



Walter Lübeck
Frank Arjava Petter

REIKI

kompletny kurs
uzdrawiania

Trzy stopnie
wtajemniczenia



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REIKI

kompletny kurs
uzdrawiania

Walter Lübeck
Frank Arjava Petter

REIKI

kompletny kurs
uzdrawiania

Trzy stopnie
wtajemniczenia



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Irena Kloskowska
SKŁAD: Piotr Pisiak
PROJEKT OKŁADKI: Piotr Pisiak
TŁUMACZENIE: Kamila Petrikowska

Wydanie I
BIAŁYSTOK 2016
ISBN 978-83-7377-753-8

Tytuł oryginału: Reiki – die schönsten Techniken
© 2002 Windpferd Verlagsgesellschaft MbH, Oberstdorf

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2015
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.

Ważna wskazówka: książka „Reiki – kompletny kurs uzdrawiania” nie zastępuje leczenia przez lekarza, uzdrowiciela czy psychoterapeutę, gdy powstaje poważne zaburzenie zdrowia.

Informacje zawarte w tej książce zostały przedstawione zgodnie z najlepszą wiedzą. Autorzy i wydawnictwo nie ponoszą jednak żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek szkody wynikające z właściwego lub niewłaściwego użycia przedstawionych w tej książce metod. Są to informacje dobrane do celu dalszego kształcenia.

Następujące określenia są marką handlową Waltera Lübecka:
tęczowe oczyszczanie karmy Reiki, praca nad ciałem świetlnym za pomocą Tęczowego Reiki.



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.talizman.pl – detal
strona wydawnictwa: www.studioastro.pl
sklep firmowy: Białystok, ul. Antoniuk Fabr. 55/20

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

Spis treści

Wstęp	9
Czym jest technika?	11
Co można osiągnąć za pomocą techniki, a czego nie	12
Kroczenie własną drogą	13
Proces stawania się człowiekiem	13
Trzy etapy drogi duchowej	14
Wtajemniczenie w Reiki	16
Jak możesz zintensyfikować wtajemniczenie	19
Przed wtajemniczeniem w Reiki	20
Czym jest Tęczne Reiki	22
Czas uzdrawiania z Reiki	24
Jak możesz optymalnie wykorzystać czas po wtajemniczeniu w Reiki	24
Inne skutki wtajemniczenia	25
Jak możesz sprawić, by energia wtajemniczenia działała optymalnie	28
Czy Reiki jest inteligentną siłą, która nie może zrobić niczego źle?	43
Jak wysiada się z pociągu strachu	47
Przed leczeniem Reiki, w jego trakcie i po nim	48
Wskazówki dla leczących za pomocą Reiki	48
Wskazówki dla poddających się leczeniu Reiki	49
Jak korzystam z symboli Reiki	51

Feng shui na sesji Reiki	55
Techniki (w porządku alfabetycznym)	58
Aktywowanie uzdrawiających kamieni za pomocą Tęczowego Reiki (WL) ¹	59
Bezpieczeństwo na ulicy z Reiki (FAP)	63
Budzik Reiki (FAP)	66
Energia Reiki na cały dzień (FAP)	69
Deprogramowanie za pomocą Reiki (FAP)	72
Fontanna kryształów z Tęczowym Reiki (WL)	77
Głaskanie aury za pomocą Reiki (FAP)	83
Grupowe uzdrawianie na odległość (WL)	85
Homeopatyczny dotyk z Reiki (WL)	89
Komunikacja z roślinami za pomocą Reiki (FAP)	92
Korekta karmy za pomocą Reiki (FAP)	95
Leczenie roślin za pomocą Reiki 1 (FAP)	98
Leczenie roślin za pomocą Reiki 2 (FAP)	101
Leczenie zwierząt za pomocą Reiki 1 (FAP)	104
Leczenie zwierząt za pomocą Reiki 2 (FAP)	107
Łączenie się z mocą Reiki (FAP)	110
Masaż aury za pomocą Reiki (WL)	115
Medytacja tantryczna z Tęczowym Reiki (WL)	120
Medytacja z symbolem uzdrawiania na odległość (FAP)	123
Medytacja z symbolem mistrzowskim (FAP)	127
Medytacja z Tęczowym Reiki (WL)	131
Mistyczna praca z symbolami za pomocą Tęczowego Reiki (WL)	134
Naładowywanie produktów spożywczych i napojów Reiki 1 (FAP)	138

¹ Inicjały Waltera Lübecka (WL) i Franka Arjava Pettera (FAP) wskazują, kto opisał daną technikę.

Naładowywanie produktów spożywczych i napojów	
Reiki 2 (FAP)	140
Naładowywanie urządzeń (elektrycznych) za pomocą	
Reiki (FAP)	142
Nawiązywanie kontaktu psychicznego za pomocą Reiki	
(FAP)	145
Ochrona całego ciała poprzez symbol wzmacniający siłę	
(FAP)	148
Ochrona przed duchowymi zranieniami z Reiki (FAP)	151
Ochrona przed wampirami energetycznymi (FAP)	154
Oczyszczanie aury za pomocą Reiki (FAP)	157
Oczyszczanie karmy za pomocą Tęczowego Reiki (WL)	160
Oczyszczanie pomieszczenia za pomocą symbolu	
wzmacniającego siłę (FAP)	182
Oczyszczanie pomieszczenia za pomocą Tęczowego Reiki	
(WL)	186
Odnajdywanie utraconych przedmiotów (FAP)	190
Otwieranie i zamykanie czakr za pomocą Reiki (WL)	192
Praca nad ciałem i Reiki (WL)	196
Praca nad ciałem świetlnym za pomocą Tęczowego Reiki	
(WL)	204
Prysznic Reiki przy użyciu Tęczowego Reiki (WL)	210
Rytuał świec z Tęczowym Reiki (WL)	215
Seks z Reiki (FAP)	220
Skrzynia Reiki (FAP)	222
Szukanie miejsca parkingowego za pomocą Reiki (FAP)	225
Systematyczna praca z czakrami za pomocą Tęczowego	
Reiki (WL)	228
Test mięśni ręki z kinezylogii stosowanej (WL)	232
Tęczowe Reiki dla wewnętrznego dziecka (WL)	235

Tęczowe Reiki dla wyższego ja (WL)	238
Uzdrowianie kryształami za pomocą Tęczowego Reiki (WL)	242
Uzdrowianie mentalne z Tęczowym Reiki (WL)	246
Uzdrowianie na odległość ja z dzieciństwa (FAP)	250
Uzdrowianie na odległość przyszłych sytuacji za pomocą Tęczowego Reiki (WL)	254
Uzdrowianie na odległość w przeszłości za pomocą tęczowego Reiki (WL)	257
Uzdrowianie na odległość za pomocą Reiki (FAP)	261
Uzdrowianie na odległość za pomocą Tęczowego Reiki (WL)	274
Uzdrowianie osób w śpiączce za pomocą Reiki (FAP)	279
Uzdrowianie przedmiotów za pomocą Reiki (FAP)	283
Uzdrowianie sytuacji w przyszłości za pomocą Reiki (FAP)	286
Uziemienie z symbolem wzmacniającym siłę (FAP)	289
Woda do kąpieli naładowana za pomocą Reiki (FAP)	292
Wprowadzenie w pracę z Reiki (FAP)	295
Zajmowanie się problemami emocjonalnymi za pomocą Reiki (FAP)	298
O Autorach	305

Wstęp

Niniejsza książka zawiera ogólne spojrzenie na rozwinięte w zachodnim świecie techniki leczenia Reiki. Frank Arjava i ja zadaliśmy sobie trud opisanie szczególnie skutecznych i użytecznych „narzędzi Reiki” i wytłumaczenia ich. Oczywiście nie możemy ani nie chcemy sugerować, że jest to zestawienie kompletne. Wielu sympatyków Reiki na całym świecie w ostatnich dziesięcioleciach z niewiarygodną kreatywnością rozwinęło wiele cudownych zabiegów. Aby przedstawić je wszystkie, potrzeba by było prawdopodobnie serii książek o objętości Encyklopedii Britannica.

Naszym zamiarem jest przedstawienie w tej książce szczególnie skutecznych, użytecznych na co dzień i mających wszechstronne zastosowanie technik Reiki oraz dokładne objaśnienie teorii i praktyki. W ten sposób każdy może odnaleźć to, co do niego pasuje, albo zaczerpnąć inspirację dla własnego rozwoju – i zupełnie mimochodem – nauczyć się wielu wartych zainteresowania rzeczy o pracy energetycznej z Reiki i w ogóle o uzdrawianiu duchowym.

Wiele rzeczy w tej książce zostały opublikowane po raz pierwszy albo przedstawione bardziej szczegółowo. Niektóre zabiegi zostały opisane w różny sposób, ponieważ Frank Arjava i ja nie uczyliśmy się w tych samych szkołach Reiki. Świadomie pozostawiliśmy te różnice, aby zademonstrować, że wszystkie drogi prowadzą do Rzymu i każdy może znaleźć to, co pasuje indywidualnie do niego. Obaj mamy dobre związane z tym doświadczenia i mamy nadzieję, droga czytelniczko, drogi czytelniku, że przyniesie to wiele dobrego również tobie.

Najwyższy czas, by współpracować i razem uczynić na nowo naszą planetę rajem. Przez tę książkę chcemy pokazać, że możliwe jest osiągnięcie o wiele więcej, jeśli różne szkoły Reiki będą działać razem dla dobra ogółu. I życzymy sobie, że opublikowane tu techniki Reiki pomogą stworzyć jeszcze więcej uzdrowienia, szczęścia, pokoju i dobrobytu.

