

... AGNIESZKA SZULGA ...

ENERGIA REIKI

I KAMIENI SZLACHETNYCH



ENERGIA REIKI
i kamieni szlachetnych



AGNIESZKA SZULGA

ENERGIA
REIKI
i kamieni szlachetnych



STUDIO ASTROPSYCHOLOGII

Redakcja: Natalia Kulesza
Projekt okładki: Anna Drozdowska
Skład komputerowy: Maciej Grycz

Copyright © STUDIO ASTROPSYCHOLOGII 2007

Wydanie I
BIAŁYSTOK 2007
ISBN 978-83-7377-255-7

WIĘCEJ INFORMACJI O REIKI
ZNAJDZIESZ NA PORTALU:
WWW.PSYCHOTRONIKA.PL



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
oferta: www.studioastro.pl
15-762 Białystok,
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
(0-85) 662-92-67 – redakcja
(0-85) 654-78-06 – sekretariat
(0-85) 653-13-03 – dział handlowy – hurt
(0-85) 654-78-35 – sklep firmowy „Talizman” – detal

Druk i oprawa:
OPOLGRAF S.A.

SPIS TREŚCI

Wstęp	9
Rozdział 1. Terapia uzdrawiającej miłości – Reiki	13
1.1. Historia Reiki	13
1.2. Inicjacje I, II, III stopnia Reiki	17
Rozdział 2. Droga Reiki i jej znaczenie w życiu	21
2.1. Reguły życia dr. Mikao Usui	21
2.2. Układy dłoni podczas przekazywania Reiki – masaż energetyczny	30
2.3. Pełny masaż Reiki	32
2.4. Reiki na co dzień.....	51
Rozdział 3. Reiki w połączeniu z kamieniami szlachetnymi ...	57
3.1. Wybór i pielęgnacja kamieni	60
3.2. Siła kamieni	65
3.3. Centra energetyczne a energia kamieni	78
3.4. Czakry	80
3.5. Przekazywanie Reiki z wybranymi kamieniami	90
Zakończenie	95
Bibliografia	99

*Kto pragnie innych uczynić radosnymi,
ten sam musi posiadać radość.
Kto chce ciepło wносить w świat,
sam musi płonąć ogniem.
Kto pragnie innym pomagać,
musi być przepętniony miłością.
Kto chce wprowadzać pokój na ziemi,
ten musi mieć pokój w sercu swoim.*

P. BOSMAN, F. WERNER
„SŁONECZNE PROMYKI RADOŚCI”



*Dedykuję tę książkę wszystkim tym,
których kocham, a w szczególności
mojej córeczce Kamilce, mężowi
Marcinowi i przyjaciółce Hani.
Dziękuję za wsparcie.*



UWAGA!!!

Sposoby uzdrawiania opisane w niniejszej książce w żadnym wypadku nie mają zastąpić porady i pomocy lekarskiej. Autorka nie ponosi odpowiedzialności za skutki prawidłowego bądź nieprawidłowego stosowania niżej przedstawionych metod.

WSTĘP

Jest wiele metod leczenia opartych na poglądzie holistycznym (z gr. holos – całość), które głoszą, że wszelkie zjawiska oraz człowiek są jednością. Także nasze Ciało, Umysł i Duch łączą się tworząc nas. Gdy chcemy leczyć pacjenta, trzeba sięgnąć do przyczyny choroby, która może tkwić np. w jego negatywnym przekonaniu, podsycanym negatywnymi emocjami, bądź jeszcze głębiej. Jedno jest pewne, dopóki nie zetknęłam się z metodami terapii naturalnej, opartymi na poglądzie holistycznym, nie rozumiałam, że moje choroby ciała mają korzenie w moim umyśle. Gdy chorowałam na grypę, brałam tabletki, leczyłam objawy, a grypa wciąż wracała do mnie jako informacja, która chciała mi coś przekazać, a ja nie rozumiałam. Gdy zaczęłam szukać przyczyny, to znajdowałam przeróżne. A to bardzo byłam zmęczona pracą i tak naprawdę chciałam tej choroby, aby odpocząć, bądź też bardzo się zaniedbywałam, a moje ciało mówiło do mnie: „stop, zadbaj o siebie”. Gdy choruję, dociekam przyczyny i wspieram się na każdym poziomie mego istnienia, to choroby znikają i coraz rzadziej choruję. Holizm uzmysłowił mi, że jestem jednością ze sobą i ze światem, a jedynie terapia opierająca się na

