

Tadeusz Piotr Szewczyk



sztuka uzdrawiania dla każdego

  
STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
ANNA SZEWCHYŃSKA



REIKI  
sztuka uzdrawiania dla każdego



dr MIKAO USUI  
– odkrywca metody REIKI

TADEUSZ PIOTR SZEWCZYK

# REIKI

SZTUKA UZDRAWIANIA  
DLA KAŻDEGO



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII

*... coś więcej niż psychologia.*

Redakcja: Urszula Kowalewska-Pasek  
Projekt okładki: Andrzej Burak  
Korekta: Elżbieta Słupska

© Copyright by Studio Astropsychologii, Białystok, 2005.  
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.

Wydanie III  
BIAŁYSTOK 2008  
ISBN 978-83-7377-016-4



**STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII**  
*... coś więcej niż psychologia.*

15-762 Białystok  
ul. Antoniuk Fabr. 55/24  
(085) 662-92-67 – redakcja  
(085) 654-78-06 – sekretariat  
(085) 653-13-03 – dział handlowy – hurt  
(085) 654-78-35 – sklep firmowy „Talizman” – detal  
[www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl) e-mail: [biuro@studioastro.pl](mailto:biuro@studioastro.pl)

Więcej informacji znajdziesz na portalu [www.psychotronika.pl](http://www.psychotronika.pl)

PRINTED IN POLAND

## SPIS TREŚCI

Wstęp .....	9
Co to jest Reiki? .....	15
Reiki kryształowo czyste .....	19
Graficzne rozmieszczenie pól emocji na ciele człowieka .....	29
Nieco historii i legendy Reiki .....	31
Duchowe reguły życia Reiki .....	39
Inicjacje na pierwszy stopień Reiki .....	47
Przygotowanie do przekazu Reiki .....	51
Pozycje rąk na ciele biorącego Reiki .....	56
Przywracanie do normalnego funkcjonowania czakramów .....	80
Reiki dla roślin .....	85
Reiki dla zwierząt .....	86
Afirmacje polecane podczas przekazu Reiki oraz ich rozumienie .....	87
Reiki dla siebie .....	93
Pozycje rąk przy przekazywaniu Reiki dla siebie .....	96
Łagodny posłaniec .....	113
Drugi stopień Reiki .....	115
Symbole Reiki .....	119

Przekaz po drugim stopniu Reiki .....	128
Skrócone Reiki .....	129
Reiki dla dzieci .....	137
System energetyczny człowieka .....	143
Reiki na odległość .....	159
Reiki sytuacyjne na odległość .....	163
Grupowe Reiki .....	165
Medytacja I.....	167
Medytacja II .....	169
Ćwiczenia:	
Wyrzucenie z siebie negatywnych emocji.....	171
Ochrona przed negatywną energią.....	171
Gromadzenie „uniwersalnej siły życiowej” .....	172
Osłona energetyczna dla siebie .....	173
Świecowanie uszu metodą Indian Hopi.....	175
Z nauk mistrzów Dalekiego Wschodu.....	179
Statut i Deklaracja Tożsamości Związku Mistrzów Reiki .....	181



*„Nędzarzem jesteś, skądkolwiek pochodzisz  
i gdziekolwiek się udajesz, chyba że zwrócisz  
się ku Bogu.”*

Tomasz A. Kempis

Dziękuję tym, którzy do zdjęć pozwali:  
Monice Sawickiej i jej córeczce Elizie  
oraz Agnieszce Bezubik.

*Książkę tę poświęcam pamięci  
śp. Siostrze Mariuszy-Jadwidze Bugaj  
ze Zgromadzenia Sióstr Pasjonistek w Pultusku  
– Wielkiej Mistrzynie Reiki*

## MODLITWA O SZCZĘŚCIE

*„Jedyna Siła, Bóg, zawierająca w sobie Nowe Przyczyny, działa zawsze dla mnie (wstaw swoje imię), jako że jestem doskonałym przejawem tej Siły. Zarówno w sposób świadomy, jak i podświadomy, zawsze tworzę, przyciągam do siebie i uczestniczę w najlepszych dla mnie okolicznościach, które służą osiągnięciu poczucia spełnienia, włączając w to wszystko, co jest mi potrzebne. Dla dobra wszystkich i zgodnie z ich wolą. Niech tak się stanie.”*

*Marian Weinstein*

# WSTĘP

**M**oje bogate doświadczenia w codziennym stosowaniu Reiki od wielu już lat skłoniły mnie do podzielenia się z reikowiczami tymi doświadczeniami. Obecnie obserwujemy lawinowy rozwój i upowszechnianie Reiki, rodzą się mistrzowie dosłownie „jak grzyby po deszczu”, a każdy z nich chciałby coś nowego wniesić, dokonać odkrycia. Często jest to pęd do przebudowy świata i otoczenia z pominięciem samego siebie. Myślę że podobne chęci i podobne myślenie jest przyrodzone każdemu człowiekowi, stąd też uświadomienie sobie tego wszystkiego poprowadzi nas szybciej do prawdziwego postępu i duchowego rozwoju.

Prawdziwe zasady, reguły życia są tak naprawdę niezmiennne, można je co najwyżej wyrazić innymi słowami. Bóg dał człowiekowi Dekalog poprzez Mojżesza. To zaledwie 10 przykazań. Proszę porównać je do kodeksu prawa. Czy nie opiera się on w istocie na Dekalogu? Mikao Usui przykazał nam pięć duchowych zasad życia w Reiki. Dziś mnoży się, modyfikuje owe zasady, dodaje absurdalne, np. nieskazitelność.

Proszę mi pokazać człowieka nieskazitelnie czystego. Tomasz Kempis w książeczce „O naśladowaniu Chrystusa” pisze: „nikt nie jest bez wady, nikt bez jakiegoś obciążenia, nikt kto byłby dość mądry dla siebie”. Pisze także o pokusach: „człowiek nie może być bezpieczny od pokus, dopóki żyje, ponieważ to w nas samych tkwi źródło pokusy jako że urodziliśmy się z pożądania. Niektórzy uciekając od pokus wpadają w nie jeszcze głębiej. Ucieczka nie prowadzi do zwycięstwa, tylko cierpliwością i pokorą możemy okazać się silniejsi od tych naszych wrogów”. Cierpliwość i pokora będą się przewijały jeszcze nieraz na stronicach tej książki, dlatego też już na samym wstępie zwracam na nie uwagę. Tam gdzie zabraknie cierpliwości i pokory rodzi się gniew i agresja, a to są energie destrukcyjne. Proszę także zwrócić uwagę na pokusy, które mogą dotyczyć wszystkiego. Jakże są one wszechobecne w życiu każdego człowieka. Pokusa sławy, często za każdą cenę, pokusa odkrycia czegoś na miarę Ameryki, bycia noblistą, chodzenia w aureoli chwały, pozyскиwania sobie wielbicieli, ale i także podporządkowywania ich sobie. Każdy z nas, każdy czytający owe słowa zapewne powie: to święta prawda, lecz nie dotyczy to na szczęście mnie. Czy aby na pewno? Przyrodzone jest człowiekowi podążanie ku doskonałości, ku czemuś lepszemu, nowszemu. Jest to swoistym napędem w działaniu człowieka i kluczem do postępu. Nic więc dziwnego, że nie omija też Reiki, lecz jeśli się to odbywa w sposób lawinowy i nie kontrolowany, dochodzi wtedy do swoistego zaśmieciania pierwowzoru stworzonego przez Mikao Usui Reiki. Powstają coraz to nowe modyfikacje: Reiki tybetańskie, egipskie, Spirit Reiki, wkrótce pojawić się może Reiki syberyjskie. Pomnożyły się symbole rzekomo pochodzące od Sai Baby, choć w żadnej z książek o Sai Babie nie ma najmniejszej wzmianki na ten temat.

Energia miłości, na której bazuje i opiera się także Reiki jest jedyną energią tworzenia, budowania (czegokolwiek) także i uzdrawiania. Do tego dołączyć należy świadomość popełnionych błędów. Bez tego ani rusz, ponieważ w tym tkwi przyczyna każdego niepowodzenia i każdej choroby. Tabletki nie likwiduje przyczyny, ale „zasłania” problem przesu- wając go do przodu, tyle że czas także płynie do przodu.

Energia i świadomość, a wszystko w duchu miłości. Mikao Usui przekazał nam trzy zasadnicze symbole do użytku reikowiczy i to wystarczy. Mnożenie symboli to podążanie ku magii, pomijanie świadomości, pomijanie koniecznego aspektu uświadamiania niewłaściwej drogi postępowania, popełnionych błędów. Popełnione błędy należy rozpatrywać edukacyjnie – coś w rodzaju nauki, jaka z tego wypływa nauka, jakie to było doświadczenie, czego mnie to miało nauczyć. Broń Boże nie należy maltretować się poczuciem winy, ponieważ nasza „niefrasobliwa” podświadomość uzna, że potrzebujemy ukarania i „chłosta” nas nie minie z całą pewnością.

„Domowe” Reiki jest bardzo przydatne w każdej rodzinie, zwłaszcza tam, gdzie są małe dzieci. Dzieci uwielbiają energię Reiki, lepiej się uczą i rozwijają. Pisząc domowe, mam na myśli kogoś z rodziców lub nawet obydwójga, którzy są reikowiczami i stosują dla siebie, dla dzieci. Zaobserwowaliśmy że mama, będąc w ciąży, kiedy przekazywała energię na swój brzusek i na płód, to urodzone dzieci zaczynały wcześniej chodzić (ósmy i dziewiąty miesiąc), ponieważ były dużo silniejsze. Pewnej pięcioletniej dziewczynce, która miała ustawiczne kłopoty z migdałkami, lekarze postanowili je usunąć. Przed operacją zgłosiła się do mnie. Zaobserwowałem, że jest tam systematyczne niedoenergetyzowanie i namówiłem rodziców, aby sami mogli dawać Reiki. Nie tylko dziecko zachowało swoje

migdałki, ale i nie trzeba było faszzerować go lekarstwami, ani stale odwiedzać przychodni.

Często poszukujemy przysłowiowego szczęścia, Bóg wie gdzie, nie wiedząc, że tak naprawdę jest ono bardzo blisko, jest ono w nas. Tak byśmy chcieli zmienić świat, pozmieniać ludzi naokoło, uczynić ich szczęśliwymi, nie pytając ich o to, czy tego chcą, czy nie. A przecież nic dla nas pożytecznego nie wyniknie, kiedy przysłowiowego Kowalskiego wepchniemy z butami do nieba. Odwracając kierunek ratowania świata, począwszy od siebie doznamy wkrótce radosnego ukojenia duszy, wyciszenia, wypięknieje wokół nas świat i ludzie.

Kiedy przeczytałem w „Nieznanym Świecie” wywiad z księdzem arcybiskupem Bolesławem Pylakiem z Lublina pt. „Bronię znachorów XXI wieku...” doznałem ogromnej ulgi, że są ludzie kościoła otwarci na naturalne siły przyrody i potrafiący spojrzeć na życie spoza dogmatu. Pośród świętych było wielu uzdrowicieli i jasnowidzów, którzy mieli dar widzenia nie tylko aury, ale i rozeznawania ludzkiego sumienia, dar bilokacji, np. ojciec Pio, który nigdy za swojego życia nie był w Rzymie, a są tacy, którzy gotowi są przysięgać, że go tam widzieli. Miał także dar zaznaczania swojej obecności gdzieś bardzo daleko poprzez słodki zapach fiołków, który tam pozostawał. Ja sam, czytając po raz pierwszy o ojcu Pio doświadczyłem dwa lub trzy razy we śnie tego szczególnego zapachu. Postanowiłem zadzwonić do księdza arcybiskupa z zapytaniem, czy mogę się w mojej książce o Reiki na wspomniany wywiad powołać.

Ksiądz arcybiskup na to mi pozwolił, więc przede wszystkim zachęcam czytelników do czytania wypowiedzi księdza arcybiskupa B. Pylaka, gdziekolwiek by się one ukazywały. Dla potrzeb tej książki przytoczę wypowiedź księdza arcybi-

skupa, której udzielił Waldemarowi Suliszowi: „Proszę księdza. We wspomnianym artykule (Nasz Dziennik – «Znachorzy XXI w.» Mariusza Gajewskiego) nazywa się radiestetów i bioenergoterapeutów «znachorami i szarlatanami XXI w.». Dlaczego ksiądz ich broni i czy ludzie wierzący mogą korzystać z ich usług?

– Wbrew przywołanej opinii stwierdzam z całą odpowiedzialnością, że katolicy mogą korzystać z pomocy radiestetów i bioenergoterapeutów. W tym wypadku wykorzystujemy naturalne siły natury, dane przez Stwórcę dla naszego dobra, zgodnie z nakazem CZYŃCIE SOBIE ZIEMIĘ PODDANA. Dlatego bronię znachorów XXI wieku. Z wielkim niesmakiem przeczytałem publikację «Znachorzy XXI w.». Z racji tonu i formy wypowiedzi. W artykule popełniono fundamentalny błąd. Nie znając przedmiotu, z wielką pewnością siebie, graniczącą z nieomylnością wydano tam potępiający wyrok na radiestetów i bioenergoterapeutów. Trudno polemizować z nonsensem”. Kim są współcześni uzdrowiciele?

– „W moim odczuciu są to najczęściej ludzie wielkiej szlachetności. Służąc ludziom, oddają im część swojej niezwykle mocnej energii, a jednak traktowani są po macoszemu.”

Ze swojej strony dodam, że za ojca radiestezji uważa się księdza Mermeta z Francji, zakonnika, także to, że nie ma dla człowieka lepszego dobra, niż pozbycie się fałszywych pojęć.

Tych wszystkich czytelników którzy posiadają już moje książki „Krystaliczne Reiki” oraz „Reiki Kryształowo czyste” informuję, że zmieniony tytuł „Reiki – sztuka uzdrawiania dla każdego” zawiera w sobie te same treści z niewielkimi poprawkami. Zmian dokonałem dlatego, że poprzednie tytuły nie zawierały w sobie nośnika informacji, które by coś mówiły człowiekowi nic nie wiedzącemu o Reiki. Obecny tytuł

zawiera ten nośnik i może wzbudzić zainteresowanie przeciętnego człowieka utrudzonego codziennymi troskami, a książka przyczynić się może do odmiany jego losu, polepszenia związków rodzinnych i układów partnerskich w życiu prywatnym i zawodowym. Przyczynić się może do poprawy zdrowia reikowicza oraz jego najbliższych. Może nadać zupełnie nowy sens życia każdemu człowiekowi, który ją weźmie do ręki, podobnie jak przyczyniła się do poprawy stosunków międzyludzkich w drukarni, w której była drukowana. Otwiera ona nowe kanały informacyjne, poszerza horyzonty i daje lepszą świadomość, a ta jest kluczem do odmiany losu.



# CO TO JEST REIKI?

**R**EIKI po japońsku znaczy „uniwersalna energia życia”. Cały wszechświat i to wszystko co nas otacza przepelnione jest energią życia, a więc każdego z nas ona także utrzymuje przy życiu.

Rei – uniwersalna siła życiowa, jej duchowy aspekt;  
ki – wyraża witalną siłę życiową, przepływającą przez wszystko co żyje, a więc jest częścią nas, naszą własną, witalną energią życia.

Cały wszechświat jest jedną wibrującą energią, a materia to nic innego jak zastygnięta energia. Jest ona budulcem Wszechświata, planet, galaktyk oraz wszystkiego co się na planecie znajduje: minerałów, roślin, zwierząt i człowieka. Energia ta nazywana jest także energią uniwersalną albo pierwotną, przenika ona cały świat.

Promieniuje nieustannie przez całe przestrzenie i wszystkie rzeczy. Nie jest niczyją własnością, należy do każdego, jest wszechobecna. Sprawia, że żyjemy i poruszamy się. Istniejemy. Jej brak oznacza dla organizmu żywego śmierć.

Zmniejszony jej dostęp do określonych obszarów ciała powoduje powstanie sprzyjających warunków do rozwoju jakiejś choroby czy dolegliwości. Ta energia to boski prąd, boska energia. Jest ona wieczna, stała i wszechobejmująca. Bóg jest najwyższą rozumną potęgą przenikającą wszystko we wszechświecie, każdy atom i kształt. Jest on w każdym z nas. Biblia mówi: „Na początku było Słowo, a Słowo było u Boga, a Bogiem było Słowo”. Zawsze najpierw pojawia się myśl, która wyrażona zostaje słowem i wypełnia się. Ważne są intencje jakie nadajemy czynnościom. Jeśli uzdrowiciel wierzy, że uzdrawia, to tak się dzieje – uzdrawia. Jeśli kładąc ręce na ciele nadaje określone intencje czynnościom np. zebranie brudnych energii, usunięcie zatorów energetycznych i doenergetyzowanie, to tak się będzie działo. Jezus mówił: „Jesteście Bogiem i synami najwyższego”. Otwórzcie przed sobą światło, przestańcie się ograniczać i pozostawcie zwątpienia.

Energia jest niewyczerpalna jeśli używamy jej właściwie. Człowiek powinien uczynić się tylko przewodem dla boskiej siły. Inicjacje Reiki uczynią cię takim przewodem. Dzieci do 12 roku życia posiadają naturalne zdolności do przekazu energii życia. Później, nieświadome swych umiejętności, powoli je tracą. Także do 12 roku życia występuje u dzieci dość powszechne dermoptyczne widzenie. Widzenie palcami. Dzieci mogą wtedy z zamkniętymi oczkami czytać litery paluszkami, określać ich kolor, rysować samochodziki, gdzie wszystkie płaszczyzny i koła są pozamykane. Inicjacje Reiki dostrajają nas do uniwersalnej energii życia z powszechnego pola tak, abyśmy mogli być jej przekaźnikami. Jeśli mistrz powiedział ci, że stajesz się przekaźnikiem dla boskiej energii i wykonał czynności inicjacyjne, to tak się też stanie. Zanim przyszliśmy na świat Bóg przewidział dla nas wszyst-

ko we wszelkiej obfitości. Brak nie musi wcale występować. Gdy otworzycie się na boskość waszej natury, znajdziecie wszystko czego tylko będziecie potrzebowali. Reiki jest więc dostępem do uniwersalnej energii boskiej, do której każdy człowiek bez wyjątku może mieć dostęp, o ile uczyni się tym przewodem. A stać się to może za sprawą inicjacji dokonanej przez mistrza.

Reiki jest przede wszystkim energią miłości, a miłość może wszystko, może uzdrowić każdą chorobę, pojednać nieprzyjaciół, zniweczyć magię, wygładzić grzech. Miłość jeszcze nigdy nikomu nie zaszkodziła, dlatego terapia Reiki jest tą wspaniałą, bezpieczną terapią i dla dającego, i dla biorącego. W obliczu miłości kapituluje zło, ustępuje magia, ociosany zostaje grzech. Nauczmy się najpierw miłować siebie, a bliźniego dopiero tak, jak siebie samego, bowiem miłość do siebie jest wyznacznikiem i ogranicznikiem miłości do bliźniego. Jeśli podwyższysz poziom miłości do siebie, będziesz w stanie okazać wyższy poziom miłości bliźniemu.

Reiki jest wspaniałą terapią, znakomitą relaksem dla biorącego, nie powoduje wyczerpania i zmęczenia, co najwyższe znużenie długością seansu. Nie może nikomu zaszkodzić. Mogą się ewentualnie pojawić tzw. bóle regulacyjne, co jest dobrą oznaką, że uruchomiony został wewnętrzny lekarz, uaktywniły się mechanizmy immunologiczne w organizmie. Nie ma żadnej obawy przejęcia choroby na siebie, wyczerpania energetycznego, uszkodzenia. Jest natomiast możliwość, oprócz oddziaływania energetycznego, uświadomienia błędów popełnianych na planie emocjonalnym, uświadomienie zależności pomiędzy naszymi emocjami wynikającymi z przekonań, a zdrowiem; gdzie się one lokują, jakie powstają dolegliwości, jaka jest rola wyba-

czenia, że nie może być prawdziwego uzdrowienia bez prawdziwego wybaczenia.

Reiki jest skuteczną terapią dostępną dla każdego. Nie wymaga diagnozowania, szczególnych predyspozycji. Oprócz inicjacji otrzymasz schemat układu rąk na ciele człowieka. Reiki możemy i powinniśmy przekazywać również sobie, zwierzętom, roślinom. W każdej rodzinie powinien być ktoś po Reiki.

# REIKI KRYSZTAŁOWO CZYSSTE

**R**eiki kryształowo czyste, to znaczy logiczne i spójne. Bo tak jest w istocie. Dobrze pojmowane Reiki, oczyszczone z otoczki niezwykłości, tajemniczości staje się prawdziwe, kryształowo czyste, logiczne aż do bólu, uwarunkowane jedynie przez nasze określone schematy myślowe, przekonania, różnorakie emocje i energetyczny system człowieka, który warunkuje funkcjonowanie organizmu ludzkiego na planie fizycznym.

Należy bezwzględnie przyjąć za fakt, że podobnie jak krew, która krąży w ciele człowieka, tak i krąży niewidzialna energetyka. Podobnie jak system krwionośny, istnieje również system energetyczny, który chociaż jest niewidoczny dla normalnego oka ludzkiego, realnie istnieje i warunkuje funkcjonowanie ciała. Prądu elektrycznego także nie widać, lecz dziś nikt nie wątpi, że istnieje, bo wszyscy z niego korzystamy.

Już przed dwoma tysiącami lat Chińczycy opracowali cały ten system i do dziś główne arterie energetyczne zwane meridianami, nazywane są również kanałami chińskimi albo

południkami. Wyróżniamy dwanaście głównych kanałów energetycznych parzystych związanych z narządami pełnymi (Yin) i narządami pustymi (Yang) a mianowicie:

<b>Pełne narządy (Yin)</b>	<b>Puste narządy (Yang)</b>
płuco	jelito grube
serce	jelito cienkie
osierdzie	potrójny ogrzewacz
śledziona	żołądek
nerki	pęcherz moczowy
wątroba	pęcherz żółciowy

oraz główny regulator przedni i tylny jako kanały nieparzyste.

Rolę serca z układu krwionośnego spełniają w układzie energetycznym czakramy, czyli główne węzły energetyczne. Takich głównych centrów energetycznych wyróżniamy siedem:

1. Muladhara – czakra podstawy, korzenia
2. Svadhisthana – seksualna
3. Manipura – splotu słonecznego
4. Anahata – serca
5. Visuddha – gardła
6. Adžna – trzeciego oka
7. Sahashrara – czakra korony

Tych siedem głównych centrów energetycznych, wirów energetycznych swoim kształtem przypominających kwiaty lotosu, począwszy od czteropłatkowego czakramu podstawy, do tysiącplatkowego czakramu korony jest rozlokowanych na osi kręgosłupa od kości ogonowej – czakra podstawy

Muladhara, do szczytu głowy – czakra korony Sahasrara. Pierwsza i siódma tworzą główną oś energetyczną i są skierowane naprzeciw siebie: siódma na szczycie głowy, skierowana tysiącplatkowym kwiatem lotosu do góry, a pierwsza pomiędzy odbytem i narządami rodnymi skierowana jest czteropłatkowym kwiatem do dołu. Pozostałych pięć jest ułożonych poziomo przód–tył. Cztery na kręgosłupie, a piąta na środku czaszki, czakra tzw. trzeciego oka, wychodząca pomiędzy brwiami do przodu i z tyłu czaszki – do tyłu.

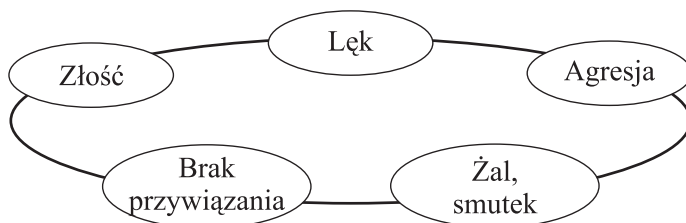
Owe czakramy mogą mieć różne wielkości u poszczególnych ludzi i obracając się tłoczą energię z powszechnego pola do ciała człowieka lub obracając się w przeciwnym kierunku wyrzucają ewentualny nadmiar energii. Każda z tych czakr pracuje na innych częstotliwościach wibracyjnych dostarczając innego spektrum energii. Łączność pomiędzy tymi czakrami zapewniającą należytą dystrybucję tych energii w różne strony zapewniają trzy główne kanały energetyczne, które łączą te czakramy ze sobą i z pozostałymi mniejszymi czakramami i meridianami. A są to główny kanał biegnący poprzez środek kręgosłupa (rdzeń kręgowy), aż do szczytu głowy, zwany SUSHUMNA i dwa kanały boczne, które oplatają sushumnę spiralnie od prawego i lewego nozdrza poprzez szczyt głowy aż ku podstawie kręgosłupa zwane: pingala – kanał energii słonecznej oraz ida – kanał energii księżycowej. Praca tychże czakramów może zostać upośledzona, może zostać upośledzona drożność tychże trzech głównych kanałów energetycznych i pozostałych kanałów chińskich, zwanych meridianami, w związku z czym może ona nie dochodzić do niektórych obszarów ciała fizycznego. Brak energii w określonym obszarze ciała fizycznego nieuchronnie doprowadzi do dysfunkcji organów, które tam się znajdują, albo dysfunkcji określonych partii ciała i stanu ducha.

