Jak držet ruce při Reiki



První věc, kterou léčitel potřebuje vědět, je, jak má držet ruce. V Reiki se vždy používají obě ruce držené dlaněmi dolů. Prsty i palce jsou natažené a drženy těsně u sebe.

Ruce se přikládají na pozice Reiki, kde jsou jemně položené, úplně uvolněné, a nevyvíjí žádný výrazný tlak. Energie životní síly, neboli Ki, která obstarává léčení, proudí skrze čakry ve střední části dlaně a v konečcích prstů. Jestliže z nějakého důvodu nemůžete položit na pozici obě ruce, přiložte na pozici jednu ruku a druhou někam jinam na tělo. Obě ruce musí být položeny na příjemcově těle, nebo drženy těsně nad ním, aby došlo k aktivaci energie a k jejímu proudění.

Ačkoli se při léčení pomocí Reiki vždy používají ruce, nejsou jedinou částí těla, ze které energie proudí. Poté, co jste byli naladěni na Reiki I, s překvapením zjistíte, že energie může proudit kteroukoli částí vašeho těla. Jestliže si opřete svá chodidla o vašeho pejska a myslíte na to, že použijete Reiki, začne energie proudit vašimi chodidly a pesek ji bude přijímat. Když si v posteli opřete chodidla o nohy nebo záda vašeho partnera, bude energie také proudit touto cestou, máte-li úmysl předávat energii.

Energie může proudit skrz ruce také při jiných příležitostech, nejen při léčení. Občas se absolventům prvního stupně Reiki začnou ruce zahřívát v neočekávaných chvílích, a to může trvat prvních pár týdnů. Jestliže sedíte vedle někoho, kdo potřebuje energii, mohou se vám také zahřát ruce. Reiki se může aktivovat i tehdy, máte-li ruce položené na svém vlastním těle. Využijte toho.

Jakmile jste přiložili obě ruce na sebe nebo na někoho jiného s úmyslem léčit, Reiki začne automaticky proudit. Jakmile ruce zvednete, proudění ustane. K zapnutí a vypnutí energie není třeba žádná žádost. Jakmile začne energie proudit, má obvykle léčitel nebo příjemce nějaké pocity, které jsou průvodním jevem Reiki. Nejčastějším pocitem po obdržení naladěni na Reiki I a při prvním dávání energie v učební místnosti jsou rozpálené ruce. Jestliže však osoba přijímající léčení potřebuje chlad, dostane z rukou léčitele chlad. Někdy léčitel cítí, že má rozpálené ruce, zatímco příjemce energie cítí chlad, a naopak. Každé léčení a léčebná pozice mohou být jiné.

Léčitel, který přiložil ruce na pozici Reiki, vnímá pocity v cyklech. Z počátku cítí očekávanou teplotu těla, ale nechá-li ruce přiložené dál, bude po chvíli vnímat jiné pocity. Mohou to být pocity tepla, chladu, proudící vody, vibrací, chvění, magnetismu, statické elektřiny, svědění, barvy, zvuku, nebo *(velmi zřídka)* bolesti vystupující léčitelovi do rukou.

Často trvá jedna pozice méně než předpokládaných pět minut a to je dobře; postupujte podle pocitů v rukou. Pokud nemá příjemce potíže se zády, zaberou zádové pozice pravděpodobně kratší dobu.

Čas od času se zdá, že pocity nikdy neodezní, a léčitelovy ruce jako by se přilepily k tělu. Pokračujte tak dlouho, jak je třeba. Jestliže cítíte, že můžete s rukama volně pohybovat, pocity však stále trvají, zůstaňte ještě chvíli a potom přejděte k další pozici.

Ošetřování domácích zvířat pomocí Reiki



Když používáte Reiki u psů, koček nebo u malých dětí, je léčebné sezení jiné než u dospělých. Většina zvířat a dětí nemá trpělivost zůstat po dlouhou dobu celého sezení v klidu. Obě skupiny také mají schopnost přijímat energii Reiki mnohem snadněji a rychleji, než dospělí jedinci. Jednotlivé pozice mohou trvat jenom třicet vteřin. Když se zvířátko cítí dobře, může energii zcela odmítnout - prostě odejde. Když je však domácí mazlíček nemocný, obvykle Reiki přijme. Zvíře, které je připraveno zemřít, energii často odmítne. Domácí zvířata mohou Reiki odmítnout také z jiných důvodů. Pokud jde o nemluvněta, Reiki je uspává a oni proti tomu obvykle nic nemají.

7 hlavních čakr, vlastnosti a jejich funkce

1. Čakra - Muladhara (čakra kořene, základní čakra)

<i>symbol:</i>	lotos se čtyřmi okvětními lístky
<i>element:</i>	země
<i>barva:</i>	ohnivě červená
<i>základní princip:</i>	tělesná vůle být
<i>pozitivní síla:</i>	stabilizující, zemitá
<i>vokál, tón a mantra:</i>	"u", C, lam
<i>smyslová funkce:</i>	čich
<i>žlázy:</i>	nadledvinky
<i>hormony:</i>	adrenalin, noradrenalin
<i>vůně:</i>	cedr, hřebíček
<i>otáčení čakry ženy:</i>	doleva
<i>otáčení čakry muže:</i>	doprava
<i>spánek:</i>	na břiše, 10-12 hodin
<i>příroda:</i>	červánky, čerstvá hlína
<i>hudba:</i>	rytmus zdůrazňující
<i>umístění:</i>	mezi řití a genitáliemi, úpatí páteře, spojená s kostrčí, otevírá se dolů
<i>drahokamy:</i>	achát, krvavý jaspis, granát, červený korál, rubín
<i>úloha:</i>	praenergie, praduřera, stabilita, vztah k zemi a k materiálnímu světu, síla prosadit se
<i>části těla:</i>	všechno pevné, páteř, kosti, zuby, nehty, obě nohy, tlusté střevo, řiť, konečník, prostata, krev, stavba buněk
<i>nemoci:</i>	Rakovina, leukémie, nízká vitalita, alergie, astma, pohlavní choroby, artróza, bolesti zad, krevní onemocnění, problémy s růstem, psychické problémy
<i>při disharmonii:</i>	Materialismus, nutnost smyslových prožitků, touha vlastnit, problémy s váhou, neschopnost žít v harmonii, agresivita a podrážděnost, násilí, nejistota

2. Čakra - Svadhista (sakrační čakra, centrum kříže)

<i>symbol:</i>	lotos se šesti okvětními lístky
<i>element:</i>	voda
<i>barva:</i>	oranžová
<i>základní princip:</i>	tvořivé rozmnožování bytí
<i>pozitivní síla:</i>	čistící a vtahující
<i>vokál, tón a mantra:</i>	"o" zavřené, D, vam
<i>smyslová funkce:</i>	chuť
<i>žlázy:</i>	varlata, vaječníky, prostata
<i>hormony:</i>	estrogen, testosteron
<i>vůně:</i>	ylang-ylang, santal
<i>otáčení čakry ženy:</i>	doprava
<i>otáčení čakry muže:</i>	doleva
<i>spánek:</i>	poloha embrya, 8-10 hodin
<i>příroda:</i>	měsíční svit, čistá voda
<i>hudba:</i>	plynulá, lidové tance, zábavná
<i>umístění:</i>	v horní části kříže, těsně nad genitáliemi, otevírá se dopředu

<i>drahokamy:</i>	karneol, měsíční kámen
<i>úloha:</i>	prapůvodní pocity, instinkt, plynutí s proudem života, smyslovost, erotika, tvořivost, údiv a nadšení
<i>části těla:</i>	oblast pánve, rozmnožovací orgány, ledviny, močový měchýř, vše tekuté - krev, míza, trávící šťávy, sperma
<i>nemoci:</i>	Problémy s pohlavními orgány, nemoci močového měchýře
<i>při disharmonii:</i>	Odmítání sexuality, hrubost, sex bez lásky, neprůchodnost emocí, nedostatek sebeúcty, smutek, pocit méněcennosti

3. čakra - Manipura (čakra solar-plexu, čakra pupku)

<i>symbol:</i>	lotos s deseti okvětními lístky
<i>element:</i>	oheň
<i>barva:</i>	žlutá a zlato žlutá
<i>základní princip:</i>	výstavba bytí
<i>pozitivní síla:</i>	proměňující, budující, očišťující
<i>vokál, tón a mantra:</i>	"o" otevřené, E, ram
<i>smyslová funkce:</i>	zrak
<i>žlázy:</i>	slinivka břišní, játra
<i>hormony:</i>	insulin (žluč)
<i>vůně:</i>	levandule, rozmarýn, bergamot
<i>otáčení čakry ženy:</i>	doleva
<i>otáčení čakry muže:</i>	doprava
<i>spánek:</i>	na zádech 7-8 hodin
<i>příroda:</i>	sluneční světlo, slunečnice, kvetoucí pole řepky, zralé pole obilí
<i>hudba:</i>	ohnivé rytmy, harmonická orchestrální
<i>umístění:</i>	dva prsty nad pupkem, solar-plexus, otevírá se dopředu
<i>drahokamy:</i>	tygří oko, jantar, zlatožlutý topaz, citrín
<i>úloha:</i>	rozvoj osobnosti, zpracování pocitů a zážitků, vliv a moc, budování a bytí, moudrost pramenící ze zkušenosti, síla a plnost
<i>části těla:</i>	spodní část zad, břišní dutina, trávící systém, žaludek, játra, slezina, žlučník, vegetativní nervový systém
<i>nemoci:</i>	Nemoci ledvin, nízká vitalita, vysoký tlak, problémy se zády, zácpa, potíže při porodu, střevní nemoci, vysoká hladina cholesterolu, cukrovka, vředy, hepatitida, revmatická artróza, srdeční onemocnění
<i>při disharmonii:</i>	Touha ovládat, vnitřní neklid, nedostatek vnitřní sebeúcty, nutnost uznání, výbušnost, nedostatek odvahy, strach ze života

4. čakra - Anaháta (čakra srdce, srdeční centrum)

<i>symbol:</i>	lotos se dvanácti okvětními lístky
<i>element:</i>	vzduch
<i>barva:</i>	zelená, i růžová a zlatá
<i>základní princip:</i>	oddanost
<i>pozitivní síla:</i>	otvírající, spojující
<i>vokál, tón a mantra:</i>	"a", F, yam
<i>smyslová funkce:</i>	hmat
<i>žlázy:</i>	brzlík
<i>hormony:</i>	thymohormon (vědecky nevyjasněno)

<i>vůně:</i>	růžový olej
<i>otáčení čakry ženy:</i>	doprava
<i>otáčení čakry muže:</i>	doleva
<i>spánek:</i>	na levém boku 5-6 hodin
<i>příroda:</i>	nedotčená příroda, květy, růžově zbarvené nebe
<i>hudba:</i>	klasická, new age
<i>umístění:</i>	uprostřed hrudi, hrudní kost, otevírá se dopředu
<i>drahokamy:</i>	kuncit, smaragd, zelený nefrit, růžový křemen, turmalín
<i>úloha:</i>	rozvoj kvalit srdce, láska, soucit, spoluúčast srdcem, dělení se, odevzdanost, nesobeckost, uzdravování
<i>části těla:</i>	horní část zad, srdce, hrudník a dutina hrudní, dolní část plic, krev a krevní oběh, kůže, ruce
<i>nemoci:</i>	Nemoci plic, srdce a oběhového systému
<i>při disharmonii:</i>	Neporozumění, neschopnost přijmout nebo dávat lásku, urážlivost, závislost, bezcitnost, deprese

5. čakra - Višuddhi (krční čakra, komunikační centrum)

<i>symbol:</i>	lotos s šestnácti okvětními lístky
<i>element:</i>	éter
<i>barva:</i>	světle modrá
<i>základní princip:</i>	rezonance bytí
<i>pozitivní síla:</i>	komunikující, zprostředkující
<i>vokál, tón a mantra:</i>	"e", G, ham
<i>smyslová funkce:</i>	sluch
<i>žlázy:</i>	štítná žláza, vedlejší štítná žláza
<i>hormony:</i>	thyroxin (trijódthyroxin)
<i>vůně:</i>	šalvěj, eukalyptus
<i>otáčení čakry ženy:</i>	doleva
<i>otáčení čakry muže:</i>	doprava
<i>spánek:</i>	na obou bocích 4-5 hodin
<i>příroda:</i>	modrá obloha, zrcadlení oblohy ve vodě, vlnky na hladině
<i>hudba:</i>	bohatá na harmonické tóny, sakrální a meditativní tance, new age
<i>umístění:</i>	mezi krční jamkou a ohryzkem, přední část krku, otevírá se dopředu
<i>drahokamy:</i>	chalcedon, akvamarin, tyrkys
<i>úloha:</i>	otevřenost, inspirace, komunikace, tvůrčí sebevyjádření, šíře, nezávislost, přestup k jemnějším úrovním bytí
<i>části těla:</i>	plíce, průdušky, hltan, ústrojí hlasu, hrdlo, šije, čelist
<i>nemoci:</i>	Bolest v krku, ztráta hlasu, astma
<i>při disharmonii:</i>	Pocity viny a strachu, neschopnost vidět skutečnost, mnoho gest, neschopnost se vyjadřovat, koktavost, přeceňování sama sebe, přílišná výřečnost, manipulace s ostatními, neschopnost ztotožnit se s vnitřními pocity, nespojitost materiálního světa a duchovna, nejistota, nedůvěra k intuici

6. čakra - Adžňa (čakra čela, 3. či vnitřní oko, oko moudrosti)

<i>symbol:</i>	lotos s 96 (2 x 48) okvětními lístky
<i>element:</i>	

<i>barva:</i>	indigově modrá, i žlutá a fialová
<i>základní princip:</i>	poznání bytí
<i>pozitivní síla:</i>	poznávající
<i>vokál, tón a mantra:</i>	"i", A, kšam
<i>smyslová funkce:</i>	všechny smysly i nadmyslové vnímání
<i>žlázy:</i>	podvěsek mozkový (hypofýza)
<i>hormony:</i>	vasopresin (adiuretin), pituitrin
<i>vůně:</i>	máta, jasmín
<i>otáčení čakry ženy:</i>	doprava
<i>otáčení čakry muže:</i>	doleva
<i>spánek:</i>	spánek a bdělý spánek 4 hodiny
<i>příroda:</i>	noční obloha
<i>hudba:</i>	klasická (východní i západní), kosmické zvuky, new age
<i>umístění:</i>	prst nad kořenem nosu, ve středu mezi obočím, otevírá se dopředu
<i>drahokamy:</i>	lapis lazuli, sodalit, indigově modrý safír
<i>úloha:</i>	intuice, funkce poznání, vývoj vnitřních smyslů, duchovní síla, projevení se, projekce vůle
<i>části těla:</i>	malý mozek, uši, nos, dutiny, oči, čelo, obličej, část nervového systému
<i>nemoci:</i>	Rakovina, astma, alergie, nemoci žláz s vnitřním vyměšováním, nemoci nervového systému
<i>při disharmonii:</i>	Neschopnost povznést se, skeptičnost, nutnost ovlivňovat, ztráta vztahu k realitě, materialismus, zapomnětlivost, zmatek

7. čakra - Sahasrára (korunní čakra, čakra temene hlavy)

<i>symbol:</i>	lotos s tisíci okvětními lístky
<i>element:</i>	-
<i>barva:</i>	fialová, bílá, zlatá
<i>základní princip:</i>	čiré Bytí
<i>pozitivní síla:</i>	transcedující
<i>vokál, tón a mantra:</i>	"m", H, óm
<i>smyslová funkce:</i>	-
<i>žlázy:</i>	šišinka mozková (epifýza)
<i>hormony:</i>	serotonin, (enteramin), (melatonin)
<i>vůně:</i>	kadidlo, lotos
<i>otáčení čakry ženy:</i>	doleva
<i>otáčení čakry muže:</i>	doprava
<i>spánek:</i>	jen bdělý spánek
<i>příroda:</i>	vrcholky hor
<i>hudba:</i>	ticho
<i>umístění:</i>	těsně nad hlavou, temeno hlavy, otevírá se nahoru
<i>drahokamy:</i>	ametyst, horský křišťál
<i>úloha:</i>	nejvyšší poznání přímým vnitřním viděním, dovršení, sjednocení s Nejvyšším, univerzální vědomí
<i>části těla:</i>	velký mozek, lebka
<i>nemoci:</i>	Nemoci mozku
<i>při disharmonii:</i>	Strach, ztráta pocitu plnosti života, snaha být nepostradatelný, egoismus

Harmonizace čakr

Umožňuje nám harmonizovat náš systém energií. Není důležité, kterou ruku na danou čakru klademe, neboť Reiki má obecně vyrovnávací účinek.

Čakry se zásadně vyrovnávají od vnější směrem dovnitř, a to tak, že nejprve pokládáme ruce na svoje 1. (kořenová čakra) a 7. (korunní čakra) energetické centrum. Pak počkáme, než ucítíme v obou rukou energii stejně. Pokud Vám působí potíže něco cítit, třete si dlaně trochu o sebe - to Vám pomůže se na ně soustředit. Po vyrovnání obou vnějších čakr opakuješ stejný postup na 2. (sagrální čakra) a 6. (čelní čakra) centru. Dále pak pokračujeme na 3. (čakra solar plexus) a 5. (krční čakra) centru. A setkáváme se dlaněmi na 4. (srdeční čakra) centru. Při dalších pozicích zde necháváme dlaně, kterou jsme přibližovali směrem od hlavy a jsme na 4. a 5. centru. Dále pak centrum 4. a 6. . A zakončíme pozicí na 4. a 7. centru.

Necítíte-li v dlaních skoro nic, vydržte v každé pozici zhruba 3-4 minuty. To ve většině případů postačí. Samozřejmě to můžete dělat i déle.

Tato harmonizace se dá provozovat často před samotnou Reiki terapií, ale rovněž jako úvod k cílené práci s Reiki, abychom sebe či svého klienta uvolnili a připravili ho na následující práci s energií.

Po sezení, při kterém se hodně věcí dostalo do pohybu, můžete vyrovnáním čakr přispět k rozdělení uvolněné energie na velmi hluboké úrovni a tělu pomoci zpracovat to, co se z podvědomí dostalo do vědomí. Vyrovnání čakr můžete provozovat každé ráno.

Vyrovnání čakr pomocí Reiki pomáhá našemu systému energií k harmonickému rozvoji. Na mentálně-psychický proces růstu působí při pravidelném používání jako „turboreaktor“. Přebytečná energie se rozděluje a doplňuje chybějící životní sílu. Pokud se čakry vyrovnávají pravidelně, způsobuje terapie jejich pomalé a harmonické otevírání. Nikde mezi nimi nezůstávají žádné akutní nevyváženosti, kapacita každé jednotlivé čakry roste v souladu se všemi ostatními.