Miłości może nas uzdrowić, spenetrować wszystkie sfery naszego istnienia. Wystarczy zaobserwować, jak działają nasze myśli o miłości, a jak myśli mające swe podłoże w nienawiści na nas i otaczający nas świat. Podam taki blady, ale ciekawy przykład. Ostatnio śledziłam moją myśl, która była przejawem nienawiści do siebie: „mam duży brzuch”. Oj, zrobiła ona rewolucję w moim życiu. Sprawiała, że nie mogłam patrzeć na siebie, zaczęłam ograniczać się w jedzeniu, źle się czułam, a ludzie delikatnie mnie zapytywali: jesteś w ciąży? A to jeszcze bardziej pogrążało mnie w rozpacz. I co zrobić? Z wielu narzędzi uzdrawiania wybrałam Reiki – niezwykle skuteczną metodę terapii naturalnej. Słowo **Reiki** oznacza „uniwersalną energię życia”, która przepływa przez wszystko niosąc ze sobą Życie. Metoda ta polega na przekazywaniu uzdrawiającej energii od terapeuty do pacjenta poprzez delikatny dotyk rąk, uzdrawiając na poziomie Ciała, Umysłu i Duszy. Terapeuta również może sam wykonywać sobie Reiki. Stosowałam Reiki codziennie przykładając ręce do mojego brzuszka. Po dwóch tygodniach patrzyłam na niego z miłością, poczułam się o wiele lepiej, tak, jakbym odzyskała część siebie. Reiki spenetrowało moje negatywne przekonanie i zastąpiło je Miłością do siebie samej, a brzusek rzeczywiście zmalał, bądź moje postrzeganie się zmieniło i widzę teraz, że jest mały i piękny. Myślę, że zdusiłam chorobę w zarodku. Bo co by było, gdyby tak jawna nienawiść do siebie samej dłużej się utrzymywała? W moim brzuszku został zatrzymany swobodny przepływ energii, gdzie w ciele odczuwałam jako napięcie, ciężar – zaczęła tworzyć się blokada, która im dłużej tkwi w człowieku, tym cięższe pojawiają się choroby.

Doświadczenie z Reiki odblokowuje swobodny przepływ energii i uzdrawia nas na każdym poziomie naszego istnienia.

Siły obronne w organizmie zostają pobudzone i system immunologiczny jest gotowy do samoleczenia. Dla mnie Reiki to nie tylko metoda leczenia, lecz droga Miłości, która kształtuje we mnie pokorne poczucie jedności z otaczającym mnie światem. Wspiera mnie w każdym dobrym działaniu, wzmacnia pozytywne intencje, modlitwy i wspomaga w twórczym życiu. Są to niekiedy tak subtelne odczucia, że nie sposób ubrać to w słowa. Aby zgłębić tajemnice Reiki, trzeba wieloletniej praktyki, wiary i doświadczeń. Dlatego w pracy umieściłam po części moje skromne doświadczenia i doświadczenia Mistrzów Reiki opisane w książkach. Terapia Reiki jest cudowną metodą, która łączy się z innymi bardzo chętnie i to nie tylko z naturalnymi metodami, lecz również może stanowić wspaniałe uzupełnienie terapii konwencjonalnej. Ja wybrałam kamienie szlachetne. Dlaczego? Po pierwsze, obie te terapie bardzo kocham, a wiadomo, że jak robimy to, co kochamy, to uzdrawia nas i nasze otoczenie. Dlatego najchętniej stosuję je w leczeniu. Po drugie, połączenie kamieni z Reiki jest niezwykle dla mnie i dla odbiorców. To tak jak spotykają się np. dwie przyjaciółki, które bardzo się kochają, rozumieją, są otwarte na miłość do siebie, to wtedy wzajemnie na siebie oddziałują, wydobywając na powierzchnię to, co najpiękniejsze, a wspólna ich energia działa z wielką siłą uzdrawiającą na otoczenie. Z energią Miłości wpływają z nas negatywne myśli, energie itd., które i tak musimy poznać, zobaczyć, przeżyć, aby zrobić miejsce dla energii Światła. Jednak nigdy z nas tyle nie wypłynie, abyśmy nie mogli tego udźwignąć. Dla ludzi, którzy nie bardzo wierzą w działanie Reiki, no, bo jak taki człowiek nie ma pojęcia, co to jest uzdrawiająca energia i wierzy tylko w to, co widzi, a terapeuta przykładła do niego swe dłonie, przez które przepływa owa energia,