Bezpośrednimi przyczynami powstawania energetycznych zatorów i blokad są nasze negatywne emocje wynikające z przekonań, a więc: gniew, złość, nienawiść, mściwość, zawiść, ale także i żale, pretensje, poczucie winy, osądzanie. Poczucie winy już niejednego człowieka powaliło na łożo boleści, ale jest to tak czy owak proces destrukcyjny i początek samozniszczenia. Poczucie winy rozpoczyna się od obwiniania siebie za to czy tamto i bardzo szybko przeradza się w nienawiść do samego siebie, a nienawiść, niezależnie od tego do kogo jest ona skierowana, jest energią destrukcyjną rozpoczynającą powolny proces samozniszczenia. Tam gdzie wina musi być i kara. Nasze negatywne emocje nigdzie się nie podziwiają, są realną energią, wibracją postrzeganą przez jasnowidzów jako obszary szarości aż do czarnego. Tworzące się pokłady emocji skutecznie blokują cyrkulację energetyczną pomiędzy czakramami i w ciele, z czasem krystalizują się tworząc zaskorupiałe warstwy i blokujące przestrzenie (pola blokujące). Mogą także poprzez swoje nagromadzenie się w czakramie spowodować upośledzenie pracy czakramu. Inicjacje Reiki nie powodują jakiegoś tam niebezpiecznego otwarcia czakramów, ponieważ prawidłowo funkcjonujący czakram powinien być otwarty. „Zabrudzenie” energetyczne naszymi emocjami czakramu powoduje upośledzenie jego funkcjonowania. Energoterapeuta nie otwiera czakramów, tylko je oczyszcza, doenergetyzowuje, stabilizuje przywracając do normalnego funkcjonowania. Inicjacje Reiki nie mogą otwierać czegoś, co powinno być otworzone. Inicjacje powodują, że czakramy stają się zdolne do czerpania energii z powszechnego pola tak, abyśmy mogli być kanałami do przekazu tej energii. Nasza skuteczność zależeć teraz będzie od tego, do jakiego stopnia, pracując nad własnym rozwojem rozbudujemy swoje czakramy. Większy wiatrak – więcej siły i energii, nic poza tym.



Dzieci do 12 roku życia mają naturalne zdolności podłączania się do zasobów energetycznych z powszechnego pola i przekazywania energii. Później zdolności te zanikają.

Zupełnie podobnie jak skóra jest ochroną dla ciała, nie wypuszczającą z ciała płynów, oprócz potu i nie dopuszczającą do wnętrza niczego niepożądanego, tak i nasza otoczka energetyczna spełnia rolę skóry energetycznej i chroni nas przed niepożądanymi energiami z zewnątrz, jest ona również skuteczną barierą dla naszych emocji. One także przez nią nie przedostają się. Zalegają, więc w określonych obszarach ciała, adekwatnych poszczególnym jego organom i częścią, tworząc z czasem całe warstwy i pokłady. Jest to krąg negatywnych emocji.



Emocje związane z lękiem odkładać się będą w okolicy nerek i pęcherza moczowego.

Emocje związane ze złością zalegną na wątrobie i pęcherzyku żółciowym.

Emocje związane z agresją zalegną na sercu i osierdziu.

Emocje związane z brakiem przywiązania, odrzuceniem, zanizoną samooceną ułożą się na żołądku, trzustce i śledzionie.

Emocje związane z żalem i smutkiem zalegną na płucach lub jelicie grubym.

Mamy jeszcze innego rodzaju emocje, np. kiedy dźwigamy nadmiernie przeładowane tzw. brzemie życia, to emocje zalegną na ramionach tworząc niekiedy tzw. wdowi garb. Emocje związane z „brzemieniem życia” muszą nieuchronnie zrodzić stany lękowe o przyszłość, a te zalegną na pęcherzu lub nerkach.

Kiedy przeżywamy jakieś dylematy i nie możemy czegoś dokonać w naszym życiu – to emocje ulokują się na którejś ręce, albo nawet obu. Kiedy nie możemy zrobić jakiegoś kroku, to emocje ulokują się w nodze, albo w nogach. Możemy dokonać podziału ciała człowieka na część lewą i prawą. Po lewej stronie będą się lokowały emocje związane z naszą najbliższą sferą uczuć – dom, ukochane osoby. Po prawej stronie ciała będą się lokowały emocje związane z szerszym polem naszej aktywności, np. aktywności zawodowej, społecznej itp. wychodzące poza dom i najbliższych.

Jeśli już nie będziemy mogli na coś patrzeć lub będziemy obawiali się o naszą przyszłość, to emocje naniosą się na oczy. Jeśli nie będziemy chcieli czegoś dopuścić do swoich uszu, nie będziemy chcieli o czymś słyszeć – zaczniemy głuchnąć, bowiem tam się skierują nasze emocje.

Tak rozumiane i wykonywane Reiki pozwoli ci na rozeznanie prawdziwej przyczyny dolegliwości twojego biorcy Reiki, bowiem leżą one w sferze emocjonalnej wynikającej z przekonań, a obraz przyszłej choroby powstaje daleko wcześniej na naszym polu energetycznym. Samo uświadomienie sobie prawdziwego problemu i przyczyny może spowodować wymazanie struktury energetycznej przyszłej choroby z energetycznego pola. Wszystkie te przyczyny naszych dolegliwości i chorób, które nam się wydają przyczynami, które medycyna akademicka uważa za przyczyny, w istocie są przyczynami drugorzędnymi. Pierwsza przyczyna powstaje daleko wcześniej na

planie emocjonalnym i energetycznym. Stan ogólny, w jakim się obecnie znajdujemy, również stan zdrowia jest zawsze konsekwencją naszej przeszłości, konsekwencją rodzaju wyprodukowanych emocji, które skutecznie naruszyły harmonię energetyczną ciała, stając się swoistymi barykadami na arteriach energetycznych w ciele i w aurze. Nie może być prawdziwego uzdrowienia, uzdrowienia skutecznego i na dłużej, bez prawdziwego a nie pozornego wybaczenia. Wybaczenia także sobie, bowiem wszelkie poczucie winy rodzi nienawiść do siebie i potrzebę ukarania. Wina musi być ukarana. Ponieważ twoja podświadomość nie analizuje i nie rozsądza, czy to dla ciebie dobre, czy nie, przyjmując twoje zapotrzebowanie na ukaranie i skutecznie je realizuje. Rozpoczyna się destrukcyjny proces, autentyczny proces samozniszczenia. Mogą to być: ból, choroba, cierpienie, rozmaite straty, wypadki.

A miłość do samego siebie? Czy umiemy kochać samych siebie? Dlaczego tak dużo agresji wokół nas? Człowiek prawdziwie kochający siebie nie będzie nigdy przejawiać agresji w stosunku do innych. Dlaczego? Bo poziom miłości do samego siebie warunkuje miłość do bliźniego. Jeśli nie masz miłości do siebie samego, nie będziesz jej mieć także do swego bliźniego, a twoja tzw. miłość będzie w istocie miłością egoistyczną i wypaczoną. Będzie miłością fałszywą. Cytuję z mojego modlitewnika dwa przykazania miłości: „Będziesz miłował Pana Boga twego z całego serca swego, z całej duszy swojej i ze wszystkich sił swoich, a bliźniego swego jak siebie samego”. Dlaczego więc kazano nam przez wieki zaraz po miłości do Pana Boga, miłować swojego bliźniego, traktując miłość do siebie jako coś naganne, egoistycznego, godnego potępienia? Siebie powinniśmy dyscyplinować, poddawać cierpieniom, wystawiać na próby, obwiniać. Do czego nam może być potrzebne poczucie

winy, jak nie do powstania nienawiści do siebie, a ponieważ każda nienawiść jest jednakowo destrukcyjnym procesem, rozpoczniemy proces samounicestwienia. To przykazanie miłości winniśmy rozumieć następująco: będziesz miłował Pana Boga twego bardziej niż siebie samego, bardziej niż swoje najbliższe i ukochane osoby, bardziej niż swój dom, samochód i cały swój majątek, bardziej niż wszystkie dobra tego świata, bo jeśli o tym zapomnisz, to zostanie ci odebrane wszystko to, co postawiłeś w swoim życiu ponad Bogiem. Następnie masz umiłować siebie samego, bowiem miłość do samego siebie jest wyznacznikiem poziomu miłości do bliźniego. Jeśli z powodu poczucia winy znienawidzisz siebie, to będzie to również wyznacznikiem miłości a właściwie nienawiści do bliźniego. Jeśli wejdiesz do autobusu i zobaczysz, że nie ma tam żadnego porządnego człowieka, same typy, to przede wszystkim sam zniżyłeś się do poziomu typy, bo nie ma w tobie miłości do siebie. Jeśli natomiast po wejściu do tramwaju, czy autobusu zobaczysz w nim dużo ciekawych miłych i kochanych ludzi, to będzie to znaczyło, że twój poziom miłości do siebie jest bardzo wysoki. Pokutujące przez wieki pojmowanie miłości do samego siebie spowodowało znaczne zdeformowanie czakramu sercowego u przeważającej populacji rodzaju ludzkiego. Agresja – to serce i osierdzie. Skąd tak dużo agresji wokół nas? Z braku należytej miłości do samego siebie, bowiem bliźniego mamy kochać tak jak siebie samego. Tylko, że brakuje uświadomienia powszechnego, że miłość do siebie jest warunkiem miłości do bliźniego. Proponuję upowszechnianie następującej afirmacji:

- Jestem szlachetnym, uczciwym i dobrym człowiekiem.
- Miłuję i akceptuję siebie takim, jakim jestem.
- Wybaczam sobie wszystko i uwalniam się od poczucia winy.

- Zasluguję na dostatek i bogactwo.
- Zasluguję na miłość i szacunek innych ludzi, których ja również szanuję i miłuję.
- Żyję w przyjaznym i bezpiecznym dla mnie świecie.
- Na swojej drodze spotykam tylko dobrych i przyjaznych mi ludzi.
- Pieniądzy wystarczy mi na wszystkie moje potrzeby.
- Pieniądze przychodzą do mnie zawsze wtedy, kiedy są mi potrzebne i w takiej ilości, jaka jest mi potrzebna.
- Mam dobrą pamięć, pamiętam wszystko to co jest mi potrzebne. Nauka przychodzi mi z łatwością.
- Jeżdżę bezpiecznie i rozważnie.
- Kiedy prowadzę samochód, przede mną, za mną i po bokach jest bezpiecznie, a policja zajęta czym innym. Jeżeli mimo to policja cię zatrzyma i nałoży mandat, to znaczy, że nosisz w sobie poczucie winy i potrzebę ukarania.
- Moje ciało jest coraz doskonalsze, poprawia się funkcjonowanie wszystkich moich narządów wewnętrznych.
- Poprawia się także stan mojego ducha.

Jeśli będę myśleć o złodziejach, bandytach, to poprzez swoje myśli wejść na ten poziom wibracyjny, na którym oni funkcjonują i przyciągnę ich do siebie, a jeśli dojdzie jeszcze do tego poczucie winy, to zaistnieje potrzeba ukarania. Przeszłość jest martwą historią, której już nie da się ożywić, a teraźniejszość i przyszłość jest realną rzeczywistością, na którą możemy mieć wpływ. Miłość do samego siebie nie jest żadnym egoizmem, podobnie jak nie należy do egoizmu ułożenie życia według własnej woli. Egoizmem może być tylko oczekiwanie od innych, aby postępowali wedle naszego przekonania. Miłując siebie coraz bardziej będziemy podnosić poczucie własnej wartości (nie mylić z poczuciem własnej

ważności, która jest pychą i arogancją). Jest ona niezbędnym elementem do zbudowania swojej pozytywnej i twórczej tożsamości. Bez tej tożsamości jesteś nikim, a właściwie jesteś tym, kim myślisz, że jesteś, bowiem twoje myśli kreują twoją przyszłość, twój status społeczny. Miłujmy więc siebie, podnośmy dobre o sobie mniemanie, budujmy swoje pozytywne i twórcze tożsamości, kreujmy sobie dobrą przyszłość. Nasza przyszłość zależna jest od tego, co dominuje w naszych myślach, a ponieważ kreator przyszłości – podświadomość nie analizuje i nie rozsądza czy to dla nas dobre czy nie, zrealizuje bezkrytycznie każde zamówienie, szanując i respektując naszą wolną wolę.

## GRAFICZNE ROZMIESZCZENIE PÓL EMOCJI NA CIELE CZŁOWIEKA (PRZÓD)

### WĄTROBA

Siedlisko złości,  
gniewu i wściekłości.

### OCZY

Czarnowidztwo.  
Lęk przed przyszłością,  
gdy nie możemy  
na coś patrzeć.  
Pragnienie widzenia  
świata innym niż jest.

### PIERSI

Smutek, nostalgia.

### ŁOKIEĆ

Symbolizuje zmianę  
kierunków i akceptację  
nowych doświadczeń.

### SPLIT SŁON.

Okolice pępka – nic  
nie jestem wart,  
poczucie winy,  
odrzućcie.

### UDA

Trzymanie się  
urazów  
z dzieciństwa.

### PODUDZIA

Lęk przed przyszłością.  
Niechęć do ruszenia  
naprzód.

### TRZUSTKA

Siedlisko stresów.

### ŚLEDZIONA

Pretensje do  
rodziny.

### SERCE

Agresja, gniew.

### GARDŁO

Droga ekspresji.  
Nie wypowiedziane  
żałe, pretensje.  
Nie wypowiedziane ja.  
Zdławiona złość.

### PIERSI

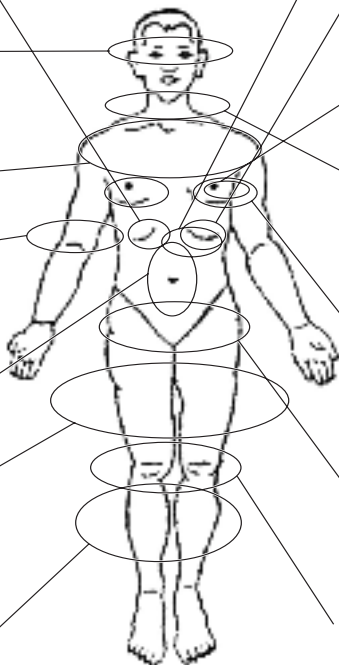
Macierzyństwo,  
wychowanie, nadmiar  
uczuć macierzyńskich,  
karmienie.

### PAS BIODROWY

Pielegnowane urazy  
do partnera  
(urazone kobiece ja).

### KOLANA (ego)

Urażona duma, także  
kompleksy, siedlisko  
pychy, także  
nieuświadomionej.



## ROZMIESZCZENIE PÓL EMOCJI NA CIELE CZŁOWIEKA (TYŁ)

### GŁOWA

Bieżące problemy. Martwienie się na zapas.  
Obawy o przyszłość (nabrać czegoś do głowy).

### USZY

Nie chcę już (tego, o tym)  
słyszeć. Nie mogę tego  
już dłużej słuchać.  
Nie dopuszczę  
do moich uszu.

On (ona) nie jest taki (taka)  
jak bym tego chciał (a).

Negatywne emocje  
związane ze stosunkiem do  
świata zewnętrznego.  
Nadmierny krytycyzm.

Zagrożenie bytu,  
strach  
o pieniądze.

### RĘCE

Nie wiadomo co uczynić  
w jakiejś trudnej sytuacji.  
Nadgarstek  
poczucie ograniczenia  
ruchu i swobody.

### BARKI

Brzemie życia. Sytuacja,  
w której znaleźliśmy się  
stała się trudna do znie-  
sienia.

### NERKI

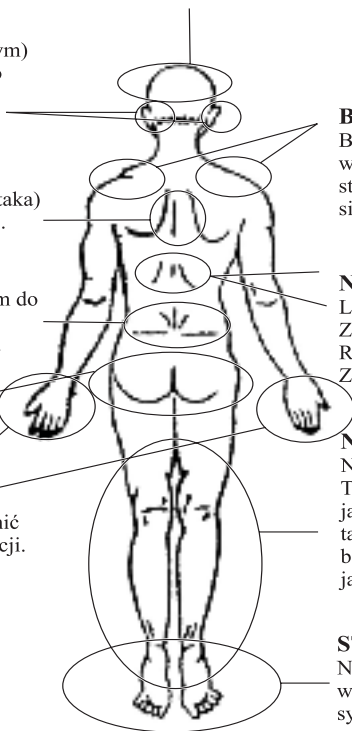
Lęki, obawy.  
Zagrożenie.  
Rozczarowanie.  
Zagubienie.

### NOGI

Niosą nas przez życie.  
Trudny wybór;  
jak postąpić,  
także:  
bez ukochanej osoby  
jak bez nogi (nóg).

### STOPY

Nie wiadomo jak  
wyjść z trudnej  
sytuacji lub jak  
postąpić.





# NIECO HISTORII I LEGENDY REIKI

**D**r Mikao Usui działał pod koniec XIX wieku na niedużym uniwersytecie w Kioto. Było to dopiero po upływie niewielu lat od czasu, gdy Japończycy zaniechali dobrowolnej izolacji wpuszczając do kraju obce kultury i religie. Były to także czasy pierwszej rewolucji przemysłowej, do której szybko się dostosowali. Po długo obowiązującym zakazie, znowu do Japonii przybyli katoliccy misjonarze. Dr Usui był chrześcijańskim księdzem, wykładał w seminarium należącym do uniwersytetu.

Pewnego dnia rozmawiając z grupą studentów, jeden z nich zagadnął go, czy wierzy we wszystko, co jest napisane w Biblii. Odpowiedział, że tak. Dalsza rozmowa dotyczyła duchowego uzdrawiania dokonywanego przez Chrystusa. Dlaczego dziś nie ma uzdrowicieli na świecie, którzy by naśladowali Chrystusa, a on przecież powiedział: „Będziecie czynili to samo co ja i jeszcze więcej niż ja”. Jak więc rozumieć słowa skierowane do apostołów, aby uzdrawiali chorych? Jeśli więc wierzy w słowa Biblii, niech ich nauczy jak

mają to robić. Trzeba pamiętać, że mentalność Japończyka jest inna niż Europejczyka. Dla Mikao Usui rozmowa ta była do tego stopnia wyzwaniem, że rozstał się z Uniwersytetem i wyjechał do Stanów Zjednoczonych gdzie studiował języki starożytne i teologię. W trakcie studiów usiłował dowiedzieć się czegoś więcej o tym, w jaki sposób uzdrawiał Chrystus. Niestety, nie znalazł odpowiedzi. Powrócił więc do Japonii, aby szukać odpowiedzi w naukach Buddy, który również uzdrawiał.

Rozpoczął naukę języka chińskiego i sanskrytu – starożytnego języka hinduskiego, aby móc czytać święte pisma (sutry). Jednocześnie wędrował po starych klasztorach buddyjskich mając nadzieję, że natknie się na jakieś starożytne opisy uzdrawiania przez nakładanie rąk. Odpowiadano mu – „Nie zajmujemy się tym, dbamy tylko, aby uzdrawiać ducha wierzących”. Dotarł wreszcie do klasztoru Zen, w którym spotkał się z życzliwością opata, ale i tu nie odnalazł klucza do zagadki uzdrawiania.

Wybrał się do Tybetu, gdzie studiował pisma tybetańskie. Po zakończeniu studiów nad tybetańskimi wersjami Sutry Lotosa, Mikao Usui stwierdził, że odnalazł klucz do cudownych uzdrowień Chrystusa. Brakowało mu jednakże wtajemniczenia, aby obudzić uzdrowicielskie moce.

Powrócił do swego przyjaciela, opata klasztoru Zen, by tam szukać pomocy. W trakcie wspólnej medytacji doszli do wniosku, że powinien udać się na świętą górę Kurijama odległą o 30 km od Kioto, gdzie poszcząc, powinien poddać się 21-dniowej medytacji. W trakcie postu i medytacji może oczekiwać czegoś w rodzaju „oświecenia”, wizji, która może być odpowiedzią na jego pytania. Dr Usui udał się na świętą górę, odnalazł na jej wschodniej ścianie dogodne miejsce, zebrał 21 kamyczków i rozpoczął medytację. Każdego dnia wieczorem

odrzucał jeden kamyk. Gdy upłynęło 20 dni postu i zbliżał się świt 21 dnia, Usui był rozczarowany, że nie wydarzyło się nic nadzwyczajnego. Gdy tak rozmyślał dostrzegł powiększające się i zbliżające do niego promieniste światło, które uderzyło go w czoło, rozprysło się na miliony małych kolorowych pęcherzyków we wszystkich barwach tęczy. Później pojawiło się potężne białe światło. Poczuł, że światło to zawiera w sobie świadomość. Zrozumiał sens symboli Reiki, a światło dokonało w nim inicjacji i dostrojenia go do każdego z tych symboli oraz dostrojenia do uniwersalnej energii życia. Użył w ten sposób dostęp do nieprzebranych jej zasobów, uzyskał klucze do energii Boskiej Miłości i obfitości.

Były to narodziny systemu Usui – Reiki.

Po tym wydarzeniu Mikao Usui udał się w drogę powrotną. Nie czuł zmęczenia, ale ogromny przypływ energii. Kiedy schodził wąską dróżką potknął się o kamień i boleśnie zranił duży palec u nogi. Instynktownie chwycił za nogę i palec i ku swemu zdumieniu zauważył, że rana przestała krwawić, a ból ustąpił. Był to pierwszy znak, że otrzymał dar uzdrawiania, że Reiki działa. Po zejściu z góry zatrzymał się Mikao Usui w przydrożnej gospodzie, aby tam spożyć posiłek. Gospodnik ostrzegł go przed spożyciem obfitego posiłku, który zamówił Mikao twierdząc, że po długiej głodówce może mu zaszkodzić. Mikao jednak ponowił zamówienie. Posiłek przyniosła córka gospodnika, miała zawiniętą chustką twarz z powodu bolącego zęba. Mikao Usui zapytał, czy może przyłożyć rękę do bolącego miejsca. Wyraziła zgodę. Po pewnym czasie bóle ustąpiły. Uradowana mogła już chustkę zdjąć. Był to już drugi znak, że otrzymał dar uzdrawiania, trzecim znakiem był fakt, że po zjedzeniu obfitego posiłku, po tak długiej głodówce, nie wystąpiły żadne komplikacje.

Po powrocie do klasztoru zastał opata w łóżku z atakiem artretyzmu. Kiedy położył mu ręce na kolanach, to po pewnym czasie dolegliwości ustąpiły. Wkrótce potem przeniósł się do dzielnicy żebraków w Kioto, aby uzdrawiać ubogich i doskonalić Reiki. Spędził tam siedem lat. W tym czasie uzdrowił i pomógł wydobyć się z nędzy wielu ludziom. Niestety zauważył, że wielu z nich znowu powróciło do nędzy i żebraczego życia. Woleli żyć jak dawniej nie przyjmując odpowiedzialności za swoje życie.

Mikao Usui zrozumiał, że za uzdrowieniem fizycznego ciała, nie nastąpiło uzdrowienie duszy. Ludzie ci nie umieli okazać życiu żadnej wdzięczności, nie umieli przejść nowego modelu życia, a on nie potrafił im tego zaszczepić. Skłoniło go to do sformułowania życiowych reguł Reiki.

*Właśnie dziś nie złość się.  
Właśnie dziś nie martw się.  
Szczepuj swoich rodziców,  
nauczycieli i ludzi starszych.  
Uczciwie zarabiaj na chleb.  
Bądź wdzięczny, okazuj wdzięczność  
wszystkiemu, co żyje.*

Usui zrozumiał, że wraz z uzdrawianiem ludzkiego ciała, powinno następować uzdrowienie ducha. Opuścił więc dzielnicę żebraków, by zacząć nauczać, jak mają się ludzie wzajemnie uzdrawiać, jak mają się stosować do nowych zasad Reiki, aby uzdrowić duszę i przebudować swój system wartości i przekonania.

Najbliższym spośród jego uczniów był emerytowany oficer marynarki dr Chujiro Hayashi, który stał się z czasem jego najbliższym współpracownikiem, pierwszym Mistrzem

Reiki, spadkobiercą i następcą, któremu powierzył treść swoich nauk i przykazał je zachowywać i strzec.

Hayashi założył w Tokio klinikę, w której uzdrawiano stosując Reiki. Do kliniki dr Hyashi trafiła w 1935 roku młoda kobieta z Hawajów Hawayo Takata, której groziło usunięcie nowotworowego guza. Jakiś wewnętrzny głos mówił jej, że operacja nie będzie potrzebna. Wiele słyszała o klinice dr Hayashi, postanowiła zawierzyć swojej intuicji i przenieść się do tej kliniki. Prowadzący ją lekarz wyraził zgodę. Pozostawała w klinice przez kilka miesięcy, gdzie codziennie dawano jej Reiki. Dolegliwości stopniowo ustępowały i sama zafascynowana tą nową terapią, zapragnęła nauczyć się Reiki.

Przez rok Hawayo Takata codziennie dokonywała zabiegów Reiki i wiele się nauczyła. Powróciła na Hawaje i tam praktykowała dalej. W roku 1938 dr Hayashi wraz ze swoją córką odwiedził ją na Hawajach i po dodatkowym szkoleniu uczynił ją mistrzynią. W roku 1941 dr Hayashi zszedł z tego świata, a swoim następcą uczynił Hawayo Takatę.

Hawayo Takata do swojej śmierci wtajemniczyła 22 mistrzów Reiki, wśród których znalazła się jej wnuczka Phyllis Lei Furumoto. Na krótko przed śmiercią pani Takata przekazała wnuczce Phyllis swoją spuściznę.

W roku 1983 założono towarzystwo „The Reiki Alliance”. Podczas tej konferencji mistrzowie uznali Phyllis Lei Furumoto za Wielką Mistrzynię i następcę Mikao Usui, Chujiro Hayashi i Hawayo Takaty.

Pośród tych 22 mistrzów znajduje się Wanja Twan, która inicjowała na Mistrza i Wielkiego Mistrza Siostrę Mariuszę. Siostra Mariusza inicjowała mnie na pierwszy stopień, a na drugi sama Wanja Twan wraz z siostrą Mariuszą, księdzem

Maciejem Wrońskim i Inier Drog. Tytuł Mistrza i Wielkiego Mistrza otrzymałem z rąk długoletniego asystenta Siostry Mariuszy Wielkiego Mistrza Zbyszka Wrońskiego, inicjowanego na Mistrza i Wielkiego Mistrza przez swojego brata ks. Macieja Wrońskiego z Kanady. Ks. Maciej był inicjowany przez Wanję Twan na wszystkie stopnie.