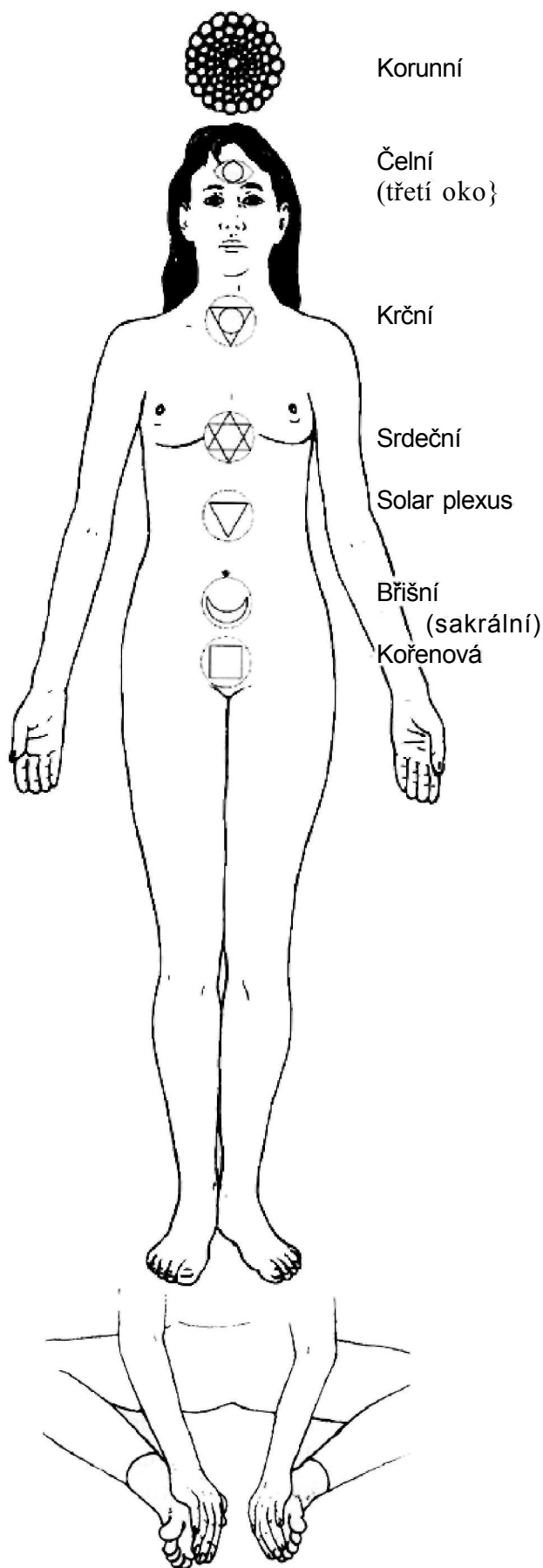
Měli byste si každé ráno než vstanete dopřát vyrovnání čakr pomocí Reiki. Výsledky Vás v tom jenom utvrdí. Budete z toho mít čistou radost.

Pro lepší přehled:

1. čakra	spolu se	7. čakrou
2. čakra	spolu s	6. čakrou
3. čakra	spolu s	5. čakrou
4. čakra	spolu se	4. čakrou
4. čakra	spolu s	5. čakrou
4. čakra	spolu s	6. čakrou
4. čakra	spolu se	7. čakrou

Další možnost harmonizace čakr je vyobrazena zde :

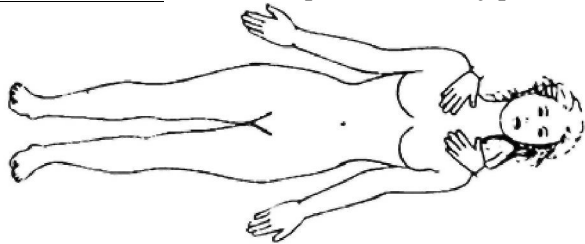
Hlavní energetická centra - čakry



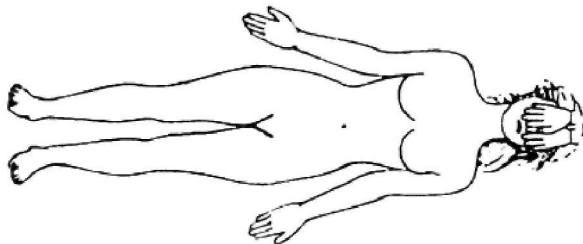
Postup kladení rukou na přední straně těla

Ošetřovaný leží na zádech na masážním stole, stojíme u jeho levé ruky, umyjeme si ruce, sepneme je a přiložíme palci na svou hrud':

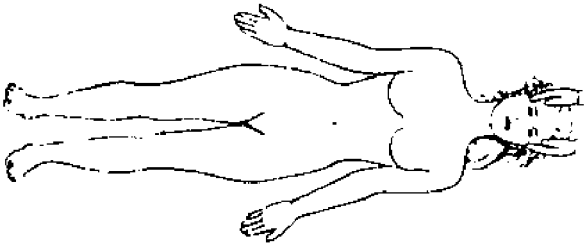
- mentálně prohlásím: děkuji, že jsem kanálem Reiki
- mentálně prohlásím: děkuji za důvěru
- » levou ruku položím na svůj podbřišek a uhladím auru klienta



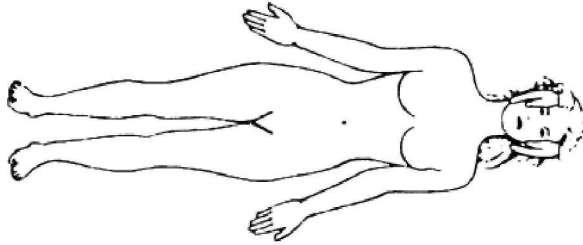
1. Středy klíčních kostí (ponechat 2 minuty)



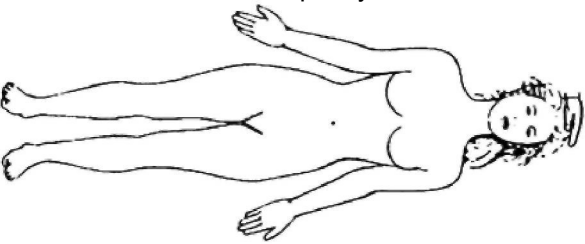
2. Na oči



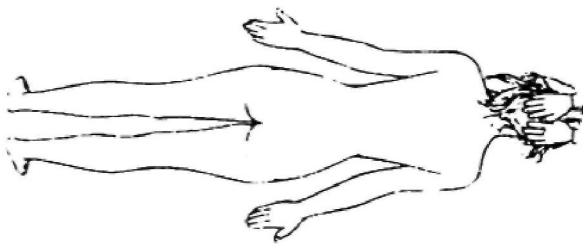
3. Na spánky



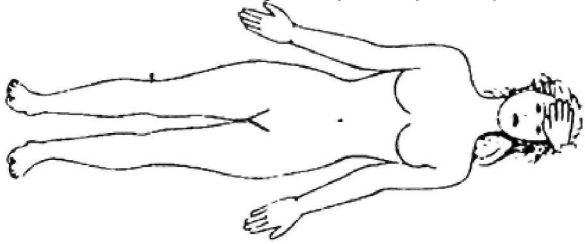
4. Na uši



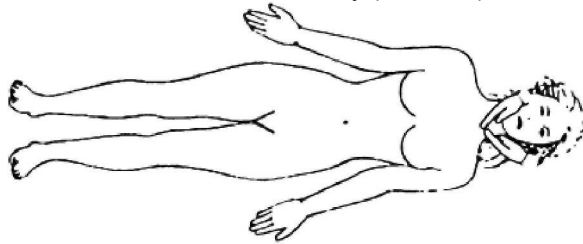
5. Ruce na temeno hlavy – napříč či podél (7. čakra)



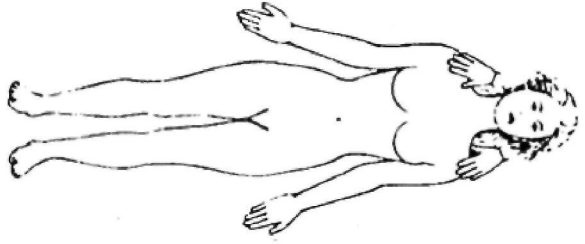
6. Na zadní hemisféry (6. čakra)



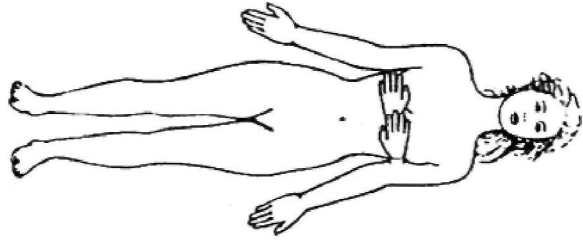
7. Na zátylek a čelo



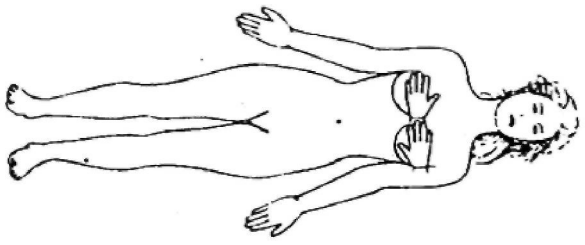
8. Stříška pod bradou před krkem (5. čakra)



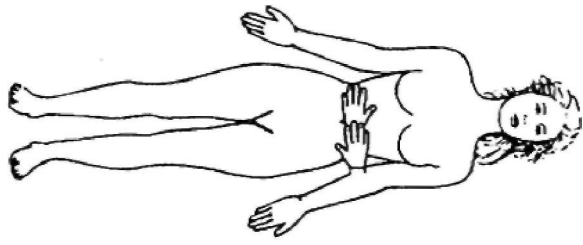
9. Na ramena (levá strana yin a pravá yang)



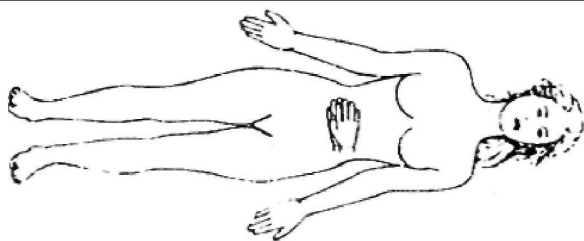
10. Pod prsní svaly (vyháníme plyny zpod srdce)



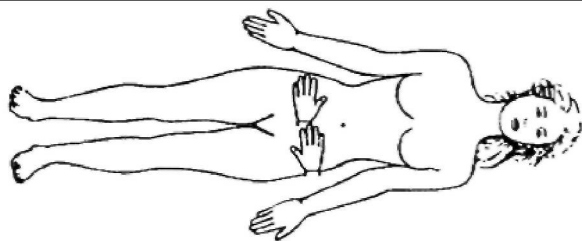
11. Ruce na hrud', nebo opačné T (4. čakra)



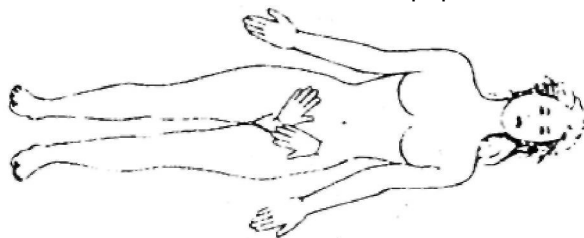
12. 2 prsty nad pupek (3. čakra)



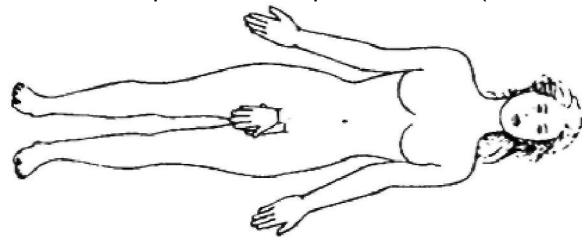
13. Obě ruce na sobě, na pupíku



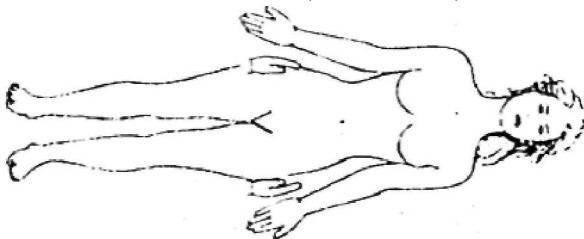
14. Ruce na podbřišek, napříč za sebou (2. čakra)



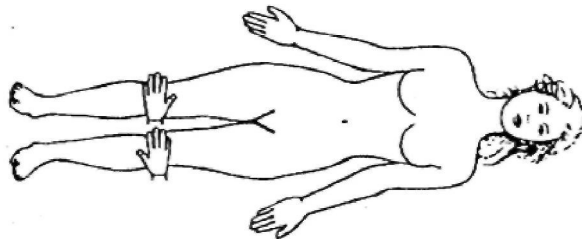
15. Ruce do V (1. i 2. čakra)



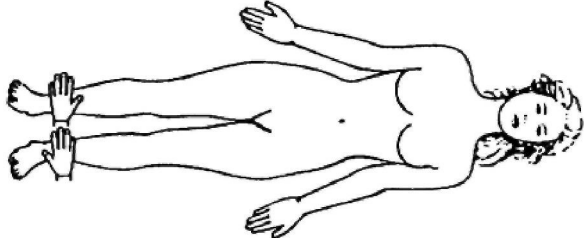
16. Obě ruce do rozkroku - na sebe



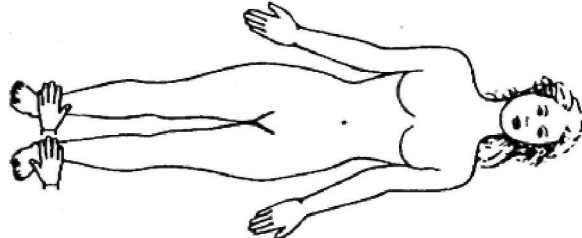
17. Ruce z boku na kyčle



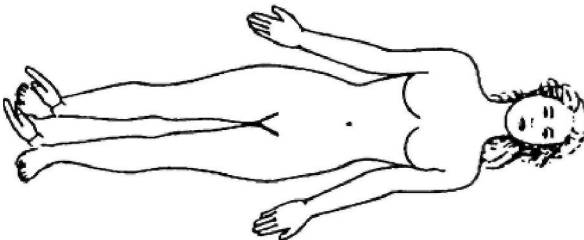
18. Ruce na kolena (možno provést sendvič)



19. Ruce nad kotníky - provedeme sendvič



20. Kotníky - na každý kotník zvlášť (velmi důležité vedlejší čakry)



21. Čakry na klenbě chodidel - provedeme sendvič proti nártu

Dále pokračujeme na
zadní straně těla

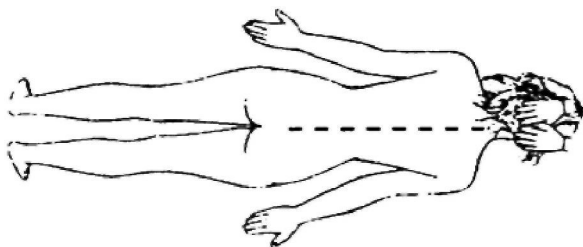
!!! ZDE VYOBRAZENÉ POSTUPY JSOU POUZE ORIENTAČNÍ !!!

!!! ŘÍDTE SE PROTO SVOU INTUICÍ ČI POCITEM VE VAŠICH RUKOU !!!

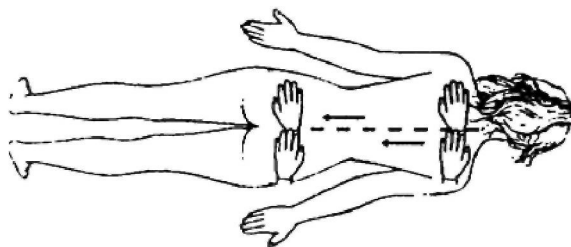
Lze ukončit obvyklým způsobem, tj. vyrovnáme čakry, uhladíme auru a zvedneme energii od 1. čakry nad 7. čakru rychlým energetickým tahem. Poděkujeme, že jsme směli působit! Poděkujeme za důvěru! Umyjeme si ruce. Toto se neprovádí, pokud budeme působit ze zadní strany těla!

Postup kladení rukou na zadní straně těla

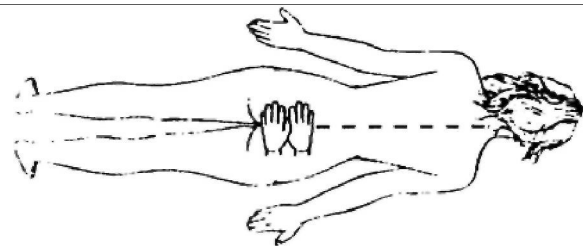
Ošetřovaný leží na zádech na masážním stole, stojíme u jeho pravé ruky



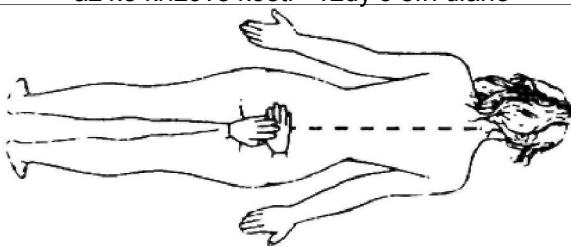
1. Ruce na zátylku - zadních hemisférách



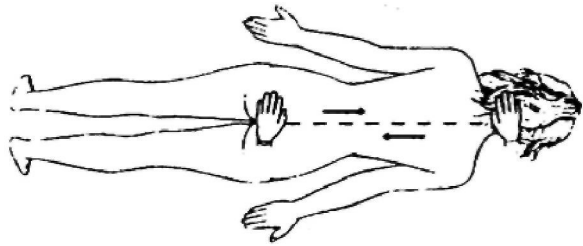
2. Ruce pokládáme od hlavy kolem páteřního kanálu až ke křížové kosti - vždy o šíři dlaně



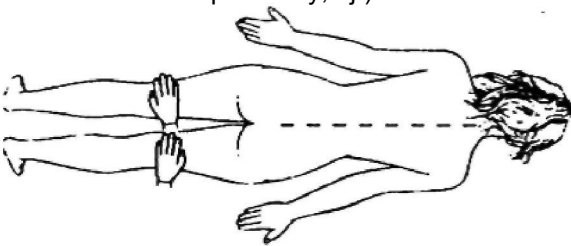
3. Obě ruce napříč vedle sebe, od kostrče směrem k hlavě



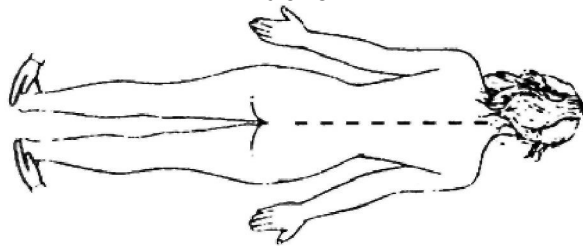
4. T - na 1. a 2. čakře (hemeroidy, prostata, dámské problémy, aj.)