to on tak naprawdę nie wierzy, że może mu pomóc. Przecież wiara jest niezbędna do uzdrawiania, wiara zarówno pacjenta, jak i terapeuty. Dlatego kamienie mają silny aspekt psychiczny dla takich ludzi, którzy wierzą tylko w to, co widzą. Gdy taki człowiek widzi, że na nim coś leży, czasem niezłej wagi, jest w stanie uwierzyć, że to działa, a tym samym otwiera się na uzdrowienie. Jestem ciągle pełna wdzięczności dla mojej Mistrzyni Reiki, Krystyny Włodarczyk-Królickiej, za której pośrednictwem otrzymałam tak piękny dar, jakim jest Reiki. Staram się go pielęgnować i rozwijać do dziś. Energia Reiki prowadzi mnie do poznawania siebie drogą Miłości, a kamienie potęgują tę energię rozwijając nieustannie piękno Duszy.

Terapia uzdrawiającej miłości Reiki

1.1. HISTORIA REIKI

Moja linia przekazu:

Ja, Agnieszka Szulga – otrzymałam inicjację I i II stopnia Reiki z rąk Mistrzynie Reiki Krystyny Włodarczyk-Królickiej.

Moja **Mistrzynie Reiki – Krystyna Włodarczyk-Królicka** – otrzymała inicjację Mistrza 3 grudnia 1994 roku z rąk Siostry Mariuszy – Jadwigi Bugaj.

Siostra Mariusza – Jadwiga Bugaj – otrzymała inicjację Mistrza Reiki w 1991 roku z rąk Wani Twan.

Wania Twan – była inicjowana na Mistrza Reiki w 1976 roku przez Hawayo Takata.

Hawayo Takata – była inicjowana na Mistrza Reiki przez Chujiro Hayashiego w 1938 roku.

Chujiro Hayashi – był uczniem odkrywcy i założyciela Systemu Naturalnego Uzdrawiania Reiki dr. Mikao Usui. Otrzymał inicjację ok. 1925 roku.

Mikao Usui – odkrywca i założyciel systemu Reiki Usui Shiki Ryoho.

Odkrycie Reiki pięknie opisuje Ursula Klinger-Raatz w książce pt. „Reiki i kamienie szlachetne”.

„U schyłku XIX wieku żył i nauczał w Japonii kapłan Mikao Usui. Kierował on niewielkim chrześcijańskim uniwersytetem w Kyoto. Na pytanie jednego ze swoich najstarszych uczniów: czy wie, w jaki sposób uzdrawiał Chrystus, nie potrafił udzielić odpowiedzi i stało się ono dla niego wyzwaniem. Usui złożył sprawowany przez siebie urząd rektora uniwersytetu Doshisha i udał się w poszukiwaniu informacji. Najpierw wyjechał do USA i na uniwersytecie w Chicago doktoryzował się w dziedzinie języków starożytnych, w których szukał rozwiązania tajemnicy. Jego próby nie zostały uwieńczone sukcesem, toteż powrócił do Japonii, po uświadomieniu sobie, że również w tradycji buddyjskiej mówi się o uzdrawiającej mocy Buddy i jego uczniów. Usui odwiedzał różne klasztory, studiował japońskie przekłady pism buddyjskich i nauczył się chińskiego, aby uzyskać jeszcze większą orientację w pismach buddyjskich. Jednak dopiero decyzja, by nauczyć się sanskrytu – języka najstarszych buddyjskich pism, doprowadziła go do manuskryptu jednego z uczniów Buddy –