Zanim zostałem Mistrzem współpracowałem krótko z Siostrą Mariuszą, a później z jej spadkobiercami Małgorzatą Borkowską, ks. Maciejem Wrońskim i najdłużej ze Zbyszkiem Wrońskim, który mianował mnie Wielkim Mistrzem dokładnie w pierwszą rocznicę śmierci Siostry Mariuszy w dniu 04.10.1998 roku, ale to uświadomiliśmy sobie dopiero po fakcie.

Jeżeli wierzycie w przypadki – nazwijcie to przypadkiem, a jeśli nie wierzycie – nazwijcie jak chcecie.



*Na drugi stopień Reiki inicjowany byłem przez czterech Mistrzów: od lewej Irga Droog, ks. Maciej Wroński, Siostra Mariusza (Jadwiga Bugaj) i Wanja Twan, a na dyplomie są ich podpisy*

USUI SHIKI RYOHU

This is to certify that

Tadeusz Czernozijki

has completed the advanced course in the

REIKI Method of Natural Healing.

Second Degree, as administered by

Sister Mariusza J. Bugaj

*Winnipeg, Man., Sept. 17, 1934*

Place Warsaw, Poland

Date 29 of October, 1934

Signature Marianne Sabine Berger

Rev. Publishing Group, Inc.





# DUCHOWE REGUŁY ŻYCIA REIKI

*Właśnie dziś nie złość się.  
Właśnie dziś nie martw się.  
Szczuj swoich rodziców, nauczycieli  
i ludzi starszych.  
Uczciwie zarabiaj na chleb.  
Bądź wdzięczny wszystkiemu, co żyje.*  
dr Mikao Usui

*Od dziś pozbędę się złości*

„Złość urodzie szkodzi.” To dość powszechny slogan i trafny zarazem. Jeśli przez dłuższy czas będziemy nosili w sobie złość nie tylko do ludzi, ale i do wszystkiego prawie co nas otacza, to wkrótce pojawi się utrwalony wyraz nieprzyjemnego zgorzknienia i nieprzyjemnego wyglądu. Nasza uroda z pewnością na tym straci. Kiedy popatrzymy na ludzi starszych i w podeszłym wieku, to możemy wśród nich zobaczyć ludzi pogodnych, a ich pogoda ducha przejawia się na zewnątrz, czyni ich ludźmi miłymi w obyciu i o przyjemnym wyglądzie zewnętrznym, o miłej powierzchowności i urodzie, pomimo podeszłego wieku. Możemy zobaczyć także wielu ludzi z utrwalonym grymasem zgorzknienia. Najbardziej jed-

nak złość szkodzi naszemu zdrowiu. Ponieważ funkcjonujemy w świecie emocji, które nami rządzą, trzeba byśmy uświadomili sobie, że w momencie eksplozji naszej złości z powodu obojętnie jakiego rodzaju irytacji, powstaje potężny ładunek negatywnej energii ściśle powiązany z tymi emocjami, który nigdzie się nie podziewa. Możemy dla naszej logiki przyjąć, że otaczająca nas osłona energetyczna zatrzymuje je. One się lokują w określonych partiach naszego ciała, głównie na wątrobie i woreczku żółciowym. Z miejsca zaczną tworzyć się blokady w przepływie energii życiowej, czego następstwem będzie dysfunkcja okolicznych organów. I tak dla przykładu, jeśli będzie nam coś mocno leżało na wątrobie, poczucie pokrzywdzenia i poniżenia, to konsekwencją tej złości może być wycięcie woreczka żółciowego.

### *Od dziś przestaję się martwić*

Twoja podświadomość jest kreatorem terażniejszości, w której obecnie się znajdujesz i przyszłości, a stan obecny, także stan twojego zdrowia, jest konsekwencją przeszłości.

Pan Bóg nie ma z tym nic wspólnego co wykreowały myśli twoje, a podświadomość zaprogramowała do realizacji na przyszłość. Jak wielu ludzi obwinia Boga za swoje niepowodzenia, a przecież nie po to Bóg dał człowiekowi wolną wolę, żeby się do niego wtrącać, jeśli nie został o to poproszony. Jesteś kowalem swego losu, więc to masz, co sobie wypracowałeś, na co zasłużyłeś. Nie ma potrzeby zazdrośczenia innym, bowiem zawsze spotkasz lepszych i gorszych od siebie. Ty także możesz być źródłem zawiści dla innych. Pamiętaj również o tym, że każdy człowiek przychodzi na świat dla wypełnienia swojego indywidualnego i niepowtarzalnego zadania, niepodobnego do innych,

tak samo niepowtarzalna i niepodobna jest każda jednostka ludzka.

Możesz nazwać to swoim posłannictwem albo misją, którą masz do wypełnienia. Jeśli odnajdziesz sens, dla którego tu jesteś i swoje zadania, które masz do zrealizowania, to tak jakbyś rozpoczął spokojne płynięcie z nurtem rzeki, a wtedy możesz mieć dużo czasu na podziwianie mijanych pejzaży i zdarzeń. Nie wiosłujesz już pod prąd. Zaczynasz bycie tu i teraz w obecnej chwili, radujesz się z tego wszystkiego co posiadasz oraz ze wszystkich zdarzeń i ludzi, którzy cię otaczają, stajesz się wdzięczny Bogu za to wszystko co jest twoim udziałem, podłączając się w ten sposób do źródła wszelkiej obfitości. Bóg przewidział dla każdego człowieka przychodzącego na świat pełne zabezpieczenie jego potrzeb aż do obfitości. To my ludzie ograniczamy się sami poprzez swoją zachłanność, także ograniczamy innych ludzi. W momencie, kiedy zaczniesz cieszyć się ze wszystkiego, co posiadasz i przestaniesz martwić się o jutro, uwolnisz się od ograniczeń i strachu przed przyszłością. Strach jest źródłem nienawiści i ulubionym narzędziem szatana. Postaw przed sobą dobre cele, takie, które nie będą musiały być zrealizowane kosztem drugiego człowieka, a zmartwienie o pieniądze pozostaw panu Bogu, dziękując Mu zaraz po wyrażeniu prośby za jej wypełnienie, jakby już została spełniona. Przestań tylko wątpić „Proście, a otrzymacie, stukajcie, a będzie wam otworzone”. Nie lękajcie się prosić o wiele, o rzeczy lub zdarzenia, które są w tym momencie dla was najlepsze. Nasz egoizm i zachłanność mogą nas zaślepić. Nie zawsze też to co jest dla nas przyjemne, jest także pożyteczne. Tylko dzieci tak naprawdę potrafią być prawdziwe w teraźniejszości, tu i teraz. Dlatego jest w nich tyle radości z niczego. Ludzie dorośli nie potrafią być w chwili obecnej, tu i teraz. Uciekają do swojej przeszłości

ści idealizując minione czasy np. przedwojenne, aż do absurdu, albo uciekają w przyszłość, która jest zawsze pełna lęków i obaw. Lęk prowadzi do nienawiści, a nienawiść uruchamia destrukcyjne procesy w fizycznym ciele.

Jeśli pragniesz dla siebie zdrowia i zadowolenia – nie masz wyboru, przestań się martwić, podziękuj Bogu za wszystko co masz, za ludzi, którzy cię otaczają, za sytuacje, które stały się twoim udziałem. One czemuś służą na twojej ewolucyjnej drodze. Poproś Boga o łaskę zrozumienia, a zniknie potrzeba twojego cierpienia, zniknie struktura choroby z energetycznego pola.

### *Od dziś zacznę uczciwie zarabiać i pracować na siebie*

Za wprowadzenie niechaj posłużą słowa papieża Jana Pawła II: „Nieuporządkowana żądza pieniędzy niesie za sobą zgubne skutki”. Nieuporządkowana żądza sprzyja zbytniemu przywiązaniu do pieniądza, postawieniu pieniądza w roli Boga. Nastąpi wtedy „odgórne” zastopowanie dopływu pieniądza, bo niczego nie wolno ci postawić ponad Bogiem.

Nie musi to być zaraz „żądza” – zwykła pogoń za zyskiem, która nie uwzględnia potrzeb ludzi związanych z twoim zarabianiem. Jakiegokolwiek poczucie niesprawiedliwości ze strony partnerów, zwłaszcza poczucie rażącego wyzysku, oszukania, nieuzasadnionego naciągania, skutkuje powstaniem negatywnych wibracji ciągnących się w postaci myśli, które będą za tobą podążały. Owe negatywne wibracje, rozciągnięte nieraz w czasie przyciągną do ciebie niedobre zdarzenia, częstokroć trudne do skojarzenia, że to tutaj mogą tkwić korzenie.

Jeśli będziesz postępować uczciwie – to ta twoja uczciwość powróci do ciebie, podobnie powróci nieuczciwość. Obowiązuje tu chrześcijańskie i boskie prawo: „co posiejesz, to i zbie-

rzysz”. Kiedyś w rozmowie ze starszą panią usłyszałem z jej ust następujące słowa: „Panie Tadeuszu mnie jeszcze w życiu nikt nie oszukał – ale i ja nikogo także nie oszukałam”. Zobaczcie jak się wypełniają słowa pisma Świętego. Jeśli uważacie, że postępujecie uczciwie, a mimo wszystko was oszukają, to miejcie świadomość, że uczciwie postępujecie od jakiegoś czasu, a owoce które jeszcze zbieracie mogły być posiane ziarnem nieuczciwości daleko wcześniej. No cóż, zbierzcie je i nie miejcie żalu do nikogo więcej oprócz siebie, bowiem w istocie jesteście siewcami każdego owocu, który do was wrócił. Jesteście także kowalami swojego losu. Każda praca, jaka by ona była, jeśli zostanie oparta na uczciwości i rzetelności, wcześniej czy później wyda dobre owoce, a postawiony dobrze fundament da ci zaufanie w kręgu współpracy przyciągając podobnych do ciebie ludzi, którym ty także będziesz mógł zaufać, bowiem podobne przyciąga podobne. Pamiętaj także o tym, abyś nie brał niczego, co nie zostało ci ofiarowane. Jeśli coś sobie weźmiesz, czego ci nie dano – to tak jakbyś ukradł. Wkrótce sam zostaniesz okradziony. Okradziony możesz być także dla Twojego opamiętania, powstrzymania cię w czymś, co w niezdrowy sposób zostało przez ciebie w tobie naruszone albo z powodu poczucia winy i potrzeby ukarania. Zamiast trwonić energię na ściganie złodzieja, lepiej uczynisz, gdy się głęboko zastanowisz nad sobą i odnajdziesz przyczynę, dla której cię okradziono, stosownie do słów Chrystusa: „Jeśli zabierają ci ubranie, dołóż im jeszcze koszulę”, bo nie to jest ważne kogo postawił Bóg na twojej drodze, ale dla jakiej przyczyny.

Staraj się nie mówić źle o tych, z którymi współpracujesz, bowiem oni podobnie będą się wyrażać o tobie, a wszelki osąd jest naturalnym hamulcem każdego postępu i przyczyną wielu chorób. Bądź otwarty na potrzeby innych ludzi, bądź pełen

współczucia i chęci pomocy w potrzebie, a nigdy nie będziesz musiał się uzalać na znieczulicę. Ci, którzy tak o niej mówią, sami przez minione lata byli jedną wielką znieczulicą i nie wypracowali „kapitału” na wypadek bycia w potrzebie. Współczucie oddzielcie od litości, bo w litości jest pycha i nie osądzajcie żebraka, bowiem nie macie do tego prawa. Wy go „ratujecie” w potrzebie, a kiedy będziecie potrzebowali jej sami, „znikąd” pojawi się ktoś, kto okaże wam pomoc.

Jeśli natomiast jesteście tylko podrzędnymi pracownikami, starajcie się wykonywać dobrze to co do was należy i jeszcze więcej nieco. Staniecie się w ten sposób ludźmi wolnymi, bo tylko człowiek prawdziwie wolny potrafi tak pracować. Jedynym prawdziwym pragnieniem każdego człowieka jest pragnienie bycia wolnym. Uczciwe zarabianie i pracowanie uczyni nas wolnymi ludźmi. Znajdź sobie pracę, która da ci satysfakcję, a nie przepracujesz ani jednego dnia.

*Od dzisiaj postaram się o szacunek dla wszystkiego co żyje*

Pamiętaj, że każde zwierzę, małe, czy duże, każdy nawet robak, wszystko co żyje, również rośliny – otrzymały od Boga prawo do życia. Wypełniają jakąś ważną funkcję w złożonym ekosystemie. Nie ma niczego na ziemi bezsensownego, wszędzie panuje nieprawdopodobny porządek, naruszany coraz częściej przez człowieka. Naruszanie naturalnego porządku prowadzi do kataklizmów ekologicznych (huragany, powodzie). Czy przypominasz sobie ile zdeptałeś niefrasobliwie robaków, tylko dlatego, że wydały ci się obrzydliwe, albo wzbudziły w tobie lęk, poczucie zagrożenia? A co z roślinami? Czy dostrzegłeś w nich życie? Czy wiesz, że one także odczuwają? Odczuwają zarówno przyjaciela jak i tego kto je niszczy? Rośliny potrafią płakać i radować się. Dobrzy ogrodnicy rozmawiają

ze swoimi roślinami, nieraz traktując je bardzo czule. Szczególny sentyment przejawiają do kwiatów. One reagują na słowa, lepiej wtedy rosną. Okaż szacunek także dla ziemi, bo jako żywioł stanowi w całości żywy organizm wymagający od nas, użytkowników, szczególnego szacunku do niej. Słyszałeś o lawinach błotnych, trzęsieniach ziemi? A woda? Czy zrozumiałeś, że jako żywioł stanowi także żywy organizm? Że nie pozwoli na brak szacunku, brak poszanowania. A powietrze? Czyż nie jest częścią życia? A więc stanowi także, jako żywioł, żywy organizm. Czy słyszałeś o szacunku dla powietrza? Zapewne słyszałeś o huraganach, cyklonach? Nie wolno lekceważyć ani powietrza, ani wody i ziemi, ani także ognia. One są żywiołami i jako całość są istotami żywymi, podobnie jak nasza planeta, cały układ słoneczny, galaktyka, wszechświat. Ty jesteś małą, unikalną częścią wszechświata, podobnie jak każda roślina i każde zwierzę – jakże jednak ważną.

*Od dziś będę szanować rodziców, nauczycieli  
i ludzi starszych*

Szacunek dla rodziców, nauczycieli i ludzi starszych to odwieczne prawo. Jakżebyś miał nie szanować rodziców, którzy dali ci życie, którzy cię wychowali, wykształcili, lepiej czy gorzej uposażyli materialnie i duchowo. Jeśli nawet masz do nich żal i nie umiesz im wybaczyć, pomyśl, że robili to najlepiej jak umieli, a jeśli popełniali błędy, to przejęli je od własnych rodziców, przejęli wzorce, które obowiązywały w danym czasie. Jeśli czujecie się ich ofiarami, to pamiętajcie, że jesteście ofiarami ofiar. Oni byli także ofiarami swoich rodziców. Twój szacunek dla rodziców rozpocznij od przypomnienia sobie całego dzieciństwa i wszystkich tych nieutulonych żalów do rodziców, które pozostały jeszcze

w głębokiej podświadomości. To tak jak śmiecie, które zamieciono pod dywan. Postarajcie się wynieść je na śmietnik, poprzez szczerą i prawdziwą wybaczenie, ponieważ „poupychane” emocje wędrują w ciełe jak woda i pokarm, i mogą gdzieś utknąć na końcu np. pod nerkami w końcówce przewodu pokarmowego. Kiedy dojdą w dorosłym już życiu nowe, stresowe sytuacje, odżyją tamte i się połączą, czego efektem mogą być kamienie w nerkach, rak jelita grubego itp. Pomyśl, że szanując sam własnych rodziców i ludzi starszych dajesz przykład swoim dzieciom i tworzysz kapitał „emerytalny” potrzebnego szacunku do siebie, kiedy to i ty będziesz go bardzo potrzebował. Jeśli nie okażesz szacunku nauczycielom, nie nauczysz się wiele, bowiem brak szacunku wzbudzi w tobie osąd, a osąd krytykę. I jedno, i drugie rozbudzi tylko pychę i arogancję, oddali cię od pokory i uczyni odpornym na przyjęcie wiedzy i mądrości, które oni ze sobą niosą. Nie wyobrażaj sobie, że muszą oni być koniecznie ludźmi doskonałymi, bez skazy i nie oczekuj tego. Pozwól im mieć swoje wady i słabości, bo ty przecież także masz ich wiele i inni będą musieli się z tym pogodzić. Jeśli będziesz oczekiwać, aby twój nauczyciel był koniecznie idealistą, to uwolnisz siebie od patrzenia na rzeczy takie, jakimi one są. Zaszкодzisz także sobie, bo nie zobaczysz w nauczycielu prawdziwego człowieka, takiego, jakim on jest i powinien być, nie zobaczysz w nim twój przyjaciel.

Ludzie starsi to opoka, na której postawisz fundament tożsamości. Starszyzna w rodzinie, to opoka pod fundament twojej własnej pozytywnej tożsamości. Starszyzna w twojej miejscowości, to opoka pod fundament pozytywnej tożsamości twojego miasta czy miasteczka, wioski. Starszyzna kraju, to opoka pod fundament pozytywnej tożsamości kraju. Brak szacunku to brak porządnej opoki.



# INICJACJE NA PIERWSZY STOPIEŃ REIKI

Czym jest inicjacja? Wtajemniczeniem, czy zapoczątkowaniem? W Reiki nie ma nic tajemniczego. Wszystko jest logiczne, konsekwentne i spójne, kryształowo czyste. Inicjacja jest więc zapoczątkowaniem twojej wielkiej życiowej przygody. Jest dostrojeniem twoich chaotycznych, powiedzmy prymitywnych niekiedy wibracji, do poziomów subtelniejszych, do tych częstotliwości, na których uzyskasz zestrojenie z Uniwersalną Energią Życia i wszechstronny do niej dostęp.

Mistrz dokona zestrojenia twoich ośrodków energetycznych z Uniwersalną Energią Życia. Poprzez te ośrodki (czakramy) popłynie energia do twoich rąk, a także nóg. To tak, jakby ci na głowie zainstalowano antenę satelitarną do odbioru energii Reiki, a ciebie uczyniono tylko jej kanałem przekąźnikowym.

Na pierwszy stopień wykonuje się cztery inicjacje najlepiej kolejno, każdego dnia po jednej, albo w dwu kolejnych dniach po dwie, i tak się najczęściej stosuje. Ponieważ Reiki nie jest

przypisane jakiegokolwiek religii ani grupie społecznej, nie ma więc konieczności bycia wierzącym. Jednocześnie ci, którzy są wierzącymi, mogą oprzeć Reiki na wartościach swego wyznania. Ponieważ my należymy do kręgu kultury chrześcijańskiej, to mamy prawo odwoływać się do tych wartości.

W pierwszym dniu nie dzieje się zazwyczaj jeszcze nic szczególnego, ponieważ inicjowani przychodzą z pewną dozą nieufności, niepewności i dystansu. W trakcie pierwszego dnia wytwarza się klimat ufności i miłości, a pierwsze dwie inicjacje harmonizują i z grupą i każdego z osobna. Dopiero następnego dnia wyraźnie odczuwa się konsolidację w grupie, odczuwalna staje się tzw. aura grupy, przybywa radości, otwierają się serca i dusze. W trakcie dwu kolejnych inicjacji można się spodziewać różnego rodzaju doznań, wzruszeń i nawet łez, widzenia kolorów, obrazów czy też innego rodzaju doznań. Pragnę zwrócić uwagę, że podobne doznania nie muszą koniecznie wystąpić. Niektórzy nie doznają niczego szczególnego, niech się więc nie martwią, że są mniej warci, czy gorsi od innych, albo nie dość dobrze zostali zainicjowani. Zostali zainicjowani w sposób doskonały. Różny jest stopień przeżywania, a każdy człowiek jest inny, choć niepowtarzalny i jedyny w swoim rodzaju, jak niepowtarzalne są linie papilarne jego palców. Po pierwszym stopniu w ciągu najbliższych 21 dni będzie następowało tzw. oczyszczenie. Możesz spodziewać się ciekawych wydarzeń i przeżyć, niekiedy nawet przykrych, które będą służyły korzystnym jednak przemianom i dla ciebie, i w tobie.

Powinieneś każdego dnia dawać sobie Reiki, słuchać dobrej, spokojnej muzyki, kontemplować, spacerować. Unikać oglądania telewizji, zwłaszcza filmów zawierających przemoc. Pamiętaj, że to twoje myśli tworzą rzeczywistość, twoją przyszłość. Nostradamus powiada, że „przyszłość swoją

możemy zmienić poprzez zmianę swojego myślenia, swojego zachowania i postępowania wobec innych”, a więc swojego systemu wartości, przekonań, światopoglądu. Swojego myślenia, zachowania i postępowania, a nie czyjegoś. Zwykle oczekujemy takich przemian u swoich najbliższych, szefa, sąsiada, siebie pozostawiając na końcu, dopiero wtedy kiedy się tamci pozmieniają. Skoro zależy ci na twojej przyszłości, otwórz się całkowicie na przemiany w tobie. Rozpocznij miłowanie bliźniego od podwyższania miłości do siebie samego. Im więcej umiłujesz siebie, tym bardziej będziesz otwarty na miłość do bliźniego – nigdy odwrotnie. Jeśli znieńawidzisz siebie z powodu poczucia jakiejś winy, będziesz w stanie tylko takim uczuciem obdarzyć bliźniego. Gdyby ci się wydawało, że kochasz jakiegoś tam bliźniego, to z całą pewnością będzie to tylko miłość egoistyczna, czyli fałszywa. Wszelkie poczucie winy jest procesem destrukcyjnym dla zdrowia podobnie jak gniew, złość, żal, zawiedzione oczekiwania i jest zaczątkiem procesu samounicestwienia. Brak wybaczenia, to brak zdrowia, bowiem nie może być prawdziwego uzdrowienia bez prawdziwego przebaczenia. A miłość może wszystko. Miłość może uzdrowić każdą chorobę, pojednać nieprzyjaciół, zniweczyć magię, pokonać agresję, wygładzić także grzech. Twoje myśli – to twoja rzeczywistość. Twoja potęga – to pozytywne i twórcze myśli, to twoja podświadomość, która jest kreatorem przyszłości. Jak się to dzieje, w jaki sposób podświadomość organizuje zdarzenia, uruchamia procesy chemiczne w organizmie nie ma znaczenia. Ważne, że się tak dzieje, jakie są twoje myśli. Warto więc oczyścić nie tylko swoje myśli, ale i język (jakże często plugawy) oraz wszystkie swoje czyny. Pamiętaj, że myśli wykreują dla ciebie rzeczywistość, słowa staną się ciałem, bo one są ważkie, a uczynki do ciebie powrócą i te dobre, i te

złe, a zarówno i jedne, i drugie tworzyć będą kapitał albo zadłużenie. Jeśli się otworzysz na drugiego człowieka, nie doświadczysz nigdy znieczulicy. Niedawno usłyszałem na kazaniu w kościele, że 80% dziewczyn z domów alkoholików ojców, także trafia na alkoholików mężów. Dlaczego? Popatrzcie na ich struktury myślowe, które dominują: „nie chcę mieć męża pijaka”. Co dominuje? „Chcę mieć męża pijaka”. Podświadomość nie analizuje, a ponieważ nie jest pustym słówkiem, pozbawionym wibracji, to po prostu ignoruje i puszcza mimo. Podobnie nie zwraca uwagi na „nigdy przynigdy” to też puste słowa. Tylko 20% potrafi dać pozytywny wizerunek myślowy tego, czego oczekuje, a nie tego czego się boi. Np. chcę mieć męża trzeźwego, zaradnego, opiekuńczego i kochającego, np. wysokiego blondyna. Jeśli ominiesz człowieka w potrzebie, ciebie także kiedyś ktoś ominie. Wybieraj. Ja cię zapraszam do Reiki, bo Reiki ci pomoże i poprowadzi. Pomoże ci zrozumieć lepiej siebie, zrozumieć, że jedynie przemiana stosunku do własnej przeszłości może być kluczem do lepszej przyszłości. Zmień swoje przekonania i światopogląd, zmień swój stosunek do przeszłości, a gruntownie odmienisz swoje życie na lepsze.

# PRZYGOTOWANIE DO PRZEKAZU REIKI

**P**rzekaz Reiki I stopnia winien się jednak różnić od przekazu Reiki, kiedy będziesz już po drugim stopniu. Dlaczego? Właśnie dlatego, że po pierwszym stopniu staniesz się zaledwie stażystą, będziesz się dopiero uczyć i doświadczać. Twoje możliwości będą jeszcze o wiele słabsze od tych, kiedy będziesz już po drugim stopniu. Wrażliwość twoich dłoni będzie jeszcze mniejsza, a odczuwanych wrażeń nie będziesz jeszcze potrafił interpretować. Dlatego z osobna omówimy przygotowanie do przekazu Reiki po pierwszym stopniu i osobno, kiedy będziesz już po drugim stopniu.

