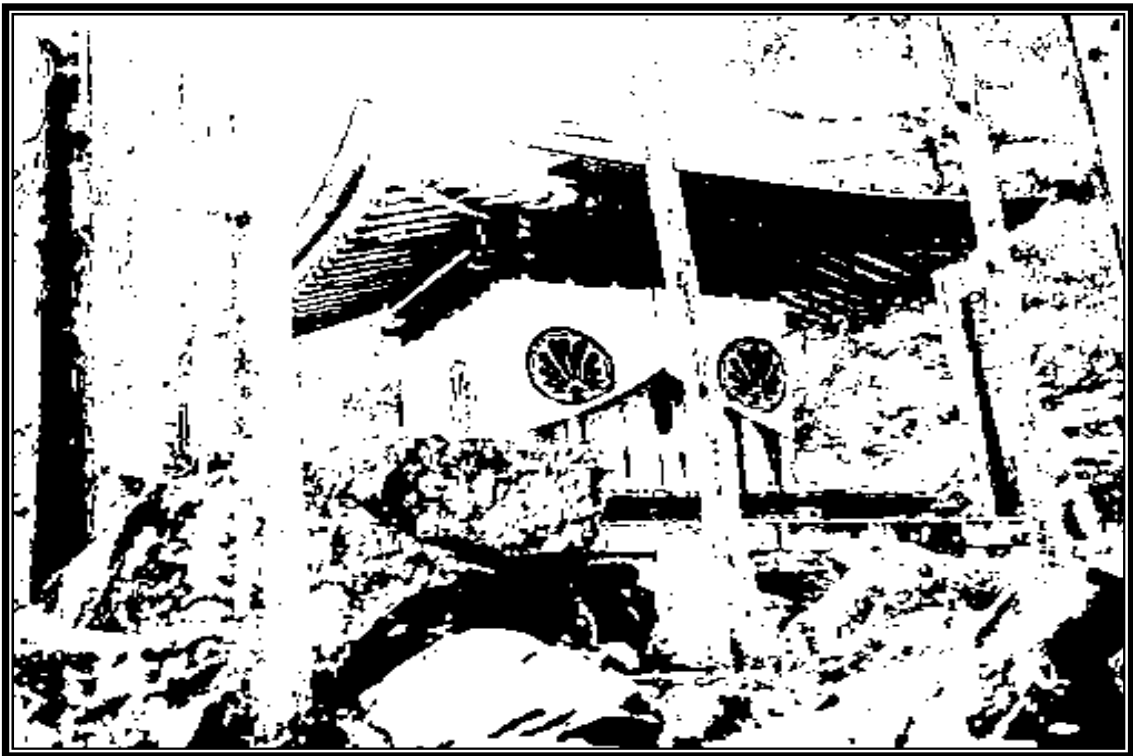


2. stupen

靈氣療法



奥伝

Na úvod.

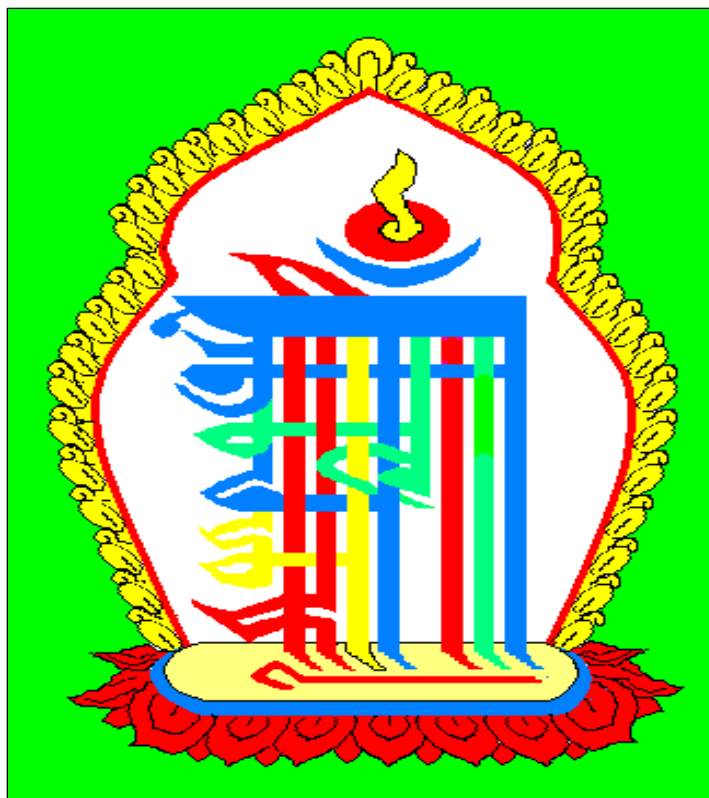
Zasvätením do prvého stupňa Reiki si sa stal kanálom Reiki a nadobudol schopnosť túto liečivú energiu sprostredkovať. Následnou prácou s Reiki sa Tvoje vedomosti, skúsenosti i schopnosti ešte viac rozrástli. Naučil si sa s Reiki pracovať a používať pre seba ako aj v prospech druhých.