do opisów, formuł i symboli traktujących o tym, jak uzdrawiał Budda. Po siedmiu latach doktor Usui znalazł to, czego szukał. Jednak jego wiedza o symbolach nie wystarczała, ażeby wejść w kontakt z uzdrawiającą energią duchową. Posłuchał więc rady pewnego starego przyjaciela, który sprawował funkcję przełożonego klasztoru buddyjskiego i pościł oraz medytował przez dwadzieścia jeden dni na jednej ze świętych gór Japonii. Dopiero dwudziestego pierwszego dnia nawiedził go potężny promień świetlny z nieba, przed którym – kierując się pierwszym impulsem – najchętniej by uciekł. Jednak nagle zdał sobie sprawę z tego, że jest to dokładnie to, czego szukał, to, na co czekał. Usui został poruszony tym światłem, doświadczył odmienionego stanu świadomości i upadając na ziemię ujrzał ukazujące się w szybkim tempie, w rozbłyskach światła, symbole odkryte przez siebie w swoich studiach. Wryły się one mocno w jego świadomość i stały się jednocześnie kluczem do boskiej energii uzdrawiającej. Doktor Usui nazwał tę na nowo odkrytą przez siebie energię Reiki. Dzięki niej uzdrawiali już Budda i Jezus poprzez nakładanie rąk. Reiki to japońskie wyrażenie dla uniwersalnej energii życiowej. Doktor Usui stworzył swój własny system naturalnego leczenia (system Usui), przekazywał Reiki wielu ludziom i nauczał stosowania tej metody wszystkich, którzy pragnęli więcej wiedzieć na ten temat. Nauczał ich również, jak uzdrawiać siebie samego, jak zmienić tryb życia za pomocą stworzonych przez niego reguł życiowych Reiki, a przez to również ogólne nastawienie do życia. Do dzisiaj Reiki jest nauczane i przekazywane poprzez inicjacje, zgodnie z tradycją, za pośrednictwem mistrzów Reiki. Przed swoim odejściem do świata dusz doktor Usui powołał na swego następcę jednego ze swoich uczniów głęboko związanego z nim i z Reiki – doktora Chujiro Hayashi. W ten

sposób doktor Hayashi – emerytowany oficer marynarki – stał się Mistrzem Reiki, doktor Usui powierzył mu Esencję Reiki. Doktor Hayashi założył klinikę Reiki w Kyoto i Tokio, do której w roku 1935 przybyła żyjąca na Hawajach Japonka Hawayo Takata. Była ona chora na raka. Hawayo Takata została uzdrowiona dzięki Reiki i sama stała się kanałem Reiki. Przez rok pozostała w klinice kształcąc się, a potem powróciła na Hawaje, gdzie praktykowała Reiki. W 1937 roku doktor Hayashi przybył do niej na kilka miesięcy, kształcił ją i przed swoim wyjazdem w lutym 1938 roku inicjował ją jako pierwszą i wówczas jedyną w USA Mistrzynię Systemu Uzdrawiania doktora Usui. Przed wybuchem wojny między USA i Japonią przekazał on Hawayo Takata w Japonii Esencję Reiki i mianował ją „Mistrzem Reiki”, a jednocześnie swoją następczynią. Po uczynieniu tego doktor Hayashi opuścił swoje ciało w kręgu rodziny i nauczających w Japonii mistrzów Reiki. Dzięki Hawayo Takata Reiki stało się znane na Zachodzie. Takata wykształciła dwudziestu jeden mistrzów Reiki, wśród nich również Phyllis Lei Furumoto – jej wnuczkę, która została inicjowana w Reiki już jako dziecko, ale dopiero po ukończeniu nauki w college’u i zrobieniu kariery, w wieku trzydziestu lat (w roku 1979), była gotowa do inicjacji mistrzowskiej, intensywnej nauki i kształcenia się w Reiki. W 1980 roku – przed swoim przejściem do świata dusz – Hawayo Takata mianowała swą wnuczkę Mistrzem Reiki i poprzez przekazanie Esencji Reiki, swoją następczynią. Od tego czasu Phyllis Lei Furumoto jest odpowiedzialna za Reiki. Tymczasem przez Furumoto i innych mistrzów zostało inicjowanych wielu mistrzów Reiki.”