Na co powinieneś zwrócić uwagę zanim przystąpisz do pierwszych swoich przekazów Reiki. Przede wszystkim zakładamy, że nie będziesz jeszcze dysponować profesjonalnym, wygodnym stołem, zanim zadowolisz się tym, co będzie pod twoją ręką: tapczan, wersalka, łóżko itp. Przygotuj w miarę niskie siedzenie, jakąś pułę, dziecinny taboret lub coś w tym rodzaju. Nastaw cichą kontemplacyjną muzykę. Zapal świeczkę, niech zbiera negatywne energie i tworzy dobry

nastrój. Rozpoczynając przekaz poproś o Reiki dla tego kogoś, wymawiając trzykrotnie: „Proszę Cię Panie o Reiki dla...”. Następnie okaż pokorę powtarzając: „lecz zgodnie z wolą Bożą” – trzykrotnie. Zapomnij wtedy o swoich ambicjach, że to ty musisz koniecznie pomóc lub uleczyć, porzuć także obawy przed ośmieszeniem, jeśli nie będzie efektu. Przekaz Reiki zawsze skutkuje jakimś efektem, większym lub mniejszym. Jeśli będziesz za bardzo się starać, aby koniecznie uleczyć i nie podporządkujesz się Woli Bożej, możesz okraść samego siebie z energii, przekazując także swoją, zamiast być tylko przekąźnikiem. Porzuć pragnienie naprawiania świata i pomagania każdemu kto cierpi za każdą cenę, bo tą ceną możesz być ty, pamiętaj, że cierpienie jest lekcją, która ma czemuś służyć. Ty masz ewentualnie pomóc zrozumieć cierpienie. Dodaj więc: „Przekazuję ci najczystszy strumień uzdrawiającej energii Bożej”, z intencją aby jej nie zaśmiecać swoimi emocjami. Chronić też siebie przed przejmowaniem czegokolwiek stawiając mentalną barierę przed przejmowaniem na siebie czegokolwiek od osoby, której dajesz Reiki i nie lękaj się. Porzuć wszelkie obawy, że coś na ciebie przejdzie, a nie przejdzie na pewno. Po pierwszym stopniu możesz mieć mało doświadczenia, aby być już doradcą czy przewodnikiem. Możesz i powinieneś współczuć, a nie litować się. Litość może być przejawem pychy, bowiem tylko zwycięzca zwyciężonemu litość okazać może. Założoną na oczy serwetkę przy pierwszej pozycji możesz pozostawić na dłużej niech pełni rolę azylu. Odbierający przekaz Reiki poczuje się lepiej zrelaksowany, jakby za parawanem, może szybko zapadać w głęboki relaks z pochrapywaniem przy czuwającej jednak świadomości. Nie przeszkadzaj niepotrzebnym dociekaniem i rozmową. Na początek zapytaj o do-

legliwości, o sytuację domową, stosunki w pracy, abyś mógł wyrobić ogólny pogląd. Odrzuć wszelki osąd i pamiętaj, że nigdy człowiek nie jest tylko dobry, albo tylko zły. Jest tym kim myśli, że jest. Zawsze w każdym człowieku oprócz jego słabości znajduje się pierwiastek dobra i pierwiastek Boga. Pomóż mu, aby go w sobie odnalazł. Jeśli jesteś człowiekiem wierzącym odmów jakąś modlitwę lub kilka modlitw, pamiętając, że modlitwa jest najpotężniejszą, uzdrawiającą energią oraz tarczą ochronną.

Ja korzystam ze zbiorku modlitw „Modlitwy do Świętych Uzdrowicieli” wydanego przez Studio Astropsychologii. Zawsze pytam, czy dana osoba jest wierząca i czy życzy sobie tego. Nie zdarzyło mi się jeszcze, by ktoś sobie nie życzył. Na zakończenie podziękuj Bogu za Reiki trzykrotnie. Uprzedź biorcę, że mogą pojawić się bóle, choć nie muszą, a świadczyc to będzie o tym, że uruchomione zostały immunologiczne siły organizmu, tzw. wewnętrzny lekarz. Takich przekazów zrób trzy, cztery w miarę pod rząd. Następnie możesz dwa w tygodniu, a w następnych po jednym. Uzdrawiający cykl powinien się składać z 9–11 przekazów, choć lepszy jeden rydz niż nic. Przed i po przekazie możesz, jeśli chcesz, wyrównać aurę wykonując eliptyczne ruchy ręką nieco ponad ciałem od głowy do nóg. Trzykrotnie: łukiem po stronie zewnętrznej, przez środek i łukiem od siebie. Są to tzw. smerowskie głąski, dobrze działają na samopoczucie. Ty sam w tym czasie poczujesz pod ręką jego aurę. Następnie przetnij mentalnie i poprzecznym ruchem ręki, jakby maczetą łączącą cię z twoim biorcą niewidzialną, energetyczną nicią. Na zakończenie pozwól podziękować przekazując uścisk, a wraz z nim przekażesz autentyczną energię miłości. Taki uścisk winien trwać ok. 10–15 sekund, aby energie mogły się przeniknąć i dokonać wymiany, lecz nie narzucaj się.

Jeśli jest taka możliwość, koniecznie umyj ręce pod bieżącą wodą, wyobrażając sobie, że zmywasz resztki obcych dla ciebie energii i przerywasz jakikolwiek kontakt, zwłaszcza jeśli zaraz będziesz robić Reiki innej osobie.

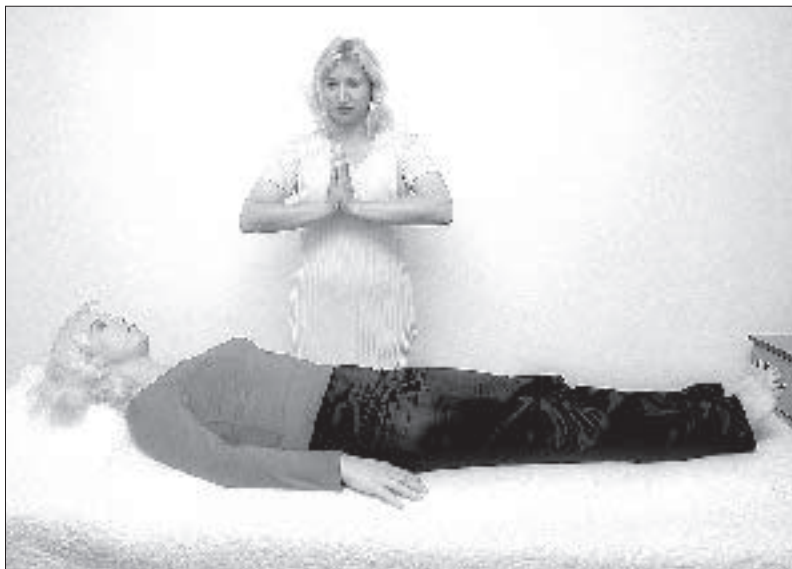
Do przekazu Reiki samemu sobie wystarczy wygodne siedzenie, relaksacyjna muzyka, zapalona świeczka. Samemu sobie możemy wykonywać tzw. skrócone Reiki. W tym celu należy po włączeniu muzyki, ewentualnym zapaleniu świecy i wygodnym usadowieniu się położyć lewą rękę na splocie słonecznym, a prawą na sercu lub nieco powyżej, zamknąć oczy i medytować przez ok. 5–15 minut. Na zakończenie możesz także wyrównać na sobie czakramy: krocze i czoło, łono i gardło, spłot i serce. Na zakończenie krocze i korona – główna oś energetyczna. Ponieważ po pierwszym stopniu nie posiadasz jeszcze dostatecznych doświadczeń ani wystarczającej wrażliwości w dłoniach, nie umiesz także swoich odczuć dobrze interpretować, trzymaj więc dłonie po 4–5 minut na każdej pozycji. Po drugim stopniu będziesz mógł sobie regulować długość trzymania dłoni na poszczególnych pozycjach poprzez odczucia na dłoniach. Doświadczając zwracaj uwagę na to, jakie masz odczucia kiedy następuje zmiana energii, tzw. koloru, częstotliwości wibracji. Tego samego masz się dopiero uczyć, zachowując pokorę i pozbywając się pychy.

Kiedy nabierzesz przekonania, że tak dużo nad sobą się napracowałeś i jesteś już taki pokorny i bez pychy, to zejdź na ziemię i zrozum, że tak naprawdę bardzo mało zrobiłeś, a pychy nie pozbędziesz się nigdy do końca. Tak zwane harmonizowanie czakr kiedy będziesz wykonywać Reiki dla innych, pozostaw sobie na później, kiedy będziesz już po drugim stopniu, pamiętając o stopniowaniu trudności.



Niektórzy doświadczeni reikowicze harmonizują czakry od przodu, przed rozpoczęciem przekazu Reiki twierdząc, że ułatwia to przekaz, w następujący sposób: jedna ręka na czole, a druga na kroczu – czakra pierwsza i szósta, ok. 3 minut. Następnie jedna na gardle, na obojczykach, a druga na wzgórku łonowym, poniżej pępka – czakra piąta i druga ok. 3 minut. Dalej, jedna ręka na splocie słonecznym (nieco powyżej pępka), a druga na środku klatki piersiowej, na sercu – czakra trzecia i czwarta ok. 3 minut. Końcowego wyrównywania czakr, od strony pleców, nauczysz się po drugim stopniu Reiki, po zdobyciu bagażu doświadczeń i okrzepnięciu w Reiki. W ten sposób możesz każdego dnia równoważyć czakry dla siebie, jednak kiedy będziesz trzymać dłonie na sercu i splocie słonecznym, zamień dłonie, niech powędrują z powrotem, z tym, że zamiast na czole, połóż rękę na szczycie głowy – czakrze korony.

# POZYCJE RĄK NA CIELE BIORĄCEGO REIKI (pełny seans Reiki)



*Skupienie, pokora, prośba o Reiki. Wyrównanie aury eliptycznymi ruchami od głowy do nóg, blisko ciała. Trzy „głaski” po jednej i trzy po drugiej stronie przemiennie.*

# POZYCJE OD GŁOWY

## G-1 OCZY



*Jest to najważniejsza pozycja. Oczy są zwierciadłem duszy i wejściem do ciała. Poza tym od prawego i lewego nozdrza biorą swój początek dwa spośród trzech, główne kanały energetyczne pingala i ida, łączniki pomiędzy czakramami, biegnące dalej przez szczyt głowy i oplatające spiralnie główny kanał – suszumnę, który biegnie przez środek rdzenia kręgowego, od kości ogonowej do szczytu głowy. Na oczy nakładamy chusteczkę, a dłonie jak czapeczki kładziemy na oczy, kciuki u nasady nosa, pomiędzy brwiami.*

**Działanie:** na oczy i zatoki, równowagę przysadkę i szyszynkę. Przysadka reguluje hormony. Pomaga przy bólach głowy i przeziębieniach, stresach. Reguluje sen.

## SKRONIE

---



*Dłonie na skroniach, kciuki tam, gdzie się zaczynają włosy.*

***Działanie:*** równoważy półkule mózgowie; prawą (intuicję) i lewą (myślenie racjonalne). Odprężające działanie, polecane przy stresie.



*Pozycja podobna do poprzedniej, jest stosowana zależnie od kształtu czaszki i wielkości głowy oraz rąk dającego Reiki. Ręce o szerokość dłoni w dół, ku tyłowi czaszki, uszy lekko pomiędzy czterema palcami dłoni.*

***Działanie:*** przeziębienia, stresy i bóle głowy. Pomaga przy stwardnieniu rozsianym. Poprawia funkcję czakry korony.

## TYŁ GŁOWY

---



*Dłonie, tworząc miseczkę, podkładamy pod głowę. Palce u podstawy czaszki. Ważna pozycja.*

***Działanie:*** *leczy oczy, polepsza pamięć i rozjaśnia umysł, wyrównując półkule. Pomaga przy krwawieniach z nosa, udarze mózgu, bólach głowy.*

## USZY

---



*Palce stykając się, dotykają pierwszych kręgów szyjnych. Dłonie spoczywają na uszach. Bardzo ważna pozycja, palce podłączają się do suschumny, głównego kanału energetycznego, biegnącego przez środek rdzenia kręgowego do szczytu głowy i łączącego główne czakry. Dłonie obejmują uszy, na których znajdują się receptory – przedstawiciele wszystkich narządów ciała.*

**Działanie:** *może usuwać pomniejsze blokady na całym kręgosłupie, reguluje ciśnienie, poprawia pracę serca i wszystkich narządów wewnętrznych. Dobra pozycja relaksowa.*

## POLICZKI I BRODA

---



*Pozycja dodatkowa, dłonie na policzkach, a palce pod brodą.*

**Działanie:** migdały, bóle gardła, bóle zębów. Pozycja miła w odbiorze, mniej istotna.



## GARDŁO, TARCZYCA

---



### **Pozycja dodatkowa, stosowana przy problemach z tarczycą i gardłem**

*Dłonie zachodzące palcami i stykające się kciukami kładziemy z przodu na szyi i obojczykach. Kciuki mogą spoczywać pod szyją, na 7 kręgu szyjnym lub mogą być dołączone do palców.*

**Działanie:** *leczy tarczycę, nadwagę i niedowagę, anginę, grypę i bóle gardła, frustrację. Normalizuje czakram gardłowy i jego funkcje w tym obszarze.*

## KLATKA PIERSIOWA

---



*Dłonie wraz z kciukami tworzą trójkąt. Kciuki paznokciami zachodzą na siebie i spoczywają w dołku międzyobojczykowym, a dłonie na prawym i lewym płucu.*

***Działanie:*** *płuca, serce, grasica, system obronny, astma, przeziębienie.*

## RAMIONA – pozycja dodatkowa

---

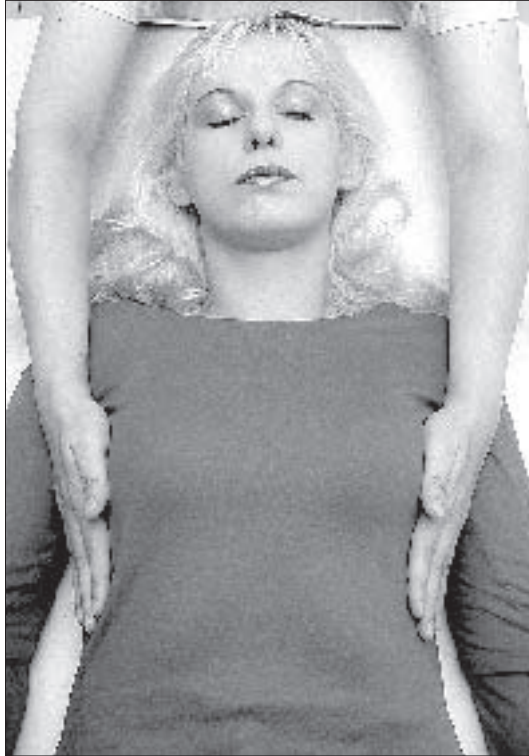


*Dłonie układamy na ramionach, a środkowy palec lekko wciskamy pod pachę. Kciuki na obojczykach.*

***Działanie:*** na bóle ramion, zimne dłonie, poprawę krążenia. Zdejmuje emocje związane z brzemieniem życia.

## Z BOKÓW PIERSI

---



*Ręce układamy po obu stronach piersi.*

***Działanie:*** – na płuca i serce, zdejmuję emocje typu pretensje do obcych i do rodziny, także nazbyt przejawiona i nie wyrażona macierzyńskość, agresja.

## WĄTROBA

---



*Dłonie ułożone po prawej stronie, jedna na żebrach, druga pod żebrami.*

***Działanie:*** na wątrobę, woreczek żółciowy, dwunastnicę, poprzecznicę jelita grubego. Zbiera emocje związane ze złością.

## ŚLEDZIONA I TRZUSTKA

---



*Jedna ręka na żebrach druga pod żebrami po stronie lewej.*

**Działanie:** *oddziałuje na śledzionę i trzustkę, część jelita grubego i część żołądka. Zdejmuje emocje związane z pretensjami do rodziny, brakiem przywiązania. Cukrzyca, niedokrwistość, emocje.*

## SPLIT SŁONECZNY

---



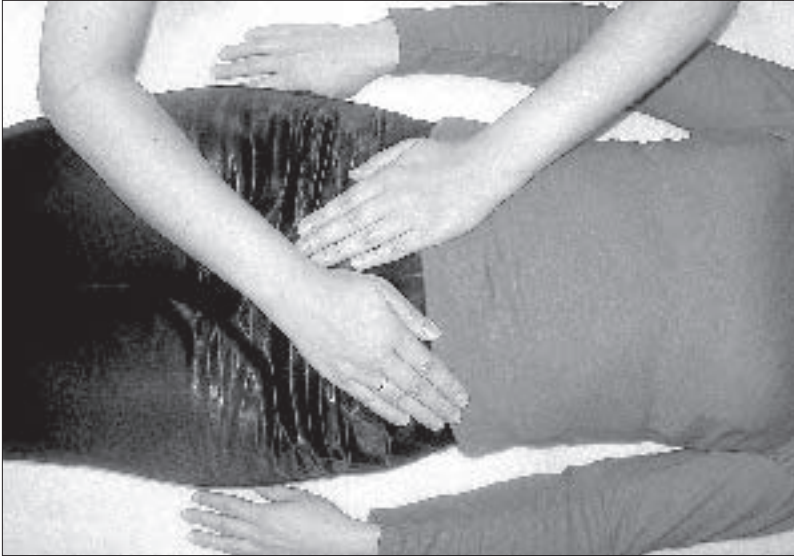
**Pozycja dodatkowa, stosowana przy większej tuszy oraz zaniżonym poczuciu własnej wartości**

*Dłonie pod mostkiem i na pępku.*

**Działanie:** *zdejmuje emocje związane z niskim mniemaniem o sobie, typu; nic nie jestem wart, brakiem akceptacji i przywiązania. Leczy żołądek, trzustkę, jelita.*

## PODBRZUSZE

---



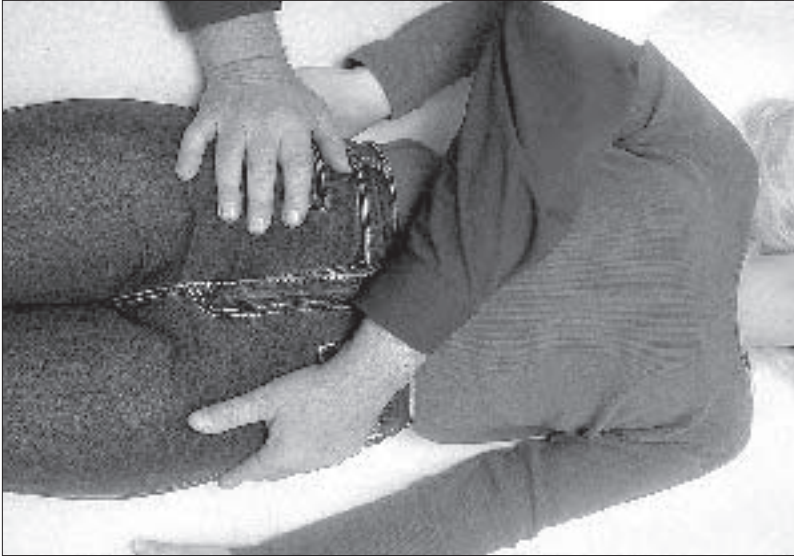
*Dłonie w kształcie litery V kładziemy na podbrzusze, pomiędzy kośćmi miednicy.*

***Działanie:*** jelita, okrężnica, organy rozrodcze kobiet, pęcherz moczowy i prostata u mężczyzn. Usuwa emocje związane z naszą seksualnością, brakiem stabilności w życiu.



## BOKI BIODER

---

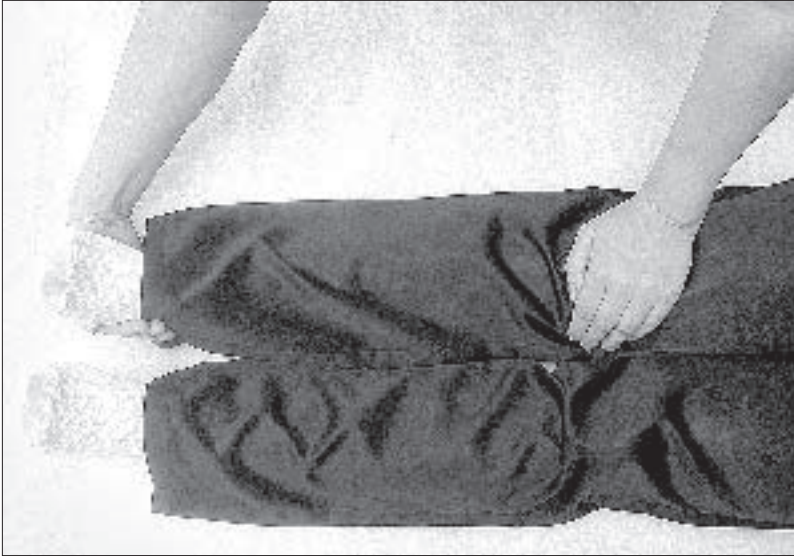


*Ręce na bokach bioder, w najszerszej ich części na krętarzu wielkim.*

***Działanie:*** *zdejmuje emocje związane z brakiem stabilnego usadowienia się w życiu, własną seksualnością, leczy bóle nóg, żylaki.*

## KOLANA I STOPY

---



*Jedna ręka na kolanie, druga pod stopą.*

*Usuwa emocje związane z naszym ego (kolano) oraz lękami związanymi z kroczeniem przez życie, typu: nie wiem jak mam postąpić w danej sytuacji, albo bez ukochanej osoby (ojciec, matka, mąż, żona) jak bez nogi, nóg.*

**Działanie:** *końcowa pozycja z przodu ciała, na „uziemienie” stopy i przebicie blokad energetycznych między kolanami i stopą.*

## LEWA ŁOPATKA

---



*Dłonie spoczywają na lewej łopatkce dotykając kręgosłupa.*

***Działanie:*** usuwa emocje związane z brzemieniem życia, stresy i napięcia. Kaszel, dolegliwości pleców i karku oraz kręgosłupa.

## PRAWA ŁOPATKA

---



*Dłonie spoczywają na prawej łopatce, tuż za kręgosłupem.*

***Działanie:*** usuwanie emocji związanych z brzemieniem życia, stresy i napięcia. Kaszel, dolegliwości pleców i karku oraz kręgosłupa.

## NERKI I NADNERCZE

---

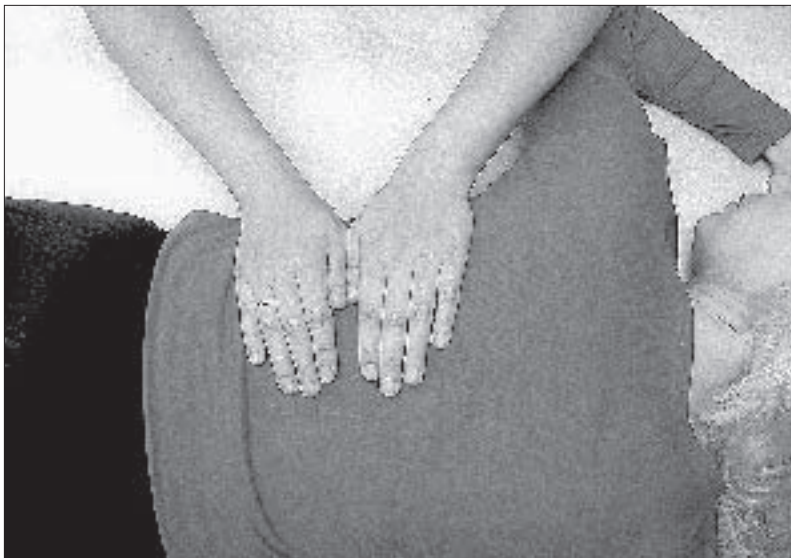


*Ręce kładziemy poniżej poprzedniej pozycji w obszarze prawej nerki i nadnercza.*

***Działanie:*** usuwa emocje związane z lękami, zadawnionymi niekiedy, oddziałuje na nerkę i nadnercze prawe, kręgosłup.

## NERKI I NADNERCZE

---



*Ręce przesuwamy ze strony prawej na lewą kładąc w obszarze lewej nerki i nadnercza.*

***Działanie:*** usuwa emocje związane z lękami, często jeszcze z dzieciństwa, oddziałuje na nerkę i nadnercze lewe, kręgosłup.