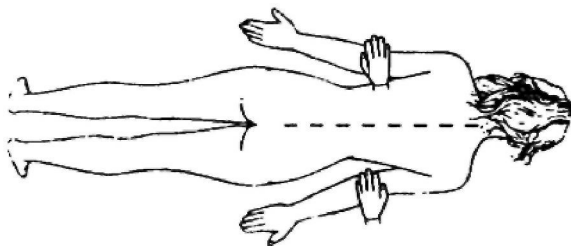
5. Uvolnění pnutí v páteři (pravá ruka pod týlními kostmi, levá na kostrči), postupujeme vždy o šíři dlaně



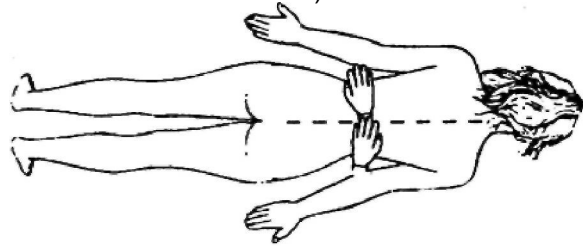
6. Podkolenní jamky - schopnost učit se, přizpůsobivost, strachy, aj.



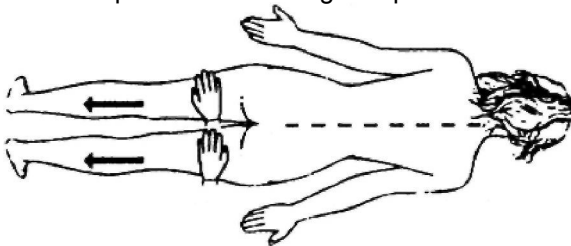
7. Obě ruce na chodidlech (účinná terapie na celé tělo)



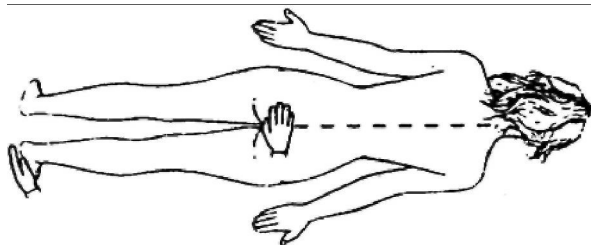
8. Diabetes - dlaně máme na loktech klienta, počkáme až energie doproudí



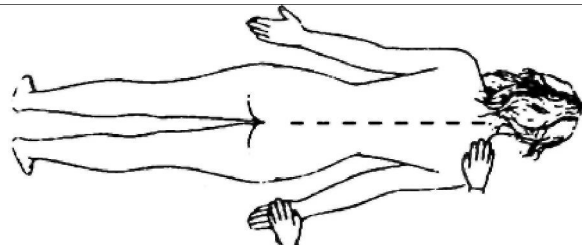
9. Obě ruce na nadledvinky



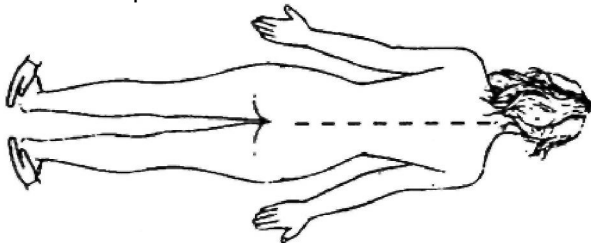
10. Můžeme ošetřit celé nohy, až k prstům nohou, hlavně podkolenní jamky



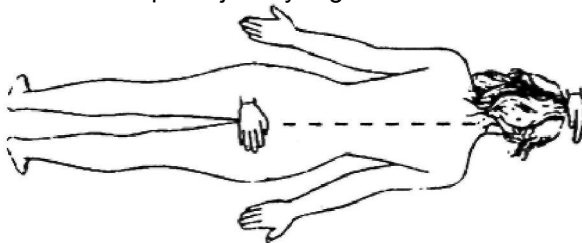
11. Ischias - jedna ruka na křížové kosti, druhá 10. minut na pravém a 10 minut na levém chodidle



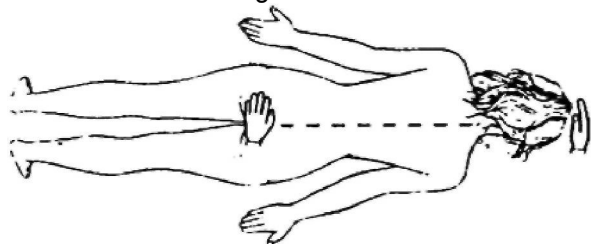
12. Vedení energie rukama - každou ruku zvlášť posiluje celý organismus



13. Vedení energie nohama - posiluje celý organismus



14. Zvýšení energie - pravá ruka na kostrči a levá na temeni hlavy (stojíme po levé ruce)



15. Snížení energie - pravá ruka na temeni hlavy a levá na kostrči



Působení ukončíme spojením rukou

Působení ukončíme obvyklým způsobem, ale při uhlazení aury je naše levá ruka na podbříšku, či na kostrči klienta!

Uhlazením aury a rychlým tahem rukou vedeme energii od kořenové čakry nad čakru korunní. Po každém působení doporučuji si vždy umýt ruce pod tekoucí vodou a zhluboka se vydýchat.

Postupy zde uvedené nenahrazují ošetření lékařem. Tyto postupy zde uvádíme jen jako ukázkou, jak lze aplikovat Reiki (existuje mnoho a mnoho postupů a poloh rukou). Použití je věcí Vaší úvahy a děje se plně na Vaši zodpovědnost.

POCITY V RUKOU

Při tvé pravidelné práci s Reiki se tvé vnímání zostří, především tvé ruce budou časem daleko citlivější. Tím získáš přístup k informacím obsaženým v energiích. A jak si má člověk vyložit to co cítí, svoje vjemy? Na to bohužel neexistuje žádné všeobecné řešení. Musíš mít nejdříve sám hodně zkušeností, abys je mohl správně zařadit a vyhodnotit. Ovšem některé symptomy vyvolávají u řady lidí podobné pocity. Stačí si jen ověřit, zda se jejich charakteristika hodí i pro tebe.

pocit svědění

Tento pocit naznačuje zánět. Zda je chronický, subakutní či akutní, to se dá určit jen vlastním citem. Můžeme se řídit intenzitou. Velmi intenzivní svědění, někdy až k ramenům ukazuje na akutní silný zánět. Pokud nejsi lékař či léčitel, tak raději svého klienta pošli ke kvalifikované osobě, jež mu pomůže. Reiki působí velmi účinně právě proti akutním zánětům. Proto je dobré použít Reiki jako doprovodný prostředek. Reiki samotné stačí pouze u lehkých zánětů.

pocit chladu

Snad starý blok či blokáda, které negativně ovlivňují vitalitu organismu. V tomto případě je třeba hodně přípravné práce i hodně Reiki, než se blok odstraní. Je třeba postupovat opatrně, brát ohled na obavy a úzkosti, které teď mohou proniknout do vědomí, a bezpodmínečně zapojit do terapie celé tělo. V takových blocích je obvykle skryt obrovský potenciál růstu. Ovšem dá to hodně práce, než se může plně rozvinout.

pocit horka

Tento pocit ti dává najevo, že je tu zapotřebí energie a že bude vděčně přijata. Může to být celá škála vjemů, od pocitu tepla až po úplné vedro. Vyčerpaný organismus si vezme sílu, kterou potřebuje. Tento pocit můžete sledovat i na celém těle svého klienta, je-li vyčerpaný.

lepivý pocit

Při tomto pocitu je Reiki naléhavě třeba a bude ochotně přijato. Když tento pocit zmizí, tak ještě chvíli počkej, zda se nedostaví ještě pocit jiný. Když ne, tak přejdi k další pozici.

pocit odmítání

Většinou hluboce zakořeněný blok, který do sebe nechce vpustit žádnou energii a tím také žádný život. Souvisí však nějakým způsobem s procesy probíhajícími v těle. Zjisti, zda si ho tvůj klient chce uvědomit. Pokud ano, použij podpůrné afirmace či mentální léčebné techniky k odstranění bloků obsažených v 2. stupni Reiki nebo jiné prostředky. Ber při tom ohled na obavy a úzkosti svého klienta a v žádném případě zde nešetři časem.

pocit proudění

Životní energie proudí a zvyšuje vibrace celého systému. Každé sezení Reiki napomáhá tomuto růstu.

bodavá bolest

Je možným upozorněním na energetickou přehradu, která se zrovna začíná uvolňovat. Uvolňovaná energie stoupá k vědomí a uvolňuje se do celého systému energií. Konfrontace s dosud potlačovanými částmi je většinou namáhavá a bolestná. Sezení se nesmí předčasně ukončit – je třeba do terapie zapojit celé tělo.

tupá bolest

Upozorňuje na starou blokádu, která se sice ještě nachází v podvědomém stádiu, ale je připravena k odstranění. Je třeba věnovat více pozornosti tomuto místu, dokud tento pocit po sezeních neodezní. Celkové ošetření není nutné, ale povede k rychlejšímu odstranění bloků. Když se blok začne rozpouštět, tak své působení rozšíř na celé tělo.

vystřelování bolesti

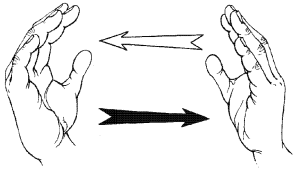
Zablokovaná energie, která je připravena se uvolnit, ale ještě není přijata okolním systémem. Je třeba další pravidelná terapie, která by měla zahrnovat i zbytek těla.

ENERGETICKÁ CVIČENÍ KE ZVÝŠENÍ CITLIVOSTI V RUKOU

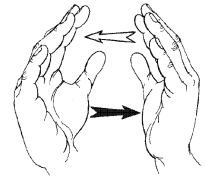
Prstová cvičení

Pro lepší citlivost by ruce měly být trochu vlhké, a proto si je nejprve umyjete. Pak se postavíte a soustředíte svou mysl na tok energie, který se Vám rozlévá do rukou a prýští prsty ven. Pro zvýraznění pocitu můžete několikrát prudce mávnout pažemi shora dolů. Pak srovnajte rovnoběžně dlaně, s prsty ohnutými proti sobě (viz obr.č.1). Ruce uveďte do rovnoměrného vodorovného pohybu, kdy je střídavě od sebe vzdalujete a přibližujete. Po nějaké době ucítíte lehounký, zcela nepatrný odpor. V tomto okamžiku jste poprvé pocítili energii.

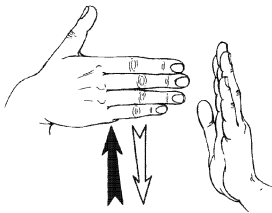
Tento cvik procvičujeme tak dlouho, dokud nebudeme cítit energii dostatečně intenzivně. Nespěchejte! Cvičení rukou můžete provádět často, v podstatě při každé vhodné příležitosti. Důležitý je váš pocit, který by měl být dostatečně výrazný.



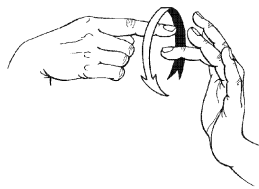
obr. 1



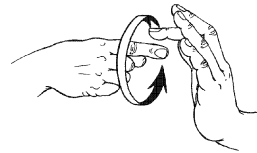
Obvykle je jedna ruka aktivní, neboli vysílající, a druhá pasivní, tudíž přijímající. Zpravidla mají muži aktivní pravou ruku a ženy levou. U leváků to bývá naopak. Každé pravidlo však má své výjimky. Je pravě vhodná doba, abyste tuto okolnost upřesnili u sebe. Zaujměte polohu rukou podle obrázku č.2. Prsty jedné ruky směřují kolmo na dlaň ruky druhé. Prsty kolmé ruky projíždějí pomalu od konečků prstů až k zápěstí druhé ruky. Konečky prstů jsou od dlaně vzdáleny 3 - 5 cm. Cítíte energii? Jestli ne, vystřídejte ruce. Nezapomínejte při tom na proud vesmírné energie, který protéká přes vaše ruce. Podle tlaku energie, prýstící z kolmé ruky poznáte, zda máte silnější pravou, či levou. A to je právě ta ruka, které od této chvíle budeme říkat aktivní.



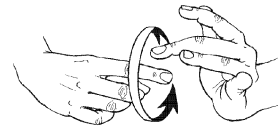
obr. 2



obr. 3a



obr. 3b



obr. 3c

Jestliže již víme, která z našich rukou je ruka přijímající, můžeme začít s dalším cvičením. Přijímající rukou zaujměte polohu podle obrázku č.3. Aktivní, čili vysílající ruku sevřete v pěst a pouze ukazovák ponecháte vystrčený. Jeho posledním článkem začnete kroužit kolem konce ukazováku ruky přijímající. Sledujte a zkoumejte pocity ze vzájemného působení prstů. Postupně vystřídejte na aktivní ruce všechny prsty. Pak začnete postupně zkoumat jejich působení na ostatní prsty ruky přijímající. Musíte znát působení všech prstů aktivní ruky na všechny prsty ruky přijímající. Vypadá to velmi jednoduše, ale velmi záhy zjistíte, jak se vám pocity mísí a prolínají. Vaším úkolem však je, cítit každý prst jednotlivě, protože další cvičení je zaměřeno na zvýraznění tohoto pocitu při působení ostatních prstů.

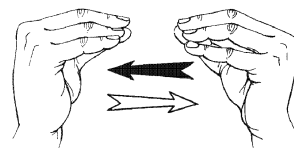
Zaujměte polohu rukou podle obrázku č.3. Opakujte předchozí cvičení, aniž by ostatní prsty aktivní ruky byly sevřeny v pěst. Zpočátku se signály budou překrývat, ale postupně budete schopni rozeznat působení každého prstu zvlášť.

Po zvládnutí tohoto cviku si zopakujte první cvičení. Cítíte ten rozdíl? Vaše prsty si už zvykají na působení té jemné a přesto nekonečně silné energie.

Zaujměte polohu pasivní ruky tak, jako byste v ní drželi velké jablko. Ukazovákem aktivní ruky začněte kroužit nad pomyslným jablkem. Působíte tím na konečky všech prstů a na zbývající obvod dlaně. Postupně zrychlete pohyb aktivní ruky nad konečky prstů ruky přijímající a zpomalte jej nad obvodem dlaně (obr.č.4). Opět porovnejte pocity.



obr. 4

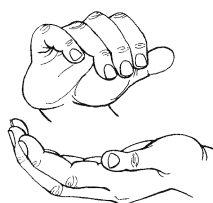
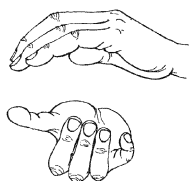
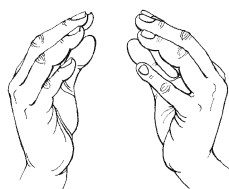


obr. 5

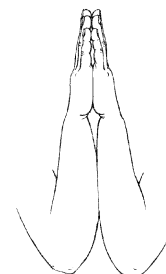
Sevřete prsty obou rukou do špetek podle obrázku č.5. Postavte tyto dvě špetky proti sobě ve vzdálenosti, kdy intenzivně cítíte působení energie. Začněte krátce, ale prudce kmitat rukama proti sobě a postupně zvětšujte vzdálenost mezi rukama. Pozor! Energetický kontakt mezi rukama musí zůstat zachován. Postupným cvičením zvyšujete vysílání i příjem na větší vzdálenost.

Cvičení dlaní

Ruce jsou v poloze podle obrázku č.6. Představte si, že oběma rukama svíráte velikánské jablko. Po chvíli budete mít pocit, že máte mezi dlaněmi energetickou kouli. Tak, a teď si kouli začněte zlehounka přehazovat z jedné ruky do druhé, aby konečky prstů jedné ruky přecházely nad konečky prstů ruky druhé. Říkáte, že najednou je ta koule těžká? Ano to je v pořádku. Zhutněla pod vlivem vámi přenášené energie a soustředila se mezi dlaněmi. Nesmíte ji teď ovšem hodit po nepříjemném kolegovi ani po té nepříjemné dámě v tramvaji! Energetickou kouli odešlete raději do země. Pamatujte si, že energie je jako bumerang. Vždy se vám ve zpětné smyčce vrátí vše, co jste do prostoru vyslali, ať už cíleně nebo jen tak, „na blint“.



obr. 6



obr. 7

Dostáváme se k poslednímu cvičení, které je sice velmi náročné, ale po jeho zvládnutí je nemusíte již nikdy opakovat.

Posad'te se pohodlně, ale tak, aby páteř byla rovná. Rovnoběžně s tělem na úrovni hlavy a trupu spojte ruce - prsty na prsty, dlaně na dlaně, loket na loket (obr.č.7). Soustřed'te se na průtok energie přes dlaně. Účelem je, abyste v této poloze a pocitu setrvali po dobu 40 minut. Jestliže se vám to hned napoprvé nezdaří, nic se neděje. Já osobně jsem na to potřebovala 9 dnů. Snadné to není, ale trvalý energetický efekt je snad dostatečnou odměnou.

Doporučená literatura k prohloubení znalostí a inspiraci:

Walter Lübeck: Reiki, cesta srdce
Walter Liibeck: Základní kniha o REIKI
Walter Liibeck: Základní kniha o auře
Walter Lübeck: Rainbow Reiki
Paul Horanová: Reiki, kosmická energie která léčí
Mari Hall: Reiki metoda přírodního léčení
Diana Steinová: Všechny ženy jsou léčitelky
Joseph Murphy: Léčebné síly v nás
Shakti Gawin: Tvůrčí představivost
Luise L. Hay: Miluj svůj život
José Silva, Philip Miele: Ovládání vědomí Silvovou metodou

Použitá literatura a zdroje informací

Essential Reiki, Diane Stein

www.reikiweb.cz

soukromé poznatky a zkušenosti

Bioenergie bez záhad, Radmila Zemanová, BABTEXT 1991

text - od manželů Navrátilových

REIKI II

Reiki II je stupněm, kde se studenti učí třem symbolům (silový, vzdálenostní a citově/duševní). S tímto stupněm přichází více možností léčby duševních a citových problémů a léčba na dálku. Toto je hlavním zaměřením úrovně Reiki II. Reiki II je další vzrušující krok v používání Reiki. Obyčejně se říká, že s Reiki II. stupně přichází zvyšování síly. Taky jsem slyšel o 100% zvyšování síly energie Reiki a různé jiné. Řeknu-li to reálně, pak lidé reagují na Reiki II stejně jako na Reiki I. Stupeň II byl navržen pro „zvětšení“ vašeho kanálu nebo vaší schopnosti se otevřít a dovolit energii proudit. V tomto stupni se učí nejprve 3 symboly a jejich použití a pak student přijímá zasvěcení. Toto zasvěcení je začátek pro možnost používání symbolů Reiki. Studenti se poté učí, jak používat symboly pro duchovní léčení a jak poslat Reiki na dálku.