Niechaj twoje godziny czytania będą zajmujące i pouczające.

Twój Walter Lübeck i Frank Arjava Petter

Czas uzdrawiania z Reiki

– Walter Lübeck –

Jak możesz optymalnie wykorzystać czas po wtajemniczeniu w Reiki

Wtajemniczenie w Reiki i kształcenie w tym zakresie jest punktem zwrotnym w twoim życiu. Oprócz niezwykłych umiejętności, które w ten sposób zdobywasz i które – co najmniej – przez całe życie będą bez żadnych przeszkód do twojej dyspozycji, wywołane przez potężne wtajemniczenia podniesienie wibracji i energetyczne naładowanie może stać się dźwignią, która wywoła i podeprze uzdrowienia wszelkiego rodzaju i wielkości.

To, jak to „przesunięcie w kierunku żywotności” zadziała w określonym przypadku, zależy jednak od różnych czynników wpływających, które w znacznym stopniu mogą być współkształtowane przez daną osobę. Jednakże niewiele osób wie, na co należy przy tym zwrócić uwagę. Dlatego w tej publikacji przedstawiłem ważne punkty z mojego własnego doświadczenia, które zebrałem, towarzysząc moim uczniom Reiki. Reiki, duchowa energia życiowa, ma tak dużo do zaoferowania, a im więcej o nim wiadomo, tym bardziej może ono wesprzeć nas w rozpoczynającym się globalnym procesie transformacji.

Na początek zobaczymy dokładniej, co zasadniczo może zostać zdziałane i wprawione w ruch za pomocą wtajemniczenia Reiki.

Inne skutki wtajemniczenia

Zasadniczo są to najważniejsze skutki oczyszczania i wyjaśniania, jak również wywoływanie reakcji leczenia na wszelkich poziomach.

W poszczególnych stopniach, jak wynika z mojego doświadczenia, występują następujące punkty ciężkości:

- 1. stopień:** cielesny i emocjonalny;
- 2. stopień:** umysłowy (dysharmonijne przyzwyczajenia, konwencjonalny sposób myślenia, nieelastyczne modele świata);
- 3. stopień (mistrz/nauczyciel):** duchowy (główny kierunek w partnerstwie, zawodzie i rozwoju osobowości w życiu może się wyjaśnić i kierować się bardziej na zaplanowane już przed urodzeniem na daną inkarnację tematy).

Te informacje nie mają być rozumiane jako absolutne. Często cielesne i emocjonalne procesy oczyszczania czy odpowiednie reakcje lecznicze występują też po wtajemniczeniu w 3. stopień, a holistyczne sensowne nowe ukierunkowanie drogi życiowej po 1. stopniu, i tak dalej. Ponieważ przy wszystkich wtajemniczeniach Reiki zawsze działa taka sama jakość energetyczna, mianowicie Reiki, punkty ciężkości oddziaływania budują się na gruncie osobistej sytuacji wtajemniczanego, a także podkreślone zostają określone struktury energetyczne (na przykład czakry) i cechy osobowościowe. Poza tym punktom ciężkości takiego skoku transformacyjnego towarzyszą oczywiście jak zawsze mniej lub bardziej wydatne procesy oczyszczania w innych, w jakiś sposób związanych z dotkniętymi bezpośrednio tematami życiowymi obszarach.

Jak ktoś ma na przykład dostosowywać swoją drogę życiową pod względem duchowym, jeśli jest powstrzymywa-

ny przez dysharmonijne przyzwyczajenia czy zablokowane uczucia o niskich wibracjach!?

Wyżej objaśnione procesy oczyszczania i orientowania się na nowo mają następujące skutki:

- Utrzymujące się długo psychiczne i cielesne dysharmonie (chroniczne problemy ze strukturą) mogą zaostrić się w ramach reakcji zdrowienia, tak jak przy intensywnym leczeniu za pomocą Reiki czy też innych działających holistycznie rodzajów terapii (na przykład akupunktury, homeopatii). Po zastosowaniu holistycznego leczenia należy trwale zharmonizować zaburzenia zdrowia, niezależnie od tego, na jakim poziomie występują, a nie przenosić tylko ich objawy w inne obszary bytu czy do ciała materialnego, wypierać je lub ukrywać leżącą u podstaw chorobę przez działającą krótkotrwale powierzchowną harmonizację.
- Cieleśna, umysłowa i emocjonalna wytrzymałość i wydolność może obniżyć się w czasie trwania reakcji na wtajemniczenie i jeszcze jakiś czas potem, zależnie od rodzaju i zakresu uzdrawiania. Odczuwany jako normalny poziom stresu w pewnych warunkach przez jakiś czas wydaje się wyższy. Szybciej dochodzi do płaczu. Ogólnie rzecz biorąc, uczucia są łatwiej wyrażane, a wrażliwość się zwiększa.

Reakcje na wtajemniczenie bywają najróżniejsze. Niektórzy niemalże nic nie zauważają – częściowo dlatego, że możliwe, iż przeciwności z jakichś powodów są jeszcze zbyt duże, częściowo, ponieważ większa zmiana i wyjaśnienie może jeszcze po prostu się nie zaczęły. Kosmiczne wpływy, jak na przykład znane z astrologii tranzyty, to znaczy ruch planet astrologicznych na tle konstelacji horoskopu, mogą bardzo sprzyjać określonym tematom rozwojowym, ale też hamować pewne procesy, ponieważ w danym czasie z ko-

smicznego punktu widzenia co innego jest na pierwszym miejscu. Także wpływy z feng shui, a więc warunków budowlanych, miejsca zamieszkania człowieka, mogą wspomagać lub spowalniać uzdrawianie i rozwój.

Z tych i podobnych powodów w ramach Tęczowego Reiki rozwinąłem odpowiednie metody i techniki, za pomocą których można korzystnie wpłynąć na uwarunkowanie otoczenia w życiu człowieka, dzięki czemu możliwe jest poradzenie sobie z kompleksowymi problemami. Niektóre ważne informacje, które ułatwią ci „zostanie przeniesionym ku światłu” przez Reiki, znajdziesz w tym rozdziale, inne – w późniejszych fragmentach niniejszej książki.

Wiele osób po wtajemniczeniu w Reiki odczuwa wyraźne zmiany wszelkiego rodzaju. W przypadku niektórych w krótkim czasie w pozytywnym sensie zmienia się całe życie.

Jeszcze jedno słówko na temat ram czasowych: często mówi się o tym, że 21 dni po wtajemniczeniu następuje czas, w którym dochodzi do bardzo wielu zmian i uzdrowień. Ten pomysł powstał na podstawie fragmentu bardzo znanej na Zachodzie wersji historii o odkryciu Reiki, w której Mikao Usui przez trzy tygodnie, a więc 21 dni, pościł i medytował na Kuramie, świętej górze niedaleko Kyoto, aby przygotować się do swojego wtajemniczenia w Reiki przez siłę stwórczą.

W obu tematach chodzi o dwie różne rzeczy: Mikao Usui pracował ciężko nad sobą za pomocą szczególnej medytacji przez trzy tygodnie, aby wejść w tak silny rezonans z Reiki, że w końcu mógł długotrwale stać się kanałem Reiki. Kiedy dziś ktoś zostaje wtajemniczony w jakiś stopień Reiki, ten wysiłek, który podjął twórca Reiki jako systemu naturalnego uzdrawiania, nie jest już konieczny. W czasie po wtajemniczeniu we wtajemniczonym oddziałuje długotrwale otwarcie na Reiki.

Z mojego doświadczenia wynika, że u niektórych procesy uzdrowienia i rozwoju mogą się nie pojawić, względnie przebiegać głęboko pod progiem świadomości. Mogą wystąpić tylko podczas wtajemniczenia albo krótko po nim, albo trwać kilka dni, tygodni, a w nielicznych przypadkach nawet miesięcy. Zatem wszystko z tobą i wtajemniczeniem jest w porządku również wtedy, gdy nie występują żadne silne reakcje uzdrowienia po wtajemniczeniu, albo dające się stwierdzić reakcje trwają bardzo krótko. Istotne działanie wtajemniczenia, mianowicie długotrwałe otwarcie na Reiki na jednym z trzech poziomów, które są definiowane tradycyjnie jako stopnie, jest gwarantowane.

Kiedy mówię w tym rozdziale o czasie uzdrowienia Reiki, mam na myśli indywidualne ramy czasowe, w których odczuwasz w sobie wyżej opisane oddziaływanie. Reiki wpływa na ciebie. Życie nie jest unormowane – działanie duchowej energii życiowej także.

Jak możesz sprawić, by energia wtajemniczenia działała optymalnie

Ważnym punktem jest...

Dające siłę odżywianie

Zależnie od tego, jak dużo jesz i pijesz, twojemu ciału, umysłowi i duszy będzie trudniej lub łatwiej dopuścić do siebie pozytywne bodźce, jak Reiki, i zwolnić oraz oddalić przeszkody. Dlatego przedstawię tu kilka propozycji do twojego menu w czasie uzdrawiania po wtajemniczeniu w Reiki. Możesz oczywiście korzystać z tych rad również wtedy, gdy chodzi o dłuższe procesy leczenia za pomocą Reiki i wtedy, gdy aktywnie chcesz przyczynić się do swojego uzdrowienia.