## BIODRA I POŚLADKI

---



*Dłonie kładziemy po lewej stronie poniżej pasa na biodro i pośladek.*

**Działanie:** *zdejmuje emocje związane z zagrożeniem bytu, lękiem o pieniądze, negowaniem rzeczywistości. Leczy rwę kulszową, prostatę, hemoroidy, bóle bioder, bóle kobiece.*

## DOŁKI PODKOLANOWE

---



*Dłonie po tylnej stronie kolan.*

***Działanie:*** *zdejmuje emocje związane z urażoną dumą, także z kompleksami.*



## Pozycja końcowa – RWA KULSZOWA

---



*Jedna ręka na pośladku, druga na stopie.*

**Działanie:** *leczy rwę kulszową, przebija blokady wzdłuż całej nogi.*

*Po zakończonym przekazie, a jeszcze przed masażem możemy zrównoważyć czakry w następujący sposób: 1 i 5 (kładąc prawą rękę na końcu kręgosłupa, a lewą na 7 wystającym kręgu szyjnym), 3 i 4 (prawa ręka w pasie, a lewa w dole między łopatkami). Na zakończenie 1 i 7 (kładąc lewą rękę na szczycie głowy, a prawą z tyłu za pośladkami poprzecznie i pionowo).*

# PRZYWRACANIE DO NORMALNEGO FUNKCJONOWANIA CZAKRAMÓW (tzw. równoważenie lub harmonizowanie czakr)

## RÓWNOWAŻENIE CZAKRY 2 i 5

---



*Lewa ręka na końcu kręgosłupa, a prawa na 7 wystającym kręgu szyjnym.*

*Mentalnie nadajemy energii następujące funkcje:*

- zebranie emocji z czakry oraz z całego jej obszaru, oczyszczenie;*
- stabilizowanie obrotów czakry;*
- normalne ustawienie płatków, pod kątem 45°;*
- doenergetyzowanie i doświetlenie.*

## RÓWNOWAŻENIE CZAKRY 3 i 4

---



*Lewa dłoń w pasie, a prawa na dole między łopatkami.*

*Funkcje mentalne jak poprzednio.*

## GLÓWNA OŚ ENERGETYCZNA równoważenie czakry 1 i 7

---



*Jedna ręka na szczycie głowy, a druga pionowo tuż za pośladkami.  
Usuwanie blokad na kręgosłupie (kanały Suschumna, Pingala i Ida).*

## MASAŻ KOŃCOWY

---



*Zaczynamy od trzykrotnego akupresurowego pomasowania stopy, później nogi, aż do pośladka, także trzykrotnie. Ściągamy energię od pięty do pasa po jednej i drugiej nodze, następnie masujemy ręce razem z dłońmi i podobnie ściągamy energię od dłoni aż do szyi. W następnej kolejności masujemy plecy, trzykrotnie po jednej i po drugiej stronie. Ruchami dłoni od boków do kręgosłupa ściągamy energię do środka i na koniec palcami wskazującym i środkowym w kształcie litery V obejmując kręgosłup ściągamy energię od szyi do kości ogonowej, trzykrotnie. Niektórzy uważają, że lepiej jest ją podnieść w kierunku odwrotnym. Nie ma większego znaczenia jak to zrobisz. Dokładnie nauczy cię tego twój mistrz.*

## ZAKOŃCZENIE PRZEKAZU

---



*Podziękowanie za Reiki, odcięcie się energetyczne, wyrównanie aury.  
Podziękowanie wzajemne. Krótki wzajemny uścisk, wymiana energetyczna (10–15 sek.).*

*Ustąpienie sztywności ciała jeśli dobrze puściły blokady.*

## REIKI DLA ROŚLIN

---



*Rośliny bardzo ładnie reagują na energię płynącą od nas, a kiedy nas „pokochają”, to także reagują na naszą obecność, reagują też i na brak obecności. Rozmawiamy z roślinami, głaskamy je po liściach i po ich aurze, pielęgnujemy je i troszczymy się o nie. W sypialni nie powinno być zbyt dużo roślin (zwłaszcza dużych). Mogą w czasie snu podkraść energię od nas.*

## REIKI DLA ZWIERZĄT

---



*Zwierzęta, zwłaszcza psy uwielbiają Reiki. Koty tego nie lubią, za to doskonale „ściągają” z naszego ciała niedobre energie i chętnie się kładą na obolale kolana lub stopy, czy też gdzie indziej. One wykorzystują inne rodzaje energii, a my wykorzystujemy te ich naturalne predyspozycje. Chętnie przebywają na ciekach wodnych, a jak im coś dolega wchodzą na lodówkę czy mikrofalówkę. Reiki można robić na tzw. wycucie naszym kochanym małym i dużym zwierzątkom, także i ptakom, jak również energetyzować akwarium.*



# AFIRMACJE

## POLECANE PODCZAS PRZEKAZU REIKI ORAZ ICH ROZUMIENIE

Czym jest choroba? Przede wszystkim zaburzeniem energetycznym, którego skutki przenoszone są na ciało fizyczne.

Co powoduje owe zaburzenia? Najczęściej niewybaczenie, poczucie winy, żale, pretensje, osądzanie, różne inne negatywne myśli i emocje. Podczas przekazu Reiki zdejmujemy te emocje, lecz znacznie ułatwią zadanie stosowne afirmacje, zapobiegą one dalszemu ich produkowaniu, pomogą w zrozumieniu siebie, a także w przebudowie systemu wartości i struktur myślowych, nieświadomi których zapraszają do siebie różne niedobre zdarzenia, popadamy w chorobę. Na samym początku budujemy wzorzec swojej pozytywnej i twórczej tożsamości.

– Jestem wspaniałym, szlachetnym, uczciwym i dobrym człowiekiem. Nie wolno nam się oskarżać, piętnować, poniżać. Nasza podświadomość bardzo potrzebuje pozytywnego wzorca. Oto on. Jeśli nawet na początku jawi się on nieprawdą, jawnym kłamstwem, to wiedź, że każde kłamstwo

powtórzone sto razy staje się prawdą, którą zaakceptuje, przyjmie za prawdę twoja podświadomość. Powtórz to sto razy a nawet dwieście i trzysta razy, a po dwu tygodniach przekonasz się jak to działa i czy działa. Jeśli to cię nie usatysfakcjonuje, to wiedz, że obowiązuje także reguła 90 dni, po których twój zamysł powinien się urzeczywistnić. 90 x 1 afirmacja dziennie + 10 na wszelki wypadek = 100 razy.

Następną bardzo ważną afirmacją będzie miłość i akceptacja siebie.

– Kocham i akceptuję siebie.

Pamiętaj, że masz zaraz po Panu Bogu przenieść miłość na siebie, ponieważ jesteś Jego częścią i Jego dzieckiem oraz własnością. Pamiętaj także, że poziom miłości do siebie wyznaczy poziom miłości do bliźniego, w żadnym razie odwrotnie. A jeśli z powodu poczucia winy znienawidzisz siebie, taką samą nienawiść poniesiesz w sercu do bliźniego, ponadto każda wina wymusi sprowadzenie na siebie kary w postaci bólu, utraty czegoś, choroby. Inaczej być nie może. Ogromna większość populacji ludzkiej ma zniekształcony i upośledzony czakram serca, bowiem kazano nam zaraz po Bogu kochać bliźniego. Ponieważ nikt nie jest bez winy lub jakiegoś obciążenia, należy zaakceptować swoją ułomność, aby tym łatwiej dążyć ku dobru i doskonałości. Dlatego należy w następnej afirmacji to zaakceptować.

– Kocham i akceptuję siebie takim, jakim jestem.

Pamiętaj, że inni mają także prawo, aby ich akceptowano takimi jacy oni są.

– Kocham i akceptuję także moich bliźnich takimi, jakimi oni są.

Następnie bardzo jest potrzebny akt wybaczenia sobie i innym wszelkich krzywd i urazów, oczekiwań, niespełnio-

nych lub pokładanych nadziei. Nie może być uzdrowienia bez wybaczenia.

– Wybaczam sobie całkowicie i szczerze wszystko, co zrobiłem niedobrego i uwalniam się od poczucia winy.

Przeszłość jest martwa, nikt jeszcze jej nie zawrócił, aby coś w niej naprawić. Jedyne jako zdrowy i świadomy możesz coś naprawić poprzez dobre uczynki.

– Całkowicie i szczerze przebaczam wszystko moim bliźnim i uwalniam się od problemów, które mnie wiążą z nimi.

Pamiętaj, że nie wyświadczasz im żadnej łaski ani przysługi, to ty uwalniasz się od problemu, który drażąc twoją psychikę załamuje i niszczy twoje zdrowie. Wyświadczasz łaskę samemu sobie. Następnie zapewnij sobie bezpieczeństwo i otoczenie z dobrych ludzi.

– Żyję w bezpiecznym i przyjaznym dla mnie świecie.

Współczesna telewizja emituje dużo przemocy, fałszu obłudy, wszelkiego zła. Ludzie boją się wychodzić z domu. Zła nie da się nam wykorzeń całkowicie, ale my możemy je usunąć ze swej drogi, stawiając na niej dobro, pozytywnych ludzi i pozytywne zdarzenia. Poza tym ze złem możemy i powinniśmy walczyć, ale nie wolno nam zła osądzać, bowiem osądzenie jest przyczyną wielu chorób, w tym także raka.

– Na swojej drodze spotykam tylko dobrych i przyjaznych mi ludzi. Nie musisz przecież spotykać tych niedobrych i nieprzyjaznych. Zaprosz więc do siebie tych dobrych i przyjaznych. Możesz lekką ręką uwalniać się od zagrożenia finansowego stwierdzając jedynie:

– Pieniądzy wystarcza mi na wszystkie moje potrzeby.

– Pieniądże przychodzą do mnie zawsze we właściwym czasie i w odpowiedniej ilości.

– Zasługuję na dostatek i bogactwo.

Pieniądze muszą być w ustawicznym ruchu, wtedy na zwolnioną przestrzeń napłyną nowe. Strach, zagrożenie brakiem powoduje, że na zwolnioną przestrzeń nie mogą napłynąć pieniądze, ponieważ nie ma już wolnej przestrzeni, wypełnił ją strach.

Uwolnij się od sklerozy i nie zapraszaj jej do siebie ustawicznym przywoływaniem.

– Mam doskonałą pamięć, pamiętam wszystko to, co jest mi potrzebne. Chętnie się uczę i łatwo zapamiętuję. Nauka przychodzi mi z łatwością. Nie musisz przecież mieć komputerowej pamięci, a jeśli coś zapomniałeś widocznie tak lepiej dla ciebie.

Ponieważ większość z nas kieruje samochodami to:

– Jeżdżę bezpiecznie i rozważnie.

– Kiedy prowadzę samochód, przede mną, za mną i po bokach jest bezpiecznie, a policja zajęta czym innym. Jeśli tylko afirmujesz bezpieczeństwo jazdy i nosisz poczucie winy, to afirmacja na policjantów może nie zadziałać, gdyż poczucie winy sprowadzi na ciebie potrzebę ukarania, a może to wypełnić się w postaci mandatu.

Zafunduj sobie doskonałe zdrowie i samopoczucie, co ci to szkodzi. Dlaczego by nie?

– Ciszę się doskonałym zdrowiem i samopoczuciem.

– Z każdym dniem poprawia się stan mojego zdrowia, coraz lepiej funkcjonuje moje ciało. Albo: proces zdrowienia jest już rozpoczęty.

– Poprawia się także stan mojego ducha.

Afirmacje zdrowia możesz dopasować do potrzeb lub okoliczności, nie wolno ci tylko afirmować stanów niechcianych, bo twoja podświadomość może przyjąć to za twoje zapotrzebowanie na określoną chorobę, bowiem np.: w afirmacji „nie chcę być chory na raka” przeważa sens np. „chcę być chory na raka”, przy tym energetycznie puste słowo nie, pomijane jest przez podświadomość. Określ lepiej jasno to, czego chcesz, a nie to czego się boisz. Zrób to w czasie terażniejszym i w trybie dokonanym. Twoja podświadomość nie analizuje i nie bardzo pojmuje, co to jest czas przeszły i przyszły i czy jest to dla ciebie dobre czy nie. Ona jest tu i teraz, oczekuje na pozytywny i twórczy wzorzec, jest bardzo łakoma na pozytywne stwierdzenia. Możesz też zwrócić się z prośbą do Boga: Panie Boże, proszę Cię o uzdrowienie mojej duszy i ciała. I podziękuj: Dziękuję Ci Panie za wysłuchanie i spełnienie mojej prośby.

Kiedy robisz komuś Reiki, niech powtarza głośno za tobą wybrane afirmacje. Podając je komuś, ty także się afirmujesz i umacniasz. Przekaż także nową świadomość, a staniesz się prawdziwym sprzymierzeńcem Pana Boga, uczestnicząc w wypełnianiu Jego planów. Przynajmniej nie będziesz przeszkadzać. Zmiana światopoglądu szczególnie w stosunku do przeszłości, jest warunkiem odmiany przyszłości.



# REIKI DLA SIEBIE

**K**iedy uzyskasz inicjację na pierwszy stopień Reiki, na-  
prawę „całego świata” rozpocznij od siebie. Dobrze ci  
to zrobi, umocnisz swój organizm i cały system energetycz-  
ny. Podobno ok. 1100 roku pewien biskup w Anglii kazał  
wyryć na swoim nagrobku taki mniej więcej napis: „Kiedy  
byłem młodzieńcem, zapragnąłem zmienić cały świat. Kiedy  
stałem się już dorosłym człowiekiem zrozumiałem, że nie  
uda mi się to, postanowiłem chociaż zmienić swój kraj. Gdy  
stałem się już dojrzałym człowiekiem zrozumiałem, że moje-  
go kraju także nie uda mi się zmienić. Poprzestałem na  
postanowieniu, aby przynajmniej zmienić swoją rodzinę. Dziś,  
kiedy znalazłem się u schyłku życia zrozumiałem, że nawet  
i tego nie udało mi się uczynić. Teraz już wiem, że gdybym  
był zmienił samego siebie, byłbym doskonałym przykładem  
dla mojej rodziny. Rodzina, daj Boże, mogłaby być inspi-  
racją dla kraju, a kraj, któż to wie, może i dla całego świa-  
ta”. Trzeba było długiego biskupiego życia, aby to zrozumieć  
i jeszcze większej biskupiej pokory, aby kazać wyryć tę prawdę

na swoim nagrobku, może i nam ku przestrodze oraz do zastanowienia?

Sobie także możesz dawać Reiki skrócone, przy każdej okazji. Proponuję ci następujące pozycje:

– Wygodnie usiądź z wyprostowanym kręgosłupem. Lewą rękę połącz na splocie słonecznym, a prawą nieco nad czakram serca na grasicę. Jeśli to możliwe, wcześniej włącz muzykę do medytacji, zapal świeczkę i pomedytuj. Następnie po kilku minutach przesunij lewą rękę na Harę – nieco poniżej pępka, a prawą na gardło. Najlepiej jednak będzie jeśli zrobisz dla siebie pełne Reiki poświęcając sobie ok. pół godziny, jednocześnie medytując. Medytacja zawsze umacnia i rozbudowuje czakramy. Medytując uwolnij się od żalów, zawiści, gniewu i osądzania poprzez zmianę stosunku do przeszłości. Tam, gdzie ty byłeś nie w porządku – przeproś w myślach i poproś o wybaczenie, tam gdzie doznałeś upokorzenia i pokrzywdzenia – zastanów się, dlaczego musiało cię to spotkać, co było w tobie nie tak, że zesłano ci to doświadczenie, a łatwiej ci będzie wybaczyć. Poniżej podaję logiczny i sprawdzony układ rąk na sobie.

Każdego dnia przed zaśnięciem, albo po przebudzeniu możesz porównać sobie czakry. Jedną ręką na czole, drugą na kroczu. Następnie z czoła na obojczyki i z krocza na wzgórek łonowy. Później z obojczyków na serce i ze wzgórka łonowego na spłot słoneczny. Po około 2 minutach zamieniamy dłonie i równoważymy w kierunku odwrotnym. Zamiast na czoło, kładziemy na szczyt głowy i na krocze, by zrównoważyć czakrę korony i czakrę podstawy. Równoważenie czakr może nam pomóc zasnąć, jeśli z jakichś powodów mamy trudności z zaśnięciem.

Ponieważ bardzo ważną rzeczą jest zrównoważenie na koniec energetyki na głównej osi energetycznej i czakrze pierw-



szej oraz siódmej (korony i podstawy) należy położyć lewą rękę na koronie, a prawą na kroczu. Jeżeli usunięte zostały blokady na kręgosłupie, to szybko powinniśmy poczuć gorąco na koronie i takie mocne „chuchnięcie” energią na dłoni z krocza, czyli czakry podstawy.

# POZYCJE RĄK PRZY PRZEKAZYWANIU REIKI DLA SIEBIE



*Dłonie, jak czapeczki, kładziemy na oczy i czoło.*



*Dłonie na skronie, palce na włosach tak, jak się zaczynają.*



*Jedna ręka na szczycie głowy, druga na potylicy.*



*Palce na pierwszych kręgach szyjnych, a dłonie na uszach.*



*Dłonie pod brodą i na policzkach*



*Pozycja „komunijna”, skrzyżowane ręce na piersiach.*

*Niech cię nie odstrasza reguła niekrzyżowania rąk, bowiem jak wiesz, każda reguła ma wyjątek. Doskonale działa, równoważy także półkule i uczy pokory.*



*Z prawej strony, jedna ręka na żebrach, druga pod żebrami.*





*Z lewej strony, jedna ręka na żebrach, druga pod żebrami.*



*Dłonie poziomo na brzuchu, na wysokości pępka.*



*Dłonie w kształcie litery V w pachwinach pomiędzy kośćmi miednicy.*



*Dłonie na krętarzu wielkim z boku na udach.*



*Dłonie na kolanach.*



*Dłonie z tyłu na karku.*



*Dłonie nad nerkami.*



*Dłonie na nerkach.*





*Dłonie na pośladkach.*

*Jeśli ci twój mistrz poda inne układy dłoni, słuchaj przede wszystkim jego lecz wiedz, że najważniejsza jest tutaj sama logika, że ma być po kolei ciało „obłożone” dłońmi.*



# ŁAGODNY POSŁANIEC

**W** istotnych momentach naszego życia nie pozostajemy opuszczeni i pozostawieni swojemu losowi, ale Bóg posyła do nas łagodnego posłańca z misją lub informacją. Łagodny posłaniec może być przez nas rozpoznany i przyjęty albo nie. Jeśli w porę go nie rozpoznamy i nie przyjmiemy, to będziemy zmuszeni przyjąć bolesne doświadczenia, które także mogą być jeszcze potęgowane, ponieważ człowiek dysponując wolną wolą decyduje o sobie, choć zawsze stać będzie przed koniecznością dokonywania wyboru. Jednakże z woli i łaski Bożej możemy niektórych przykrych doświadczeń, wynikających z dziedzictwa po przodkach uniknąć, o ile dostrzeżemy dla siebie szansę i dokonamy niezbędnych zmian w swoim życiu. Pewnemu młodemu człowiekowi, przygodnie napotkana cyganka wywróżyła, że pójdzie do wojska i tam tragicznie zginie. Ciągnęło się za nim dziedzictwo po jego dziadku jeszcze z czasów I wojny światowej i rewolucji w Rosji. Rozpoznał w niej posłańca i wstąpił do Seminarium Duchownego. Gdyby tego nie uczynił, bolesne doświadcze-

nie niewątpliwie dotknęłoby nie tylko jego, ale jeszcze jego najbliższych. Łagodny posłaniec i przykre doświadczenia mogą także być związane z wydarzeniami stopującymi. W przypadkach odchodzenia od wybranej drogi życia albo schodzenia na drogę złą „Łagodny” posłaniec nie zawsze musi być taki bardzo łagodny, ponieważ może on być już kolejnym posłańcem, a jeśli i jego nie rozpoznajemy przejawiając zamiast pokory agresję i gniew, to wtedy doświadczymy już bardzo bolesnych wydarzeń. Ponieważ nasza wewnętrzna pycha zawsze nas zaślepia i zagłusza głos wewnętrznego sumienia, to tak ważne stają się pokora i pokonywanie samego siebie, a w istocie swojej wewnętrznej pychy.

Kto chce, ten niech wierzy i pilnie się rozgląda, a kto nie chce, niech nie wierzy i nadstawia kark albo nawet i głowę.

# DRUGI STOPIEŃ REIKI

**P**o pierwszym stopniu wzniosłeś się na subtelniejsze poziomy wibracyjne, na których uzyskałeś dostęp do wszechogarniających Energii Życia. Połączyłeś się z nią, ale ostrożnie, jakby na próbę. Nie jesteś jeszcze gotów do „romansu” z energiami, nie całkiem je rozumiesz, nie znasz, nie wszystko pojmujesz. Umysł ludzki nie ogarnie zapewne nigdy wszystkich wymiarów, a jest ich wiele. Musisz się uczyć i „dojrzewać”, pokornieć. Dopiero po okresie tzw. dojrzewania, który może wynosić od trzech miesięcy nawet do trzech lat, będziesz się mógł zgłosić na drugi stopień. Po inicjacji na drugi stopień twoje możliwości wzrosną co najmniej trzykrotnie, choć będzie to tylko jedna inicjacja, podczas której nastąpi jeszcze doskonalsze zestrojenie twoich czakramów i tzw. subtelnych ciał z otaczającą nas Energią Życia. Otrzymasz trzy symbole: Mocy, Posłańca i Pomostu, które zostaną ci przez mistrza wpisane w twoje dłonie. Otrzymasz przez te symbole możliwość kondensowania energii, ochrony i pieczętowania (znak pierwszy – symbol Mocy),

inteligentnego doboru ilości i jakości energii oraz skierowanie jej tam, gdzie trzeba (drugi znak – symbol Pośłańca, który wypełni twoje mentalne intencje, zwany jest też Mentalem) i uzdrawiania na odległość (trzeci znak – symbol zwany Pomostem). Może on służyć do uzdrawiania zdarzeń z przeszłości i torowanie lepszej drogi na przyszłość. Znak ten działa poza czasem i przestrzenią. Wysubtelnieją twoje dłonie, rozwiną się na nich i uaktywnią czakramy. Prawdopodobnie powiększą się znacznie, przynajmniej główne czakramy, bo one będą twoim turbodoładowaniem Energii Życia z Powszechnego Pola. Pamiętaj, że są to jedyne symbole przekazane przez twórcę Reiki – Mikao Usui i tylko one obowiązuje w Reiki. Jest jeszcze czwarty znak – Mistrza. Więcej znaków nie ma. Dodawanie „nowych” symboli może się stać zaczątkiem spychania Reiki ku magii i prowadzić do powstania sporego zamieszania w Reiki.

Do Reiki niezbędne jest twoje miłujące serce, chęć niesienia pomocy, emanowanie miłością, bo miłość może wszystko, uleczyć każdą chorobę, pojednać nieprzyjaciół, zniweczyć magię, a nawet wygładzić grzech. Nie uczyni za ciebie tego żaden, choćby najwymyślniejszy symbol. Ty masz jeszcze do tego dodać uświadomienie przyczyn powstawania chorób, roli wybaczenia i pokory, zaproponować afirmacje, które poprzez kreatywną podświadomość pomogą w uzdrowieniu i ciała, i ducha, pomogą wykreować lepszą przyszłość i przemienić wewnętrznie. Terapia bez uświadomienia przesuwają tylko problem w czasie, więcej szkodzi niż pomaga, bo czas także płynie do przodu.

Pozytywna przemiana zapoczątkowana u jednego człowieka ma swoje dobre reperkusje w postaci przemian u najbliższych i w jego otoczeniu. Pamiętajcie, że niczego nie ma „na zawsze” w naszym ziemskim pielgrzymowaniu. Przez całe

nasze życie podążać będziemy w amplitudzie pomiędzy dobrem i złem, różnymi stanami naszego ducha, a najgorzej jest z tymi, których zabrakło pomiędzy skrajnościami, którzy widzą tylko czarno i biało. Pomiędzy czarnym i białym zawarta jest proza życia ze wszystkimi kolorami tęczy. Skrajności mają to do siebie, że z jednej popada się w drugą, a człowiek skrajny nie może być miarodajny.

## UZDROWIENIE SYTUACJI

Inaczej mówiąc relacji międzyludzkich. Tam gdzie relacje są chore rodzi się złość, pretensje i żale, jakaś agresja, poczucie winy i osąd. To wszystko sprzyjać będzie blokowaniu energii i powstawaniu chorób. Postarajcie się jednocześnie z przekazywaniem energii uzdrawiać „chore” relacje. Nie zawsze tzw. krzywdziciel działa ze złej woli. Często jest tylko ślepym wykonawcą uzgodnionego pomiędzy podświadomościami scenariusza na ukaranie, w przypadku noszonego w sobie poczucia winy. Oczyszczajmy swoje myśli i uczynki, także słowa, opierając życie na uczciwości i prawdzie, a zniknąć zaczną wszelkie poczucie winy. Obdarzajmy przede wszystkim siebie coraz większą miłością, a zatem i bliźniego.





# SYMBOLE REIKI

**P**IERWSZY SYMBOL, zwany symbolem „Mocy” służy do kondensowania energii, powiększenia przepustowości twojego kanału przekazu. Jest swoistym kondensatorem, otwieraczem przepustu energii Reiki, ochronną barierą, pieczęcią. Tym także, czym amen w modlitwie. Używamy go przed rozpoczęciem każdego przekazu Reiki, w zasięgu ręki i na odległość, do spotęgowania miejscowego przekazu Reiki, „przypieczętowania” przekazu lub wzmocnienia innych znaków, do zabezpieczania mieszkań, samochodów, zabezpieczenia przed agresją lub jakimiś innymi przejawami zła, do bezpiecznej jazdy samochodem, do energetyzowania pokarmów, lekarstw, napojów, neutralizowania szkodliwych substancji itp.

Jest jedynym symbolem, którego możemy używać bez wcześniejszego pytania o zgodę. Możemy tym symbolem energetyzować pisma i listy urzędowe w intencji pozytywnego ich załatwienia, pieniądze – by pomnożyły się, rośliny i zwierzęta.

Możemy również uzdrawiać sytuacje. Znak bardzo przyjazny dla obydwu stron w konflikcie, oparty na miłości.

DRUGI SYMBOL, zwany Pośłańcem, obdarzony swoistą inteligencją, zdolny do właściwego doboru energii, ilości i jakości, zdolny do poprowadzenia jej tam, gdzie potrzeba i obdarzenia funkcjami, jakie jej mentalnie nadamy. Zwany jest także Mentalem. Takimi funkcjami mogą być zdejmowanie i usuwanie warstw emocji, które tworzą blokady energetyczne w ciele, usuwanie innego rodzaju blokad energetycznych, przywracanie normalnej cyrkulacji energetycznej, doenergetyzowanie ubogich w energię obszarów, uzdrowienie schematów myślowych i sfer emocjonalnych, czyszczenie mentalne pomieszczeń.

TRZECI SYMBOL, zwany Pomostem, jest znakiem złożonym, działającym poza czasem i przestrzenią. Służy przede wszystkim do przekazu energii Reiki na odległość będąc dla niej pomostem, nośnikiem, dla którego czas i przestrzeń nie istnieją. Skoro działa poza czasem i przestrzenią, w takim razie istnieje możliwość cofnięcia się w czasie z intencją uzdrowienia przyszłych zdarzeń, których negatywne skutki przejawiają się teraz.

Uzdrowienie tamtych zdarzeń, a szczególnie odmiana stosunku do przeszłości, może spowodować ustąpienie skutku na przyszłość i odmianę losu. Ponieważ stan, także naszego zdrowia, w jakim się znajdujemy obecnie, jest konsekwencją naszej przeszłości, warto więc ją uzdrowić głównie poprzez zmianę stosunku do niej. Przede wszystkim dotyczyć to będzie rozpoczęcia i kontynuowania procesu wybaczenia i innym i sobie. Aby to się mogło odbyć, polecić należy uczynienie swoistej retrospekcji życia z intencją wybaczenia sobie i in-

nym, prośby uczynionej w myślach, aby nam wybaczone, a skierowanej do tej osoby lub osób, w stosunku do których sami czujemy się nie w porządku. Na doznane natomiast przez nas przykrości powinniśmy popatrzeć następująco: czego one nas miały nauczyć, dlaczego nam je dano, jakiego rodzaju poczucie winy wywołało potrzebę ukarania, jaki osąd lub pycha zagościły w nas. Co takiego niedobrego zagościło w nas. Przy pomocy tego znaku można również wyruszyć w przyszłość, aby oczyścić, przygotować grunt pod przyszłe, spodziewane zdarzenia, obdarzając je energią miłości jako nośnikiem pomyślnych zdarzeń.