Symboly nereprezentují oddělenou energii, ale specifickou vibraci specifického aspektu Reiki. Symboly dovolují více se zaměřit. Hon Sha Ze Sho Nen je kupř. prostředek pro „zaostření“ na dálkové léčení.

Etika 2. stupně Reiki

Rozsáhlou oblastí je u Reiki II vzdálenostní léčení. Je to proces používání celé palety metod, jak prostřednictvím symbolu posílat energii někomu, kdo je od vás fyzicky vzdálen. Ten pak může být kdekoli na světě. Kvůli této schopnosti poslat Reiki kamkoliv je důležité dělat léčení s osobním svolením. Občas se stane, že osoba není přímo schopná požádat o léčení sama. Někdy přijmete žádost o léčení od přítele nebo jiné příbuzné osoby. V případě, že na scénu vstupuje třetí strana, snažte se dostat povolení ještě dříve. Dělal jsem dálkové léčení již na mnoha lidech a vždycky jsem předtím dostal povolení. Lidé se neustále svých nemocí drží, pakliže si je servírují díky svým vedlejším funkcím (např. péče druhých, zajištění svých vlastních potřeb). Zažil jsem také, že lidé odmítli léčení a terapeut se stejně rozhodl energii poslat. Prosím vás, nedělejte to. Respektujte volbu jiných i když s ní nemusíte souhlasit. Jednou mi jeden člověk řekl, že jeho rodiče byli oddaní křesťané a věřili, že Reiki není darem od Boha a proto nechtěli Reiki přijímat. Onen člověk ale usoudil, že byli rodiče dezinformováni a stejně se rozhodl energii poslat. To je pro mne neetické.

Někteří mistři učí, že pokud není možné dostat povolení od osoby přímo, můžete jej dostat od „vyššího já“ té osoby. Mohli byste se ptát sami sebe „co to má znamenat?“ Lidé mluví o spojení s vyšším já druhé osoby a tak poznají, co vyšší já druhé osoby potřebuje. To se mi zdá být založené na egu. Jestliže nemáte od někoho svolení, neposílejte. Musíte respektovat osobní rozhodnutí bez ohledu na to, co si o situaci myslíte. Nemyslete si, že vy „to“ víte lépe než ostatní; je to jejich život, tělo a volba. Pokud nedostanete svolení, nepokračujte v léčení. Vnucování vlastní vůle jiným není nikdy přijatelné. Nikdy byste nikomu neměli léčení nutit. To je pak hra se životem a karmou. Nikdy nepředpokládejte, že si další osoba přeje být léčena.

REIKI SYMBOLY

Tradiční historie říká, že Usui viděl, jak se symboly objevily v jakémisi světelném obalu. Ale symboly používané v Usuiho léčebném systému jsou z Taoistické a buddhistické praxe. Věřím, že Usui, který měl s buddhismem zkušenosti si tyto symboly „vypůjčil“ pro použití ve svém systému.

Já osobně nevěřím v to, že symboly jsou tajemstvím, ačkoli existují mistři, kteří toto říkají. V Japonsku normálně existují a jsou veřejně prezentovány. Symboly jsou také částí tradičního buddhistického cvičení a u praktikantů buddhismu jsou normálně známy. Symboly v sobě neudrží nějakou „tajnou sílu“. Symboly samy od sebe nemají žádnou moc. Symboly by se daly pochopit jako příhodné spojení k energii. Jsou nástrojem soustředění energie. Když chcete symboly používat, musíte se na ně naladit. Během zasvěcení se stane, že jste skrze tyto symboly spojení s energií a symboly se poté stanou jakousi „duševní prezentací“, která vám pomáhá se lépe naladit. V každém případě ale Reiki nemůže být použito pro ublížení. Spatření symbolů předtím, než jste naladěni na Reiki je vedlejší. Symboly samy o sobě nemají žádnou moc.

Symboly jsou pouze reprezentací energie, ne energie sama. Mohou reprezentovat spojení s energií, ale nejsou jejím zdrojem ani nejsou energií.

Reiki symboly původně nebyly součástí originálního Usuiho léčení, ale byly přidány až později. Symboly byly původně označovány jako Symbol 1, Symbol 2, Symbol 3 a Symbol 4 a s nimi spojené mantry. Symboly byly navrženy jako pomoc těm, kteří neměli žádnou zkušenost s energií tak, aby se mohli snadněji naladit a používat Reiki.

V západním Usui Shiki Ryoho Takata učinila symboly jako primární východisko systému. V některých případech jsou považovány za posvátné a tajné. V současných dobách ale někteří nezávislí mistři zveřejnili symboly k volnému prohlížení.

SILOVÝ SYMBOL - Cho Ku Rei („čou ku rej“)

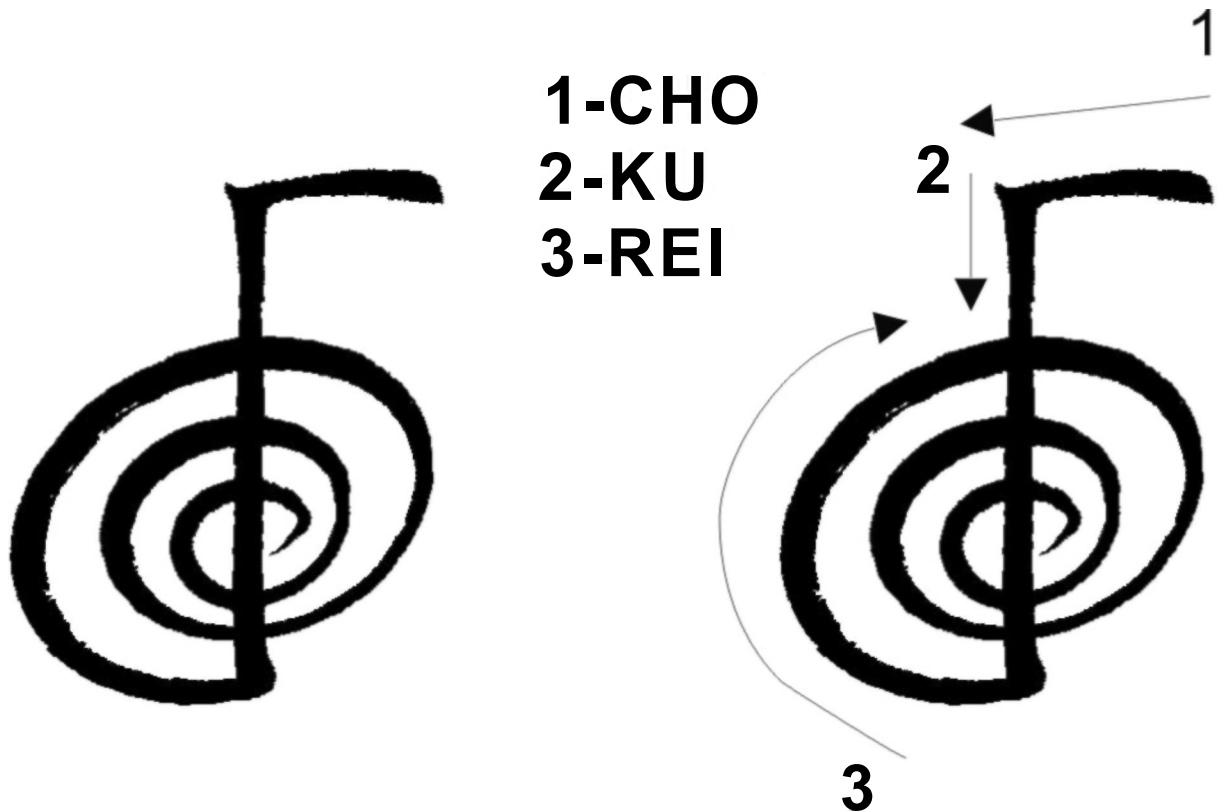
volný překlad : Cho = meč , Ku = proniká skrz prostor, Rei = mystická síla

Tento symbol má někdy přezdívku „světelný spínač“, jelikož nás spojuje s energií, jako bychom cvakli po spínači. Tento symbol otevírá kanály pro průtok energie. Cho Ku Rei symbol může být používán pro odstartování proudění Reiki a nejvíce praktikantů jej používá před léčením tak, že si jej narýsují na dlaních jejich rukou. Jeho používáním můžeme zmírnit bolesti. Je také používán pro čištění místností.

Pro očištění místností jej narýsujte do rohů místností. Kreslete jej na objekty ve vašem prostředí. Symbol bude pracovat pro vaše vyšší dobro. Tím že jej někde nakreslíte, posíláte tam energii a posilujete objekt.

Cho Ku Rei má tak mnoho použití kolik si jen můžete vymyslet. Nemá omezení. Můžete Cho Ku Rei používat ze začátku léčením, abyste se cítili aktivně spojení se zdrojem Reiki. Můžete jej používat, abyste zaostřili sílu pro každou pozici rukou nebo na některých problémových oblastech. Můžete jej používat také jako „energetickou ochranu“.

Kreslete jej nad jídlem a pitím, které máte před sebou, abyste je naplnili láskou, neboť láska je Reiki. Můžete jej také kreslit na vaši hlavu během meditace nebo medítovat nad symbolem samým. Slyšel jsem o lidech, kteří Cho Ku Rei kreslí na sprše, aby posílili vodu, která jí bude protékat a takto se očistili. Experimentujte se symbolem a najděte další možnosti použití.

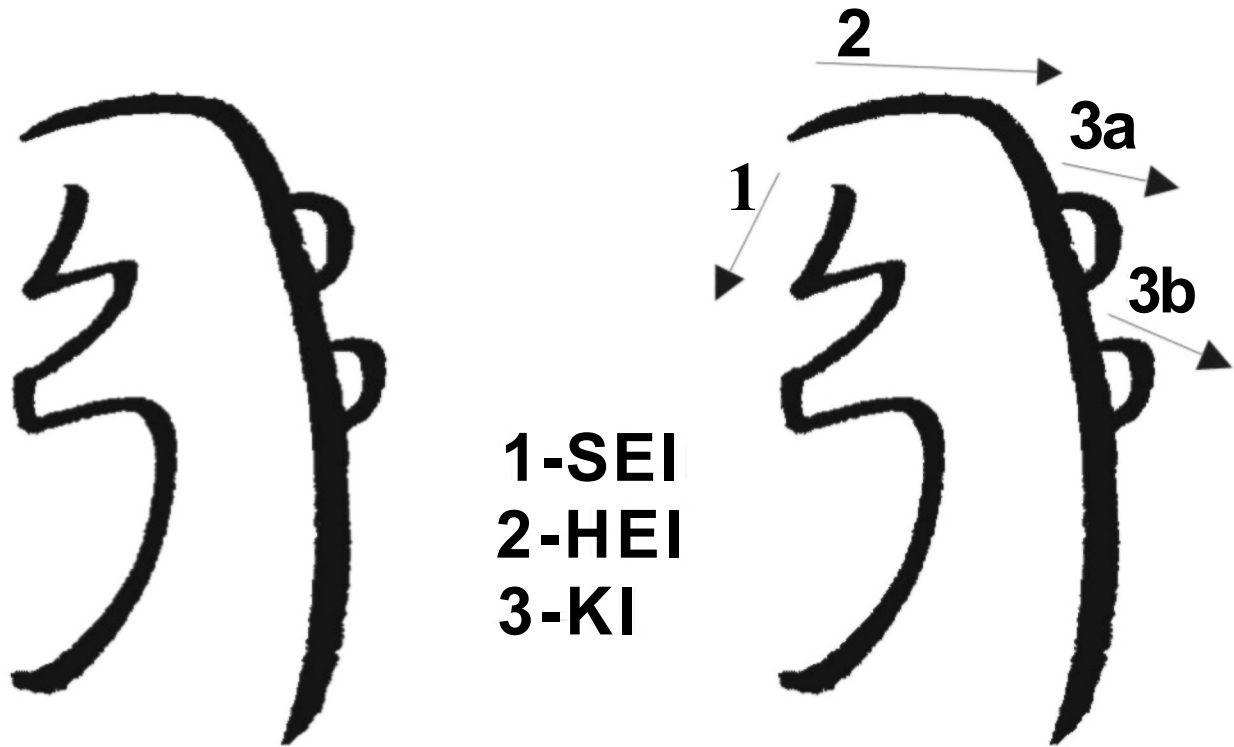


DUŠEVNÍ / CITOVÉ LÉČENÍ - Sei Hei Ki („sej hej kí“)

volný překlad : Sei = stav rozkvětu uvnitř věcí – původ venkovní formy, Hei = vychýlený z rovnováhy, Ki = energie - síla

Tento symbol je známý jako duševně/emocionální symbol, ale také jako symbol pro harmonii. Léčí vrásky na duši a potlačené emoce, citovou a duševní úzkost. Pomáhá posilovat a podporovat pozitivní změny v chování.

Může pomoci při zproštění se negativních zážitků z minulosti tím, že jim posíláme energii. Skrze tento symbol můžeme zažívat harmonii a jednotu. Tento symbol je určen pro léčení a uvolňování pocitů, touhy. Používání Sei Hei Ki je tak jednoduché jako používání pozic rukou při léčení. Může být použit také pro meditaci.



VZDÁLENOSTNÍ LÉČENÍ - Hon Sha Ze Sho Nen („han ša za šou nen“)

volný překlad : Hon = střed – původ – začátek, Sha = záře, Ze = zrychlení, Sho = cíl – spravedlivý člověk, Nen = ticho – meditace - klid

Dalším aspektem Reiki II je léčení nepřítomné osoby na dálku. Existuje mnoho způsobů jak dělat léčení na dálku. Reiki je jedinečné v léčivých systémech, protože k tomu nepoužívá léčitelovu energii. Reiki symbol pro vzdálenostní léčení se nazývá Hon Sha Ze Sho Nen. Tento symbol umožňuje posílat léčivou energii jiným do dálky. Můžete klidně posílat energii i do jiných zemí. Vzdálenostní léčení může být také použito, když by klasické léčení Reiki nebylo vhodné (u rozsáhlých popálenin, případech sexuálního zneužití ...). V těchto případech může být Reiki posláno na dálku. Dálkový symbol je také symbolem karmického propuštění. Dovoluje poslat Reiki mimo čas a prostor. Hon Sha Ze Sho Nen je tvořen pěti zřetelnými elementy.

Jeden z možných významů může být „žádná minulost, žádný dar, žádná budoucnost“. U vzdálenostního léčení může být energie Reiki poslána na tisíce mil nebo do vedlejší místnosti. U vzdálenostního léčení není „žádná minulost, žádný dar, žádná budoucnost“, je jedině NYNĚ. Existuje pouze současný moment.

Někteří lidé se chopili rčení „žádná minulost, žádný dar, žádná budoucnost“ jak definice pro ospravedlnění toho, že můžeme posílat energii do minulosti nebo budoucnosti a změnit tak výsledek. Věřím, že toto je mylné chápání významu tohoto symbolu.

Pro příklad si můžeme uvést, jak naše kulturní podmínky a povaha ovlivňuje naše myšlení, které má na svědomí právě rozdílnou interpretaci akcí a myšlenek, které se nedají jednoduše převést do jiné kultury. Jako Čech například můžu sdělit některá pojetí jinému Čechovi bez žádného dalšího vysvětlení. Když řeknu, že jdu něco „oxeroxovat“, lidé pochopí, že chci udělat kopii, když říkám, že potřebuji čisticí prostředek, lidé pochopí, že potřebuji také látku.

Stejně tak HSZSN musí být pochopeno v kontextu, kultuře a jazyku, ze kterého pochází. Mnoho lidí lpí na překladu „žádná minulost, žádný dar, žádná budoucnost“, který se stal převládajícím. „Žádná minulost, žádný dar, žádná budoucnost“, je užitečná definice, která vysvětluje, že se energie může pohybovat a může být poslána kdekoli ke komukoli na dálku. A na druhé straně je to méně užitečná definice vyvolávající diskusi na téma měnění minulosti, strukturování budoucnosti. Oddělme se na moment od této definice a pohledme odkud tento symbol přišel.

Můžeme něco znát, ale to ještě neznamená, že tomu rozumíme. Význam symbolu není v definici „žádná minulost, žádný dar, žádná budoucnost“, ale je to něco více jako „Pravé vědomí je kořenem (základnou) pro všechno“.

Usui vyrůstal jako Tendai Buddhista a později se stal Zen Buddhistou. Pro buddhisty, zvláště Zen Buddhisty platí, že žijí teď a tady s pozorností a uvědoměním. Usui říkal, že dosáhl Satori nebo osvícení na Mt. Kurama a později objevil, že mohl léčit.

V zen buddhismu neexistuje minulost. Ta se již stala. Nemůže to být odvolána. Zen buddhista by vás viděl jak se držíte minulosti a tato „příloha“ by vás svazovala s dukkhou, neboli utrpením. Pokud se budeme držet těchto zvyklostí a ne bytí teď a tady, zbavíme se prožívání současného momentu. Pokud se držíme minulosti, pak se tato obnoví, ale ne taková jaká byla, ale taková jakou v současnosti potřebujeme. Pokud se hněvame na něco, co se stalo v minulosti, neoživujete tento hněv, ale znovu jej vytváříte v současnosti.

Stejně tak můžeme vytvořit budoucnost představivostí a touhou. Můžeme do budoucnosti investovat energii. V tomto dělání pečujeme o sebe a své reakce a limitujeme naši schopnost být tady a teď, být spontánní. Zkrátka tedy, posíláme-li energii do „minulosti“ a „budoucnosti“, pak tuto posíláme teď a tady a toto se s námi ponese. Vždy teď a tady. Žádná minulost, žádná budoucnost.

Neléčíme se a vytváříme více utrpení tím, že nejsme naplno v současnosti. Pokud pochopíme HSZSN „Pravé vědomí je základem všeho“, poznáme, že se léčíme také tím, že se nehněvame, neznepokojujeme se. A to je skutečná léčba. Nepřipomíná to duchovní principy Reiki ?

	1 - 5 - HAN	
	6 - b - SHA	
	c - f - ZE	
	g - i - SHO	
	j - m - NEN	

REIKI meditace pro léčení na emoční úrovni

Existuje mnoho způsobů jak používat duševně/citový symbol pro léčení. Tato meditace pracuje na záležitostech, které se vymykají fyzikálním problémům. Může přinést do vědomí uvědomění a tímto pak léčit. Dole je metoda, kterou se dá pro tuto meditaci. Volně s touto technikou experimentujte a přizpůsobte vašim specifickým potřebám nebo potřebám vašich klientů.

Na začátku se uklidněte, sedněte v pohodlné židli a uvolňujte se. Provádějte jakoukoli formu systematické relaxace.