Zalecane: świeże ryby (nie z konserw!), gotowane na parze albo krótko smażone na sposób azjatycki; świeże owoce i warzywa – szczególnie: ananas, mango, papaja, jabłka, winogrona, truskawki, arbuz; imbir (także jako herbata), czosnek; biała kapusta, ziemniaki, seler, zielona sałata, buraki; pełnowartościowe produkty zbożowe – szczególnie: quinoa, amarantus, orkisz i owies; niegazowana woda mineralna; Kanne Brottrunk™ i Kanne Fermentgetreide™; zielona herbata; herbata lapacho, herbata lukrecjowa, sok z noni; herbata Koci Pazur; produkty z surowego mleka; miso; tofu; seitan, muesli ze świeżych ziaren (według Brukera); kapusta kiszona (niepasteryzowana); jogurt; naturalny, tłoczony na zimno miód; stewia (naturalny, bardzo zdrowy środek słodzący); sok z trawy pszenicznej.

Należy ograniczyć: produkty mleczne wyprodukowane z nie surowego mleka; mięso, przede wszystkim czerwone; kawę (najzdrowszy sposób przygotowywania kawy polega na tym, że wsypuje się kilka łyżek sproszkowanych ziaren kawy do dzbanka i zalewa się gotującą się wodą. Najzdrowszym rodzajem kawy jest arabica); jajka; czarną herbatę, czekoladę, kakao, nikotynę (powinna właściwie znaleźć się na liście „Należy unikać”, ale wychodzę z założenia, że ktoś, kto kocha swoją fajkę, szybciej zrezygnowałby z tego powodu z programu zdrowotnego niż „ofiara palenia” wypalająca 60 papierosów dziennie. Ale może myślę się w tym względzie?).

Należy unikać: wieprzowiny i wszystkich produktów, które ją zawierają, jak na przykład kiełbas, wędlin, smalcu; mąki krupczatki; rafinowanego cukru; sztucznych słodzików; oranżad; alkoholu; wszystkiego, co pochodzi z konserw albo jest bardzo odnaturalnione (na przykład: zupy w torebkach; purée z torebki; konserwy owocowe, wa-

rzywne i mięsne); wszystkich produktów z mleka UHT; produktów spożywczych zawierających dużo chemii, jak na przykład: substancje konserwujące, sztuczne barwniki, stabilizatory i substancje smakowe; kawy instant i herbaty w torebkach; potraw przygotowywanych w kuchence mikrofalowej; utwardzanych tłuszczów i olei.

Przydatne wskazówki: Jeśli nie jesteś już od dawna przyzwyczajony do świeżego pożywienia, nie przesadzaj i lepiej gotuj je delikatnie na parze albo blanszuj (przelewej wrzątkiem). Pewne rodzaje owoców nie powinny być zbyt często spożywane razem, ponieważ może to prowadzić do problemów trawiennych. Jedz tylko świeżo przygotowane jedzenie – nie odgrzewane! Wielokrotnie podgrzewane produkty spożywcze nie zawierają żadnych substancji witaminowych i mają bardzo mało energii życiowej, są ciężkostrawne obciążają przemianę materii i zanieczyszczają organizm. Zasadniczo nie jedz rzeczy z mikrofalówki. Dawaj, na ile to możliwe, wszystkiemu, co jesz i pijesz, pół minuty lub minutę Reiki – zawsze dopiero po podgrzaniu – w ten sposób podnosisz wartość energetyczną pokarmów i napojów i odciążasz oraz poprawiasz trawienie i przemianę materii.

Módl się i jedz lepiej: Za pomocą krótkiej modlitwy możesz zrobić coś dla swojego duchowego rozwoju i równocześnie skutecznie energetycznie dowartościować swoje jedzenie. Pomyśl albo powiedz po prostu: „Dziękuję wszystkim, którzy przyczynili się do powstania tego pożywienia”. Podtrzymuj swoją uwagę podczas modlitwy na czakrze serca i kieruj ją na pożywienie. Działanie tego błogosławiącego ćwiczenia wdzięczności można sprawdzić za pomocą wahadélka, biotensora albo testu kinizjologicznego. Przetestuj przed modlitwą i bezpośrednio po niej naładowanie

twojego jedzenia energią życiową, a doświadczysz bardzo miłego zaskoczenia! Taki sam test możesz oczywiście przeprowadzić, zanim będziesz oddziaływać na potrawę za pomocą Reiki i potem.

Zapewniające błogość ćwiczenia relaksacyjne

Nie żałuj sobie regularnego oddziaływania Reiki i zwróć uwagę na to, co się przy tym dzieje: jak reaguje twoje ciało, jak zmienia się na przykład twoje samopoczucie, jakie sny na jawie być może się przy tym pojawiają. Przydaje się tutaj prowadzenie dziennika.

Medytacje, fantazjowanie, ćwiczenia oddechowe i trening autogenny mogą skutecznie uzupełnić twoje sesje Reiki. W czasie zdrowienia po wtajemniczeniu w Reiki bardzo ważne jest, by osiągnąć spokój i w ten sposób zyskać potrzebną swobodę dla zwiększonej aktywności endogennych sił autouzdrawiania.

Daj sobie czas, by poczuć siebie: uznaj siebie za ważnego! Pozwól sobie wyrażać swój nastrój i pozwól emocjom płynąć. Bądź szczerzy w stosunku do siebie i przemyśl swoje dotychczasowe życie: z czego jesteś zadowolony, a z czego nie? Jacy ludzie wzmacniają cię i pomagają ci odnaleźć siebie i stać po swojej stronie? W przypadku jakich ludzi masz raczej przeciwne odczucia? Zdecyduj się na siebie i szukaj kontaktu przede wszystkim z tymi, którzy dobrze na ciebie działają. Nie oznacza to, że musisz dzielić ze wszystkimi zdanie. Często przyjacielska przysługa polega właśnie na powiedzeniu czegoś, czego ktoś inny nie ma odwagi wyrazić.

Proste i bardzo skuteczne ćwiczenie relaksacyjne, które sam stosuję bardzo chętnie, przebiega w następujący sposób:

Przeszukaj swoją pamięć i odnajdź w niej trzy sytuacje, w których byłeś odprężony i szczęśliwy. Do każdego przeży-

cia sporządź notatkę, w której zawrzesz, co przy tym widziałeś, słyszałeś, czułeś, smakowałeś i odczuwałeś cieleśnie. Podkreśl spostrzeżenia zmysłowe, które szczególnie sprzyjały przyjemnemu stanowi lub/i go wywołały. Te wrażenia będą nazywane spostrzeżeniami kluczowymi. Przez kilka minut, kiedy nic nie powinno ci przeszkadzać, wywołaj w sobie wyobrażenie jednego z tych doświadczeń i skupiaj uwagę szczególnie na kluczowych spostrzeżeniach, które pozwalają twojemu sercu naprawdę się radować i wywołują w tobie poczucie głębokiego odprężenia, bezpieczeństwa, spełnienia, siły, zdrowe poczucie własnej wartości i szczęście. W trakcie tego ćwiczenia połóż ręce na intuicyjnie wybranym miejscu ciała, aby Reiki mogło ci dodatkowo pomóc.

Wypróbuj różne sytuacje po kilka razy, aż zauważysz, które z nich mają na ciebie największe działanie. Jeśli w przebiegu ćwiczenia stwierdzisz, że niektóre z wybranych ćwiczeń jednak nie są optymalne, znajdź za pomocą wyjaśnionego powyżej ćwiczenia nadające się lepiej i pracuj nad nim. Nie zmieniaj jednak wspomnień bez powodu! Twoja podświadomość z próby na próbę nastawia się coraz lepiej na dobroczynne wyobrażenia. W ten sposób działanie będzie bardziej różnorodne i intensywniejsze. Przez niepotrzebne zmiany zaczynalibyśmy ten proces ciągle od nowa.

Po męczącym dniu pracy to kombinowane ćwiczenie może pomóc ci w krótkim czasie – w większości przypadków w zupełności wystarczy około 20 minut – całkowicie się odprężyć i zebrać świeże siły. Odgrodzenie się od codziennego stresu wiąże się z równoczesnym zdobyciem ochoty na aktywne spędzanie wolnego czasu. Wiele osób, które zwykle po pracy mają siłę tylko na puste spędzanie czasu przed telewizorem, za pomocą tej prostej techniki zdobywa znowu siły na zabawę.

Strefami szczególnie nadającymi się do zabiegu Reiki w ramach tego ćwiczenia są: obszar wokół pępka do dołka podsercowego pod mostkiem i podbrzusze, a także skronie. Jeśli wcześniej wystąpiło wiele napięć międzyludzkich, również czakra serca i czakra gardła oraz nerki będą wdzięczne za ekstraporcję Reiki.

Równoważący ruch

Długie spacerowanie, bieganie – lekki trening aerobowy², gimnastyka, joga, tai chi³, pięć ćwiczeń tybetańskichTM, qi gong i podobne, nienastawione na osiągnięcia, aktywności sportowe pobudzają układ limfatyczny i przepływ sił w niematerialnym ciele energetycznym i w łagodny sposób wspierają wywołane przez wtajemniczenia i zabiegi Reiki szerokie procesy odtrawiania, oczyszczania i regeneracji. Ruch nie może zostać zastąpiony przez Reiki, ponieważ ciało składa się w dużej części z komponentów materialnych – a te potrzebują ćwiczeń, aby nie „zardzewieć”. Ważne jest przy tym, żeby powoli, stopniowo pobudzać ciało, ale w żadnym razie go nie przeciążać.