Obecnie jest bardzo wielu Mistrzów Reiki. Pojawiły się również różne odmiany Reiki, które zniekształcają prawdziwy przekaz. Nie chcę oceniać, czy to jest skuteczne, czy nie, my-

ślę, że to każdego indywidualna sprawa. Jeżeli ktoś nie znajduje tego, czego szuka w pierwotnym przekazie, dobre będzie dla niego to, co nieustannie tworzą i zmieniają obecnie inni. Dla mnie Reiki z pierwotnego przekazu jest czymś, co warto pielęgnować, ponieważ nie należy zapominać, że uzdrowienie wywodzi się z nieprzebranego Źródła Boskiego. Są różne sposoby, aby Bóg mógł działać poprzez nas, a ja wybrałam ten. Cel nauk doktora Usui to to, że zdrowie zaczyna się od „obudzenia” człowieka do bezinteresownej miłości Boga. Ów „obudzony” człowiek bierze wtedy pełną odpowiedzialność za swoje życie i powraca do zdrowia. Dlatego czysty przekaz zgodny z tradycją jest bardzo skuteczny, przynosząc wspaniałe rezultaty zarówno dla terapeutów, jak i dla pacjentów. Moja Mistrzyni Krystyna Włodarczyk-Królicka na kursie bardzo podkreśla wierność tradycji. Przyznaję, że nie rozumiałam tego wtedy. Teraz rozumiem i jestem wdzięczna. Po co zmieniać to, co jest „od samego Boga” proste, piękne, skuteczne, sprawiające, że odkrywamy w sobie wielkie pokłady siły, radości, miłości do siebie i otaczającego nas świata. Ja to nazywam: „patrzenie na siebie i świat **oczami** Boga”, które przepełnione są miłością, współczuciem i zrozumieniem nawet tego, czego nasz umysł nie jest w stanie pojąć.

1.2. INICJACJE I, II, III STOPNIA REIKI

Istnieją trzy stopnie Reiki, podczas których odbywa się wtajemniczenie i nauka Reiki zgodnie z pierwotną tradycją.

1. stopień – zostają pobudzone nasze cztery czakry:

- a) czakra serca – otwarcie na bezwarunkową miłość,
- b) czakra gardła – otwarcie drogi do wyższej świadomości,
- c) czakra trzeciego oka – pobudzenie intuicji,
- d) czakra korony – otwarcie na odbiór Reiki.

Pierwszy stopień jest podstawą następnych, aby je zastosować potrzeba troszkę czasu po to, aby doświadczyć pierwszego. Podczas tej inicjacji poznajemy tradycję, źródła Reiki oraz całościowy masaż energetyczny – specyficzny układ dłoni, przez które płynie Reiki. Gdy przechodziłam pierwszy stopień Reiki, byłam w trzecim miesiącu ciąży, także moja córeczka jeszcze w brzuszku była najmłodszą uczestniczką. Ciężę mile wspominam, często robiłam Reiki sobie, to dawało mi dużo siły i radości. Poród przeszedł szybko, bez żadnych komplikacji. Córeczka urodziła się zdrowa, silna, z uśmiechem na ustach. Reiki jest cudownym sposobem na to, aby nasze dzieci rozwijały się prawidłowo w atmosferze miłości i harmonii.

2. stopień – to wtajemniczenie w symbole odkryte przez dr. M. Usui – służy do przekazu energii na odległość oraz wzmacniania tej energii, to kolejna inicjacja rozbudzająca i uaktywniająca centra energetyczne w naszych dłoniach. Dzięki temu pogłębiły się moje doświadczenia z Reiki i możliwości uzdrowienia siebie i innych. Zaczęła się droga poznawania siebie.

3. stopień – to pierwszy krok ku zostaniu Mistrzem Reiki.

Każda osoba podczas inicjacji odczuwa coś innego. Dla mnie to były tak subtelne przeżycia, których nie potrafię opisać. Jedno wiem, że po inicjacjach życie się zmienia. Gdy raz otrzymamy inicjacje, przez całe nasze życie możemy przekazywać

energie Reiki. Oczywiście, należy praktykować ten dar, aby rozkwitał.

*Tam, gdzie miłość panuje, zachodzą wielkie zmiany
i powraca zdrowie*

DR MARI HALL

Wierzę, że Reiki może stosować każdy, bez żadnych specjalnych zdolności, bowiem do miłości jesteśmy wszyscy stworzeni.