Dovolte relaxaci vstoupit do obou vašich chodidel zároveň. Prociťujte, jak se vaše nohy uvolňují. Nechejte tento uvolňující pocit ať pokračuje do vašich kotníků a zanechává po sobě naprosté uvolnění. Uvolňující energie nyní postupuje dále do vašich lýtek, uvolňuje je a pokračuje nahoru přes kolena do stehien. Dovolte nohám se totálně uvolnit a pak nechejte energii postoupit do vaší pánve a boků. Nyní je vaše spodní část těla úplně uvolněná. Nechejte uvolňující sílu postoupit do páteře a svalů zad a prociťujte, jak i zde se vše uvolňuje. Energie se nyní přestěhuje do ramen a vy vašim ramenům dovolujete se úplně uvolnit. Dále pokračuje uvolňující energie do vašich paží, uvolňuje lokty, předloktí, zápěstí, dlaně. Nyní se energie vrací zpět k ramenům a postupuje do krku, uvolňuje svaly krku a pokračuje do hlavy, do vlasové části hlavy. Poté klesá přes čelo, do čelistí a uvolňuje tak celou tvář. Nyní jste totálně uvolnění a připravení odstartovat emoční program.

Pokuste se oživit citovou záležitost, aby se tak „propracovala“ do vědomí. Pokud se vám to nedaří, pak se soustřeďte na pocity, které máte při pozorování této záležitosti. Nakreslete Cho Ku Rei před vámi, na vašich dlaních a nad korunní čakrou. Poté to zopakujte s Hon Sha Ze Sho Nen. Nakreslete Sei Hei Ki před vámi. Znovu se spojte se situací a vnímejte pocity nebo si vytvořte vizuální představu situace ve vaší mysli. Nakreslete Sei Hei Ki s představou, že se tento kreslí přes „problém“. Meditujte nad symbolem a prociťujte jak vám přináší léčení. Vězte, že to pracuje pro vaše vyšší dobro a přináší léčení vašim emocím. Dále nakreslete znovu Cho Ku Rei, Hon Sha Ze Sho Nen a Sei Hei Ki a naladte se na řešenou situaci. Soustřeďte se posílání citového léčení pro sebe až k bodu, kdy pocítíte, že tento problém mizí, že je již minulostí. Používejte pozitivní tvrzení : „Jsem vyléčený.“; „Uvolňuji toto pro své vyšší dobro.“, nebo používejte cokoli si myslíte, že bude pomáhat vašemu procesu. Dělejte to třikrát. Meditujte nad harmonií a univerzální láskou, kterou Sei Hei Ki reprezentuje. Dovolte symbolu být částí vašeho vědomí. Dělejte toto každý den po dobu jednoho týdne a zaměřte pozornost na změny, které se ve vašem životě budou vyskytovat.

Alternativní metoda emoční léčby

Existuje ještě jedna metoda, kterou můžete používat. Provádějte léčbu, která využívá všechny pozice rukou a kreslete Sei Hei Ki u každé této pozice s představou, že jakékoli emoční vzory a závislosti, které byly ve vás drženy jsou nyní propuštěny. Znovu opakuji, buďte tvořiví a používejte intuici a experimentujte.

Harmonizace místnosti - i jiných prostor

Nakreslíme si 1. symbol na všechny stěny místnosti (můžeme na podlahu i na strop). Po každém nakreslení 3x vyslovíme 1. mantru. Lze to provést i v dopravních prostředcích, výtahu, kostele, pohřební síni i na různých jiných místech. Můžeme jej též „vyslovit“ do rohu místnosti.

Energetizování jídla, tekutin i léků

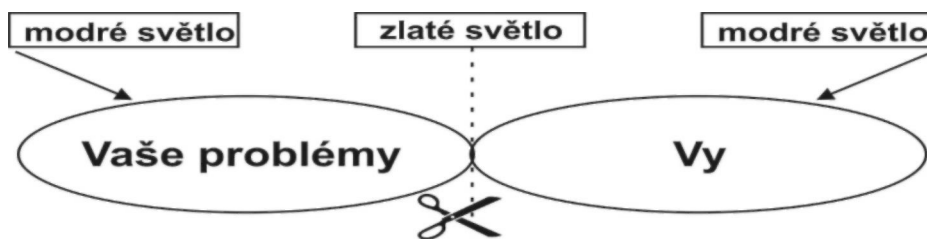
- 1. symbol nakreslíme na nějakou plochu - stůl, podlahu, či jinam, pak tam položíme to, co chceme energetizovat a shora nakreslíme ještě jednou 1. symbol a 3x vyslovíme 1. mantru
- to, co chceme energetizovat, si vložíme mezi ruce a do toho prostoru reálně či mentálně nakreslíme 1. symbol a 3x vyslovíme 1. mantru.

Tekutiny je vhodné vystavit před energetizováním (pokud to snášejí) na krátký čas slunečnímu záření. V případě jídla poprosíme Univerzum (Boha, vesmírnou inteligenci...) o potlačení negativních účinků.

Působení v nepřítomnosti

- * Od člověka, na kterého máte působit, musíte mít svolení.
- * Žádáte-li někoho o REIKI ošetření jiné osoby, je vhodné znát její jméno, příjmení, rok narození, popřípadě její podobu. Nejjednodušší je mít k dispozici fotografii dotyčného. Je ideální, domluvíme-li dopředu čas působení, není to však podmínkou. Tím klient může při dálkovém působení relaxovat a lépe vnímat své pocity. Někdo nic nepocítuje, přesto však REIKI k němu proudí. Lze to následně poznat na zlepšení problémů jak po strance fyzické, tak i psychické.
- * Stane se, že klient nepřijde na předem domluvené REIKI ošetření. V tom případě je třeba si ujasnit, proč nepřišel a zodpovědně rozhodnout, zda nahradíme přímé působení nepřímým. Důvod zrušení domluveného ošetření může být různý. Je to jeho rozhodnutí a je ho třeba respektovat. Je zde otázka, zda působit i v případě, nemáme-li svolení. Pokud si to někdo vysloveně nepřeje, tak nepůsobíme !!!
- * Pokud nelze svolení dostat (např. úraz, bezvědomí, u nemluvnat aj. případy a situace) řídíme se intuicí.
- * Co s těmi, kteří v REIKI nevěří, odmítají je, nebo mají vůči nám jednostrannou averzi. Lze působit, či ne? Uvědomíme si, že to všechno způsobuje jejich či naše ego ovlivňované programy mysli, ba i programy v podvědomí. My a oni však nejsme jen tím egem, ani myslí a programy v našem podvědomí nám nejsou známy.
- * Dejme se jim k dispozici jako kanál REIKI a nechme rozhodnutí na jejich vnitřní bytosti, zda naši nabídku přijme, či ne. Přijetí je signalizováno tím, že REIKI začne z našich rukou proudit k příjemci. Říďme se intuicí ! Chtějme pro ně to nejlepší, bez očekávání konkrétního výsledku. REIKI působí v rámci nejvyššího dobra pro danou osobu, bez ohledu na to, co si zrovna myslíme a přejeme. Existují i jiné formy ovlivnění osob naší myslí a těch je třeba se vyvarovat.
- * Působení na nepřítomné osoby provádíme 10-20 minut - nemělo by být delší než 40 minut. Je vhodnější působit 2-3 krát denně po 20 minutách, než jedenkrát 40 minut. REIKI sice neublíží, ale reakce při působení by mohly být příliš silné a proto volíme délku působení podle závažnosti toho či onoho problému.
- * Ještě jednou zdůrazňuji. Ošetření na dálku (harmonizace) nemá úplně stejné účinky jako kontaktní způsob. Proto je vhodné používat oba způsoby, jak u sebe, tak i u druhých.
- * **U všech způsobů je vhodné zařazovat mezi 3. a 1. symbol ještě 2. symbol.** Působíme tím intenzivněji na emocionální složku jednotlivých bytostí. Není to však nezbytně nutné.
- * První symbol je vhodný během působení používat vícekrát. Po každém použití zesílí energii. Druhý a třetí symbol stačí použít pouze jednou na začátku působení.

Technika pro práci na podvědomé úrovni



Práce se sebou samým

Sedněte si nebo lehněte pohodlně. Zavřete oči a okem své mysli si představte symbol nekonečna (ležatou osmičku) mezi svými rukama. Symbol je pohyblivý se zlaté světlo. Představte si sami sebe v pravé zlaté smyčce nekonečna a člověka, situaci, souzení sebe sama nebo minulý vztah v levé zlaté smyčce nekonečna. To děláme, abychom mezi sebe a danou věc vložili jasnou vzdálenost. Řekněte si v duchu všechny symboly nebo si je představte ve své mysli. Přestříhnete střed smyčky nekonečna zlatými nůžkami. Obklopte sami sebe krásným modrým uzdravujícím světlem. Potom obklopte i druhou smyčku, která byla odstříhnutá modrým uzdravujícím světlem a nechte jí rozplynout se. Zhluboka se nadechněte a řekněte „Jsem volný“.

Práce s ostatními

Umístěte ruce v pozici „motýla“. Nechte druhého člověka, ať se pohodlně posadí či položí a umístěte na temeno jeho hlavy ruce v pozici „motýla“. Veďte ho, ať si vizualizuje symbol nekonečna a umístí sama sebe na jednu stranu smyčky. Na druhou stranu, ať umístí problém, na kterém pracuje. Řekněte si v duchu tři symboly nebo si je představte ve své mysli. Dejte mu pokyn, aby rozstříhl smyčku symbolu nekonečna ve středu zlatými nůžkami a obklopil obě smyčky modrým uzdravujícím světlem, až protější strana zmizí. Pak dejte pokyn, aby řekl „jsem volný“, několikrát se zhluboka nadechl a otevřel oči. Tento proces je možno opakovat tak dlouho, jak je to třeba. Nechte však vždy několik dní mezi jednotlivými procesy pro integraci.

JAK POSTUPOVAT PŘI POSÍLÁNÍ REIKI V NEPŘÍTOMNOSTI ?

Vzorový postup:

- * pohodlně se posadíme, nebo můžeme i stát
- * ponoříme se do svého nitra, zavřeme oči a vizualizujeme si před sebou osobu, na kterou budeme působit ruce namíříme dlaněmi na tuto osobu
- * nakreslíme na ni 1. symbol a vyslovíme 3x první mantru
nakreslíme na ni 2. symbol a vyslovíme 3x druhou mantru
nakreslíme na ni 3. symbol a vyslovíme 3x třetí mantru
- * zeptáme se „Smím poslat REIKI tomu a tomu?“ - dostaneme-li souhlas (např. brnění rukou, teplé ruce, příjemný pocit) - pokračujeme dále. Nedostaneme-li souhlas, tzn. nebude-li REIKI proudit, tak působení spojením rukou přerušíme a pokud je vše v pořádku
- * nakreslíme 1. symbol do aury příjemce (můžeme doplnit o 2. a 3. symbol) a 2 minuty na něj působíme pak provedeme celkové ošetření - popřípadě je doplníme speciálními pozicemi.

Postupujeme takto:

- * Tělo si představíme vleže před sebou a na tu část, na kterou působíme nakreslíme 1. symbol a 3x vyslovíme 1. mantru. Při každé změně polohy pak vždy nakreslíme 1. symbol a 3x vyslovíme 1. mantru a to nám zesílí energii a zkrátí dobu působení (můžeme doplnit o 2. a 3. symbol).
- * na závěr pak vyrovnáme čakry, uhladíme auru a provedeme rychlý energetizující tah - od 1. čakry nad 7. čakru nakonec se mentálně rozloučíme a spojením rukou přerušíme spojení

Výše popsany vzorový postup je poněkud nepraktický a lze ho použít jen v klidu o samotě. Berte ho jako inspiraci k vytvoření vlastního postupu. S níže uvedenými postupy můžete pracovat téměř všude, např. v hromadných dopravních prostředcích, čekárnách, přírodě i dalších místech, které vám vyhovují. Fantazii se meze nekladou.

DALŠÍ POSTUPY PRO PŮSOBENÍ V NEPŘÍTOMNOSTI

Práce s fotografií

Je to nejjednodušší způsob posílání REIKI nepřítomné osobě. Nezáleží na stáří fotografie a je-li na ní více osob, tak se všechny stanou příjemci REIKI. REIKI pak bude ke každé osobě proudit o stejné intenzitě. Místo fotografie dotyčné osoby postačí i obrázek, nepříliš umný náčrt, nebo si napíšeme na lísteček její jméno, příjmení a datum narození. Postupujeme stejně jako při práci s fotografií. Při práci s fotografií zklidníme svou mysl a zbytečně se nerozptylujeme sledováním televize, čtením nebo debatou na jakémkoliv téma.

Postup práce:

- * Položíme si fotografii na dlaň levé ruky (můžeme poslat i sobě)
- * prstem (prsty) pravé ruky (nebo mentálně) nakreslíme na ni 1. symbol a vyslovíme 3x 1. mantru,
nakreslíme 2. symbol a vyslovíme 3x 2. mantru
nakreslíme 3. symbol a vyslovíme 3x 3. mantru
- * pravou ruku umístíme nad fotografii a vyslovíme prosbu: „Smím poslat REIKI tomu a tomu?“
- * Dostaví-li se nepříjemný pocit a nepocítíme-li proudění, tak spojení přerušíme. Pokud shledáme, že je vše, jak má být a cítíme brnění, mravenčení či teplo, přiložíme svou pravou ruku na fotografii a působíme 10 až 20 minut, popřípadě počkáme, až REIKI doproudí. Dle závažnosti onemocnění působíme i víckrát denně. Je vhodné se dotázat na zdravotní stav léčeného.
- * Spojení přerušíme obvyklým způsobem a poděkujeme, že smíme být kanálem REIKI i za důvěru.

PRÁCE SE ZÁSTUPNÝM OBJEKTEM

Práce se zástupným objektem je také velice jednoduchá. Můžete si vytvořit i svůj vlastní způsob práce. Představitosti se meze nekladou. Vámi zvoleným zástupným objektem může být prakticky cokoli, např. plyšový človíček, či zvířátko, dřevěný panáček, soška, panenka, prstýnek, propiska i jiný předmět, který si vyberete.

Postup práce:

- * vybereme si zástupný objekt, který nám nejlépe vyhovuje.
- * důrazně v duchu, nebo i nahlas prohlásíme: „To je ten, ta nebo to“.
- * položíme si zástupný objekt na nějakou plochu (např. stůl, podlahu či lůžko nebo na ruku) nakreslíme na něj prstem své pravé či levé ruky 1. symbol a 3 x vyslovíme 1. mantru nakreslíme 2. symbol a 3x vyslovíme 2. mantru nakreslíme 3. symbol a 3x vyslovíme 3. mantru
- * ruce pak umístíme nad zástupný objekt a vyslovíme prosbu: „Smím poslat REIKI tomu a tomu?“ Dostaví-li se nepříjemný pocit a nepocítíme-li proudění, tak působení přerušíme. Pokud shledáme, že je vše, jak má být a cítíme brnění, mravenčení či teplo, tak nakreslíme do aury 1. symbol a vyslovíme 3 x 1. mantru a asi 2 minuty působíme na zástupný objekt (můžeme doplnit o 2. a 3. symbol)
- * své ruce přikládáme na zástupný objekt jako při přímém působení na živého člověka při každé změně polohy nakreslíme (prstem či v představě) 1. symbol a vyslovíme 3x1. mantru (zkrátíme tím dobu působení a zesílíme energii) (můžeme doplnit o 2. a 3. symbol).
- * počet poloh při kladení rukou určujeme dle velikosti zástupného objektu působíme 10-20 minut, ne však déle než 40 minut nakonec vyrovnáme čakry, uhladíme auru a provedeme energetizující tah od 1. čakry nad 7. čakru - spojení přerušíme obvyklým způsobem

POSÍLÁNÍ REIKI DO BUDOUČNA

REIKI posíláme do budoucna a to jak sobě, tak i jiným, do všech námi předpokládaných budoucích dějů, např. svatba, operace, zubař, porod, obchodní jednání, sportovní utkání aj...

Kolem nás až do nejzazších hlubin Vesmíru se rozprostírá „Oceán čistých nevyčerpatelných energií“ a jedna z nich je REIKI. REIKI je cesta srdce, cesta lásky ke všemu a ke všem. Z tohoto „Oceánu energií“ můžeme (pokud dostaneme svolení!) čerpat REIKI, jak pro sebe, tak i pro druhé, v zájmu nejvyššího dobra všech zúčastněných.

Postup posílání do budoucna

- * položíme obě své ruce na srdce a soustředíme se do svého nitra (můžeme při tom stát i sedět)
- * napřáhneme své ruce před sebe, vzdálené 10 - 15 cm od sebe, dlaněmi k sobě (můžeme je také napřáhnout jako reflektory, popřípadě je položit dlaněmi vzhůru na svá kolena a to se provádí vsedě)
- * zavřeme oči a představíme si (vizualizujeme) určitou osobu či situaci v budoucnu
- * prohlásíme: např. - působím na budoucí situaci, která nastane 17. září 2020 mezi 16. - 20. hodinou v mém bytě v Prostějově čp. 112 (lze to různě kombinovat, dle našeho uvážení a fantazie)
- * pak nakreslíme (mentálně) na situaci či osobu
1. symbol a 3 x vyslovíme 1. mantru
2. symbol a 3x vyslovíme 2. mantru
3. symbol a 3 x vyslovíme 3. mantru, pak
- * vyslovíme prosbu: „Smím poslat REIKI do budoucna z „Oceánu energií“ té určité situaci či osobě - v zájmu nejvyššího dobra všech zúčastněných?“ Neočekávejme, ani neprogramujme žádný výsledek! bude-li odpověď záporná, přerušíme spojení obvyklým způsobem - bude-li odpověď kladná a pocítíme proudění REIKI, brnění či teplo - nakreslíme opět 1. symbol a vyslovíme 3x1. mantru (můžeme doplnit o 2. a 3. symbol)
- * REIKI posíláme 10-20 minut, popřípadě počkáme až doproudí, max. 40 minut.
- * nakonec mentálně uhladíme auru té situaci či osobě a spojení ukončíme obvyklým způsobem poděkujeme, že jsme směli působit

POSÍLANÍ REIKI DO MINULOSTI

REIKI lze poslat do již minulé hodiny, minulého dne, týdne, měsíce, roku, v tomto životě i do minulého života či životů. Lze ji posílat jak sobě, tak i jiným osobám. Je možno ji posílat různými způsoby, jak mentálně, tak i přes fotografii i jinak. Představitosti se meze nekladou a proto používejte i své intuice a ta Vám mnoho napoví.

REIKI posíláme i různým situacím v minulosti jakkoliv vzdálených, o kterých lze předpokládat, že neproběhly harmonicky, např. vztahy s matkou či otcem, sourozenci, jinými lidmi i do situací, ve kterých jsme se nesprávně chovali a pochopili jsme to až nyní „tady a teď“! Toto vše platí i o druhých, kteří nás požádají o pomoc v té určité situaci, jak v zájmu svém, tak i jiných osob.