# PRZEKAZ PO DRUGIM STOPNIU REIKI

Po drugim stopniu otrzymałeś nie tylko jeszcze jedną inicjację, trzy symbole wraz z mantrami, ale zapewne możliwe dużo wykonywałeś przekazów uzdrawiającej energii Reiki dla siebie i dla innych. W trakcie tych przekazów ćwiczyłeś swoje dłonie, przez co także udrożniły się jeszcze bardziej twoje „kanały energetyczne”, uczyłeś się interpretowania swoich odczuć na dłoniach. Te bardzo delikatne mrowienia, powiewy, chłód i gorąco, które dawniej nic dla ciebie nie znaczyły, dziś już stają się nośnikami informacji. Tego alfabetu nikt cię nie nauczył, ponieważ bardzo różnimy się od siebie pod względem zmysłowego i pozazmysłowego postrzegania, odczuwania.

Podobnie jak i po pierwszym stopniu musimy zadbać o dobry nastrój, relaksacyjną muzykę, świeczkę, jakieś modlitwy, może być obrazek święty lub krzyż. Symbole religijne i modlitwy nie są obowiązkowym elementem zależą tylko i wyłącznie od przekonań i potrzeb reikowicza, od jego podejścia do procesu uzdrawiania. Jeśli uważacie za stosowne

możecie eliptycznymi ruchami od głowy do stóp wyrównać aurę.

Następnie prosicie o uzdrawiającą Energię Reiki: „Panie, proszę Cię o uzdrawiającą Energię Reiki dla...” trzykrotnie. Następnie dyskretnie rysujemy symbole 1-2-1 i dystansujemy się stwierdzając: lecz zgodnie z Twoją wolą – trzykrotnie. Możemy dodać jeszcze: „Przekazuję ci najczystszy strumień uzdrawiającej energii bożej”, aby się uchronić przed przekazem własnych emocji. Chronimy też siebie stawiając mentalną zaporę przed przejmowaniem czegokolwiek od osoby, której dajemy Reiki. Teraz możesz dokonać tzw. harmonizowania czakr od przodu, ale nie musisz tego robić. Zależy to tylko od ciebie.

W normalnym przekazie nie czynimy tego. Ten sposób można z łatwością wykonać na sobie samym. Najpierw harmonizujemy czakrę szóstą i pierwszą, przez położenie jednej ręki na czole, a drugiej na kroczu. Trzymamy do momentu zrównoważonych odczuć na jednej i drugiej dłoni. Następnie równoważymy czakrę piątą (dołek międzyobojęczykowy) i drugą (poniżej pępka), kładąc jedną rękę na dół szyi i obojęczyki, a drugą na wzgórku łonowym. Jako ostatnie równoważymy czakrę czwartą – na sercu i trzecią – na splecie słonecznym (między pępkiem a mostkiem), kładąc jedną rękę na środku klatki piersiowej, a drugą na splecie słonecznym, zawsze do momentu jednakowych odczuć ok. 2-3 min. Jeśli uznacie za stosowne uzdrowienie pewnych sytuacji z przeszłości, możecie dodać jeszcze trzeci znak, pieczętując go jednak pierwszym. Jeśli sam jesteś osobą wierzącą i życzy sobie tego twój biorca, robiąc pozycje na głowie, możesz odmówić wybrane przez siebie modlitwy, które wyciszą i ciebie, i biorcę, czynią przekaz skuteczniejszym, bowiem modlitwa sama w sobie jest najsilniejszą energią i osłoną dla ciebie.

Resztę czasu możesz poświęcić na serdeczną rozmowę, która pomoże ci zrozumieć problemy emocjonalne biorcy, które stały się przyczyną jego dolegliwości, a następnie pomóż mu zrozumieć samego siebie, zrozumieć emocjonalne podłoże jego dolegliwości. Na czym polegają jego fałszywe przekonania i jak się ich pozbyć. Nie osądzamy, lecz z miłością upominamy. Podaj podstawowe afirmacje. Każda choroba, to jakiś nie wybaczony problem, przejawiona złość i agresja, długotrwałe żale, pretensje, obwinianie siebie albo osądzanie innych. Czasem utrata najbliższej osoby może spowodować umiejscowienie się emocjonalnych pokładów np. w nogach, rękach lub w jednej nodze, ręce, kiedy po stracie wytwarza się przekonanie np: „bez męża, jak bez nogi, ręki”. Bez ukochanej mamusi, która była doradcą, prowadziła przez życie, wytwarza się stan „jak bez nóg”. Prawie natychmiast zaczynają się dolegliwości w tamtych częściach ciała.

Zamiast rozmawiania możesz na czas seansu włączyć wybraną przez siebie kasetę Luizy Hay – „Uzdrowienie siebie”, Bożeny Figarskiej – „Uzdrowienie cudem przebaczenia”, Ewy Foley – „Wybaczenie” lub inne kasety, stosownie do okoliczności. Możesz także „nie przeszkadzać” i pozwolić na ten cudowny, głęboki relaks, prawdziwe „odloty” do głębi siebie.

Teraz nie musisz już trzymać się sztywno pięciu minut na każdej pozycji. Po drugim stopniu teoretycznie możesz ograniczyć się do 3–4 minut, praktycznie niektóre pozycje będą bardziej biorące, inne mniej. Zależać to będzie od „grubości” pokładów negatywnych energii (emocji), które trzeba będzie „rozpuścić”, pousuwać, zlikwidować wytworzone blokady w cyrkulacji energii, doładować tam, gdzie pojawiły się braki.

Po wykonaniu wszystkich pozycji na tułowiu, zarówno z przodu jak i z tyłu ciała, można sprawdzić czy nie ma

jeszcze potrzeby doenergetyzowania jakiegoś obszaru ciała. W tym celu wodzimy ręką nad tułowiem szukając czegoś innego w odczuciu, co by się w jakiś sposób wyróżniało. Kładziemy tam jeszcze rękę dodatkowo na trochę w celu oczyszczenia i doenergetyzowania.

## WYRÓWNYWANIE, RÓWNOWAŻENIE CZAKR

Na koniec, a więc kiedy są plecy na górze, równoważymy czakry, czyli przywracamy je do normalnego funkcjonowania. Każda z siedmiu głównych czakr jest bardzo ważnym ośrodkiem energetycznym odpowiedzialnym za prawidłowe funkcjonowanie organów w danym obszarze. Prawidłowo funkcjonująca czakra powinna być stabilna, przypominać kwiat lotosu z płatkami ustawionymi pod kątem 45° do góry, wyglądać świetliście w kolorze danej czakry. Nasze przekonania i emocje powodują zdeformowanie ośrodka energetycznego – czakry. Zdeformowana może mieć opadnięte płatki, albo dziwacznie powykrzywiane, może wirować za szybko lub chybotliwie, może być ciemna lub czarna zamiast świetlistej. Harmonizując należy nadać Energii Reiki powyższe funkcje i rejestrować swoje odczucia na końcach swoich palców położonych na czakrach od strony kręgosłupa lub na dłoni położonej na czakrze. Harmonizujemy w następującej kolejności: 2 i 5 (prawa ręka na końcu kręgosłupa, a lewa na 7 wystającym kręgu szyjnym), 3 i 4 (prawa ręka w pasie, a lewa na dole pomiędzy łopatkami). Na końcu harmonizujemy główną oś energetyczną na kręgosłupie, czyli siódemkę z jedyneką. Siódemkę – kładąc dłoń na czubku głowy i jedynekę – ekranizując dłonią tuż za pośladkami, bowiem wychodzi ona pomiędzy odbytem i narządami rodnymi do tyłu.



Poczujesz energetyczne chuchnięcie na dłoni. Taki energetyczny wiaterek.

W trakcie tzw. harmonizowania możecie mieć odczucia przepływu przez wasze palce energii o bardzo wysokiej częstotliwości, oznaczać to będzie, że zarówno z czakry, jak i z jej obszaru zaczynają się uwalniać pokłady emocji, tworząc jakby obłoczek drobin, który pęczniąc uniesie się z wolna i opuści nasze ciało energetyczne tzw. biopole. Pojedyncze mocne impulsy odczuwalne na palcach mogą świadczyć, że podnoszą się opadnięte płatki. Różnorodne impulsiki mogą oznaczać stabilizowanie się obrotów czakry, a poczucie stabilności, harmonii może świadczyć o doświadczeniu i przywróceniu normalnej funkcji czakry. Może to potrwać nawet do 4 minut na jednej pozycji. Z naszych doświadczeń wynika, że za aktualny stan czakr odpowiedzialne są nasze przekonania i jeśli w trakcie przekazów Reiki nie wpłyniemy na zmianę przekonań, zrównoważone czakry powrócą wkrótce do stanu poprzedniego. Zalecamy dokonanie już po wszystkim wzajemnego, ciepłego uścisku miłości, trwającego ok. 10–15 sekund.

Przedtem jeszcze należy mentalnie się rozłączyć, wykonując jedną ręką gest przecięcia niewidzialnego sznura energetycznego, który was połączył z biorcą i podziękować trzykrotnie za Reiki: „Dzięki Ci Panie, za Uzdrawiającą Energię Reiki dla...” trzykrotnie.



*Filis Furumoto – duchowy przywódca Reiki*

# SKRÓCONE REIKI

**S**krócone Reiki możemy wykonywać dopiero wtedy, kiedy jesteśmy już pod drugim stopniu, kiedy nie mamy normalnych warunków do położenia potrzebującego. Może to być w pracy, w podróży, albo wtedy, kiedy brakuje nam czasu. Jest to oddziaływanie właściwie na czakramy, ale obustronnie. Najpierw powinniśmy nawiązać kontakt z pacjentem i wejść w jego energetykę położywszy ręce na ramionach. Następnie mając świadomość, że w istocie pracujemy tylko z czakramami, mentalnie oczyszczamy czakramy ściągając „brudne” energie z obszaru każdego czakramu i oczywiście z samej czakry przede wszystkim. Rozwirowujemy i doświetlamy oczyszczone czakramy.

## PIERWSZA POZYCJA

---



*Kciuki na siódmym kręgu szyjnym, a dłonie na ramionach, jest pozycją pozornie wstępną. Dobrze jest wykonać wcześniej kilka „glasków” od ramion po rękach i plecach oraz pomasażować mięśnie kapturowe na ramionach. Są dobrze odbierane, zbliżają. Pierwszy układ pozwala podłączyć się do głównych kanałów energetycznych sushumna, pingala, ida oraz do wielu meridianów i na dobrą sprawę z tej pozycji można mentalnie rozprowadzić energię po całym ciele, rejestrując zatrzymanie przekazu energii o określonej częstotliwości wibracji, następnie przekaz innej już częstotliwości wibracyjnej itd.*

## DRUGA POZYCJA

---



*Obie dłonie na szczycie głowy, czyli na czakramie korony. Obie dłonie obok siebie.*

## TRZECIA POZYCJA

---



*Dłonie na czole i potylicy, czyli czakram szósty, tzw. trzeciego oka.*

## CZWARTA POZYCJA

---



*Dłonie na czakramie gardła. Jedna z tyłu na siódmym kręgu wystającym, a druga z przodu, na obojczykach.*

## PIĄTA POZYCJA

---



*Na czakramie serca, na środku klatki piersiowej z przodu i z tyłu.*



## SZÓSTA POZYCJA

---



*Jedna ręka nad mostkiem na splecie słonecznym, a druga z tyłu na tej wysokości.*

## SIÓDMA POZYCJA

---



*Jedną ręką na podbrzuszu, blisko krocza, a drugą pionowo na kręgosłupie, nasadą dłoni w okolicy pasa, a palce na kości ogonowej albo poziomo po przeciwległej stronie krocza. Na koniec takie same „głaski” jak na początku oraz wyrównanie aury poprzez prowadzenie rąk w bliskiej odległości od ciała, od pozycji nad głową, aż do stóp, z przodu i z tyłu.*

# REIKI DLA DZIECI

Pojawiła się w niektórych książkach opinia, że dzieciom i ludziom w starszym wieku robimy Reiki krócej. Z moich doświadczeń wynika że akurat ludzie starsi są „wygłodzeni” energetycznie, w związku z tym potrzebują energii życia więcej, natomiast dzieci – ogólnie rzecz biorąc, mniej, choć w niektórych skrajnych przypadkach z pewnością więcej. Dzieciom malutkim nie potrzeba też tyle pozycji. Wystarczy jedna lub dwie na głowie, na piersiach oraz na brzuszku. Można to zrobić w pozycji siedzącej, albo na leżąco najlepiej kiedy dziecko śpi, albo leży chore. Wtedy na główce obie dłonie intuicyjnie dopasować od przodu, następnie jedna na piersiach, a druga na brzuszku. Można też i na nóżkach obie dłonie. Jeśli dziecko nie śpi to polecić, aby położyło się na boczku albo na brzuszku i zrobić na główce i ramionach oraz na pleckach i pupci. Można też na nóżkach. Śpiące dziecko można lekko obrócić na któryś boczek i zrobić pozycje z tyłu jak wyżej.

Te same pozycje można wykonać dziecku na aurze – kilka centymetrów nad ciałem. Ponieważ dziecko do 7 roku życia

jest energetycznie powiązane z matką, to obowiązkowo należy wykonać Reiki i dla mamy. Jeśli robimy Reiki swojemu dziecku, to obowiązkowo robimy Reiki sobie z regulacją czakramów.













# SYSTEM ENERGETYCZNY CZŁOWIEKA

**M**amy w ciele człowieka kilka ważnych układów, jak choćby układ krwionośny, pokarmowy, nerwowy, oddechowy, mięśniowy, limfatyczny, kostny, moczowo-płciowy. Co do tych układów nie ma najmniejszej wątpliwości, ponieważ są one namacalne i widzialne. Jest jeszcze, związany z ciałem człowieka, układ energetyczny, który będziemy nazywali systemem energetycznym. Nie jest on dla przeciętnego człowieka ani widzialny, ani namacalny, chociaż mogą go odczuwać ludzie o szczególnej wrażliwości oraz widzieć jasnowidze. Taki system istnieje, mimo że budzi u wielu ludzi kontrowersje i wątpliwości.

Ponadto niewidzialna energetyka jest nieodzowna dla normalnego funkcjonowania każdego żywego organizmu. Zubożony energetycznie obszar ciała jest podatny na dolegliwości i choroby. Zubożenie dopływu energii wiąże się z naszymi emocjonalnymi przeżyciami, które zaburzają jej obieg, tworząc blokujące pola, tzw. blokady energetyczne. Aby przywrócić zdrowie, trzeba przywrócić system energetyczny do prawidłowego funk-

cjonowania, poprzez usunięcie blokujących pól, tzw. blokad energetycznych i przywrócenie obiegu energetycznego do normalności oraz doenergetyzowanie. Najważniejsze centra energetyczne, nazywane czakramami, związane są z określonymi obszarami naszej świadomości, potrzebna więc będzie jej przebudowa, ponieważ oczyszczone czakramy znów mogą się zanieczyścić i źle pracować, dostarczając mniej niż potrzeba energii do obszaru, który jest z nimi związany.

U podstaw harmonijnego obiegu energetyki, jak i dobrego zdrowia, jest nasze życie oparte na zdrowych i dobrych, pozytywnych emocjach, które będą miały swoje źródło w uczciwym życiu opartym na prawdzie, pokorze i czystości. Kiedy brakuje w nas pokory, to bierze górę pycha, która podsyca agresję i zaślepiając nie pozwala widzieć rzeczy takimi, jakimi one są, utrudniając naprawę samego siebie. Będziemy wówczas tracić czas i energię na usiłowanie zmieniienia innych zamiast siebie i naprawianie świata.

## **W SKŁAD SYSTEMIE ENERGETYCZNEGO CZŁOWIEKA WCHODZĄ:**

1. Kanały energetyczne. Najważniejszy z nich, to Sushumna, idący przez środek kręgosłupa od jego podstawy do szczytu głowy. Następnie biegną dwa boczne odgałęzienia Ida i Pingala, rozpoczynające swój bieg od skrzydełek nosa, biegną do szczytu głowy, krzyżując się między oczami, następnie spiralnie wzdłuż Sushumny i krzyżują się ze sobą na czakramach. Tworzą one główną oś energetyczną, na której rozmieszczonych jest siedem głównych czakramów, czyli wirów energetycznych.

Następnie kanałów parzystych, zwanych meridianami, a są to: 1. meridian płuc, 2. meridian jelita grubego, 3. meridian

żołądka, 4. meridian śledziony, 5. meridian serca, 6. meridian jelita cienkiego, 7. meridian nerek, 8. meridian pęcherza moczowego, 9. meridian osierdzia, 10. meridian potrójnego ogrzewacza, 11. meridian pęcherzyka żółciowego, 12. meridian wątroby oraz dwa nieparzyste tzw. regulator przedni i tylny. Oprócz głównych kanałów mamy całą sieć drobnych kanałków energetycznych oplatających całe nasze ciało.

2. Trzy aury, tzw. zbiorniki energii, które znajdują się pomiędzy czterema ciałami subtelными i ciałem fizycznym. W nich może znajdować się dużo brudnej energii wymagającej oczyszczenia.

3. Ośrodek Hara, energetyczny zbiornik znajdujący się na trzy palce poniżej pępka, w którym wszystko ulega zrównoważeniu.

4. Siedem czakr, które są ośrodkami i przetwornikami energii. Rozmieszczone są wzdłuż kręgosłupa, aż do szczytu głowy. Łączą je kanały energetyczne z trzema aurami, które otaczają ciało fizyczne i ciała subtelne. Dlatego też, kiedy oczyszczamy i równoważymy czakramy, to uwolnione brudy energetyczne i z czakry, i z obszaru, za który jest ona odpowiedzialna, jakby ugrzęzną w zbiornikach energetycznych w aurze i dobrze zrobi oczyszczenie też aury.

Dobre zdrowie zależy więc od dobrej energetyki, a dobra energetyka od uczciwego i prawego życia, prowadzonego w czystości, miłości i pokorze, w harmonii z otoczeniem, ze sobą samym i z Bogiem.

## **Czakra pierwsza – MULADHARA**

Znajduje się u podstawy kręgosłupa w okolicy kości ogonowej. Symbolizuje ją czteropłatkowy lotos, a świeci ogni-

stym kolorem czerwonym. Jest otwarta do dołu w kierunku ziemi i kojarzona z odpornością i trwałością. W niej biorą swój początek trzy główne kanały energetyczne: sushumna, ida i pingala. Uzyskanie wewnętrznej równowagi wymaga zrównoważenia czakry pierwszej z siódmą. Tworzy ona fundament życiowy i źródło sił witalnych dla wyższych czakr tzw. kundalini, pewny grunt pod nogami, na którym możemy budować nasze życie oraz zaopatrywać w energię potrzebną do twórczej aktywności w życiu. Związana jest z macicą u kobiet i prostatą u mężczyzn. Odpowiedzialna za problemy w tym obszarze: choroby macicy, prostatę, zaparcia i hemoroidy. Czakra ta steruje zmysłem powonienia oraz nogami: biodrami, kolanami, stopami. Odpowiada za instynkt przetrwania, egzystowania. Jeśli czakra podstawy jest normalna i harmonijna, to masz dobry związek z Ziemią i jej stworzeniami, poczucie stabilności i wewnętrznej siły. Upośledzone działanie tej czakry powoduje myślenie wokół materialnego posiadania i bezpieczeństwa. Czego pożądasz, musisz natychmiast mieć, bez względu na skutki. Myślisz tylko o własnych potrzebach. Przy blokadzie czakry twoja konstrukcja cielesna oraz odporność fizyczna i psychiczna są bardzo małe.

## **Czakra druga – SVADHISTHANA**

Znajduje się tuż nad narządami płciowymi, na wysokości kości łonowej. Odpowiedzialna za rozmnażanie i popęd seksualny oraz zmysł smaku. Jest centrum pierwotnych nie oczyszczonych emocji, energii seksualnej i sił twórczych. Czakra ta pozwala mężczyźnie odczuć swoją wewnętrzną męskość, a kobiecie wewnętrzną kobiecość. Symbolizuje ją sześciopłatkowy lotos, a świeci kolorem pomarańczowym.

Powiązana jest z gruczołami płciowymi męskimi i żeńskimi oraz częściowo za prostatą, nerkami, pęcherzem moczowym, wszystkimi płynami jak krew, limfa, soki trawienne i sperma. Wpływa również na inne organy trawienia. Reguluje energię seksualną, która ma większe znaczenie niż zwyczajny erotyzm czy seksualność fizyczna. Czakra ta jest siedzibą duszy, a ponieważ dusza ma ścisły związek z trzecim okiem, łatwo jej zaszkodzić nieczystymi myślami i wyobrażeniami. Czakra druga jest odpowiedzialna za przepływ energii przez pięć kręgów krzyżowego odcinka kręgosłupa, związana też jest z poczuciem smaku. Z powodu bliskości Hary odgrywa życiową funkcję w rozprzestrzenianiu i przepływie energii.

### **Czakra trzecia – MANIPURA**

Symbolizuje ją 10-płatkowy lotos, świeci żółtym i złoto-żółtym kolorem. Jest umiejscowiona w okolicy splotu słonecznego. Związana z gruczołem trzustką, która pełni decydującą rolę przy trawieniu. Wydziela hormon insulinę, która utrzymuje właściwy poziom cukru we krwi i reguluje przemianę węglowodanów, tłuszczów i białek. Odpowiada za system trawienny, żołądek, wątrobę, trzustkę, śledzionę, jelita, częściowo za nerki oraz wegetatywny układ nerwowy. Czakra ta kontroluje energię całego ciała, jest też odpowiedzialna za produkcję krwi. Jest mocno związana z emocjami człowieka (złość, brak przywiązania i akceptacji siebie) i odgrywa ważną rolę w związkach człowieka ze światem, ludźmi, miejscami i rzeczami. Związana także ze zmysłem wzroku i oczami. Gdy czakra ta jest otwarta i działa normalnie, to człowiek zachowuje spokój i opanowanie nawet w nieszczęściu. Także zdolności tworzenia i utrzymywania długotrwałych związków intymnych, miłości do domu, rodziny, kraju itp. są

związane z tą czakrą. Aby utrzymać trwałą związek między dwoma osobami oparty na wzajemnym zaufaniu, muszą one być połączone ze sobą nie tylko przez ośrodek serca, ale i splotu słonecznego. Promienie miłości i zaufania powinny przepływać swobodnie.

### **Czakra czwarta – ANAHATA**

Symbolizuje ją 12-płatkowy lotos, świeci kolorem zielonym oraz różowym i złotym. Związana jest z gruczołem grasicy, która reguluje wzrost i steruje systemem limfatycznym, pobudza i wzmacnia układ odpornościowy. Znajduje się na wysokości ósmego kręgu piersiowego. Odpowiada za serce i układ krążenia, zawiaduje skórą i zmysłem dotyku oraz ma wpływ na funkcje seksualne. Zawiaduje obszarem trochę poniżej obojczyków do miejsca na dwa palce powyżej splotu słonecznego. Łączy się ją ze współczuciem i uzdrawianiem. Otwierając czakrę serca możemy pozytywnie wpływać na pola innych ludzi. Istotne jest jaki chcemy osiągnąć efekt uzdrawiania. Poprzez połączoną emanację czakry serca i trzeciego oka można wysyłać energię do innych ludzi, a wywrze ona pozytywny wpływ. Jeśli jest upośledzone działanie czakry serca, to również ulegnie zaburzeniu czynność grasicy (system immunologiczny), która znajduje się tuż nad sercem. Czakra serca jest bramą duszy, ponieważ łączą się tam nasze najgłębsze i najwyższe uczucia miłości z cząsteczką Boga, która zamieszkuje w nas. Przy zablokowanej czakrze człowiek nie potrafi kochać, jest chłodny i obojętny, bardzo podatny na zranienia, zależny od sympatii i miłości innych. Odrzucony, czuje się głęboko dotknięty. Zamyka się i czuje przybity i smutny. Strach przed ponownym odrzuceniem blokuje go.

## **Czakra piąta – VISUDHA**

Symbolizuje ją 16-płatkowy lotos, świeci kolorem jasnoniebieskim. Zawiaduje gardłem, szczękami, nosem i uszami. Steruje zmysłem słuchu.

Poprzez czakrę piątą wyrażamy całą naszą ekspresję werbalną, śmiech i płacz, miłość i radość, strach i wściekłość oraz pragnienia i zamiary. Przez nią odbywa się przejawianie naszych stanów wewnętrznych na zewnątrz. Powiązana jest z gruczołem tarczycy, która odgrywa ważną rolę przy wzroście kośćca i organów wewnętrznych. Reguluje przemianę materii, przemianę jodu, gospodarkę wapnia. Zasila energię, steruje i pobudza układ oddechowy. Ta czakra odpowiada za wszystkie choroby układu oddechowego: zapalenie gardła, oskrzeli i płuc, gruźlicę, kaszel, przeziębienie, astmę, nieżyty nosa, raka płuc. Jeśli energia swobodnie przepływa wzdłuż kręgosłupa do czakry gardła, to człowiek może śmiało stawić czoło przeciwnościom, potrafi powiedzieć: nie. Czakra gardła ma zdolność przekształcania innych form energii w bezwarunkową radość. Wszystkie formy energii z czterech niższych czakr mogą być przetworzone przez piątą czakrę i wykorzystane jako pokarm przez fizyczne i subtelne ciała. Nadmiar energii może być wypromieniowany na zewnątrz emanując radość, która nada takiej osobie charyzmatyczną poświatę. Dzięki obudzeniu tej czakry można pokonać lęk, a człowiek uzyskuje możliwość znalezienia się w każdej sytuacji.