Droga Reiki i jej znaczenie w życiu

2.1. REGUŁY ŻYCIA DR. MIKAO USUI

Wkraczając na drogę Reiki bardzo istotne jest zachowanie *Reguł Życia*, które sformułował dr Mikao Usui:

*Właśnie dziś nie żłóść się.
Właśnie dziś nie martw się.
Szanuj rodziców, nauczycieli i ludzi starszych.
Uczciwie zarabiaj na chleb.
Dzisiaj będę się życzliwie odnosić do wszystkich żywych istot.*

WŁAŚNIE DZIŚ NIE ZŁOŚĆ SIĘ

*Nie wytykajcie wad innym. Wnikliwie przyjrzawszy się sobie, ujrzyjecie,
że ich wady są waszymi.*

Jeśli wy się poprawicie, poprawi się świat.

SAI BABA

Ciągle pretensje, oczekiwania wobec otaczającego nas świata potęguje, wzmacnia w nas złość. Jesteśmy źli na cały świat, który obarczamy odpowiedzialnością za nasze życie. Gdy tylko weźmiemy życie w swe ręce, zaczynamy być odpowiedzialni za siebie, to zaczynamy widzieć, że ci wszyscy ludzie, na których wcześniej byliśmy źli, grali role naszych zwierciadeł. Pokazywali nam tylko coś, co jest w nas, lecz gdy tego nie rozumiemy, to jesteśmy na nich źli. Wkurza nas w innych to, co sami mamy w środku, a nie chcemy się do tego przyznać. Złość działa bardzo destrukcyjnie, może doprowadzić do wielu problemów, nawet do choroby. Gdy sobie to uświadomiłam, zaczęłam odczuwać wdzięczność do ludzi, na których wcześniej byłam zła, a w rzeczywistości byli i są moimi nauczycielami, nieustannie pokazują mi to, co we mnie tkwi. Od tej pory relacje z moimi „nauczycielami” zmieniają się, zaczynają się opierać na Miłości, a nie na oczekiwaniach wobec siebie. Jakość mojego życia nieustannie wzrasta. A nierozładowaną złość, gniew wyrzucam waląc poduszką w łóżko bądź wrzeszczę w lesie. To przynosi wielką ulgę i nikt nie cierpi z tego powodu, że mam takie emocje, jakie mam. W ten sposób uwalniam siebie i innych od zbędnej gry, a świat wokół zaczyna się zmieniać. Myślę raczej, że to nie świat, lecz nasze postrzeganie się zmienia. Zaczynamy patrzeć na siebie i świat okiem miłości, a nie przez burzę naszych emocji, przekonań, myśli.

WŁAŚNIE DZIŚ NIE MARTW SIĘ

*Każdego wieczora postaw kropkę
i przerzucić stronicę.*

*Inaczej beznadziejnie ugrzęzniesz.
Oddajmy co wieczór swoją stronicę
z jej prostymi i krzywymi znakami,
a nawet niezapisaną. Taką, jaka jest.*

Złóżmy w dłonie Ojca.

*Dzień następny można wtedy zaczynać od nowa.
Kto potrafi cieszyć się szczerze udanym dniem,
ten ma lepsze szanse w dniu niedobrym.*

P. BOSMAN I F. WERNER

Od nas zależy, czy chcemy się martwić, lękać, czy zaufać w to, że nas Bóg poprowadzi. Zmartwienia, lęki odcinają nas od Źródła Wszelkiej Obfitości, zamykają nas w ograniczeniach, nie pomagają i nie przynoszą nic dobrego. To dlatego tak się nieustannie martwimy, lękamy o wszystko? Myślę, że wynika to z braku zaufania do siebie i do Boga, błędnym przekonaniu, że to, co dzieje się z naszym życiem, nie zależy od nas, lecz od tego, jak los się potoczy, od tego, co na zewnątrz, od innych ludzi. Gdy tylko uświadomimy sobie fakt, że sami kreujemy swoje życie i nasze życie jest naszym wyborem, lęki przyskają. Zaczynamy ufać sobie, Bogu, który przecież chce, abyśmy byli szczęśliwi i da nam to, czego Dusza pragnie. Wtedy każdy dzień będzie świętem i właśnie dziś jest ten dzień. Gdy ogarniają mnie lęki, czasem niemałe, przyskają z momentem uświadomienia sobie, że to tylko mój umysł wymyślił sobie strach, aby mnie