Poprosíme, smíme-li REIKI té určité osobě či situaci posílat a bude-li nám to povoleno, tak REIKI vyšleme. Dostaví-li se nějaké pochybnosti a nedostaneme ani intuitivní pokyn od nadvědomí, tak se ještě zeptáme Orákula a budeme se řídit odpovědí, kterou obdržíme, tj. ano nebo ne! Situace jako taková se sice nezmění, ale lze to považovat jako naše sdělení do Vyšších sfér, že jsme pochopili nesprávnost svého konání a tím se mohou zmírnit důsledky našeho počínání pro současnost. Může pak dojít k ozdravným procesům jak po stránce fyzické, tak i psychické.

Postup posílání REIKI do minulosti

- * položíme obě své ruce na srdce a soustředíme se do svého nitra (můžeme při tom stát i sedět)
- * napřáhneme své ruce před sebe, vzdálené 10 - 15 cm od sebe, dlaněmi k sobě (můžeme je také napřáhnout jako reflektory, popřípadě je položit dlaněmi vzhůru na svá kolena) a to se provádí vsedě (u lidí zesláblých i starých)
- * zavřeme oči a představíme si (vizualizujeme) určitou osobu v minulosti s udáním místa, dne, měsíce i roku (hodiny), lze to různě kombinovat, dle našeho uvážení a fantazie - lze posílat i přes fotografii, pak nakreslíme mentálně (u reflektoru dlaní či prstem) na určitou situaci či osobu i sebe (představa v minulosti)
 1. symbol a 3 x vyslovíme 1. mantru
 2. symbol a 3 x vyslovíme 2. mantru
 3. symbol a 3 x vyslovíme 3. mantru
- * vyslovíme prosbu: „Smím poslat REIKI do určité situace či osobě, ale i sobě do minulosti - a to v zájmu nejvyššího dobra všech zúčastněných?“ Neočekávejme ani neprogramujme žádný výsledek! - bude-li odpověď záporná, přerušíme spojení obvyklým způsobem - bude-li odpověď kladná a pocítíme proudění REIKI, brnění či teplo, nakreslíme opět 1. symbol a 3 x vyslovíme 1. mantru (můžeme doplnit o 2. a 3. symbol)
- * REIKI posíláme 10-20 minut, popřípadě počkáme, až doproudí nakonec mentálně uhladíme auru té situace, určité osobě či sobě v minulosti a spojení ukončíme obvyklým způsobem
- * poděkujeme, že jsme směli působit

PRÁCE S MENTÁLNÍ PŘEDSTAVOU MEZI SVÝMA RUKAMA

Mezi svými rukama si můžeme představit nějakou osobu, popřípadě zvíře nebo určitou situaci. Lze si představit i naši Matičku Zemi, jednotlivé národy, skupiny či rodinu aj....

Postup posílání REIKI příslušné osobě:

- * ruce máme napřážené před sebou, nebo položeny v klíně, vzdáleny od sebe 10-15 cm, dlaněmi k sobě (a oči máme zavřeny)
- * v prostoru mezi dlaněmi si představíme příslušnou osobu mentálně na ni nakreslíme 1. symbol a vyslovíme 3x1. mantru
nakreslíme 2. symbol a vyslovíme 3x2. mantru
nakreslíme 3. symbol a vyslovíme 3x3. mantru
- * vyslovíme prosbu: „Smím poslat REIKI tomu a tomu?“ Dostaví-li se nepříjemný pocit a nepocítíme-li proudění, tak spojení přerušíme ! Pokud shledáme, že je vše, jak má být a cítíme brnění, mravenčení či teplo, tak ještě jednou. nakreslíme do aury 1. symbol a 3 x vyslovíme 1. mantru (můžeme doplnit o 2. a 3. symbol), pak působíme 10-20 minut, maximálně 40 minut

- * Lze zvizualizovat zmenšenou osobu jako celek a posílat, anebo si zvizualizujeme mezi rukama jednotlivé části těla směrem od hlavy k nohám, např. hlavu, krk, ramena, hrudník, břicho, pánev, nohy a je-li potřeba i jednotlivé orgány. Ruce se posunují mentálně. Při působení věnujeme pozornost toku energie z našich rukou.
- * Tam, kde je proudění REIKI intenzivnější, můžeme působit tak dlouho, až energie doproudí. Doporučuji po každé změně polohy rukou nakreslit (mentálně) 1. symbol a 3 x vyslovit 1. mantru (můžeme doplnit o 2. a 3. symbol). Působení provádíme mentálně, ale můžeme s rukama i reálně pohybovat a posunovat je kolem postavičky osoby, kterou jsme si zvizualizovali. Působení ukončíme obvyklým způsobem.

K vytvoření spojení s druhou osobou nám postačí jednoznačná identifikace této osoby. Např. jméno, příjmení, datum narození, bydliště, popřípadě místo, kde se právě nachází, nebo jméno, příjmení, věk a popis dotyčné osoby. Můžeme to jakkoliv kombinovat, ale pro nás je podstatné jednoznačné určení. Na základě jednoznačného určení si pak vytvoříme mentální představu a dále pracujeme dle výše uvedeného postupu.

Při působení na dálku si můžeme potříit ruce éterickým olejem (řadí se kvalitním rostlinným olejem 1:10) a vibrace se pak přenášejí na dálku společně s REIKI.

Pomocí vibrací éterických olejů (i kamenů) lze při přímém působení značně zefektivnit práci s REIKI, jak metodou druhého stupně, tak i prvního stupně. V případě olej íčku se však musíme dotýkat přímo kůže. Chceme-li pracovat s kameny či olejíčky je nutné mít určité znalosti a zkušenosti s nimi.

Posílání Reiki všem, kteří ji v tuto chvíli potřebují

Bylo by velice vhodné, kdyby každý z Vás, kteří jste absolvovali zasvěcení do 2. stupně REIKI, si opatřil zástupný objekt a začal přes něj posílat REIKI všem, kteří v tuto chvíli potřebují Vaši podporu. Posílejte prosím každý den, nebo alespoň co nejčastěji. Postup je stejný jako při působení v nepřítomnosti.

SKUPINOVÉ PŮSOBENÍ V KRUHU NA DÁLKU (v nepřítomnosti)

Uřídíme si jednu osobu, která začne i ukončí působení. Sedíme v kruhu na židličkách či na zemi a držíme se za ruce. Po několikerém hlubokém nádechu pocítíme v našich rukou stejnoměrné proudění. REIKI je synchronizovaná a můžeme začít.

Postup skupinového působení

- * posadíme se reálně do kruhu, nebo v myslí jednoho, nebo více osob, anebo položíme jednu, či více fotografií a až pak se uchopíme za ruce - zavřeme oči a ponoříme se do svého nitra
- * v myslí si před sebou nakreslíme 3. symbol a 3 x mentálně vyslovíme 3. mantru
2. symbol a 3 x mentálně vyslovíme 2. mantru
1. symbol a 3 x mentálně vyslovíme 1. mantru
- * v myslí se zeptáme „Smím posílat té nebo těmto osobám REIKI?“ - dostaví-li se nedobrý pocit, tak si v myslí změním afirmaci a „Posílám REIKI ve prospěch nejvyššího dobra všech zúčastněných“, anebo jiné osobě
- * posíláme 10-15 minut a pak námi určená osoba toto působení ukončí a rozpojíme ruce všichni pak působení mentálně ukončí obvyklým způsobem, každý sám

POSÍLÁNÍ REIKI MATIČCE ZEMI

Vždy posíláme REIKI Matičce Zemi. Posílání začíná vždy ve 21.00 hodin a stále se přidávají další a další. Vy jste ti další! Připojte se k nám!

POSÍLÁNÍ REIKI KRIZOVÝM SITUACÍM NA SVĚTĚ

Cituji Mary McFadyen - REIKI mistryni ze společnosti REIKI Outreach International z USA, žákyni H. Takaty: „Chtěla bych znovu připomenout, že je důležité provádět přenosy REIKI krizovým situacím co nejvíc. Ale je jasné, že nikdo nemůže provádět tyto přenosy každý den donekonečna. Stupeň agresivity, nenávisti, netolerance a nesmyslné brutality dosahuje často takové intenzity, že se rozhodneme ignorovat dění kolem sebe, jak to nejvíce jde. Je to vlastně způsob sebeobrany. A není pochyb o tom, že takový život je daleko jednodušší, když se oddělíme od nepříjemné reality okolního světa. Musíme si však uvědomit, že i tak se nás toto dění ve svých důsledcích bude týkat. Když vidíme, jak zuří počasí a způsobuje nesmírné škody a utrpení lidem, jak nás postihuje zemětřesení a jiné pohromy, je třeba si uvědomit, že toto vše je přímý důsledek zloby, agrese a násilí, které vychází z lidí.

Lidé žijí v tomto světě se zvířaty, rostlinami i minerály. Když se např. setkáme s násilnickým a našťvaným člověkem, ovlivní to celé vaše tělo, mysl i ducha. Agresivita a egoismus lidstva podobným způsobem ovlivňuje svět rostlin, zvířat i minerálů, počasí i samotnou Matku Zemi. Budeme-li mírumilovní a vyrovnaní, ovlivníme vše ostatní ve směru dobra. A také se můžeme pomoci předáváním REIKI stát aktivními spolutvárci lepšího světa.“

Postup:

- * uvolníme se - vizualizujeme situaci (např. mezi rukama)
- * mentálně na ni nakreslíme 3. symbol a řekneme 3x3. mantru,
2. symbol a řekneme 3x2. mantru,
1. symbol a řekneme 3x1. mantru
- * řeknu „Chtěl bych poslat REIKI té a té situaci“
- * dostaneme-li svolení, posíláme
- * po 10 - 15 minutách uhladíme „auru situace“ a přerušíme spojení obvyklým způsobem

Všechny mnou uvedené postupy berte jako vzorové. Pokud Vám vyhovují, tak jich používejte v původním znění. Můžete však experimentovat a hledat další varianty. Pracujte v zájmu nejvyššího dobra všech zúčastněných.

Mějte stále na paměti, že jste jen nástroji, kanály REIKI. Je to velká zodpovědnost pracovat se symboly a mantrami, používejte je s úctou, která jim a REIKI právem náleží. A jak prohlásil jeden moudrý muž, nechtějte měnit svět. Měňte sebe.

Práce s REIKI Vám vytváří jedinečnou možnost dalšího růstu Vaší osobnosti a pomoci druhým lidem, duchovním to bytostem v lidském těle.

REIKI IIIa.

Nadešel čas, kdy jste se ocitli v určitém místě svého duchovního vývoje. Prošli jste 1. stupněm REIKI a získali jste značné zkušenosti při harmonizaci na tělesně-energetické úrovni. Prošli jste také 2. stupněm REIKI, kde jste se již naučili pracovat se třemi symboly i mantrami. Můžete již poslat REIKI na jakoukoliv vzdálenost v prostoru a čase. Můžete poslat tuto energii do minulosti i budoucnosti a když dostanete svolení, tak můžete pomocí 1., 2. a 3. symbolu působit i na psychické a citové problémy jak na sebe sama, tak i na druhé lidi.

Ted' jenom krátce o 1., 2., 3. a 4. symbolu.

- 1. symbol** nejsilněji rezonuje na úrovni **fyzické**
- 2. symbol** nejsilněji rezonuje na úrovni **emocionální**
- 3. symbol** nejsilněji rezonuje na úrovni **mentální**
- 4. symbol** nejsilněji rezonuje na úrovni **duchovní**

Ve 3A stupni REIKI se již obeznámíte se 4. symbolem a budete již moci pracovat s mistrovskou energií. Každé zasvěcení pozvedá vibrační úroveň zasvěceného člověka, tím je míněno i eventuální přesvěcení, kdy si dotyčný zopakuje seminář za účelem získání větších zkušeností a oživení znalostí. Dá se říci, že zasvěcení do 1. stupně pozvedne duchovní úroveň žáka o jeden stupeň a zasvěcení do 2. stupně o jeden schůdek. Při zasvěcení do 3A stupně se dostaví změna největší. Postoupíte o jeden schod. Když je žák připraven, tak dochází k zasvěcení do 3B stupně a zde je již změna individuální a velice odlišná. Každý z nás je neopakovatelný jedinec a podle toho též na nás působí tento učitelský stupeň. Každý stupeň zasvěcení působí do určité míry automaticky a vytváří na naší cestě duchovního vývoje vždy další šanci, ale záleží čistě na nás, jak ji využijeme. Připomeňte si znovu pět pravidel REIKI a snažte se dle nich řídit dle Vašeho nejlepšího vědomí „tady a teď“.

V případě 3B stupně: Uvědomte si, že další absolvování 3B stupně – učitel Reiki jež můžete absolvovat po tomto 3A stupni REIKI Vás zavazuje k tomu, abyste více studovali a získávali stále větší a větší vědomosti a zkušenosti s REIKI a tím dokázali poradit žákům nižších stupňů. Tím jim napomůžete ke zdárnějšímu vývoji na jejich duchovní cestě, ale o tom až na dalším kurzu.

KDO JE REIKI MISTR

O tom se vedou různé diskuze a tím též vládne nejednotnost v označování vyšších stupňů Reiki. Například Reiki Aliance učí třístupňové Reiki a absolvent 3. stupně je označován jako Reiki mistr a je současně i učitelem Reiki. V poslední době i Reiki Aliance má tendenci rozdělit 3. stupeň na tzv. 3A a 3B. Stupni 3A říká uživatelský a 3B Reiki mistr učitel. Reiki Alianci založila Phylis Lei Furumoto.

Reiki Association International, založena E. Strohmem, učí 4. stupňové Reiki. Třetí stupeň se nazývá stupněm mistrovským, neboť zasvěcený používá k léčení mistrovské energie. Čtvrtý stupeň je již stupněm učitelským. Absolvent 3. stupně čtyřstupňového systému Reiki (taktéž 3A) není ještě schopen zasvěcovat, k tomu musí absolvovat ještě další zasvěcení. V této organizaci nestačí být seznámen s know how.

Souhlasím s názorem, že by bylo přirozenější nazývat toho, kdo používá mistrovskou energii Reiki mistrem a toho, kdo vyučuje Reiki, učitelem Reiki. Dá se říci, že Reiki mistr, nebo dokonce Reiki Mistr, či reiki Mistr vzniklo jako analogie (podobnost) pojmu osvícený Mistr. U osvíceného mistra je však velké M na místě. Z Reiki mistrů je však jenom zlomek procenta osvícených.

Uvědomte si proto nejednotnosti v označování vyšších stupňů Reiki a říkejte raději, že jste absolvovali třetí stupeň systému Reiki.

Dle mého názoru se Mistrem Reiki stává ten, jež je tímto titulem oslovován lidmi kolem sebe. A to samovolně, aniž by to od nich nějak i sebemenším způsobem vyžadoval či očekával. Teprve tento člověk se svými vědomostmi, skutky a uměním, kterého dosáhl se zasloužil o tento titul právem a byl mu tak i okolím přidělen.

System Reiki v mém pojetí má stupně 1., 2. a 3A stupeň Reiki a 3B stupeň Reiki mistr - učitel. Od 3A stupně, což je 3B stupeň je u mě výuka Reiki individuální – u každého jedince jiná.

ZASVĚCENÍ DO 3. STUPNĚ REIKI

Po absolvování 3. stupně Reiki nám přibude pouze jeden symbol, díky němuž již budete moci pracovat s mistrovskou energií a zde je již jen krůček k učitelskému stupni. Pak se již stanete Reiki mistrem - učitelem. Tento symbol podpoří především duchovní růst každého jedince.

MISTROVSKÝ SYMBOL – Dai Ko Mio



volný překlad : svit' velké světlo, velké zářící světlo

Skrze tento symbol si začnete uvědomovat, že jsme součástí všeho živého bytí a že nejste od něj odděleni jak se mnohdy domníváte. S tímto symbolem lze dosáhnout spojení s veškerou existencí. Jak již zjistíte víte 3. symbol Vám umožňuje posun v prostoru a čase a 4. symbol Vám již umožní se dostat mimo prostor a čas! Važte si toho, že jste se na své cestě vývoje dostali do míst, kdy jste již připraveni to pochopit a porozumět tomu. Po zasvěcení si již začnete uvědomovat, že svět je takový jaký je a že není ani dobrý ani špatný. Pokud nejste schopni se dále vyvíjet, tak je to pouze ve Vás samotných a musíte změnit své myšlení. Začnete poznávat, že všechny problémy, tzv. rány osudu, nemoci či trápení všeho druhu, Vám říkají, že něco neděláte dobře a že něco máte pochopit a napravit. Až to pochopíte a přijmete, tak Vám bude umožněn další růst a transformace. Pán Bůh má pro každého z nás dokonalý plán a proto se svěťte do rukou Božích a tím se urychlí duchovní vývoj každého z Vás. Je třeba si uvědomit, že i po zasvěcení do 3. stupně jste stále omezeni svým hmotným tělem. Jste však již schopni si uvědomit své slabé stránky a rozpoznat své chyby a omyly. Dostává se Vám též schopnosti pracovat na Vašem duchovním vzestupu. Váš duchovní vývoj a vzestup by měl být na prvním místě a proto používejte denně na sobě mistrovský symbol. Zasvěcení do 3A stupně Reiki a denní používání 4. symbolu ve Vás probouzí Lásku k Bohu a k celému stvoření. Láska je hnací motor celého Vesmíru. Bůh je LÁSKA a kdo zůstává v lásce, zůstává v Bohu a Bůh je v něm. (PZN: **Bůh** = vesmírný systém, vesmírný systém = Bůh).

大
光
明

POUŽÍVÁNÍ 4. SYMBOLU

Tento symbol Vám velice napomůže vidět svět takový, jaký ve skutečnosti je. Začnete též pociťovat čím dál zřetelněji, že vše souvisí se vším. Naučíte se se symbolem pracovat a vnímat jeho vibrace. Než však přistoupíme k popisu a k použití symbolu, tak Vám již na začátku důrazně připomínám. Řiďte se především svou intuicí a svými pocity, než se rozhodnete 4. symbol použít v zájmu svém i jiných osob.

Při vlastním použití symbolu postupujte obdobně jako s předchozími třemi symboly. Symbol se musíte naučit z paměti kreslit a vyslovovat.

Můžete ho reálně či mentálně nakreslit, nebo jako celek promítnout na patřičné místo a 3 x vyslovit 4. mantru a 1. symbolem lze vždy zesílit. Tento symbol používáme k veškerému léčení a pomoci na všech úrovních. Můžete ho před sebe nakreslit a vstoupit do něj a můžete ho též namalovat na své srdce a pak začít působit jak na druhé, tak i na sebe příkládáním rukou přímo na tělo či auru dotyčného člověka, zvířete, či některé nádherné výtvory přírody. Obdobným způsobem lze též působit na nerosty a věci.