Wspierający zdrowie styl życia w trakcie twojego czasu uzdrowienia z Reiki

Śpij dużo – co najmniej osiem godzin dziennie. Szczególnie ważny jest sen przed północą. A więc chodź do łóżka najpóźniej o godzinie 22:00! Zredukuj stres na tyle, na ile

² „Aerobowy” oznacza, że nie tracisz oddechu. Tak długo, jak poruszasz się tak, że twój oddech dobroczynnie się pogłębia, ale nie musisz odpocząć, sapiąc dopiero na koniec biegania, twoje ciało tankuje tlen. Tkanki napełniają się tym eliksirem życia. To poprawia przemianę tlenową, pomaga w zrzucaniu wagi i wzmacnia układ immunologiczny. Poza tym zapobiega chronicznym chorobom, jak na przykład rakowi. Reiki wtedy, gdy po sporcie robisz sobie zabieg, integruje ten pozytywny „wkład” optymalnie z przemianą materii. Ważne badania na temat wspierającego zdrowie wpływu tlenu przeprowadzili profesorowie von Ardenne i van Aaken. Obaj stworzyli wiele dobrych publikacji.

³ Książka „Tai Chi” autorstwa dr. Petera M. Wayne i Marka L. Fuersta prezentuje pozytywny wpływ ćwiczeń na zdrowie serca, bystrość umysłu i poprawę samopoczucia. Publikacja dostępna jest w sklepie www.talizman.pl (przyp. wyd. pol.).

to możliwe. Rozmawiaj z przyjaciółmi, jeśli masz potrzebę się wygadać. Być może popracuj trochę z przepowiedniami, aby zorientować się w zachodzących zmianach.

Ważne pytania dla wyroczni to na przykład:

1. Co ogólnie powinienem zmienić w swoim życiu, aby być bardziej w zgodzie z kosmicznym porządkiem i moim planem życiowym?
2. Co mogę zrobić, aby wejść w związek zgodnie z kosmicznym porządkiem i moim planem życiowym?
3. Co mogę zrobić, aby w mojej pracy zawodowej działać więcej zgodnie z kosmicznym planem i moim planem życiowym?
4. Co mogę zrobić, żeby w holistycznym sensie poprawić (ustabilizować) moje zdrowie?
5. Co powinienem zmienić w sobie, by móc w harmonii i konstruktywnie żyć i pracować z moją rodziną (albo: moimi przyjaciółmi, moimi kolegami)?
6. Co jest moją największą blokadą w związku z holistycznym sensownym używaniem moich zdolności Reiki?
7. Jak mogę uzdrowić tę blokadę?
8. Co mogę zrobić, by bardziej kochać moje wewnętrzne dziecko i lepiej rozumieć oraz uwzględniać jego potrzeby?
9. Jak mogę sprawić, by moje ciało było bardziej szczęśliwe?

Do opracowania wyżej wymienionych pytań w mojej praktyce przez lata sprawdziły się najlepiej Tarot, runy, karty energii czakr oraz „Księga przemian”.

Nad powyższymi pytaniami można oczywiście również medytować.

Rozjaśniająca uwaga

Jakie masz sny? Prowadź dziennik snów, jeśli chcesz bardziej się nimi zająć. Co spotyka cię w czasie uzdrowienia

po wtajemniczeniu w Reiki? O czym myślisz najczęściej? Jakie zwierzęta, rośliny, kamienie spotykasz ciągle lub w określonych, znaczących dla ciebie sytuacjach? Poszukaj we właściwej literaturze informacji na temat tych wysyłanych ci sił pomocniczych, abyś lepiej mógł nauczyć się odczytywać ich przesłania. Medytuj na ten temat i dodatkowo zapytaj o to wyroczeni.

W harmonii z ludźmi wokół ciebie

Poproś swoją rodzinę i przyjaciół, jeśli to potrzebne, o zrozumienie tego, do czego dochodzi podczas twojego uzdrowienia z Reiki samo z siebie. Wyjaśnij im, że w tym czasie dochodzi w tobie do wielu zmian i dlatego potrzebujesz dla siebie więcej czasu niż zazwyczaj, oraz że możesz być bardziej wrażliwy i łatwiej niż zwykle będzie można cię zranić. Przekaż im, że z tego powodu nie powinni brać twoich reakcji zbyt dosłownie.

W żadnym razie nie powinieneś próbować „nawracać” bliźnich. Jeśli ktoś chce wypróbować Reiki – to dobrze. Inaczej troszcz się przede wszystkim o własne sprawy. Twoi przyjaciele i członkowie rodziny nie muszą koniecznie podzielać wszystkich twoich zainteresowań. Całkowicie wystarczy, jeśli respektują twoje hobby i poglądy – a ty ich. Tolerancja i wymiana osobistych poglądów i pasji w pełen szacunek, konstruktywny sposób jest dobrym fundamentem, na którym może wzrastać prawdziwa, głęboka miłość. Jeśli otaczający cię ludzie działają ci na nerwy swoim „materializmem” i „gruboskórnością”, wycofaj się trochę i uświadom sobie, że nie mogą niczym zaszkodzić twojej wysokiej wrażliwości, ponieważ niedługo będzie taka ekstremalna.

Właśnie w takich sytuacjach możesz pokazać, czy podchodzisz poważnie do swojej drogi duchowej. Zamiast zmuszać innych do zmiany, wykorzystaj swoją wiedzę i umiejętności

do tego, by rozwiązać własne problemy. Ta droga jest wprawdzie dłuższa i znacznie bardziej męcząca dla kogoś, kto zmienia się w ten sposób, ale naprawdę może coś poprawić.

Czasami przez wywołane przez Reiki procesy uświadamiania dochodzi do rozstań. Jeśli drogi dwojga ludzi zaczynają się rozchodzić, ważne jest, by z miłością to uszanować. Jednak nie powinieneś podejmować żadnych wiążących decyzji, gdy przechodzisz właśnie zalew emocji. W takim przypadku lepiej jest poczekać, aż fale się uspokoją i wtedy, gdy znowu się scentrujesz i będziesz w harmonijnym nastroju, zastanowisz się i w ten sposób dobrze przygotowany podejmiesz dobrą decyzję, która sprowadzi na twoją drogę życiową więcej światła.

Zabiegi Reiki

Z pewnością w czasie zdrowienia możesz też dawać Reiki innym. Reiki płynie przecież do wszystkiego, czego dotykasz. Bądź jednak świadomy: w tym ważnym czasie transformacji idzie przede wszystkim do ciebie. Jesteś teraz bardzo ważny. Już niejedna osoba, mając dobrą sposobność do własnego uzdrowienia i zorientowania na nowo, przepuściła ją niewykorzystaną, ponieważ w nieodpowiednim czasie zbyt troszczyła się o innych. Pomyśl o tym, że szukający pomocy mogą zwrócić się również do innych, którzy będą służyli im radą i czynem. Jeśli teraz wykorzystasz sprzyjającą chwilę, później będziesz mógł o wiele lepiej pomóc.

Dawaj sobie przez miesiąc lub dwa po wtajemniczeniu w stopień Reiki co najmniej trzy razy w tygodniu zabieg dla całego ciała. Jesteś tego wart?! Jeśli powiesz teraz „nie” – dlaczego nie? Czas zdrowienia po wtajemniczeniu jest błogosławiony. Przez Reiki zyskałeś cudowną skrzynkę z narzędziami. Czy postawisz ją w kącie z innymi rzeczami, których kiedyś „dokonałeś” i potem szybko o nich zapomniałeś, po-

nieważ rzeczywiście (!) mogły zmienić coś w twoim życiu na lepsze? Co poradziłbyś swojemu przyjacielowi, który stale zdobywa nowe świetne rzeczy, a potem ich nie używa i pozwala im się pokryć kurzem? Zapytaj wyroczni o ten temat (patrz też: strona 219, „Die Chakra – Energie Karten”), jeśli to, co zostało powiedziane dotyczy również ciebie.

Wiele osób wtajemniczonych w Reiki ucieka od swojego szczęścia albo nie pracując prawie wcale z tą fantastyczną siłą, albo oddając ją do dyspozycji prawie wyłącznie innym. To wielka szkoda, ale nie jest za późno nauczyć się, że Reiki może czynić cuda – również dla ciebie. Powiedz po prostu „tak” światłu i miłości!

Być może zechcesz nauczyć się wykorzystywać ostatnie zdanie w ramach małego, ale ważnego ćwiczenia. Przebiega ono tak:

Stań przed lustrem. Spójrz sobie w twarz. Uśmiechnij się do siebie. Następnie powiedz: „Mówię z całego serca »tak« światłu i miłości. Mówię z całego serca »tak« sobie i mojej duchowej drodze. Jestem szczególny. Siła stwórcza kocha mnie takim, jaki jestem, ponieważ ona mnie takim ukształtowała i chce umożliwić mi coś szczególnego, coś, co jest dobre dla mnie i całego świata”. Następnie uśmiechnij się do siebie i ukońń sobie.

Przeprowadzaj to krótkie ćwiczenie przez miesiąc każdego wieczoru krótko przed pójściem spać. Pomogło ono już wielu osobom pozytywnie zmienić obraz siebie, a przez to – ich życie.

Sztuka może działać uzdrowicielsko – odkryj w sobie artystę! Namaluj obraz tydzień przed wtajemniczeniem. Zupełnie spontanicznie, tak jak się czujesz. Namaluj następny tydzień po seminarium i trzeci – na koniec czasu zdrowienia. Przyjrzyj się wszystkim trzem obrazom dopiero po upływie miesiąca i medytuj nad każdym z nich.

Wtajemniczenia duchowe: co się stanie, jeśli ktoś zostanie kilka razy wtajemniczony w jakiś stopień Reiki?