odciąć od Źródła. Im lepiej radzę sobie z moimi lękami, tym jestem silniejsza, a jak mnie dopadają, to czuję się słabo i nic nie widzę, zamykam się na miłość i obfitość. Dlatego wierzę, że we wszystkim panuje boski porządek, przebaczenie i zaufanie. Ale nawet w tych ciężkich chwilach staram się nie tracić wiary. Modlitwa pomaga mi przetrwać „ciemność”, bo wiem, że po nocy zawsze nastaje nowy dzień.

SZANUJ RODZICÓW, NAUCZYCIELI I LUDZI STARSZYCH

*Szanuj każdego, bądź wrażliwy
na sprawy drugiego człowieka;
Myśl dobrze o wszystkich, staraj się nawet
w najgorszych ludziach dostrzegać coś dobrego;
Zawsze bądź życzliwy dla innych;
Naprawiaj krzywdy wyrządzone innym;
Jednocz słowem, czynem i sercem;
Z każdym rozmawiaj językiem miłości.*

M. SOCHACZEWSKA

Szanujemy ludzi, gdy ich podziwiamy, doceniamy, traktujemy z uprzejmością i życzliwością. Ludzie, których podziwiamy i cenimy, często stają się dla nas przykładami, jak chcielibyśmy poprowadzić nasze życie.

Jestem pełna wdzięczności za wszystkich nauczycieli, jakich spotkałam na mej drodze, dzięki którym uczę się życia. Jednak nauczyciele to nie tylko wielcy Mistrzowie, to również najbliżsi, nasze dzieci, rodziny, przyjaciele, wszelkie sytuacje, które się nam przytrafiają, to wszystko, co nas otacza. Gdy to widzimy, pojawia się wdzięczność.

Docenianie tego, co mamy w życiu, to, jacy jesteśmy i odczuwanie wdzięczności z tego powodu jest przepięknym uczuciem. To ciągłe patrzenie w przyszłość, lękanie się tego, co będzie, bądź ciągłe rozdrapywanie starych ran, czyli rozpamiętywanie przeszłości, powoduje, że nie widzimy tego, co jest w chwili obecnej. Wdzięczność powoduje, że nasze oczy otwierają się i widzą, jaka obfitość jest wszędzie i to my blokujemy się na nią. Obfitość to

nie tylko bogactwo materialne, lecz emocjonalne, umysłowe i duchowe, ludzie, którymi się otaczamy oraz sytuacje, które spotykamy, nowe doświadczenia. Jeżeli w naszej podświadomości tkwi przekonanie, że nie zasługujemy na obfitość, to właśnie się tak dzieje. Wdzięczność odblokowuje nam przepływ obfitości i miłości w naszym życiu. Gdy ciągle czegoś oczekiwałam od moich rodziców, nie akceptowałam ich takimi, jacy są, nasze stosunki nie były za dobre, a o wszystko ich obwiniałam. Śmieszne, bo oczekiwałam od nich tego, aby byli inni, jednocześnie będąc na nich zła, że między nami się nie układa. Oni czując to, że w moich oczach są nie tacy, jacy powinni być, unikali ze mną spotkań. Zupełny kołowrotek! Chciałam mieć innych rodziców, lepszych. W końcu przyszedł czas, że uświadomiłam sobie, że to, że żyję, jaka jestem, to przecież im zawdzięczam. Gdy podziękowałam im za życie, moje oczy otworzyły się i zobaczyłam, jakie mam bogactwo, którego wcześniej nie widziałam. Dostałam wielkie dary od mych rodziców, które z radością chcę rozwijać w sobie. Pozwoliłam im być takimi, jakimi są i oni pozwalają mi być taką, jaka jestem.

Gdy uświadomimy sobie nasze wspaniałe możliwości kreowania życia, to będziemy mieć wiele powodów do wdzięczności. Stajemy się coraz bardziej wolni, kreując pozytywne zmiany w naszym życiu. Otoczenie przestaje nas krępować, bo sami siebie przestaliśmy ograniczać.