Pomocí 4. symbolu se uklidňuje vnitřní neklid, neboť působí na jeho vnitřní zdroj a tím na duchovní úroveň každé bytosti.

Při působení na dálku lze působit povícero způsobů:

- a) nakreslíme nebo promítneme 4. symbol na naši představu, zástupný objekt či fotografii a 3x vyslovíme 4. mantru, lze též zesílit 1., 2. a 3. symbolem + 3x 1., 2. a 3. mantru.
- b) nakreslíme 4. symbol na sebe, pak se 3. symbolem spojíme, 1. symbolem zesílíme spojení a nakonec použijeme 4. symbol. Lze vložit i 2. symbol, jedná-li se o psychické či citové potíže, ale není to podmínkou tzn. (3.+2.+1.+4. nebo 3.+1.+2.+4.). A dále se samozřejmě zeptáme smíme-li působit a dostaneme-li svolení tak působilme, ne-li tak působení přerušíme obvyklým způsobem.
- c) můžeme působit i tak, že na dotyčného člověka nakreslíme 4. symbol asi tak 1,5m od něj, nebo na ležícího asi tak 0,5m nad něj a pak vyslovíme 3x 4. mantru a působilme tak 15-20 minut a nakonec působení ukončíme obvyklým způsobem. U všech způsobů používejte co nejvíce svou intuici.

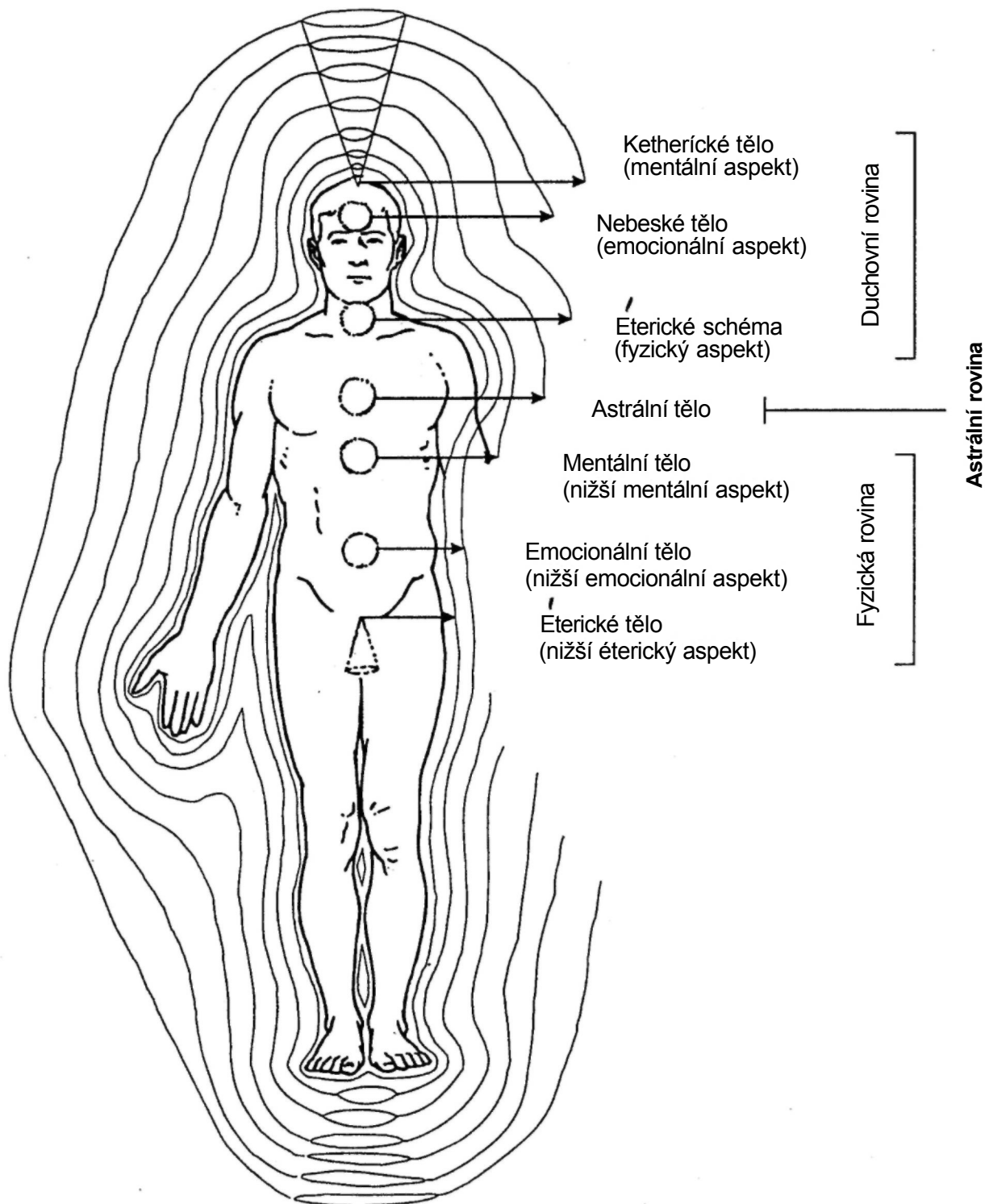
Pomocí 4. symbolu též čistíme a aktivujeme krystaly a to takto:

- krystal položíme na svou dlaň
- druhou rukou na něj nakreslíme (nebo mentálně promítneme) 4. symbol a vyslovíme 3x 4. mantru, pak na něj nakreslíme 2. symbol a tím ho očistíme od dříve absorbované energie - působilme až do očištění
- nakreslíme 1. symbol a krystal naprogramujeme, na stálé samočištění, či aby působil na jakýkoliv problém, nebo aby nám pomáhal v mezích svých možností aj.
- nakonec znovu nakreslíme 4. symbol, který ovlivní krystal a pak dochází k ještě intenzivnějšímu stálému samočištění.

Při výrobě tinktur z květin či drahokamů:

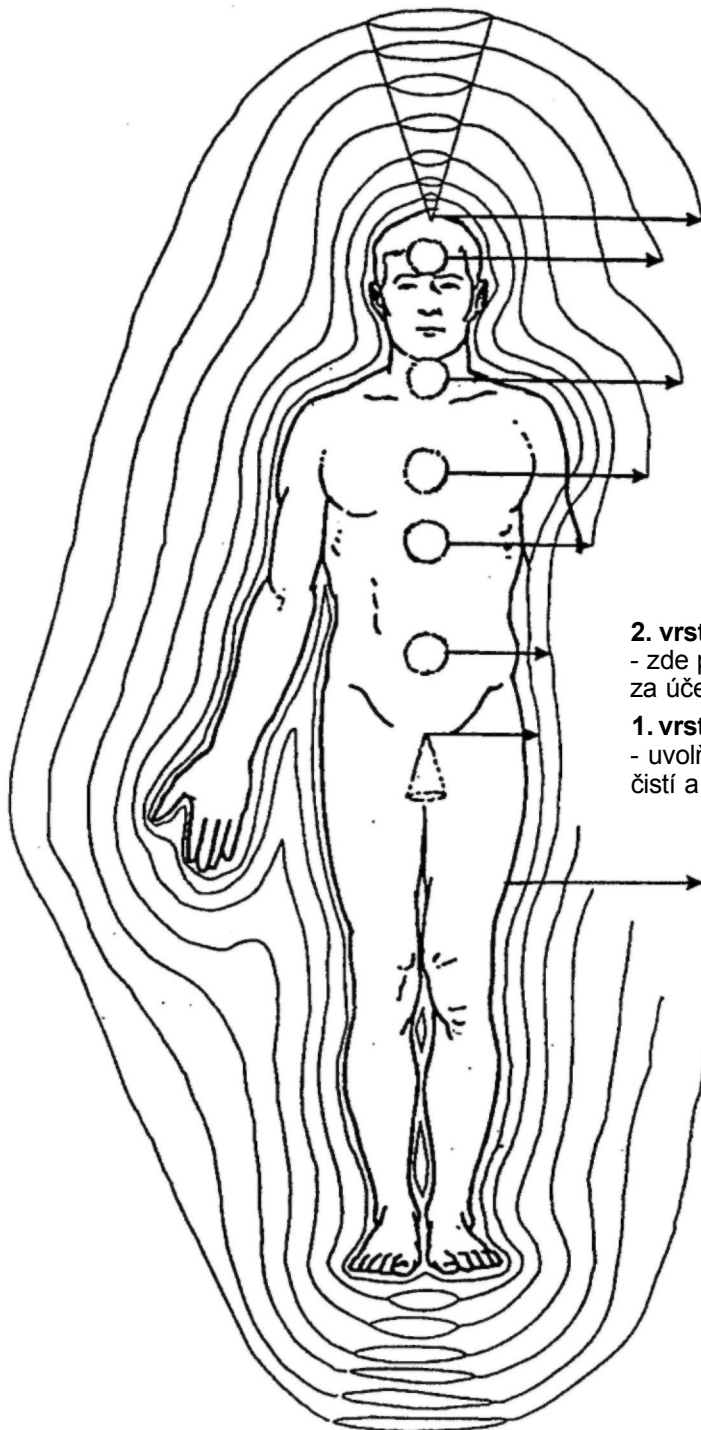
- nakreslíme 4. symbol + 3x mantru a 1. symbol a 3x mantru přes lahvičku s roztokem a tak můžeme ošetřit i homeopatika, léčivé rostliny, léky, jídlo a veškeré tekutiny.

SEDM VRSTEV AURY A SYSTÉMU TĚL



Zasvěcení působí přes Ketherické tělo i na fyzické vrstvy. Při REIKI působení prochází energie do všech vrstev aury a systému těl.

VNITŘNÍ PRŮBĚH LÉČENÍ NA SEDMI VRSTVÁCH AURY



7. vrstva

- v ní probíhá řešení chybné víry a dochází k nastolení univerzální lásky

6. vrstva

- přes ni směřujeme k univerzální lásce

5. vrstva

- zde se mění osobní vůle na božskou /"Nechť se děje vůle Boží"/

4. vrstva

- přes ni se nám dostává lásky a pochopení

3. vrstva

- zde se čistí dualistická schémata

2. vrstva

- zde probíhá znovuprožití blokových citů a bolestí za účelem uvolnění proudu energie

1. vrstva

- uvolňuje proudění energie a vibrace éterického těla, čistí a uvádí do rovnovážného stavu éterické tělo

Fyzické tělo

- je zásobováno energií přes éterické tělo /nižší éterický aspekt/. Uvědomte si, že základní stavební jednotkou v lidském těle je uhlík a že tělo obsahuje vodu, stopy chemických prvků, např. hořčík, draslík atd. a ty navzájem reagují, čímž v těle vzniká elektrický proud, sice nepatrný, ale nicméně zjištělný, měřitelný a graficky vyjadřitelný. Například při měření mozkových vln. Následně pak dochází k vyvážení fyzických systémů a uzdravování po stránce fyzické a psychické.

ANTAHKARANA



Nepatří mezi Reiki symboly. Nejvíce popisů o Antahkaraně říká, že v překladu by symbol znamenal “duchovní analýzu” všech žijících věcí. Umístěný pod masážní stůl během léčení soustřeďuje a zesiluje Reiki nebo další léčivé energie. Reprezentuje spojení mezi vaším mozkiem a vyšším já. Existuje také názor, že pokud se chcete duchovně rozvíjet, musíte rozvíjet toto spojení. Symbol samotný má záměr reprezentovat toto spojení a projevuje se již jeho přítomností nebo jeho pozorováním. Jeho vhodné umístění někde v dohledu má mít prospěšný a povznášející účinek na čakry a auru. Zvyšuje také účinnost všech léčebných technik. Existuje myšlenka, že dokončuje mikrokosmický okruh (okruh v oblasti hlavních čaker) tím, že na něj meditujeme. To má usnadnit tok energie ke všem čakrám. Slyšel jsem o tom, že jeho přítomnost vyjasnila a očistila krystaly od negativní energie.

Antahkarana symbol je formován jako několikaúhelník. Má sedm vrcholů. Tyto odpovídají sedmi čakrám, sedmi barvám, sedmi tónům v hudební škále. Jeho energie se pohybuje přes všechny rozměry a přivádí nás k vyššímu já.

Antahkarana je představován jako významný všelék. Říká se, že má vlastní vědomí, pracuje na auře, čakrách, orgánech a různých jiných aspektech energetického těla. To je něco v tom smyslu, že se v každý moment staví do pozice, kterou potřebujete. Stejně jako Reiki, může být použit jen pozitivně. Můžete jej umístit na věci, pod ně a kamkoli, kde chcete, aby asistoval při léčení.

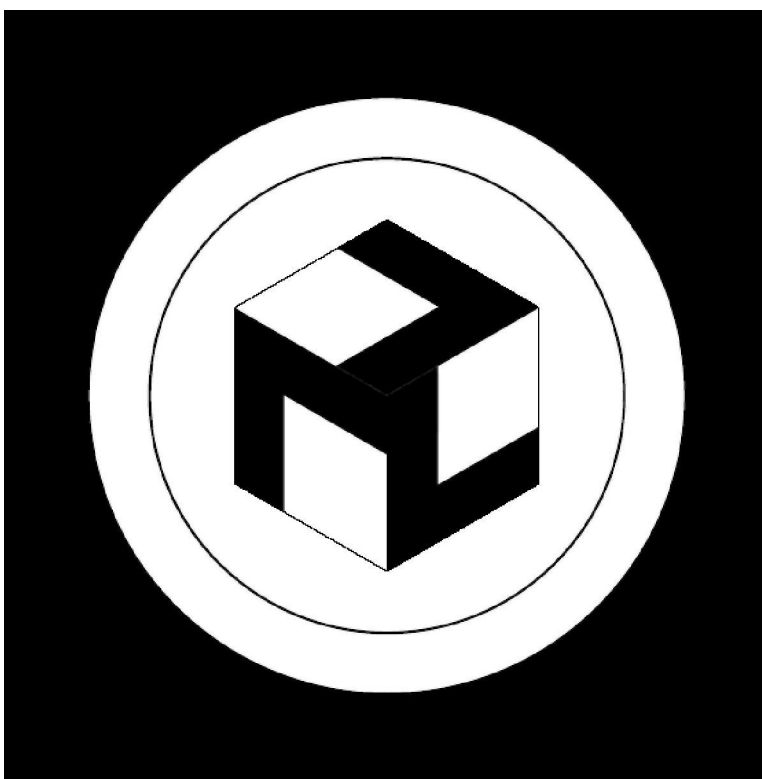
Primárním použitím je meditace a existuje velké množství metod jak ji vést. Nejjednodušším je dívat se na něj na papíře a medítovat. Někteří lidé hlásí, že obraz po čase vybledne a oni pak mají nějaké vize.

Meditace používající symbol Antahkarana

Tento proces má očistit náš systém od negativismu, negativní energie a očistit čakry. Meditace má vylepšit vaše “léčitelské” dovednosti, otevřít třetí oko, zvětšit jasnozřivost a různé další zázraky. Proces začíná použitím Usuiho mistrovského symbolu – 3x si odříkáme Dai Ko Mio. Nejprve visuelně umístěte symbol Antahkarana pod vaše nohy. Představte si, že jste ve zlaté záři mistrovského symbolu a prociťte ji. Položte ruce na stehna a uvolněte se. Prociťujte tok Reiki. Nyní kreslete Usuiho mistrovský symbol ve vzduchu před vámi. (Někteří si představují bílé světlo vycházející z jejich ruky.) Když kreslíte symbol, vyslovte třikrát jeho název. Udržujte jeho obraz ve vaší mysli a meditujte nad ním. Nyní se zaměřte na symbol Antahkarana. Vyslovte jméno Antahkarana třikrát a pak jej udržujte ve vaší mysli a meditujte.

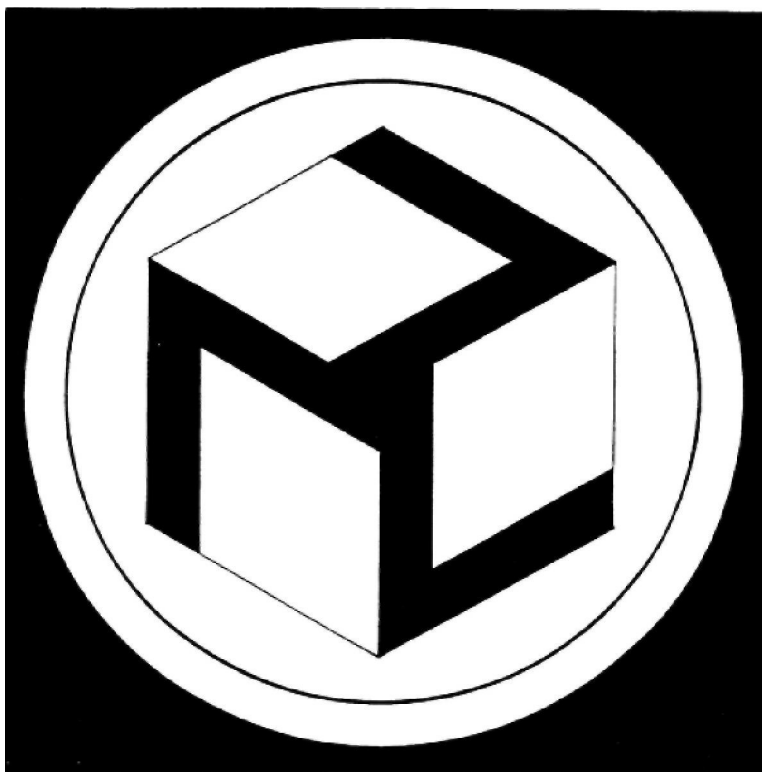
Dále si představte Cho Ku Rei u každé čakry. (postupujte po zadní části těla od první čakry nahoru po páteři a po přední straně těla zpět). To má vyčistit každou čakru. U každé čakry vizte světlo a Reiki energii.

Jestliže se vám Antahkarana zalíbil, používejte jej, ale vězte, že nic z toho, nebylo nikdy v Japonsku používáno a není nutné to dělat.



Antahkarana – mužský princip energie

Použijte pokud v sobě potřebujete podpořit mužskou „tvrdou, důraznou“ energii.

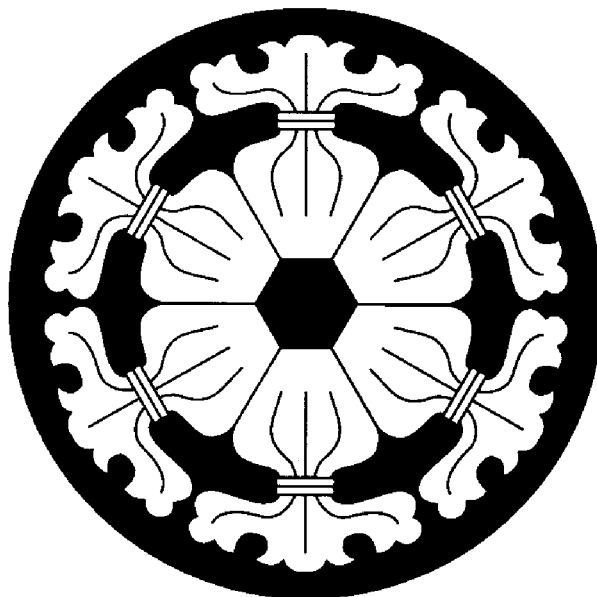


Antahkarana – ženský princip energie

Použijte pokud v sobě potřebujete podpořit ženskou „jemnou, citovou“ energii.