## **Czakra szósta – ADŻNA**

Zwana trzecim okiem, znajduje się pomiędzy brwiami. Symbolizuje ją 6-płatkowy lotos (dwa rzędy po 48 płatków).

Świeci kolorem indygo od błękitu do fioletu. Przyporządkowana przysadce mózgowej łączy się też z podwzgórzem. To poprzez trzecie oko możemy materializować i dematerializować materię, czyli tworzyć nową rzeczywistość i likwidować starą. Możemy również uzyskać dostęp do innych wymiarów rzeczywistości; tzw. struktur przyczynowo-skutkowych w polu energetycznym człowieka, do poszczególnych ogniw w łańcuchach zdarzeń poza czasowo-przestrzennych. Możemy się również zestroić z częstotliwością wibracji organów wewnętrznych i widzieć wtedy wewnątrz organizmu. Na poziomie trzeciego oka odbywa się widzenie pozazmysłowe, jasnowidzenie, intuicja i jasnosłyszenie. Mało chorób leczymy tą czakrą, służy ona przede wszystkim temu, kto daje energię i uzdrawia. Trzecie oko jest głównym miejscem, gdzie spotykają się różne strumienie energii, skąd następnie są rozdzielane. Rozgałęzia się tam Sushumna, a Ida i Pingala tam się krzyżują dając odgałęzienia do nosa. Kontroluje widzenie w sensie fizycznym i mistycznym oraz inne paranormalne formy postrzegania.

## **Czakra siódma – SAHASRARA**

Czakra korony zwana też 1000-płatkowym lotosem. Dokładnie 972 płatków lotosu. Świeci kolorem fioletowym, białym i złotym.

Powiązana z szyszynką oraz mózgiem, umiejscowiona jest na szczycie głowy i odpowiada najwyższemu poziomowi doskonałości duchowej. Poprzez czakrę siódmą związani jesteśmy z boskim bytem i początkiem, z którego wyszliśmy. Nasze osobiste pole energetyczne stapia się tutaj z Powszechnym Polem. Poznanie, które osiągamy przez czakrę siódmą wychodzi daleko poza wiedzę otrzymaną dzięki czakrze szóstej.



Przez rozwój czakry siódmej, energie w pozostałych czakrach zaczynają wirować w najwyższych, dostępnych im częstotliwościach. Wtedy już ona sama wysyła energię na zewnątrz tworząc ponad głową koronę czystego światła. Etymologia słowa „święty” pochodzi od „ten, który świeci”. Z pomocą tej czakry leczymy choroby związane z centralnym układem nerwowym, głową, układem kostnym, układem mięśniowym oraz generalnie z układem krążenia, takie jak: bóle głowy, migreny, stesy i wyczerpania nerwowe, złe samopoczucie, bezsenność, porażenia i paraliże, urazy zewnętrzne ciała, bóle w mięśniach i stawach, utrata przytomności i pierwsza pomoc.

## REFLEKSJE KOŃCOWE

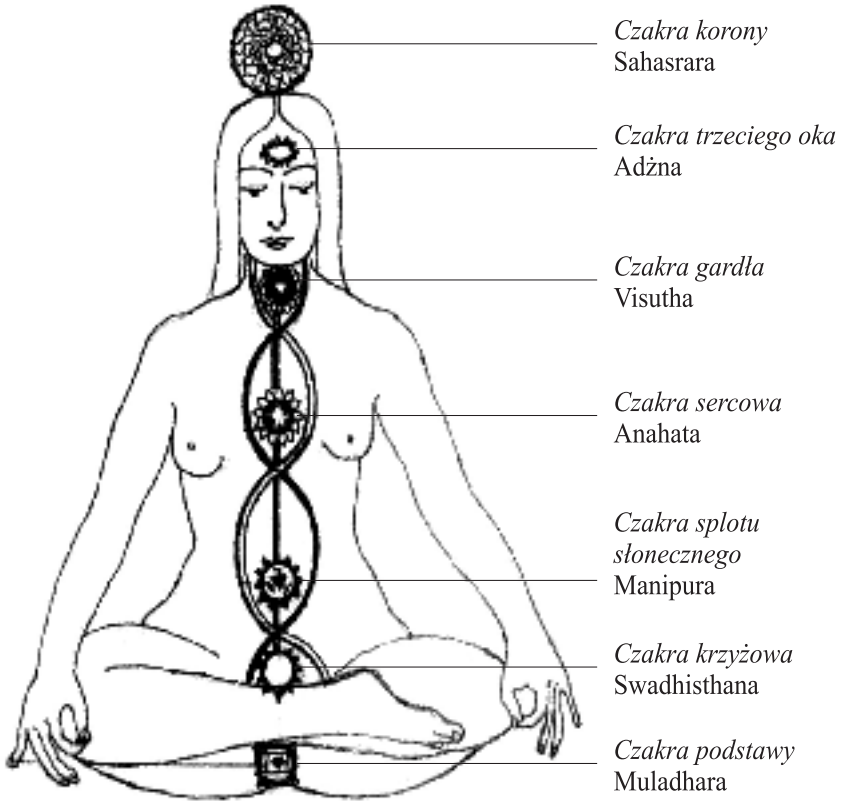
Jak już wspomniałem wcześniej, czakramy związane są z określonymi obszarami świadomości i o niektórych opowiem nieco więcej. Chińczycy uważają, że najważniejszymi organami w ciele człowieka są kręgosłup i nerki. Nerki z kolei mogą być blokowane lękami i obawami, a przyblokowane nerki blokują dalej kręgosłup w dół. Często problemy z kręgosłupem poniżej nerek wynikają z dysfunkcji tychże organów, wynikającej ze świadomości poczucia zagrożenia.

Pierwszy czakram powiązany jest ze świadomością bytu i przetrwania. Spodziewana kontrola Urzędu Skarbowego w słabo prosperującej firmie zwykle blokuje nerki, blokuje czakrę podstawy i dół kręgosłupa. Fałszywe pojmowanie naszej seksualności, poczucie ciężkiego grzechu, nawet przy niewinnych igraszkach może być przyczyną blokowania czakry biodrowej (krzyżowej). Tak zwany fałszywy wstyd i strach przed karą Bożą. Czakram serca u większości ludzi na świe-

cie źle pracuje, z powodu odcięcia nas od miłości do siebie, a zatem i od energii tworzenia, jaką jest miłość. Jednakże jeszcze z powodu błędów wychowawczych i ustawicznego strofowania, może się wkodować w psychikę dziecka poczucie winy i zrodzić syndrom ofiary, który będzie pokutować w dorosłym życiu. Stajemy się wtedy przewrażliwieni na swoim punkcie i łatwo nas zranić niewinnym, nawet nieopatrznym słowem, co z kolei będzie nam blokować czakram gardła, z powodu dużej ilości niewypowiedzianego żalu. Gardło może być blokowane wieloma jeszcze innymi sytuacjami, kiedy nie potrafimy się bronić i powiedzieć uczciwie, co nam na sercu leży. Kiedy nie możemy, albo nie chcemy na coś patrzeć lub słyszeć o czymś, to także będziemy blokować czakram szósty – trzeciego oka.

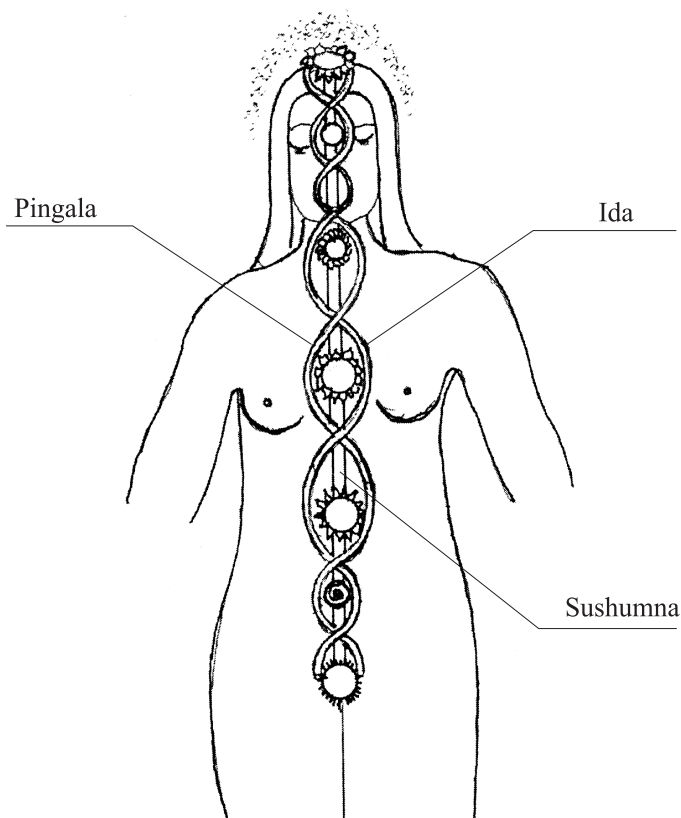
## SIEDEM CZAKR

---



## GŁÓWNE KANAŁY ENERGETYCZNE

---

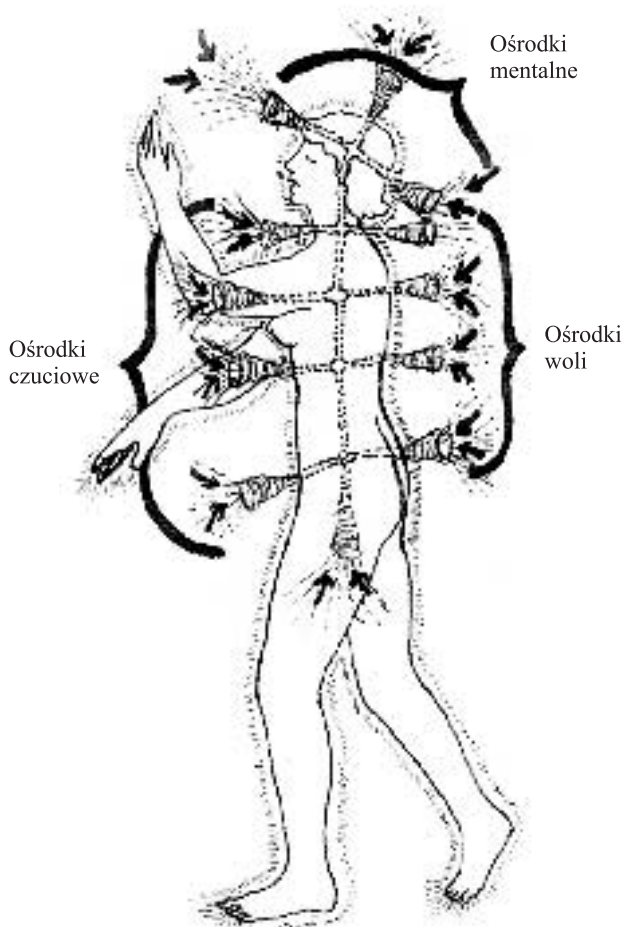


**Sushumna** – główny kanał energetyczny, biegnący przez środek kręgosłupa aż do szczytu głowy.

**Pingala i Ida** – kanały boczne, rozpoczynające swój bieg od skrzydełek nosa, krzyżują się między oczami oraz u szczytu czaszki biegnąc ku dołowi krzyżują się na czakrach.

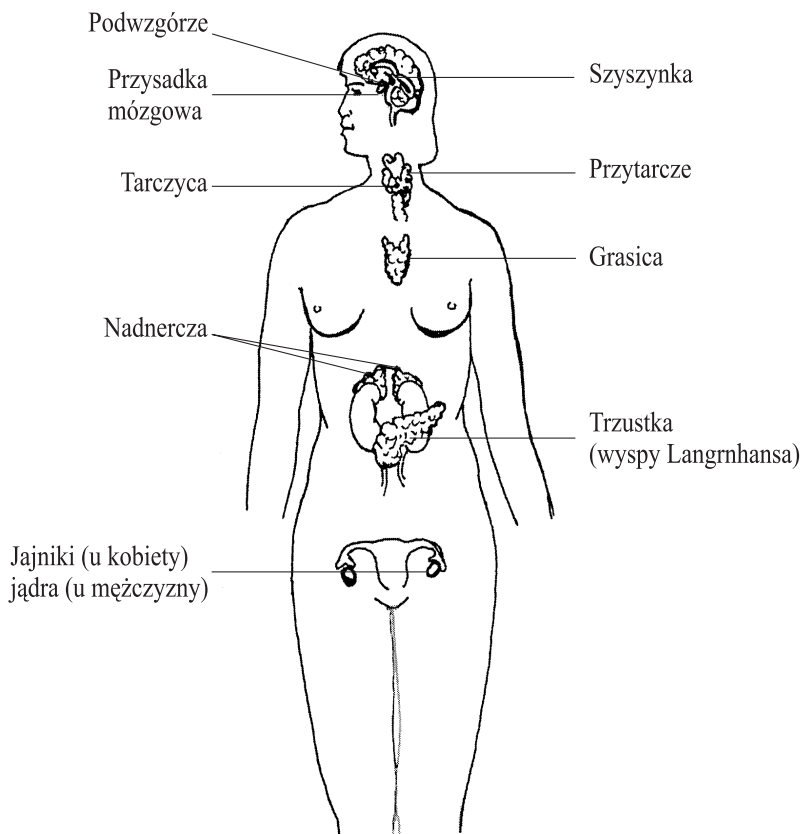
## SIEDEM CZAKRAMÓW GŁÓWNYCH (widok z przodu i z tyłu)

---



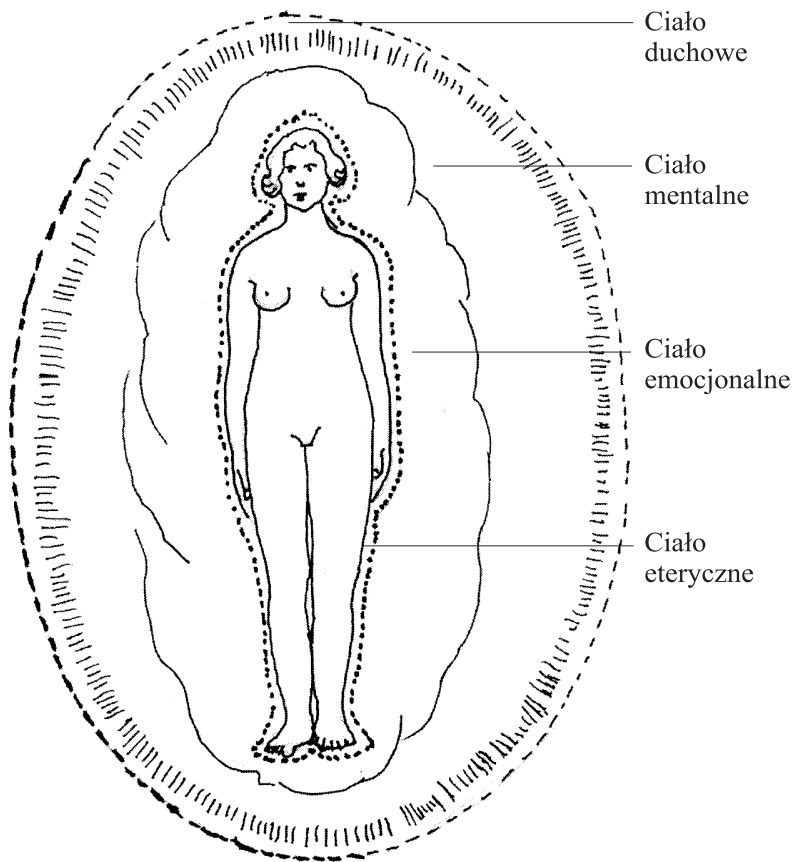
## UKŁAD WYDZIELANIA WEWNĘTRZNEGO

---



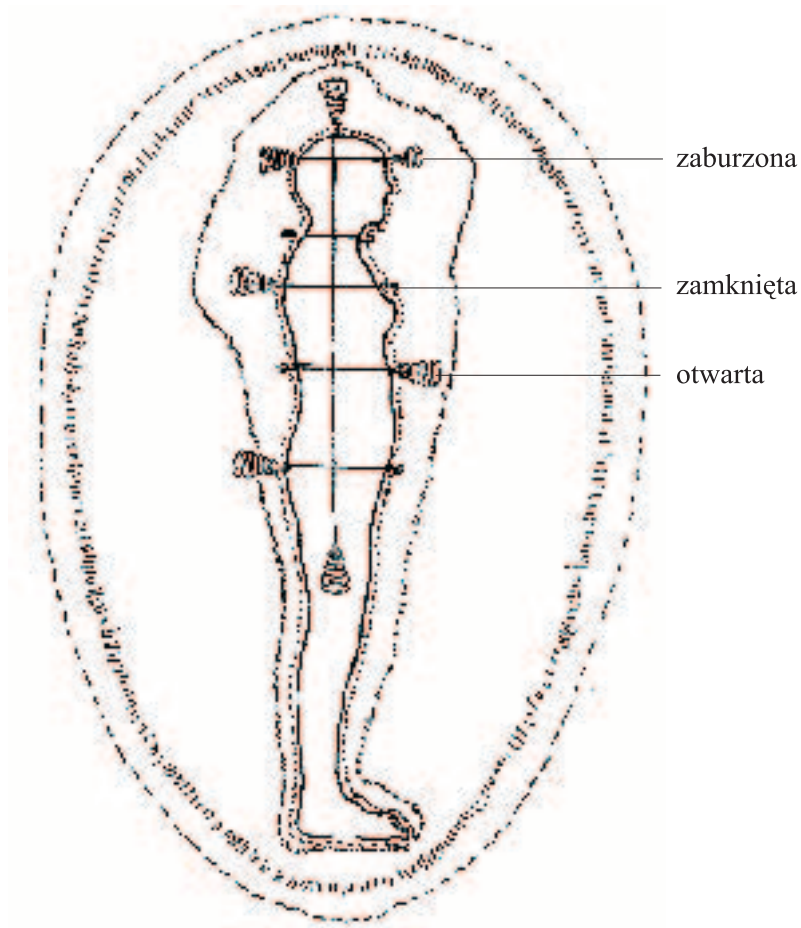
## CZTERY CIAŁA SUBTELNE I CIAŁO FIZYCZNE

---



## UPOŚLEDZENIE PRACY NIEKTÓRYCH CZAKRAMÓW

---



*Zamknięte lub zaburzone czakramy źle zaopatrują w energię obszary ciała, za które są odpowiedzialne. Niedostatek energii to sprzyjające warunki dla rozwoju choroby.*



# REIKI NA ODLEGŁOŚĆ

**Z**anim przystąpimy do przekazu Reiki na odległość powinniśmy sobie przygotować miejsce tak, aby nikt nam nie przeszkadzał. Dobrze jest zapalić świeczkę, włączyć jakąś relaksacyjną muzykę, którą lubimy, wygodnie usiąść. Wskazane jest, ażeby o Reiki nas poproszono, lub zrobił to ktoś bardzo bliski w intencji chorego, ale tylko w takiej sytuacji, kiedy ta osoba znajduje się w potrzebie, a sama nie może się do nas zwrócić. Możemy przekazać Reiki swoim najbliższym nieproszeni, także przyjacielom, jednakże wtedy należy się zdecydowanie zdystansować od naszego chciejstwa poprzez wyraźne odwołanie się do Woli Bożej.

Jest kilka sposobów przekazywania Reiki na odległość. Jednym z nich jest wykorzystanie swoich własnych ud, które będą symbolizować przód (prawe udo) i tył ciała (lewe udo). Kiedy położymy ręce na prawym kolanie, wyobrażamy sobie, że nasze ręce spoczywają na twarzy i szyi tego, komu przekazujemy Reiki na odległość. Jeśli ułożymy ręce na środku naszego prawego uda, to energia popłynie na klatkę pier-

siową, górną część brzucha. Ręce ułożone na naszym udzie przy podbrzuszu będą przekazywały energię na podbrzusze i nogi. Podobnie ręce ułożone na lewej nodze przekażą energię na tył ciała: 1. Tył głowy, szyja. 2. Plecy, do pasa. 3. Poniżej pasa i nogi. Wymienione pozycje można doraźnie modyfikować, nieco zmieniając ułożenie i dając mentalne polecenie przekazu energii np. na wątrobę itd. Innym sposobem jest wyobrażenie sobie, że zmniejszamy osobę do rozmiarów laleczki, która mieści się w naszych dłoniach. Bierzymy ją w dłonie i uruchamiamy przekaz energii, jakby była w kąpieli energetycznej. Jeszcze inny i najciekawszy sposób to zaproszenie do siebie fantoma osoby, której przekazujemy Reiki tzw. sobowtóra energetycznego. Możemy wtedy układać fantoma dowolnie: na siedząco, robiąc mu skrócone Reiki, położyć przed nami i obracać jak tylko jest to potrzebne. Doznacie odczucia przepływu energii, jakby osoba rzeczywiście była pod waszymi rękami. Po skończonym seansie pozwólcie fantomowi odejść, podziękujcie za przybycie i Bogu za Reiki.

Zanim przystąpicie do przekazu poproście o Reiki dla tego kogoś, podajcie adres, gdzie jest w tej chwili, albo gdziekolwiek jest w tej chwili, jeśli nie jest to wiadome. Zdystansujcie się: lecz zgodnie z wolą Bożą, zbudujcie pomost rysując przed sobą trzeci symbol. Pieczętujcie go pierwszym, który jednocześnie otworzy was na przekaz i przysporzy wam mocy, rysujcie drugi symbol i pieczętujcie go pierwszym obdarzając też mocą. Niektórzy mistrzowie uważają, że każdy znak powinien być poprzedzony i zapieczętowany pierwszym. Mentalnie (w myślach) nadajcie mu funkcje, które ma tam do wypełnienia: oczyszczenie brudów energetycznych, usunięcie blokad, doenergetyzowanie oraz uzdrowienie tych

wszystkich poziomów wibracyjnych, które powinny być uzdrowione, a o których nie mamy pojęcia.

Ponieważ istnieje hologramowa budowa świata, zapraszając ciało energetyczne człowieka, choćby nawet z drugiej półkuli, w istocie zapraszamy jego hologram, z którego odtworzamy całe ciało energetyczne i możemy pracować tak, jakby ciało rzeczywiste było przed nami i robimy te wszystkie pozycje, które są przewidziane dla skróconego Reiki i niektóre możemy dodać. Przede wszystkim polegaj na tym, co ci twój mistrz przekaże.

Po skończonym seansie, zwykle około pół godziny rozłączcie się gestem przypominającym umycie dłoni, dziękującie za Reiki. Dobrze jest też umyć ręce pod wodą bieżącą.



# REIKI SYTUACYJNE NA ODLEGŁOŚĆ

**P**przed egzaminem, przed ważną wizytą w urzędzie, ważnym spotkaniem itp.

Ponieważ trzeci symbol działa poza czasem i przestrzenią można wykonać Reiki sytuacyjne wcześniej, np. poprzedniego dnia wieczorem z intencją mentalnego zawieszenia Reiki w przestrzeni i dotarcia lub skutkowania jej wraz z waszym wejściem do urzędu, na salę egzaminacyjną. Możemy również mentalnie nadać funkcje, aby energia miłości i łaski bożej towarzyszyła osobie w trudnej dla niej sytuacji, opresji itp. Prosimy wcześniej o energię miłości Reiki na pomyślnie zdany egzamin, załatwienie jakiejś sprawy, rozstrzygnięcie sporu czy konfliktu, ale z korzyścią dla wszystkich i zgodnie z Wolą Bożą. Należy po wyrażeniu intencji wygodnie usiąść, skierować dłonie przed sobą do przodu i wyobrazić sobie, że energia płynie do określonego miejsca, otacza tego kogoś, tworząc wokół niego białą energetyczną kulę, natomiast skutkowanie rozpocznie się wraz z wejściem waszym lub wybranej osoby na egzamin, do urzędu itp. Seans około 15 minut. Podziękować.



# GRUPOWE REIKI

**N**a spotkaniach grup warsztatowych reikowiczów, na których dzielimy się swoimi doświadczeniami, powinniśmy robić Reiki grupowe dla siebie. Proponuję dwa sposoby: pierwszy, to stajemy w kręgu kładąc sobie ręce wzajemnie na ramionach, najpierw je sobie masujemy, a następnie przekazujemy energię kładąc kciuki na 7 kręgu szyjnym (wystającym), a dłonie na ramionach. Na koniec poklepujemy się po ramionach i odwracamy kierunek, robiąc teraz Reiki temu, kto robił nam przedtem. Wystarczy na to ok. 5–7 minut. Dziękujemy za Reiki i sobie wzajemnie przekazujemy uściski wraz z energią miłości. Drugim sposobem może być wykonanie Reiki dla jednej osoby, przez kilka osób. Taki przekaz dla jednej osoby może być znacznie krótszy, do 15 minut, zależnie od ilości osób biorących udział w przekazie. Musi być jedna osoba zarządzająca, gdzie kto ma położyć ręce i jak długo ma to trwać. Jeśli będą to np. zespoły 3-osobowe, to dla każdej z tych osób można przeznaczyć 15–20 minut.





# MEDYTACJA I

*„Zawsze istniała i do dziś istnieje zasada Absolutnego Prawa i Porządku, której nic naruszyć nie może. Ludzkość zadawała i zadaje sobie pytania: „Czy Bóg istnieje?”*”

**B**adania naukowe ostatnich lat odkryły, że istnieje siła uniwersalna nazywana także energią uniwersalną lub energią pierwotną, przenikającą cały świat i napełniająca nieskończoną przestrzeń. Energia ta promieniuje przez całą przestrzeń, wszystkie warunki i wszystkie rzeczy. Nie należy ona ani do jednej osoby, ani do jednej grupy – jest ona wszystkim we wszystkim i należy do każdego. Jest ona zawsze obecna, wszechobecna, przenikająca wszystkie rzeczy.