Jak jesteśmy wdzięczni, wszystko nas wspiera, odżywia nasze życie, stajemy się otwarci na obfitość, która wpływa bezgranicznie do naszego życia. Stajemy się jednością ze Światem, z Miłością. Pojawia się wielki szacunek do siebie i wszelkiego życia oraz świadomość, że jesteśmy ukochanymi „dziećmi Boga”, co napawa wielką radością i siłą do działania w Miłości.

UCZCIWIE ZARABIAJ NA CHŁEB

*Spraw, aby moje ręce uszanowały te rzeczy, które
Ty stworzyłeś i aby moje uszy stały się wrażliwe na
odbiór Twego Głosu.*

*Daj mi mądrość, abym rozumiał to wszystko, czego
nauczyłeś mój lud. Pozwól mi nauczyć się lekcji,
które ukryłeś w każdym liście i kamieniu.*

MODLITWA AMERYKAŃSKIEGO INDIANINA

Uczciwość jest podstawą zaufania. Zaufanie z kolei to podstawa związków międzyludzkich.

Gdy jesteśmy uczciwi wobec siebie, stajemy się uczciwi wobec innych. Pojawia się zaufanie nie tylko do innych, ale również właśnie do siebie. To droga Prawdy, która rozjaśnia nam życie. Nie jest łatwo przyznać się do siebie, do tego, jacy naprawdę jesteśmy, gdy przez całe życie spychamy do swego wnętrza to, czego nie chcemy widzieć. Dla mnie świetną ucieczką od siebie, rzeczywistości był specyficznie przeze mnie rozumiany rozwój duchowy. Czytałam mnóstwo książek, myślałam tylko o tym, aby pracować nad sobą, no, bo przecież nie jestem wciąż taka, jaka powinnam być. Tak naprawdę nie żyłam swoim życiem, a innych chciałam przekonywać do tego, co przeczytałam w książkach. Moim zdaniem, największą mądrością są nasze doświadczenia, a przeżycia innych mogą, ale nie muszą, służyć jako wskazówka. Dopiero teraz czuję, że żyję. Moja rodzina jest moją rodziną, a nie ludźmi gorszymi, bo nie „rozwijają się duchowo”, moi przyjaciele moimi przyjaciółmi, a nie ludźmi, którzy przeszkadzają mi w rozwoju, teraz się od nich uczę. Moje doświadczenia moimi nauczycielami, moje talenty

wielkim darem, moja ciemna strona moim nauczycielem, a radość moim towarzyszem. Gdy odkrywam, ile mam pokładów nienawiści, autodestrukcji do siebie, to się zadziwiam, a czasem tak to boli, że myślę, iż oszaleję. Wtedy pozostaje mi modlitwa, która jest moim antidotum na wszystko. Gdy modłę się gorąco, z wiarą, dzieją się naprawdę cuda. Moim zdaniem, być prawdziwym, uczciwym wobec siebie to prawdziwa sztuka, która prowadzi do szczęśliwego życia. Akceptować siebie, swoje uczucia, dać sobie odczuwać smutek, gniew, które są przecież takimi samymi uczuciami jak np. radość. To nasza intencja sprawia, jakiej wartości nabiorą nasze uczucia i to my również decydujemy, jakiej wartości nabierze nasze życie.

Starojapońskie słowo Reiki oznacza dosłownie: „Uniwersalną Energię Życia”, która przepływa przez wszystko, co istnieje, ożywiając, tworząc i bezustannie odnawiając.

Kamienie szlachetne – ich piękno, siła i moc, podziwiane i doceniane od tysięcy lat i wciąż na nowo odkrywane; należycie traktowane otwierają się dla ludzi, wprowadzając w cudowny świat minerałów.

To dzięki stosowaniu niezwykłego połączenia Reiki z kamieniami szlachetnymi moje życie stało się o wiele prostsze, piękniejsze i wartościowsze. Odkryłam w sobie siłę i piękno Kobiety, która wie, co jest dla niej najważniejsze w życiu.

Autorka



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII

PATRONAT MEDIALNY

PORTAL
KSIĘGARÓWKI
www.ksiązka.net.pl



www.psychotronika.pl
CENTRUM PSYCHOLOGII I PSYCHOTERAPII

ISBN 978-83-7377-255-7



9 788373 737725 >