Umístěte obrázek před osobu či místo, které má být léčeno. Pak přiložte nad obrázek své dlaně a nechte proudit Reiki. Dojde ke zkrácení času působení a ke zvýšení intenzity energie.

MANDALA



Cílem této mandaly je odpoutání se od Pozemské roviny a vstup do stavu Prázdna, v němž neexistuje ego. Student si koncentrací na tento obraz začíná osvojovat meditace, odpoutávat se od každodenního života, třeba jenom na chvíličku. Mandala se potom vryje do studentova srdce. Převodem reality na mandalu se osoba odpoutá od Ne-Prázdna světa a vstoupí do dokonalosti Prázdna. Někteří meditační začínají s jednoduchým objektem, jako je miska s vodou, zatímco jiné mandaly jsou složitější. Student se naučí zaměřovat svou pozornost mimo sebe a na obrázek.

Tvar mandaly představuje v tantrickém umění Všeobsahující jednotu a Všeobsahující mnohost. Symbolizuje proces Osvícení, neboť jeden má vztah k Budhovi a mnozí mají vztah ke Všem lidem. Základní realita je sjednocením hmoty a energie a prvních pěti živlů (*země, vody, ohně, vzduchu a Prázdna/Ěteru*) s šestým živlem, vědomím. Mandala představuje základní realitu vesmíru a slovo samotné znamená „dosáhnout dokonalého a nepřekonatelného Osvícení“. „Manda“ je esence a „la“ je dokončení.

Z vizuálního hlediska se nejedná pouze o abstraktní vzory, ale obrázky uvnitř zobrazují božstva, Budhy a Bódhisattvy. Jejich využití při meditaci cvičí mysl ve složitých vizualizačních praktikách. V buddhismu se to provádí za účelem získání kontroly mysli, dovednosti ve vytváření obrázků v mysli, k navázání kontaktu s Bohyněmi a jinými psychickými silami (*také vytvořenými myslí*) a k dosažení změněných stavů vědomí. Mandala je popisována jako velký kruh mírumilovných a zlostných božstev.

Jak se student stává dovednějším, pomáhají mu božstva v mandale překonávat překážky na jeho cestě. Božstva jsou považována za žijící a za vytvořená myslí. Ztotožněním se s božstvem si student uvědomuje prázdnotu (Prázdnost) všech věcí. Student a mandala jsou sjednoceni, student a božstvo jsou sjednoceni a oba se podílejí na vnímání Prázdnosti. Božstvo i mandala jsou připoutány k srdci a student se stává božstvem. V alchymickém smyslu to znamená, že „uctívání, uctívající a uctívání jsou sjednocení“.

Meditace nad samotným Cho Ku Rei má podobné výsledky, zavede osobu do labyrintu a odpoutá ji od světa

Pozemské roviny. Ve smyslu současné metafyziky se tak osoba učí cestou dovnitř dostat ven z těla. Učení meditovat a vstupovat do změněných stavů vědomí, odcházet z pozemského světa a zažívat klid Prázdnosti a prázdnoty ega je počátečním procesem každé duchovní kázně. V hlubokém meditativním stavu ego ustupuje a přichází Povaha Budhy neboli Vnitřní Bohyně. Začátečník může nejprve koncentrovat svou pozornost jenom krátce, ale s praxí jeho soustředění roste. Časem naučí svou mysl vytvářet celé světy. V Reiki je Cho Ku Rei „vypínačem světla“, který zapíná léčivou energii a zvyšuje energii. Jako fáze vytváření je to léčivá úroveň fyzického těla, začátek léčení a využití energie Reiki. Je to vstupní brána k Reiki a k léčení.

HATSUREI-HO

Hatsurei-ho je cesta k rozvinutí Reiki kanálu a pomáhá duchovnímu vývoji !!!

I. **Kihon Shisei** (standartní pozice)

Usedni na podlahu (Seiza styl – na kolenou, sed na patách) nebo polštářek. Uvolni se a zavři oči. Zaměř svou pozornost na bod Hara (3-5 cm pod pupkem). Polož ruce na stehna dlaněmi dolů.

II. **Mokunen** (zaměření, zaostření, koncentrace)

Řekni ve své mysli „Začínám Hatsurei-ho“ pro tvé potvrzení.

III. **Kenyoku** (suchá koupel nebo čištění)

Koupel je nutné sloučit s dechem. Během výdechu vyslov nahlas „aaaaah“ nebo něco podobného. Koupel může být doslovná nebo pouze v auře.

1. Umístěte prsty pravé ruky do prohlubně u vašeho levého ramene (tam, kde se setkává kost klíční a kloub ramenní). Ruku zde nechte volně ležet.
2. Udělejte pomalý tah dlaní šikmo přes hrudní kost k pravému boku.
3. Opakujte proceduru levou rukou – z pravého ramene k levému boku.
4. Opakujte znovu pravou rukou – z levého ramene k pravému boku.
5. Umístěte pravou dlaň na levé rameno - prsty směřují ven (levá ruka je na koleni – dlaní dolů).
6. Udělejte pomalý tah dlaní po levé ruce až ke konečkům prstů.
7. Opakujte totéž levou dlaní a přejeďte po pravé ruce.
8. Opakujte znovu pravou dlaní a přejeďte po levé ruce.

IV. **Spojení s Reiki**

Zvedněte ruce vysoko do vzduchu, procíťujte a vizte, jak energie vchází do dlaní a prochází celým tělem.

V. **Joshin Koku ho** (očisťující dýchání)

1. Položte ruce na stehna, dlaněmi nahoru, dýchejte volně nosem. Zaměřte pozornost na bod Hara a uvolněte se.
2. Když se nadechujete, představujte si jak do vás vstupuje bílé světlo Reiki a naplňuje vás. Všechno napětí se rozpouští
3. Když vydechujete, představte si bílé světlo, které naplnilo vaše tělo, jak vystupuje z těla ven přes kůži do nekonečna.
4. Udržujte cyklus dechu s bílým světlem pár minut nebo tak dlouho, jak je vám příjemné.

VI. **Gassho**

Spojte ruce dlaněmi k sobě (jako při modlitbě), trochu výše nad srdcem.

VII. **Seishin Toitsu** (koncentrace)

1. Udržujte pozici Gassho. Představujte si, jak se nadechujete skrze vaše ruce.
2. Když se nadechujete, představujte si světlo Reiki vtékající přes vaše ruce do Hary. Hara se naplňuje světlem.
3. Když vydechujete, představujte si jak světlo nashromážděné v Haře září ven přes vaše ruce.
4. Opakujte cyklus dechu pár minut nebo tak dlouho, jak je vám příjemné.

VIII. **Mokunen**

Položte ruce na stehna, dlaněmi otočenými dolů a ve své mysli řekněte podvědomí „Skončil jsem Hatsurei-ho“.

Otevřete oči a zatřepete rukama (vlevo / vpravo / nahoru / dolů ...).

Gassho Meiso: Meditace Gassho

Smyslem této meditace je zvýšit energii dárce (léčitele) a umožnit dosažení duchovního meditačního stavu.

- usedneme na podlahu nebo polštářek (lotosová pozice nebo Seiza styl – na kolenou, sed na patách). Zdá máme ve vzpřímené pozici – můžeme se opírat o zeď. Uvolníme se a zavřeme oči.
- ruce sepneme v pozici modlitby před naší 4. (srdeční) čakrou tak, aby při výdechu vzduch lehce ovíval špičky prstů – pokud se ruce během meditace unaví, tak je necháme volně klesnout do klína
- nadechujeme se nosem a vydechujeme ústy (při nádechu můžeme držet jazyk přitisknutý na horním patře a při výdechu na patře spodním, tím doplníme koloběh energie v těle). Dýcháme volně a hluboko do břicha.
- pozornost věnujeme místu, kde se stýkají špičky našich prostředníčků (bod meditace)
- provádíme každý den (ráno nebo večer – můžeme ráno i večer) po dobu 20 – 30 minut.

Pzn.: Pokud se se zavřenýma očima necítíte dobře, pak je nechte otevřené, soustřeďte se na bod a nemrkejte. Oči se po chvíli zaplaví slzami – vydržte dál. Mrknutím přicházejí myšlenky, které jsou při meditaci rušivé.

Levá ruka ztělesňuje měsíc a pravá slunce.

Každý prst reprezentuje jeden z pěti elementů:

- Palec představuje prázdnotu – špička palce symbolizuje pochopení.
- Ukazováček představuje vzduch – špička ukazováčku symbolizuje aktivitu.
- Prostředníček představuje oheň – špička prostředníčku symbolizuje uvědomování.
- Prsteníček představuje vodu – špička prsteníčku symbolizuje vnímavost.
- Malíček představuje Zemi – špička malíčku symbolizuje formu.

Kenyoku: Suchá koupel

Očistí naše tělo a vytřídí naši duši. Posílí naši energii. Pomůže nám oddělit se od našeho pacienta, od situací, myšlenek a emocí.

Koupel je nutné sloučit s dechem. Během výdechu vyslov nahlas „aaaaah“ nebo něco podobného. Koupel může být doslovná nebo pouze v auře.

- umístíme prsty pravé ruky do prohlubně u našeho levého ramene (tam, kde se setkává kost klíční a kloub ramenní). Ruku zde necháme volně ležet.
- uděláme pomalý tah dlaní šikmo přes hrudní kost k pravému boku.
- opakujeme proceduru levou rukou – z pravého ramene k levému boku.
- opakujeme proceduru pravou rukou – z levého ramene k pravému boku.
- umístíme pravou dlaň na levé rameno - prsty směřují ven (levá ruka je předpažená – dlaní dolů).
- uděláme pomalý tah dlaní po levé ruce až ke konečkům prstů.
- opakujeme proceduru levou dlaní a přejedeme po pravé ruce.
- opakujeme proceduru pravou dlaní a přejedeme po levé ruce.

Pzn.: Je možná i modifikace – při předpažené ruce můžeme mít dlaň otočenou nahoru.

Reiji – Ho: Odkaz energie Reiki

Technika nás učí následovat svou intuici při léčení.

- usedneme na podlahu nebo polštářek (lotosová pozice nebo Seiza styl – na kolenou, sed na patách). Žáda máme ve vzpřímené pozici – můžeme se opírat o zeď. Uvolníme se a zavřeme oči.
- ruce sepneme v pozici modlitby před naší 4. (srdeční) čakrou, zaměříme se na bod Hara (asi 4 cm pod pupíkem) a poprosíme energii, aby přes nás svobodně protékala
- poprosíme o léčení a o blaho pro našeho příjemce na všech úrovních, ať to může znamenat cokoliv
- sepjaté ruce v modlitbě pozvedneme do úrovně 6. (čelní) čakry a poprosíme Reiki, aby nasměrovala tvé ruce tam, kde bude potřeba léčivé energie

Joshin Kokyuu - Ho: Dechová technika

Tato technika nám posílí energii a naučí nás vědomě získávat kosmickou energii a shromažďovat ji ve své Tanden (energetický bod 2 až 3 prsty pod pupíkem).

- pohodlně se postavíme a uvolníme se
- při nádechu nosem přiložíme jazyk k hornímu patru a představujeme si, jak naší 7. (korunní) čakrou proudí energie Reiki do naší Tanden. Zde jej lehce zadržíme a představujeme si, jak náš dech zaplňuje celé naše tělo. (nadechujeme se břichem – dýcháme do Tanden)
- při výdechu ústy necháváme jazyk klesnout na spodní patro a představujeme si při tom, jak přijatá energie opouští naše tělo konečky prstů na našich končetinách i čakrami v dlaních a chodidlech.

Byosen: Skenování technika

Tato technika umožňuje jednoduché a rychlé potvrzení, které čakry v těle pacienta jsou zablokovány a které jsou málo aktivní. Používá se i pro lehkou diagnostiku.

- masírujeme střed dlaně palcem druhé dlaně a naopak
- přibližujeme a oddalujeme dlaně od sebe, zaměřujeme se přitom na energetickou „podušku“ mezi nimi
- ruce sepneme v pozici modlitby před naší 4. (srdeční) čakrou, zaměříme se na bod Hara (asi 4 cm pod pupíkem) a poprosíme energii, aby přes nás svobodně protékala
- pokud ihned pocítíme potřebu přiložit ruce na určité místo, tak to provedeme
- jinak svou dominantní ruku položíme na 7. (korunní) čakru přijímajícího a naladíme se na ni
- nebo pomalu přejíždíme pomalu směrem dolů

Reiki Mawashi: Skupinové cvičení proudu Reiki

Technika umožňující vysílat uzdravující energii do kruhu ve skupině osob.

- posadíme se v pozici lotosu do kruhu
- levou ruku máme dlaní nahoru pod sousedovou pravou rukou, naši pravou ruku máme dlaní dolů
- energii v kruhu směřujeme ve směru hodinových ručiček, dlaně se mohou a nemusejí dotýkat
- jsme si vědomi svého těla a energie nacházející se nad námi
- proud světla nyní směřujeme do hlavy každého z nás přes korunní čakru a následně vyplňuje celé naše tělo
- energie nás úplně vyplňuje a vytéká naší levou dlaní do pravé dlaně našeho souseda
- pocítujeme plynoucí energii a následně pocítujeme energii přicházející z dlaně osoby sedící po pravé straně
- postupuje rukou nahoru, do ramene ... až do srdce ... úplně jej vyplňuje a nakonec přechází do levé dlaně
- jsme si vědomi světla tekoucího v kruhu. Roste a zvětšuje se, vyplňuje kruh, pokoj, dům, ulici celý svět
- (další možná variace: nyní každá osoba dá do kruhu všechna svá trápení a jiné myšlenky, své přátele, rodinu apod., kterým chce poslat Reiki a posíláme)

Seiheki Chiryo: Technika emocionálního léčení

Energie Reiki pracuje na vysokých duchovních úrovních a může být s klidem používána pro léčení emocionálních, psychických problémů. Můžeme tak posílat myšlenky i přání.

- pacientovi dáváme Reiki na 3. (solární) čakru za účelem očištění
- potom dáváme Reiki na zadní stranu srdce za účelem očištění a zaktivizování
- projdeme si pozice na : očích, skráních, uších
- položíme nedominantní (levou dlaň, jsi-li pravák) na čelo pacienta a dominantní (pravou dlaň) na temeno
- předáváme Reiki zároveň s afirmacemi milosti, bezpečí a pokoje (můžeme použít i jiné pozitivní afirmace dohodnuté s pacientem)
- stáhneme svou nedominantní dlaň z čela a posíláme bez soustředění se jen rukou dominantní
- na konci se energeticky odpoutáme od pacienta a umyjeme si ruce

POZOR ! Psychické léčení nás vystavuje energii pacientových obtíží. Je třeba vykonat náležitou éterickou hygienu. Záleží na naší síle a jak jsme schopni se odpoutat.

- vždy po léčení přerušíme energetické spojení s pacientem
- umyjeme si po léčení ruce
- můžeme se vykoupat ve vodě s mořskou solí
- můžeme meditovat

Koki – Ho: Léčení dechem

Mikao Usui učil, že energie Reiki vyzařuje ze všech částí našeho těla a obzvláště z dlaní, úst a očí. Použití dechu pro léčení může být obzvláště užitečné v případě oparů, ekzémů, popálenin, kterých není možné se dotknout.

- zhluboka se nadechneme a svůj dech stáhneme do bodu Tanden (energetický bod 2 až 3 prsty pod pupíkem)
- na několik vteřin jej zadržíme přitom na horním patře nakreslíme jazykem Cho Ku Rei (silový symbol)
- při jemném vydechování tento symbol mentálně přemístíme na potřebné místo

Gyoshi – Ho: Léčení očima

- před léčením naše oči uvolníme a nasměrujeme do prázdna
- při výdechu a nádechu pocítujeme jakoby dýchaly i naše oči (pokud si nejsme 100% jisti, tak od léčení raději ustoupíme)
- potom se zaměříme na danou oblast či místo a skrze oči vysíláme symboly a necháváme z nich proudit volně energii

Pzn.: Pokud nás po působení bolí oči nebo se nějak zhorší naše vidění bude lepší od praktikování této techniky ustoupit.

Jacki – Kiri Joka – Ho: Transformace negativní energie

Je to technika, která pomáhá očistit od negativních energií různé předměty. Je možné ji použít k očištění bižuterie a krystalů nebo jiných věcí, které mohou nésti energetický náboj.

- uchopíme předmět nedominantní rukou a tou dominantní 3x vodorovně přesekneme nad předmětem
- soustředíme se na Tandem (energetický bod 2 až 3 prsty pod pupíkem) a zadržíme dech
- posíláme symboly do předmětu a 3x pomalu kroužíme nad předmětem dominantní rukou
- po několik minut pak působíme na předmět pomocí Reiki

Tanden Chiryó: Práce s Tandem

Technika má za cíl očištění sluneční pleteně, Tandenu, vnitřností a krve.

- položíme jednu dlaň na Tandem (energetický bod 2 až 3 prsty pod pupíkem) a druhou na záda v oblasti Tandenu.
- počkáme až se energie v obou rukách vyrovná.
- nebo necháme energii Reiki plynout tak dlouho, jak je třeba – např. 20 - 30 minut

ZPRACOVAL :

Ing. Jaroslav Holcman, MBA – telefon: 736 538 974

e-mail: jaroslav.holcman@seznam.cz

Zuzana Holcmanová – telefon: 775 190 773

Plumlovská 922/19a, Prostějov

e-mail: zuzana.holcmanova@seznam.cz

www: <http://www.banksia.eu>

TISK

4 A5 strany na A4 list - obojstr.

svazky-řádky po 5 A4 listoch = po 20 stran

zde 2r. po 20s. + 3r. po 4s. = 50 stran, - bez této

20,1,2,19,18,3,4,17,16,5,6,15,14,7,8,13,12,9,10,11,
40,21,22,39,38,23,24,37,36,25,26,35,34,27,28,33,32,29,30,31

+svazek-řádek po 1 A4 listoch = 4 strany

44,41-43,

48,45-47,

0,0,49-50

**Doporučujeme po složení vpůli svázat vazbou
(knižnou nebo hřebeňovou)**

nebo složit každý list zvláště 4 x 13 listů:

4,1-3,8,5-7,12,9-11,16,13-15,20,17-19,

24,21-23,28,25-27,32,29-31,36,33-35,40,37-39,

44,41-43,48,45-47,0,0,49-50