Ponieważ umiejętności Reiki określonego stopnia są już obudzone i ustabilizowane, dalsze wtajemniczenia działają w pewnym stopniu jak wzmacniacze, czasami też jako wyzwalacze zachodzących procesów oczyszczania i nowej orientacji. Ponieważ u większości ludzi, którzy praktykują Reiki, zdolność postrzegania niematerialnych wibracji zwiększa się z czasem, „wtajemniczenia duchowe” w wielu przypadkach przeżywane są jako bardziej intensywne niż pierwsze wtajemniczenie w dany stopień. Czasami takie wtajemniczenia wywołują dalsze (zazwyczaj krótkotrwałe) zwiększenie wrażliwości, które jest odczytywane jako wzmocnienie umiejętności Reiki, jednak nie odpowiada to faktom. Jednakże może przy tym dojść do przynajmniej czasowego wzmocnienia niebezpośredniej aktywności czakry serca i czakry czołowej. W ten sposób osoba wtajemniczona może łatwiej emocjonalnie wpływać na wielu swoich klientów. Współczucie, serdeczność i emocjonalne ciepło są pogłębione.

Ponieważ Reiki jest lepiej przyjmowane przez ciało odbiorcy, im bardziej on czuje, że otrzymuje kompleksową opiekę, dzieje się teraz więcej niż wcześniej. To, czy tak zostanie, zależy od gotowości leczącego do dalszego poprawiania tych cech również w swoim codziennym zachowaniu i pracy nad leżącymi u podstaw duchowymi i emocjonalnymi uwarunkowaniami.

W czasie uzdrawiania po wtajemniczeniu duchowym rzadko zachodzą tak szerokie i sięgające głęboko reakcje, jak po pierwszym wtajemniczeniu w dany stopień.

Wilcze doły na drodze

Nie chcę niczego pominąć i dlatego w tym miejscu wskażę kilka przekonań, które uniemożliwiają niektórym ludziom

pełne wykorzystanie transformującej, pełnej miłości siły wtajemniczenia i zabiegów Reiki. Nie jest wcale trudno rozpoznać te przeszkody i je ominąć.

Wilczy dół nr 1: Wtajemniczenie/leczenie Reiki załatwi moje wszystkie problemy, sprawi, że moja osobowość dojrzeje i rozwinię mnie automatycznie pod względem duchowym, a ja nie będę musiał już nic robić.

Takie nastawienie blokuje osobisty rozwój w kierunku szczęścia. W praktyce jest gwarancją, że wtajemniczenia i zabiegi Reiki nie sprawią niczego znaczącego. Jest wręcz przeciwnie! Reiki wspiera ożywcze procesy – to podstawowe działanie tej siły. Jeśli ktoś nie chce jednak być bardziej żywotny w określonych obszarach swojego życia, ponieważ musiałby wtedy przejąć odpowiedzialność za swoje życie, podjąć nieprzyjemne decyzje i ponieść ich konsekwencje, Reiki nie zmusi go do szczęścia.

Dalej, częsty kontakt z duchowymi energiami życiowymi przy jednoczesnej odmowie podążania za żywotnymi impulsami doprowadza do nieprzyjemnych napięć. Z jednej strony jego ciało ściąga Reiki, ponieważ chciałby być zdrowy i szczęśliwy, z drugiej strony inne świadome i/lub nieświadome części dążą w przeciwnym kierunku i wolą pozostać dalej w swojskim więzieniu tradycyjnych poglądów i struktur życiowych. Konkretnymi następstwami mogą wtedy być problemy ze snem, nerwowość, drażliwość i ogólne zaburzenia nastroju.

Reiki, zaaplikowane w formie wtajemniczenia czy leczenia, wspiera konkretne starania człowieka, by znaleźć swój rodzaj szczęścia, zdrowia i sukcesu w ramach jego drogi. Kiedy nie następują żadne starania, nie ma czego wspierać, więc jeśli do sukcesu dąży się w ten sposób lub szuka

się go w obszarze życia, który w ogóle nie pasuje do danej osoby, Reiki nie może zrobić wiele więcej niż uświadomić, że wylądowało się w ślepej uliczce. Dlatego konieczne jest gruntowne zastanowienie się, podjęcie nowych decyzji i wyrastające z nich działania, aby kształtować życie w sposób naprawdę pasujący do osobistych potrzeb.

Wilczy dół nr 2: Muszę przejść możliwie jak najwięcej wtajemniczeń lub jak najszybciej przejść do następnego stopnia Reiki, bo w ten sposób wszystko w moim życiu będzie prostsze.

Niestety – albo dzięki Bogu – nie odpowiada to faktom. Każda ocena zależy od tego, z jakiej perspektywy patrzy się na sprawę. Niezależnie od tego, w jaki stopień się wtajemniczysz, zawsze chodzi o to, co robisz ze swoimi nowymi możliwościami.

Wtajemniczenie samo w sobie daje ci wiele możliwości. Jakie one są i jak je właściwie wykorzystać, dowiesz się przez odpowiednie kształcenie. Powinno ono przebiegać zawsze przez osobiste spotkanie, a więc w większości przypadków w ramach seminarium. Książki mogą wprawdzie dać wiele bodźców i przekazać ważną wiedzę i poglądy, mogą, lecz nie powinny zastępować bezpośredniej relacji z człowiekiem.

Ten fakt, przynajmniej z duchowego punktu widzenia, przynosi wiele korzyści: zachodzi proces rozwoju, ponieważ dochodzi do przebaczenia, przejawów tolerancji i szacunku, wdzięczności i szczerości, ścierania się i godzenia się – tego wszystkiego nie da się nauczyć teoretycznie. Te i inne dogłębnie ludzkie kwestie są też polem działania Reiki, uzdrawiającej duchowej energii życiowej. Ono chce – i może! – pomóc ci być szczęśliwym, zdrowym i odnoszącym sukcesy człowiekiem w twojej codzienności i wobec ludzi, z którymi się w niej stykasz.

Wtajemniczenie i kształcenie się w sztuce Reiki wyposażą cię w broję, której do tego potrzebujesz. Poszczególne stopnie wtajemniczenia i wykształcenia systemu Reiki oferują każdy z siebie cudowne możliwości i fascynujące doświadczenia. Razem tworzą Reiki. Istnieją trzy dobre rzeczy. Doceniaj możliwości każdego stopnia. Niniejsza książka może dać ci krótki wgląd w wiele możliwości, które oferuje Reiki. Akcent leży jednak na słowie *krótki*. Bez problemu można stworzyć roczne seminarium na temat 1. stopnia, w którym nie będzie żadnych powtórzeń. To samo dotyczy pozostałych dwóch stopni. O Reiki można uczyć się przez całe życie, co przyniesie wiele korzyści. My, autorzy, ćwiczymy się w systemie Reiki od dziesięcioleci – i uczymy się stale, jak można go wykorzystać jeszcze lepiej, pełniej, elastyczniej, bardziej duchowo i mocniej. Życie jest nauką i to jest cudowne!

Wilczy dół nr 3: Im więcej będę zajmował się Reiki, tym będę szczęśliwszy.

Również to się nie zgadza. Jak wszystko w życiu, także zajmowanie się Reiki powinno znajdować się w zdrowym stosunku do innych aktywności. Z pewnością jest to normalne i w porządku, jeśli po seminarium Reiki przez kilka tygodni jesteś pełen zachwytu i twoje myśli krążą głównie wokół tego cudownego daru, który właśnie otrzymałeś. Kiedyś, w niezbyt odległej przyszłości, inne aspekty twojego życia powinny znowu nabrać znaczenia. Tylko w ten sposób twoja praktyka Reiki może, na ile to możliwe, harmonizować wszystkie obszary twojego życia i wspierać twój rozwój. Reiki nie jest życiem – Reiki wspiera życie. To, czego Reiki dotyka uzdrawiająco w tobie, leczy się, kiedy wprowadzisz to w swój nowy, zdrowy sposób życia, w swo-

ją codzienność, żeby mogło się połączyć z innymi, pasującymi do niego rzeczami. W Azji wyraża się to od tysięcy lat jako prawo jin i jang.

Mam nadzieję, że to małe spojrzenie na „tajemnice czasu uzdrawiania Reiki” trochę ci pomoże. Odczytuj ten rozdział ciągle na nowo. Rób adnotacje, zastanawiaj się nad wypowiedziami, wypróbuj sugestie. W ten sposób zyskasz wiele dla siebie. Także jeśli coś wyda ci się zbędne lub egzotyczne – sugestie, które tu przekazuję, wyrosły z mojej prowadzonej od 1987 roku praktyki. Przyniosły one dużo dobrego wielu, wielu ludziom na całym świecie. Będą wspierać również ciebie na twojej drodze, jeśli dasz im szansę.

Praca nad ciałem i Reiki

Warunki

1. stopień Reiki



Dla każdego, kto praktykuje pochodzącą z Japonii metodę uzdrawiania i rozwoju osobowości, zrozumiałe samo przez się jest, że duchowa energia życiowa dociera do ciała przez dotyk dłoni. Przez zmienne pozycje, w zależności od rodzaju szkoty, organizm zyskuje dzięki Reiki, a jego funkcje życiowe, przemiana materii, trawienie, odtruwanie, oczyszczanie i regeneracja komórek są pobudzane.