Jest to Boski prąd, Boska energia, która jest stała, wieczna, wszechobejmująca. Istnieje wielki rezerwuar dobra. Ten potężny zbiornik dobra, Boskiej energii i pierwotnej czystości istnieje przez cały czas i czeka, abyśmy z niego czerpali. Mamy się tylko z nim zestroić, by tworzyć jedno. Energię tę nazwano imieniem Bóg.

Dziś dobrze wiemy, że doskonałości nie można stworzyć, ona zawsze była i jest, tu i teraz. Najpierw była myśl, potem wyrażone słowo. Biblia mówi: „Na początku było Słowo, a Słowo było u Boga, i Bogiem było Słowo”. Z chwilą gdy

wymawiamy słowa negatywne, trwonimy czystą i doskonałą energią Boską. Dlatego im bardziej wyrobimy w sobie dyscyplinę i opanowanie myśli, uczuć, mowy i czynów, by były pozytywne i twórcze, tym więcej wytwarzamy energii potencjalnej dla wypełnienia naszych prac i przejawienia doskonałości.

Sama myśl doprowadza rzeczy do widzialnej postaci.

Wizja ta promieniuje tak zdecydowanie, że wywołuje rzecz ze źródła wszelkiego bytu i konsoliduje je całkowicie. Jasno przedstawiona wizja poprzedza rzecz. Ważną sprawą jest trzymanie się jednego stanowiska w jednym czasie.

Nie pozwalajcie nigdy waszym myślom błądzić tu i tam lub wyłaniać inną formę dopóki pierwsza nie jest dokonana. Gdy czynność jest dopełniona dajcie myśli odejść zupełnie i zwrócić się do następnej akcji. Jezus mówił: „Jesteście Bogiem i synami Najwyższego”. Nigdy zwątpienia, nigdy niepowodzenia. Zawsze ta sama jedność kierująca myślą. Z chwilą gdy zatrzymujemy swoje siły, następuje zastój, lecz jeśli wydajemy z tego co mamy, zawsze napływa nowe dla zapełnienia zwolnionej przestrzeni. Energia jest niewyczerpalna, jeśli używamy jej we właściwy sposób i we właściwym kierunku. Człowiek powinien się tylko uczynić przewodem dla Boskiej siły, która zawsze pulsuje i nie może być wyczerpana.

Istnieje nieśmiertelność każdej myśli, każdego czynu i słowa. Jest siła skupiająca, od której człowiek nie może się uchylić. Bóg nie ma kształtu ludzkiej istoty, w żadnym razie. Bóg jest najwyższą rozumną potęgą przenikającą każdy kształt i każdy atom w całym Wszechświecie”.

**„Nauki Mistrzów Dalekiego Wschodu”  
Spalding Baird**

# MEDYTACJA II

*„Nędzarzem jesteś, skądkolwiek pochodzisz i gdziekolwiek się udajesz, chyba że zwrócisz się ku Bogu. Po cóż się trapisz, że nie wie dzie ci się tak jakbyś chciał i pragnął?”*

Czy istnieje ktoś taki, kto miałby wszystko czego pragnie? Nie ma na świecie człowieka, który by nie zaznał cierpienia choćby był królem czy papieżem. Nigdy nie będziesz wewnętrznie skupiony jeśli nie nauczysz się milczeć o innych, a pilniej czuwać nad sobą. Gdzież jesteś jeżeli nie ma Cię w tobie samym? Moglibyśmy cieszyć się pełnym pokojem, gdybyśmy nie zajmowali się tym co do nas nie należy, co ktoś powiedział lub zrobił. Jak może trwać w pokoju ktoś, kto nieustannie miesza się do cudzych spraw? Patrz na siebie, ale wystrzegaj się sądzenia innych. Daremnie człowiek trzodzi się osądzaniem innych, jakże często się myli i jak łatwo popada w błąd; sądzić siebie i rozmyślać o sobie to dopiero trud owocny. Jakże często sądzimy według tego, co nam przypada do serca i jak łatwo zatracamy poczucie sprawiedliwości przez miłość własną. Czego nie można w sobie albo w innych naprawić, trzeba znosić cierpliwie, dopóki Bóg nie zrzędzi inaczej. Jeśli upomnisz kogoś raz i drugi, a on nie usłucha, nie kłóć się z nim, ale zdaj

resztę na Boga, aby spełniła się Jego wola. On bowiem potrafi zło przemienić w dobro. Ucz się cierpliwości w znoszeniu cudzych wad i słabości, bo ty także masz ich wiele, a inni muszą się z tym godzić. Chcemy, aby innych upominano i karcono surowo, ale sami nie lubimy być strofowani. A przecież Bóg tak urządził świat, abyśmy nawzajem uczyli się znosić swoje ciężary.

Trzeba, abyśmy wzajemnie siebie znosili, nawzajem siebie podtrzymywali i upominali, bo nikt nie jest bez wady, nikt bez jakiegoś obciążenia, nikt, kto byłby dość mądry dla siebie.

Prawdziwie wielki jest ten, kto ma w sobie miłość. Prawdziwie wielki jest ten, kto w głębi jest mały i za nic ma najwyższe godności.

**Kempis**

*„O naśladowaniu Chrystusa”*

# ĆWICZENIA

## **WYRZUCENIE Z SIEBIE NEGATYWNYCH EMOCJI**

Jest to bardzo proste i skuteczne ćwiczenie na wyrzucenie z siebie nagromadzonych negatywnych emocji. Wystarczy usiąść na krześle z wyprostowanym kręgosłupem, wykonać głęboki wdech przez nos oraz podnieść do góry ręce i ramiona. Następnie na chwilę wstrzymajcie oddech, aby nadać mentalne polecenie wyrzucenia emocji i zrobić energiczny skłon dotykając dłońmi podłogi. Wyrzucając z siebie powietrze razem z emocjami krzyczymy głośno Ha! Wykonujemy je trzykrotnie. Im głośniej tym lepiej.

## **OCHRONA PRZED NEGATYWNYMI ENERGIAMI**

Negatywne emocje innych ludzi mogą być wchłonięte przez nasz spłot słoneczny. Możemy też być celem negatywnych

myśli i emocji kierowanych do nas. Czakram splotu słonecznego jest głównym punktem dotarcia do nas energii emocjonalnych i mentalnych. Uzdrowiciele i wszyscy ludzie wrażliwi powinni chronić swój czakram splotu słonecznego. W tym celu należy zwizualizować sobie złocisty dysk na wysokości splotu, zwłaszcza wtedy, gdy znajdziemy się w atmosferze przeładowanej emocjami oraz wtedy, kiedy przy tobie ktoś wyraża negatywne myśli.

Jeśli sam znajdziesz się w stanie wzburzenia możesz gwizdać, śpiewać, krzyknąć np. Aaa, Aaa, Aaa..., uderzając się na przemian pięściami w piersi, aż wyrzucisz emocje, albo wykonaj ćwiczenie na wyrzucenie z siebie negatywnych emocji.

## **GROMADZENIE „UNIWERSALNEJ SIŁY ŻYCIOWEJ”**

*według barona E. Fersona*

Stań w rozkroku z ramionami wyciągniętymi na wysokości barków i dłoni skierowanymi ku górze. Teraz wypowiedz słowa: „Uzdrowiająca energia boża napływa teraz do mnie... i napełnia mnie”. Powtórz to trzykrotnie z około dwudziestosekundowymi przerwami. Powinieneś w tym czasie czuć na dłoniach mrowienie, kłucie, swędzenie. Odczucia są oznaką napływania energii do ciała. Twoja podświadomość szybko nauczy się reagowania na twoje mentalne polecenia i tworzenia dużego ładunku uzdrawiającej energii życia. Teraz wyobraź sobie, że jesteś pęczniejącą gąbką lub ładującym się akumulatorem. To ćwiczenie możesz z powodzeniem wykonać przed zabiegiem Reiki, nawet gdy siedzisz wystarczy, że szeroko rozłożysz ręce z dłońmi ku górze i wyobrazisz sobie, jak napełniają się one energią, nabrzmiewają, pęcznieją, jak

wypełnia ona wszystkie „wolne” przestrzenie w twoim ciele, poczynawszy od stóp, aż po czubek głowy. W trakcie zabiegu Reiki możesz jedną rękę trzymać na „chorym” miejscu, a drugą doładowywać lub wyobrażać sobie, że spełnia ona funkcję dodatkowej „anteny”.

## **OSŁONA ENERGETYCZNA DLA SIEBIE**

Możesz ją wykonywać gdziekolwiek jesteś, najlepiej na siedząco, w skupieniu. Wykonaj kilka głębokich oddechów i powiedz w myślach: jestem zharmonizowany i zabezpieczony przed wszelkimi złymi energiami, myślami i czynami. Niech żadne złe energie nie mają do mnie dostępu a te, które zostałyby na mnie skierowane, niech powrócą do źródła, nie czyniąc nikomu nic złego. Niech tak się stanie.

Teraz wykonaj dla siebie osłonę energetyczną w postaci szklanego klosza, kokonu energetycznego z białej, świetlistej energii albo stwórz nad sobą energetyczną piramidę, możesz nawet trzy – jedna nad drugą, ale z potrójną piramidą nie spiesz się dopóki nie uporządkujesz własnych emocji, bo one także zostaną przez piramidę zatrzymane. Następnie powiedz sobie: jestem doskonale chroniony przed wszelkimi negatywnymi, kierowanymi do mnie emocjami, tak długo, jak długo zechcę. Nikt nie jest w stanie zburzyć mojej osłony. Powtórz to trzykrotnie.

A teraz życzę ci, mój drogi przyjacielu reikowiczu, wspaniałych przeżyć i doświadczeń, przemian w twoim życiu, przebudowy struktur myślowych, przekonań i stosunku do przeszłości, które dadzą początek pozytywnym przemianom w tobie, tak aby twój los przestał być dziełem przypadku lub fatum, lecz by mógł być faktycznie w twoich rękach. Życzę ci wspaniałych doznań wynikających z prawdziwego poma-

gania innym, a nie „uszcześnieńliwiania”, bowiem lepiej pozostaw „uszcześnieńliwianie” – to tylko niedźwiedzie przysługi. Zastęp je uświadamianiem, a zyskacie wtedy obaj, ty – prawdziwą satysfakcją z pomocy i dobrze spełnionego zadania, ten ktoś, komu pomagasz – prawdziwą pomoc, a nie iluzoryczne przesunięcie problemu w czasie.

Jeśli chcesz być inicjowanym przeze mnie  
na I i II stopień Reiki lub na Mistrza  
skontaktuj się ze mną.  
0607-450-184  
lub (085) 718-35-17 (wieczorem).  
[www.vigor.go.pl](http://www.vigor.go.pl)

Prowadzę w Białymstoku Centrum Terapii VIGOR  
tel. (085) 675-10-54

Prowadzimy profesjonalną gamę usług takich jak: bioenergo i psychoterapię, masaże, świecowanie i konchowanie uszu, bezpieczną, skuteczną terapię kręgosłupa, leczymy depresje, nałogi (alkohol, nikotyna, nadwaga). Prowadzimy kursy i szkolenia Reiki, Silvy, Feng-shui, DEIR (obrona psychicznej), masażu i inne.



# ŚWIECOWANIE USZU METODĄ INDIAN HOPI

**R**ozpowszechnił ją w Polsce pan Adam Wiśniowiecki, który w Toronto zapoznał się z tą metodą w czasie dorocznego zjazdu czarowników, zetknąwszy się z Indianami Hopi. Metoda ta znana była w starożytnych kulturach, a także nasze babcie zapalały (zwykle dzieciom) w uszach, lejki wykonane z papieru albo nawoskowanego płótna.

## **Korzyści ze świecowania**

Najogólniej ujmując uważa się, że świecowanie korzystnie działa na całą laryngologię, w szczególności na dolegliwości związane z uszami. Praktycy powiadają, że zauważali korzystne oddziaływania nawet w tak odległej części ciała, jaką jest noga. Znany bioterapeuta pan dr P. Gutowski zaleca stosowanie świecowania na hemoroidy, polecając jednakże palenie świec tam, gdzie są one (hemoroidy) umiejscowione. Powiada, że energetyka świecowania sięga do jednego metra.

A więc świecowanie w szczególności:

- usuwa woskowinę z uszu;
- powoduje ustanie uporczywych szumów i dzwonienia w uszach;
- powoduje zmniejszenie, poważne ograniczenie lub usunięcie zwykłych lub migrenowych bólów głowy;
- korzystnie działa przy stanach zapalnych zatok nosowych, szczękowych i czołowych;
- reguluje nieżyty nosa;
- poprawia słuch;
- łagodzi stresy i pobudliwość nerwową.

### **Przeciwwskazania**

Nie robimy świecowania:

- jeśli są wycieki ropne z ucha;
- jeśli jest uszkodzona błona bębenkowa.

### **Należy wiedzieć, że:**

- Nie ma szczególnych ograniczeń wiekowych, ani co do minimum, ani co do maksimum. Im później, tzn. ok. 60 lat, tym ostrożniej z oczekiwaniami na rezultaty.
- Wykonujemy nieparzystą ilość świecowań na oba uszy: 3–5–7 a nawet i 11.
- Świecowania wykonujemy w następującym cyklu: profilaktycznie – po świecowaniu robimy dwa dni przerwy, a jeśli doraźnie – to po świecowaniu robimy jeden dzień przerwy, lub nawet codziennie w szczególnej potrzebie, np. zapalenie ucha u dzieci. Świecujemy możliwie o tej samej porze.
- Po świecowaniu nie powinno się tego samego dnia myć ani uszu ani głowy. Jeśli są chłody, zwłaszcza w zimie, obowiązkowo trzymamy tampony w uszach do wieczora.

## Co musimy mieć do świecowania

1. Dwie lub trzy świece Hopi.
2. Świecę i zapalki.
3. Krem nawilżający lub glicerynę kosmetyczną.
4. Chusteczki higieniczne.
5. Miseczkę lub popielniczkę.
6. Pałeczki z wacikami.
7. Twardą, grubszą poduszeczkę (jasiek) pod głowę.
8. Papierowy ręcznik pod głowę.

## Wykonanie świecowania

Dobrze jest w pokoju stworzyć miły nastrój, zapalić świeczkę, włączyć dobrą kontemplacyjną muzykę, odrobinię kadzidelka. Osobę poddawaną świecowaniu najpierw kładziemy na wznak. Ruchami eliptycznymi, trzema z jednej i trzema z drugiej strony zdejmujemy nadmiar ładunków dodatnich, wygładzając aurę i strzepujemy palce, jakby były umoczone w wodzie. Następnie polecamy wystawić ucho „gorsze” do góry, kładąc się na bok w tzw. pozycji bocznej ustalonej. Nanosimy krem lub wazelinę na ucho, aby wykonać masaż (1,5–2 minut).

W chusteczce higienicznej złożonej na pół, wycinamy z boku otwór wzdłużny tak, aby można było po rozwinięciu założyć ją na ucho. Następnie na świecę, która jest kolorowym paskiem podzielona na część dłuższą (do palenia) i krótszą (do ucha), nanosimy „kołnierzyk” z wazeliny jako uszczelniacz, na końcówkę przeznaczoną do włożenia w ucho. Następnie zapalamy końcówkę dłuższej części, przeznaczonej do palenia i „wkręcamy” świecę w ucho, umieszczamy ją pomiędzy palcem wskazującym i serdecznym, a drugą ręką

„ekranujemy”, kładąc ją na ramieniu, albo na głowie, nerwach, wątrobie itd. dając „przy okazji” tam Reiki.

Po dopaleniu się świecy do kolorowego paska ostrożnie ją wyjmujemy, gasimy i rozwijamy, aby zobaczyć co jest w środku. Ucho oczyszczamy pałeczkami z wacikami, ostrożnie opierając rękę na głowie. Jeśli na aluminiowej folii są brązowe nacieki, albo brunatne lub zielonkawe krople, to trzeba zabieg powtórzyć, jeśli kakaowy proszek, to nie. Po oczyszczeniu, jeśli są chłody, wkładamy do ucha tamponik z waty.



# Z NAUK MISTRZÓW DALEKIEGO WSCHODU

**P**przed każdym snem zwracajcie się do swej świadomości następującymi słowami:

*„Oto teraz staje się dla mnie rzeczywistością, że w głębi mnie istnieje radosne duchowe ciało, wiecznie młode, wiecznie piękne. Posiada cudowny, duchowy umysł, piękne i zdrowe oczy, nos, usta, uszy, zęby i skórę. Całe ciało jest harmonijnie zbudowane, piękne, kształtne, zdrowe i młode. W głębi mnie rozpościera swe skrzydła duch i przepaja światłem moje duchowe ciało, duchową świątynię. Wszystkie organy mojego ciała pracują doskonale i w zupełnej ze sobą harmonii. Posiadam dzisiaj i zawsze doskonałe ciało Dziecka Bożego”.*

Powtarzajcie te twierdzenia i rozmyślajcie nad nimi, dopóki nie zaśniecie. Duchowa moc tych twierdzeń powoduje, że w ciągu nocy, podczas snu następuje w ciele naszym prze-

miana, zużyte i martwe komórki zostają wydalone i nowe, piękne ciało budzi się znowu do życia odmłodzone i zdrowe.

Wstając rano mówcie znowu:

*„W głębi mnie przebywa Boski Alchemik – prawdziwa Boska Miłość wyjawiona w wiecznej młodości. W mej duchowej świątyni Boski Alchemik buduje nieustannie nowe i piękne komórki-dzieci. Duch młodości w moim ciele to moja ludzka postać boskości i wszystko we mnie jest zawsze zdrowe, piękne i młode. Posiadam doskonały kształt boski, teraz jestem tym, czym pragnę być – uwiadamiam codziennie moje boskie istnienie, które wyrażam życiem. Jestem Dzieckiem Boga, wszystkie potrzeby moje są zaspokajane teraz i zawsze. Bezgraniczna miłość nasycza mój umysł i przepaja moje ciało swym doskonałym życiem. Niechaj Miłość, Mądrość i Spokój rozleją się ze mnie na całą ludzkość. Posyłam dobre myśli całemu światu. Niechaj cały świat i cała ludzkość będą szczęśliwe i błogosławione. Aum. Aum. Aum. Spokój, Spokój, Spokój”.*

Nauczcie się uśmiechać łagodnie jak dzieci. Uśmiech w głębi serca – to najlepszy odpoczynek. Szczery uśmiech – to prawdziwe piękno – artystyczne dzieło w głębi nas kierującego nami nieśmiertelnego „Ja”. Czyńcie wszystko wokół siebie jasnym i pięknym. Rozwijajcie się i podtrzymujcie w sobie dobry nastrój ducha. Radujcie się słonecznym światłem. Przytaczam to wszystko z nauk Siddhi. Są oni bowiem najstarszymi spośród Mędrców i Nauczycieli Wschodu.

# STATUT I DEKLARACJA TOŻSAMOŚCI ZWIĄZKU MISTRZÓW REIKI

---

## OKREŚLENIA PODSTAWOWE

- Jesteśmy Związkiem Mistrzów Reiki.
- Traktujemy wszystkich Mistrzów Reiki jako równych sobie.
- Uznajemy Philis Lei Furumonto jako Wielką Mistrzynię, która w prostej linii jest spadkobierczynią duchowego związku z Mikao Usui, Chujiro Hayashi i Hawayo Takatą.
- Zamiarem Związku jest pomaganie w naszej działalności jako nauczycieli Systemu Reiki Mikao Usui.

## CECHY MISTRZÓW REIKI

- Odpowiedzialne działanie zgodne z posiadaną wiedzą.
- Dążenie do osiągnięcia profesjonalnego poziomu.
- Aktywna współpraca z innymi Mistrzami.

## POZIOM WIEDZY I OBOWIĄZKI MISTRZA

Jesteśmy Związkiem Mistrzów Reiki,  
których obowiązują następujące zasady:

### 1. STYL ŻYCIA MISTRZA

- a) przestrzeganie duchowych zasad na co dzień;
- b) zdobywanie doświadczenia w Reiki drogą udzielania i przyjmowania zabiegów;
- c) doskonalenie własnych umiejętności;

d) ciągle doskonalenie swojej osobowości.

## **2. Nauczanie Systemu Reiki Usui**

Obowiązujące zasady:

a) postrzeganie zasady nauczania

Stopień pierwszy;

– cztery inicjacje,

– nauka pozycji dłoni,

– ćwiczenie układów na sobie i innych.

Stopień drugi – minimum po trzech miesiącach po pierwszym stopniu:

– jedna inicjacja,

– uczenie trzech symboli,

– uczenie stosowania symboli.

b) przestrzeganie nienaruszalności symboli i zachowanie ich w tajemnicy;

c) przestrzeganie niezmienności formuły inicjacji.

## **3. Przygotowanie kandydatów na stopień Mistrza**

a) decyzję inicjacji na Mistrza podejmuje się po uznaniu wieloletniego doświadczenia, dojrzałości duchowej oraz biegłości w udzielaniu zabiegów – przez Mistrza, z którym kandydat współpracuje;

b) inicjacji na Mistrza można dokonać po czasie minimum trzech lat intensywnej pracy w Reiki;

c) należy utrzymywać stały kontakt z wybranym Mistrzem;

d) w czasie szkolenia należy uskładać 10.000 \$, jako honorarium dla Mistrza udzielającego inicjacji. (Zgodnie ze



statutem praktykuje się to na Zachodzie, w Polsce cenę ustala Mistrz);

- e) należy utrzymywać stały kontakt z Mistrzem inicjującym (Wielkim Mistrzem);
- f) kandydat powinien współpracować z Mistrzem inicjującym co najmniej jeden rok przed inicjacją;
- g) decyzję inicjacji kandydata podejmuje Mistrz po wnikliwej obserwacji i wyznacza termin inicjacji;
- h) po inicjacji, nowy Mistrz zobowiązany jest do utrzymywania kontaktu z Mistrzem inicjującym w ciągu całego życia.

## BIBLIOGRAFIA

1. Bagiński B. J., Sharamon S., Reiki Uniwersalna Energia Życiowa, ASTER, Kraków 1995
2. Brennan B. A., Dłonie pełne światła, AMBER, Warszawa 1996
3. Bugaj J. Siostra Mariusza, Reiki Usui Shiki Ryoho, Warszawa 1992
4. Bukowski S., Reiki narzędzie mocy mistrza, Studio Astropsychologii, Białystok 2002
5. Betty J. E., W objęciach jasności, Świat Książki, Warszawa 1995
6. Ghosanando M., Krok po kroku. Medytacje o mądrości i współczuciu, Bydgoszcz 1996
7. Hay L. L., Możesz uzdrowić swoje życie, Medium, Warszawa 1994
8. Jabłońska J. E., Światło i moc Reiki, Warszawa 1997
9. Jabłońska J. E., Drugi stopień Reiki, Warszawa 1998
10. Kempis T. A., O naśladowaniu Chrystusa, Instytut Wydawniczy PAX, Warszawa
11. Kolesow J., Trzynaćście bram wiedzy tajemnej, Studio Astropsychologii, Białystok 2000
12. Łukaszewski W., Przyjazny Świat, AKiA, Gdańsk 1998

13. Matela L., Moc twoich dłoni, Studio Astropsychologii, Białystok 2003
14. Mello A. de, Wezwanie do miłości, Kraków 1996
15. Mello A. de, Minuta mądrości, Kraków 1996
16. Mulford P., Moc ducha moc życia, TOPORZEŁ, Wrocław
17. Müller B., Gunter H., Reiki wylecz się sam, Oficyna Wydawnicza GDYNIKA, Gdynia 1995
18. Perry F., Przebudzenie duszy, Studio Astropsychologii, Białystok 2003
19. Pieriepielicyn M. R., Kamień filozoficzny, Studio Astropsychologii, Białystok 2002
20. Pieriepielicyn M. R., Powrót faraona, Studio Astropsychologii, Białystok 1998
21. Podwodnyj A., Rozwój duchowy, Studio Astropsychologii, Białystok 1999
22. Poll E., Rozmowy z wyższą jaźnią, Studio Astropsychologii, Białystok 2001
23. Senkowski K., Energoterapia, Ottawa-Kanada 1996
24. Skarbek J., Reiki i co dalej, Studio Astropsychologii, Białystok 2001
25. Sherwood K., Czakroterapia, Warszawa 1993
26. Spalding B. T., Życie i nauki Mistrzów Dalekiego Wschodu, Gdańsk 1995
27. Uhl M., 21 czakr. Energetyczne pole życia, Bydgoszcz 1999
28. Waśkiewicz J. B., Sekrety Reiki, SADHANA, Katowice 1998
29. Wingo O., Podręcznik Huny, Katowice 1997

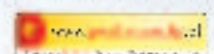


**Wielki Mistrz Reiki**, bioenergoterapeuta i kręgarz. Terapię energią Reiki wzmacnia bezpiecznym masażem kręgosłupa oraz bioterapią. W Białymstoku prowadzi szeroka działalność szkoleniową w ramach Centrum Terapii „Vigor”.

**Reiki to Energia**, która jest we wszechświecie. Ucząc się prostych i skutecznych metod jej wykorzystania, zawartych w tej książce, możesz zostać domowym uzdrowicielem dla siebie, swojej rodziny i przyjaciół. W czasie misterium inicjacji Mistrz dostraja Cię do energii „ze źródła”. Wykorzystując na co dzień energię Reiki odmienisz swoje życie na lepsze i poprawisz kondycję fizyczną i psychiczną. Nauczysz się, jak energetyzować czakramy, przekazywać energię bliskim, wspomagać zdrowie, medytować i stosować osłony energetyczne.

**Poczuj w sobie Energię Reiki  
i zastosuj ją we własnym życiu.**

PARAGONIA MEDICALNY



Cena: 22,80 zł

ISBN 978-83-7355-016-6



9 788373 550166