Kým zasvätenie prvého stupňa má najväčší účinok na telesno-energetickej úrovni, druhý stupeň Reiki dáva možnosť cieľenej práce aj na úrovni psychickej a emocionálnej.

Rozširuje taktiež naše možnosti o pôsobenie v čase a priestore. V praxi to znamená, že môžeme sprostredkovať energiu Reiki sebe alebo druhým na ľubovlnú vzdialenosť na Zemi i mimo nej. Umožňuje nám túto energiu vysielat' tak v prítomnosti, do budúcnosti, ako aj do minulosti.

K tomu, aby sme toto mohli prevádzať, nám slúžia kľúče sily, symboly Reiki, pomocou ktorých po naladení môžeme preklenúť čas i priestor, pôsobiť priamo na úrovni mentálnej i emocionálnej, ako i niekoľkonásobne posilniť tok Reiki.

Zasvätením do 2. stupňa REIKI sa výraznejšie ovplyvní emocionálna i mentálna úroveň každého jedinca. Rozvíja sa intuícia a záleží len na nás, ako sa ňou budeme riadiť. Ukazuje nám cestu vývoja k stále vyššej duchovnej bytosti, k múdrosti a harmónii.



Symbyly 2. stupňa Reiki.

V druhom stupni si obdržal tri zo štyroch symbolov a ich mantier, používaných v Reiki.

Opis týchto symbolov našiel majster Usui v spisoch tzv. Diamantovej Sútry, ktorá popisuje ezoterné, tantrické učenie Mahajanového budhizmu. Schopnosť ich používať však získal až po svojom zasvätení na hore Kurama a tu vlastne mu bol ozrejmý aj ich skutočný význam.

Tieto symboly zrejme nie sú Zemského pôvodu. Sú v našej reči a písme takmer nevyjadriteľné. Sú to praobrazy, archetypy, ktoré vnímame niekde na nevedomej úrovni. Symboly a ich zvukové vibrácie - mantry, používané v Reiki, sú kľúče k jednotlivým energetickým hladinám. Ich používaním je nám umožnené dostať sa do zmeneného stavu vedomia, v ktorom tieto energetické hladiny môžeme ľahšie vnímať a pracovať v nich.

Sila je v používaní symbolov a nie v nich samotných. Sú zasvätené Reiki a tak k nim pristupujeme s patričnou úctou ktorá im prináleží, podobne, s akou úctou pristupujú skutoční kresťania k obrazu Svätého kríža.

Ak to nie je nevyhnutné, tak pri rozhovoroch používajme označenie „prvý, druhý a tretí symbol“ namiesto skutočného znenia ich mantier a ich podobu prosím uchovávať v tajnosti. Tieto symboly Reiki sú pre nezasvätených tajné, pretože až príslušným zasväcovacím obradom sa v našich rukách stávajú funkčnými. Pre ostatných by mohli byť zdrojom pokusov alebo zábavy a tak vlastne z neznalosti znesväcované ich sklamaním a pohrdaním.

Symbyly Reiki môžeme používať pri liečení seba, druhej osoby, zvierat či rastlín. Ich pôsobenie a používanie však nie je obmedzené iba na liečenie. Pomocou nich je možné čistenie energetických polí priestorov, miestností, rôznych predmetov, ich cielené programovanie a energetické nabíjanie.