Pozycje, w jakich układane są dłonie, są przy tym w większości przypadków albo podane w sztywnych schematach zabiegów, albo wybierane intuicyjnie, na przykład na podstawie niematerialnych spostrzeżeń. Oprócz nakładania rąk uzupełniająca praca nad ciałem w trakcie sesji Reiki jest stosowana głównie przez odpowiednio przeszkolonych fachowców. Myślę, że to wielka szkoda, bo jest też wiele rodzajów pracy z ciałem dających się łatwo zastosować także przez laików, a przy tym są one bardzo efektywne i wzmacniają pozytywne oddziaływanie Reiki poprzez poprawienie gotowości ciała do przyjmowania uniwersalnej energii życiowej i usuwanie zwolnionych blokad.

Dlatego w tym rozdziale wygamad się trochę i dam kilka wskazówek z praktyki dla praktyki.



Reiki dla dobrego samopoczucia.

Proces techniczny

Znajdowanie stref harmonii i dogadzanie im

Obok powszechnie znanych stref erogennych każdy człowiek ma pewne partie ciała, które lubią spokojny, a niekiedy nieco mocniejszy dotyk, co przyczynia się do lepszego samopoczucia. Z młodej nauki psychoimmunologii, tradycyjnej medycyny chińskiej i indyjskiej tantry pochodzą różne wyjaśnienia tego faktu. Jednak niezależnie od tego, czy chodzi o strefy refleksyjne, których dotykanie zwiększa produkcję endorfin w mózgu, meridiany poddawane akupunkturze, które są normalizowane w swojej funkcji przez przeniesienie energii przy nakładaniu rąk albo czakry i nadi, które są stymulowane przez dotyk – ważne jest, że w praktyce dotykanie tych stref przynosi wspaniałe wyniki. Niech eksperci łamią sobie głowy, kiedy raczej praktycznie zorientowani ludzie dają się rozpieszczać!

Jak dokładnie to działa z tymi strefami harmonii? Po pierwsze, należy przeprowadzić inwentaryzację, aby stwierdzić, jakie okolice ciała są strefami harmonii. Jeśli ktoś jest bardzo świadomy swojego ciała, zna siebie, więc może prawdopodobnie od razu wymienić kilka z nich. W innym przypadku da się to najprościej ustalić przez próby. Z mojego doświadczenia wynika, że u wielu osób strefy harmonii leżą w obszarze talii, ramion, w tylnych i bocznych partiach szyi oraz na dłoniach i stopach.

Wypróbuj te partie ciała swojego klienta w pierwszej kolejności, kładąc na nich spokojnie dłonie i chwytając nieco mocniej. Musi to jednak koniecznie być przyjemne dla klienta! Zazwyczaj już po krótkim czasie – około 20–30 sekundach – może on powiedzieć, czy czuje się szczególnie dobrze przy tym dotyku. Ponieważ strefy harmonii niekoniecznie mają dużą powierzchnię (wiele ma



średnicę mniej więcej spodka, niektóre są jednak wielkości monety), ważne jest, by kilkakrotnie wyczuwać i próbować różne miejsca. Po kilku testach często klientowi bywa łatwiej powiedzieć, gdzie dokładnie powinny zostać położone dłonie, aby znalazły się w pobliżu strefy harmonii.

Sensowne jest narysowanie odkrytych w czasie testu stref harmonii na szkicu ludzkiego ciała przedstawiającego widok z przodu i z tyłu. W ten sposób przy następnej sesji bez większych przygotowań można przejść do pracy. Poza tym na podstawie literatury fachowej można wyciągnąć kilka interesujących wniosków na temat meridianów, punktów akupunkturowych, stref refleksyjnych, czakr i tym podobnych.

Szybko przekonasz się, że włączanie wiedzy na temat stref harmonii ma niezwykle korzystny wpływ na skuteczność Reiki, ponieważ ciało przyciąga uniwersalną energię życiową i robi to szczególnie chętnie, kiedy odczuwa związany z tym dotyk jako przyjemny i poprawiający samopoczucie. Strefy harmonii są w zasadzie pewnego rodzaju otwartymi bramami ciała. W tych miejscach chce ono – nieważne, z jakich względów – być dotykane i trzymane.

Ciągle obserwuję, że dzięki zabiegom wykonywanym na strefach harmonii również inne części ciała mocniej otwierają się na siłę Reiki, są bardziej wrażliwe i w ciągu kolejnych sesji również w tych miejscach powstają większe lub mniejsze strefy harmonii. Poza tym z zabiegu na zabieg gwałtownie rośnie świadomość ciała klienta, a także jego stosunek do własnego ciała jest bardziej harmonijny i troskliwy.

À propos partnerstwa – wiele delikatności i czulej bliskości może wnieść w związek dawanie sobie na zmianę przyjemności przez zabiegi Reiki stosowane na strefy har-

monii. Obie strony będą w ten sposób uczyć się rozumieć lepiej siebie i drugą stronę, i z większą wrażliwością podchodzić do siebie nawzajem.

Drogi do zwiększenia gotowości ciała na przyjmowanie Reiki

Kiedy Reiki po prostu nie chce płynąć, chociaż istnieje widoczna potrzeba, na przykład bóle żołądka albo kaszel, pomocnych może być kilka trików z zakresu terapii ciała. Równocześnie poniżej opisane techniki są bardzo skutecznymi wzmacniaczami przepływu Reiki, które mogą być pewnie i w łatwy sposób wykorzystywane już przez praktykujących Reiki wtajemniczonych w pierwszy stopień do podwyższania skuteczności zabiegów i przez to do szybszego przywrócenia harmonii.

Chuchanie

Od niepamiętnych czasów chuchanie jest ważną częścią duchowych rytuałów uzdrawiających. Używaj go na zablokowane obszary ciała, które nie chcą przyjmować Reiki, albo do zwiększania intensywności zabiegu.

Ważne przy tym jest, by poprosić siłę twórczą o jej pomoc przy uzdrawianiu. Wyobraź sobie złote, uzdrawiające światło, które płynie z nieba do ciebie, przy wdechu wnika w ciebie i zbiera się w centrum zwanym hara, położonym na szerokość dwóch palców poniżej pępka. Wydychaj teraz uzdrawiającą duchową energię, na uzdrawiane miejsce ciała. Powtórz ten proces trzy razy i po każdym chuchaniu odczekaj od pół do całej minuty, żeby mógł oddziaływać. Potem jak zwykle nałóż ręce. Reiki będzie teraz płynąć znacznie lepiej niż wcześniej.





Jeśli ktoś jest wtajemniczony w drugi stopień Reiki, może wzmocnić jeszcze działanie tej techniki, malując językiem symbol wzmocnienia siły i po użyciu odpowiedniej mantry wchuchając znak w uzdrawiane miejsce na ciele.

Uwalnianie blokad stawów

W stawach łatwo zbierają się blokady, które zakłócają swobodny przepływ energii w ciele. Przez to z jednej strony w wielu przypadkach Reiki nie może zostać dobrze wchłonięte; z drugiej strony zatrzymywane są energie, które spływają ze zwolnionych przez Reiki blokad i chcą wyjść z ciała przez dłonie i stopy.



Poduszka lub zrolowany koc pod kolanami wspiera rozluźnienie.

Żeby efektywnie zwolnić szeroko rozumiane blokady stawów, postępuj w następujący sposób: najpierw poproś klienta, żeby delikatnie i bardzo powoli, jak w zwolnionym tempie, kilka razy poruszał w tę i z powrotem odpowiednim stawem. Po tym małym ćwiczeniu połóż na nim po prostu ręce i pozwól Reiki płynąć albo zastosuj wcześniej technikę wydychania albo „homeopatycznego dotyku z Reiki” (patrz: s. 89).

Dzięki regularnej pracy nad stawami cały organizm będzie wrażliwszy i bardziej elastyczny. Przez to będzie równocześnie wyraźnie silniej reagować na uzdrawiające energetyczne bodźce jak Reiki, kwiatowa terapia Bacha, homeopatia, shiatsu, ziołolecznictwo albo lecznicze kamienie i może lepiej pomóc samemu sobie pod względem zdrowotnym.

Trwanie Zależnie od stanu klienta, trzeba indywidualnie próbować, aż energia zacznie płynąć.

Uwagi *W czasie sesji Reiki należy koniecznie wziąć pod uwagę lęk przed bliskością.* Nie każdy jest przyzwyczajony do bycia dotykany po całym ciele i wiele osób odczuwa prawdziwy strach, gdy mierzy się z dłuższym dotykaniem, jakie jest zwyczajne i potrzebne przy zabiegach Reiki. Należy koniecznie zwrócić na to uwagę.

Dobrym wstępem do pracy z jeszcze nieznanym klientem, który chętnie poddałby się zabiegom Reiki, jest na początku rozmowa przez jakiś czas, żeby go „rozgrzać”, wyjaśnić przebieg zabiegu i przy tym zapytać też, w jakim stopniu występuje u niego lęk przed bliskością. To stwarza zaufanie i skutecznie wspiera dobry związek między klientem a terapeutą.



Jeśli istnieje duży lęk przed bliskością, podczas pierwszych sesji Reiki może być przekazywane tylko przez stopy i/lub dłonie. W tych miejscach znajduje się niezwykle wiele stref refleksyjnych, przez które duchowa energia życiowa może dotrzeć praktycznie do całego ciała. Poza tym właśnie w tych miejscach można od razu poszukać stref harmonii.

Jeśli chodzi o obchodzenie się z lękiem przed bliskością, szczególnie ważne jest również, by ciągle zachęcać klienta do udzielania informacji zwrotnych, żeby uzdrowiciel wiedział, na ile jego sposób dotyku jest przyjemny, a na ile nie.

- Wykorzystanie** Wytwarzanie zdolności przyjmowania Reiki i innych metod medycyny naturalnej; zwalnianie blokad w ciele; rozwijanie elastyczności; integracja oddzielonych emocji.
- Kombinacje** Między innymi: uzdrawianie całego ciała; pozycje specjalne; równoważenie czakr.
- Filozofia** Zgodnie z tak zwanym prawem Arndt-Schulze (patrz: s. 90) łagodne bodźce wspierają czynność życiową, a silne – upośledzają ją. Wyżej objaśnione techniki wykorzystują to prawo, by włączyć na nowo w naturalny porządek właściwych ciała systemów energetycznych te obszary ciała, które nie biorą już w pełny sposób udziału w przemianie energetycznej organizmu.

- Co się da zrobić?** Zdolność przyjmowania uzdrawiających bodźców może być bardzo efektywnie podwyższona. W niektórych przypadkach można nawet doprowadzić do uzdrowień. Zazwyczaj potrzebne są jednak podbudowujące zabiegi, aby przywrócić całkowitą harmonię.
- Czego nie?**
- Doświadczenie** Uwzględnienie odkryć z zakresu terapii ciała przy sesjach Reiki zgodnie z moim doświadczeniem może dostarczyć ważnych impulsów uzdrawiających przy problemach psychologicznych i pomóc ciału uwolnić się od opornych blokad. Także dysharmonie w statyce ciała mogą zostać w ten sposób skorygowane.



Praca nad ciałem świetlnym za pomocą Tęczowego Reiki

Warunki

2. stopień Reiki



Proces techniczny

Wariant 1

Krok 1: Narysuj wtajemniczoną dłonią symbol uzdrawiania na odległość i wypowiedz albo pomyśl trzy razy jego mantrę.

Krok 2: Narysuj symbol wzmacniania siły i wypowiedz albo pomyśl trzy razy jego mantrę.

Krok 3: Wyobraź sobie odbiorcę i powiedz albo pomyśl trzy razy: „Ciało świetlne...” (tu wstaw imię odbiorcy).

Krok 4: Wyobraź sobie, że zaglądasz w odbiorcę swoim duchowym okiem, aż dostrzeżesz promieniejący punkt świetlny.

Krok 5: Narysuj kilka symboli wzmacniających na świetle duszy i aktywuj każdy symbol, trzy razy wypowiadając lub myśląc jego mantrę.

Krok 6: Zakończ proces, zegnając się z odbiorcą, życząc mu błogosławieństwa siły twórczej i dmuchając mocno między rozłożone w odległości 10 centymetrów dłonie, a potem trąc o je siebie.

Wariant 2

Krok 1: Narysuj wtajemniczoną dłonią symbol uzdrawiania na odległość i wypowiedz albo pomyśl trzy razy jego mantrę.

Krok 2: Narysuj symbol wzmacniania siły i wypowiedz albo pomyśl trzy razy jego mantrę.

Krok 3: Wyobraź sobie odbiorcę i powiedz albo pomyśl trzy razy: „Ciało świetlne...” (tu wstaw imię odbiorcy).

Krok 4: Wyobraź sobie, że zaglądasz w odbiorcę swoim duchowym okiem, aż dostrzeżasz promieniejący punkt świetlny.

Krok 5: Narysuj kilka symboli uzdrawiania na odległość na świetle duszy i aktywuj każdy symbol, trzy razy wypowiadając lub myśląc jego mantrę.

Krok 6: Narysuj symbol wzmacniania siły na świetle duszy i aktywuj każdy symbol, trzy razy wypowiadając lub myśląc jego mantrę.

Krok 7: Powiedz albo pomyśl: „Światło jest prawdą, cień jest kłamstwem, przebudzenie światła wystarczy do uzdrowienia¹⁹”.

Krok 8: Powtórz tę afirmację dziewięć, albo jeśli chcesz osiągnąć silne działanie, 18 razy. Po każdym powtórzeniu rysuj symbol wzmac-

¹⁹ Ta afirmacja pochodzi z duchowej europejskiej tradycji rodzinnej, w której się kształciłem. Te słowa są częścią świętej i uzdrawiającej informacji Matki Ziemi do jej dzieci. Afirmacja jest stosowana w związku z oddziałującym głęboko rytuałem uzdrowienia. Przez lata sprawdziła się również w Tęczowym Reiki.



niania siły na świetle duszy i aktywuj go, wypowiadając lub myśląc trzy razy jego mantrę.

Krok 9: W każdym przypadku, niezależnie ile razy powtórzysz afirmację, pozwól płynąć Reiki przez co najmniej 10 minut i użyj więcej symboli wzmacniających siłę, aby zwiększyć przepływ mocy.

Krok 10: Zakończ proces, żegnając się z odbiorcą, życząc mu błogosławieństwa siły twórczej i dmuchając mocno między rozłożone w odległości 10 centymetrów dłonie, a potem trąć je o siebie.

Trwanie

Co najmniej 10–15 minut.

Uwagi

Późniejszy odpoczynek jest konieczny; klient nie powinien podczas sesji ani krótko po niej brać udziału w ruchu ulicznym czy wykonywać prac niosących z sobą ryzyko, które wymagają jego całkowitej koncentracji. Na koniec każdej sesji sensownie jest przeprowadzić rozmowę na temat doświadczeń, które zostały poczynione w trakcie ćwiczenia, aby zintegrować przeżycia, wesprzeć świadome zrozumienie doświadczenia transformacji i uspokoić lęki, które mogły wystąpić. Czasami na zakończenie przydatne jest wykorzystanie technik uziemiających, żeby poprawić odpływ uwolnionych energii.

Wykorzystanie

Doświadczenia mistyczne; budzenie ciała świetlnego; naładowywanie i zwiększanie wibracji ciała świetlnego; budzenie i poszerzanie świadomości świetlnej; zwiększenie rezonansu w związku ze źródłem życia; har-

monizacja tkwiących głęboko karmicznych obciążeń; wsparcie praktyki medytacyjnej; rozwój postrzegania pozazmysłowego, jak jasnowidzenie; podwyższenie wibracji ciała materialnego do leczenia towarzyszącego przy ciężkich chorobach lub zranieniach; uzgodnienie z szeroko pojmowanymi osobistymi i globalnymi procesami transformacji; do przygotowania do rytuałów i okresów intensywnego oczyszczania; by nie tracić orientacji duchowego spojrzenia w przypadku ciężkich sytuacji i w trudnych okresach życia; do towarzyszącego uzdrawiania w przypadku problemów z opętaniami i czarną magią; jako ochrona w czasach, gdy trzeba poradzić sobie z bardzo ciężkimi warunkami w otoczeniu, sytuacjami i osobami; żeby ułatwić uczenie się, nie tylko z duchowego punktu widzenia; żeby oczyścić umysł przed ważnymi decyzjami i zyskać duchową orientację; do przygotowania na wtajemniczenie w 3. stopień Reiki; do intensyfikacji i harmonizacji doświadczeń uczenia się w drodze do mistrzostwa.

Kombinacje

Uzdrawianie na odległość; grupowe uzdrawianie na odległość; oczyszczenie karmy za pomocą Tęczowego Reiki; systematyczna praca z czakrami; uzdrawianie mentalne; sesje uzdrawiania dla wewnętrznego dziecka; sesje uzdrawiania dla wyższego ja.

Filozofia

Ciało świetlne człowieka jest szczególną, w dużym stopniu samodzielłą częścią jego systemu energetycznego, która prowadzi



prądy niespolaryzowanych energii i organizuje je. Do niespolaryzowanych energii należy na przykład Usui – Reiki.

Przez ciało świetlne człowiek jest powiązany z obszarem boskiego bytu. Jest siedliskiem tożsamości bosko-ludzkiej. Mantry takie jak „Tat Tvam Asi” aktywują ten obszar, wiążą go silniej i bardziej różnorodnie z innymi poziomami bytu człowieka oraz poprawiają jego rezonans z mocą twórczą, źródłem wszelkiego życia. Praca nad ciałem świetlnym za pomocą mantr nie jest prosta, wymaga wiele cierpliwości, intensywnych starań i bez obecności kompetentnego nauczyciela często bywa niebezpieczna ze względu na wielkie siły, które są przez to poruszane i aktywizowane.

Praca energetyczna z Tęczowym Reiki działa tu inaczej, ponieważ ego i inne materialnie ograniczone struktury człowieka w dużym stopniu są obchodzone.

Co się da zrobić? Praca nad ciałem świetlnym za pomocą Tęczowego Reiki może być „turbodoładowaniem” dla duchowego rozwoju i doskonałym wsparciem przy wyżej wymienionych zastosowaniach. Nie zastępuje, tak jak w ogóle żadna inna technika, kontaktu z nauczycielem duchowym, osobistych decyzji i ich konsekwentnego wprowadzania w życie, praktykowanej odpowiedzialności i solidnej pracy w obszarze materialnym, w związkach i w kwestiach zawodowych. Także wykształcenie medyczne czy też takie, które miałyby

służyć mierzeniu się ze specjalnymi wyzwaniami, nie może być przez nią zastąpione. Praca nad ciałem świetlnym z Tęczowym Reiki jest jednak jedyną w swoim rodzaju dźwignią, która sprawia, że wyżej wymienione aktywności są efektywniejsze, a także skutecznie pokonuje trudności, które są zbyt wielkie przy zwykłych możliwościach.

Doświadczenie Pracę nad ciałem świetlnym za pomocą Tęczowego Reiki polecam na przykład przyjaciółom zajmującym się Reiki, którzy chcą nadać swojemu życiu zasadniczo zupełnie inny duchowy kierunek i strukturę. Ta technika sprawdziła się również przy ciężkich kryzysach życiowych.

Przyjaciółka opowiadała mi kiedyś o szczególnym przeżyciu, które miała w Tajlandii, kiedy w starej świątyni przeprowadziła przed dużym posągami Buddy to ćwiczenie: kilka minut po rozpoczęciu ćwiczenia zaczęła czuć, że jest coraz bardziej przyciągana przez Buddę, aż w końcu wniknęła w niego i doświadczyła w zmienionym stanie świadomości silnego przeżycia świetlnego, w czasie którego ujrzała swoje życie jako nieskończony, wirujący nurt mocy, wpleciony w gigantyczną świetlną sieć utkaną z innych nurtów mocy. To doświadczenie zmieniło długotrwale całe jej nastawienie do życia i zaważyło na tym, że po powrocie z podróży zaczęła kształcić się jako uzdrowicielka, aby sprowadzić na Ziemię światło, które ujrzała.



Prysznic Reiki przy użyciu Tęczowego Reiki

Warunki

2. stopień Reiki



Proces techniczny

Krok 1: Nanieś w pobliżu miejsca, w którym ma działać prysznic Reiki, symbol uzdrawiania na odległość i aktywuj go, wypowiadając lub myśląc trzy razy jego mantrę.

Krok 2: Narysuj jeden lub kilka symboli wzmacniających siłę nad miejscem, w którym ma działać prysznic Reiki. Im więcej symboli Reiki naniesiesz, tym silniej działa prysznic Reiki. Symbole muszą przy tym być narysowane tak, że jedna płaska strona jest skierowana ku symbolowi uzdrawiania na odległość, a druga – wskazywać miejsce, w które ma płynąć Reiki. Aktywuj każdy symbol, wypowiadając lub myśląc trzy razy jego mantrę.



Trwanie

Prysznic Tęczowego Reiki może być używany jako czasowo ograniczony środek, na przykład do intensyfikacji sesji Reiki czy masażu, ale też jako trwałe wyposażenie. Po pewnym czasie działanie prysznica Reiki osłabia się, aż w końcu znika. Kiedy jednak zostanie sporządzony, nie może zostać „wyłączony”. Długość działania może sięgać od około 20 minut w bardzo ciężkich warunkach do kilku dni w bardzo dobrych warunkach. Zależy między innymi od następujących czynników: uwaga i powaga w trakcie tworzenia prysznica Reiki; dysharmonijne feng shui pokoju; liczba osób korzystających z pomieszczenia i ich emocjonalna harmonia; silne promieniowanie elektryczne i inne szkodliwe promieniowanie; materiały budowlane itd.

Ponieważ nie da się oszacować niektórych warunków, w praktyce sprawdza się, jak wynika z mojego doświadczenia, kontrola działania przy użyciu spostrzegania niematerialnego, w sposób opisany poniżej.

Uwagi

Dobrze jest poświęcić chwilę przed budową prysznica Reiki i po niej, i odczuć momentalną jakość i siłę energii w pokoju. W ten sposób łatwiej rozwija się niematerialne spostrzeganie i przez bezpośrednie wczuwanie się o wiele łatwiej jest ustalić, czy pomieszczenie powinno zostać oczyszczone, czy sytuacja energetyczna jest jeszcze pozytywna.

Przygotowuj prysznic Reiki dla innych osób tylko za ich wyraźną zgodą.



Wykorzystanie Za pomocą prysznic Reiki da się w określonych miejscach utworzyć utrzymujące się przez dłuższy czas związane z miejscem pole Reiki, które do swojego utrzymania się nie potrzebuje żadnej dalszej pracy energetycznej czy uwagi. To znaczy: raz zbudowany prysznic Reiki wykonuje swoją pracę, a ty nie musisz się o to dalej martwić.

Bardzo praktyczne jest wykorzystanie tej techniki nad łóżkiem (hotelowym) w miejscu, które jest wystawione na dysharmonijne promieniowanie ziemskie, lub nad siedzeniem w samochodzie dla naładowania tych miejsc Reiki. Poza tym prysznic Reiki przez lata sprawdziły się też w następujących obszarach: tworzenie osobistych miejsc mocy; wspieranie wzrostu roślin i chronienie przed szkodnikami; dostarczanie „ekstraporcji” Reiki poza czasem sesji osobom chorym; do energetycznego oczyszczania i pozytywnego naładowywania ozdób, kamieni leczniczych i talii kart (czas gruntownego oczyszczania i naładowywania trwa od 4–8 godzin oddziaływania; im regularniej coś jest kładzione pod prysznicem Reiki, tym mniej czasu oddziaływania to potrzebuje); do zrobienia wody leczniczej naładowanej Reiki (używaj wody niegazowanej, umieszczaj ją pod prysznicem Reiki na 6–8 godzin); do energetyzacji napojów i produktów spożywczych; do stworzenia pozytywnej atmosfery wokół miejsca pracy; aby sprawić, by chemiczne leki były łatwiej strawne; dla dodatkowego pozytywnego efektu na sesjach

Reiki, masażach, akupunkturze, psychoterapii lub przy uzdrawianiu kamieniami itd. Po wyćwiczeniu się w wizualizacji da się zainstalować prysznic Reiki także przez uzdrawianie na odległość za pomocą Reiki. Z odrobiną kreatywności łatwo znajdziesz wiele dalszych możliwości zastosowania w swoim życiu dla tej prostej, ale bardzo skutecznej i elastycznej techniki Reiki.

Kombinacje

Między innymi: oczyszczanie pomieszczeń za pomocą Tęczowego Reiki; uzdrawianie całego ciała; medytacja z Tęczowym Reiki; uzdrawianie mentalne za pomocą Tęczowego Reiki; rytuał świec z Tęczowym Reiki; kryształowa fontanna z Tęczowym Reiki.

Filozofia

Dzięki symbolowi uzdrawiania na odległość w pobliżu miejsca, gdzie ma być utworzony prysznic z Tęczowym Reiki tworzone jest długotrwałe źródło Reiki, które trwa nawet bez kontaktu na odległość czy innych dalszych środków. Przez odpowiednio skierowane symbole wzmacniania siły, ukryte w symbolu uzdrawiania na odległość, Reiki jest przyciągane do danego miejsca oddziaływania.

Koniecznie pamiętaj: Żeby prysznic z Tęczowym Reiki funkcjonował tak, jak zostało to opisane, symbol wzmacniania siły musi zostać narysowany w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara.



Co się da zrobić? Czego nie? Problematyczne uwarunkowania środowiskowe mogą zostać zharmonizowane w ramach możliwości. Mimo to przy dużych problemach z promieniowaniem zaburzającym i złym feng shui zawsze lepiej jest pracować bezpośrednio na przyczynach dysharmonii. Niezależnie od tego, jak skuteczny jest przysznice z Tęczowym Reiki, może tylko wspierać indywidualne uzdrawianie kontaktowe czy na odległość, a nie zastępuje ich.

Doświadczenie Interesujące doświadczenie miała moja uczennica Reiki. Dotyczyło jej psa, dużego golden retrievera. Zwierzę położyło się kiedyś, gdy miało problemy trawienne, dokładnie pod przysznicem Reiki, który utworzyła nad miejscem, w którym medytowała. Wcześniej pies nigdy nie kładł się w tym miejscu. Potem zaczął tam spać i zawsze szybko zasypiał.

Kiedy przysznice Reiki ze względu na odwiedzinę krewnych nie był odnawiany przez trzy dni, golden retriever zagubiony krążył wokół tego miejsca, jakby czegoś tam szukał. Kiedy przysznice Reiki znów został odbudowany, położył się pod nim zadowolony i wkrótce głęboko zasnął.



Walter Lübeck od roku

1988 działa jako nauczyciel duchowy.

Prowadzi na całym świecie zajęcia na temat stworzonego przez siebie systemu tęczowego Reiki i medytacji trzech promieni.

Frank Arjava Petter naucza oryginalnego Reiki, medytacji i sztuki życia w teraźniejszości na całym świecie, prowadząc wykłady i seminaria. Jest autorem wielu książek, które stały się międzynarodowymi bestsellerami.

Reiki wprowadza do życia harmonię ciała, umysłu i ducha. To oczyszczająca energia, która nieustannie przepływa przez ludzki organizm. Oparta na niej naturalna metoda uzdrawiania znana była już od wieków. Co więcej, każdy korzysta z Reiki, nawet nie będąc tego świadomym. Kiedy coś Cię boli, przykładasz na to miejsce dłonie i po chwili odczuwasz ulgę. Dzięki tej książce poznasz sześćdziesiąt praktyk z każdego stopnia Reiki, które możesz stosować na sobie i innych, aby świadomie ukierunkować energię i pozbyć się wielu dolegliwości.

OD MISTRZÓW NAUCZYSZ SIĘ JAK:

- ✓ napełnić energią pożywienie i wodę, i w ten sposób wzmocnić swój organizm,
- ✓ zabezpieczyć się przed wampirami energetycznymi,
- ✓ oczyścić aurę i odblokować wszystkie czakramy,
- ✓ chronić ciało i duszę przed zagrożeniami,
- ✓ oczyścić cały dom i jego mieszkańców,
- ✓ uzdrawiać grupowo i na odległość,
- ✓ wesprzeć zwierzęta i rośliny.

ODZYSKAJ HARMONIĘ Z REIKI.

Patroni:



Cena: 39,30 zł

ISBN: 978-83-7377-753-8



9 788373 777538