Taktiež ich môžeme používať k meditačným cvičeniam, programovaniu situácií, k znásobeniu účinnosti iných druhov terapie.

V skutočnosti je ich používanie obmedzené iba našou predstavivosťou. Samozrejme, každá naša aktivita pri používaní akejkoľvek techniky Reiki musí vychádzať z Lásky a byť pre prospech všetkých zúčastnených.

Používať symboly Reiki, a Reiki vôbec, pre sebecké, zištné či škodlivé ciele nie je možné. V týchto prípadoch jednoducho neúčinkujú, ale takéto pokusy samé o sebe zaťažujú našu karmu a musíme si byť vedomí ich následkov pre nás.

Aktivovať jednotlivé symboly môžeme rôznymi spôsobmi: Zvyčajne ich kreslíme buď fyzicky celou rukou alebo mentálne na príslušné miesto. Môžeme symboly aj premietnuť pred seba do priestoru, poslať ich svojím dychom na miesto pôsobenia, či ich priamo na týchto miestach vizualizovať. Po nakreslení či premietnutí príslušného symbolu vždy aspoň tri krát vyslovíme (v myšli) ich názov (mantru).

Pred sprostredkovaním Reiki sebe, iným bytostiam, predmetom či situáciám, môžeme symboly umiestniť aj na svoju srdčnú čakru či vedľajšie čakry vo svojich dlaniach a aktivovať ich trojnásobným vyslovením príslušných mantier.

Ak symboly vidíme (vizualizujeme) vo farbách, tak môže byť na mieste akákoľvek čistá, žiariaca farba (aj čierna).

氣

Prvý symbol - zosilňovač.

Cho - Ku - Rei

Sú rôzne preklady pre symboly Reiki. Tak prvý symbol býva prekladaný napríklad ako: *Zosilňovač energie; Prichádzajúci z Univerza, zvyšuje energiu; Svätá audiencia...*

V Tibete je názov tohoto symbolu „*Dharma kaya*” – princíp vstupu do bytia.

Prvý symbol je zdrojom energie rotujúcej do špirály, prenikajúci cez všetky bariéry. Smeruje a koncentruje silu do jedného miesta či bodu. Tento symbol je úplný sám o sebe a môže sa používať aj samostatne.

Prvý symbol Reiki ovplyvňuje predovšetkým éterické telo, čiže pôsobí na telesno – energetickej úrovni.

Prvý symbol aktivuje, zosilňuje tiež účinky ostatných symbolov a kreslí sa za nimi buď fyzicky rukou, alebo mentálne. Môžeme ho kresliť na choré miesta, unavené svaly a kĺby.

Kreslíme ho na seba i iné osoby, zvieratá a veci.

Pomocou tohoto symbolu môžeme tiež čistiť od negatívnej energie a posilniť pozitívnu energiu v rôznych objektoch.

Aj keď prvý symbol skracuje dobu potrebnú na ošetrovanie, aj naďalej platí, že záleží na príjemcovi, ako rýchlo a koľko Reiki prijme a ako s ním naloží.



Druhý symbol - psychoterapeutický.

Sei - He - Ki

Pôsobí na mentálnej a emocionálnej úrovni. Prekladá sa ako „*Brána k vnútornej sile*”; „*Boh a človek sa stávajú jedným*”...

Druhý symbol vytvára spojenie medzi vedomím a podvedomím. Umožňuje tiež vkladanie nových programov do podvedomia.

Symbol používame pre čokoľvek, čo je v nerovnovážnom stave po stránke mentálnej či emocionálnej, vrátane fyzických chorôb nimi zapríčinených. Dá sa používať k riešeniu minulých aj súčasných problémov, psychických traum, k harmonizácii rôznych psychických stavov a pocitov.

Dôležitou úlohou tohoto symbolu je jeho ochranná funkcia. Chráni pred rôznymi negatívnymi vplyvmi ako sú napríklad pocity strachu, úzkosti, nervozity, depresie...

Je to pomoc z vyšších sfér. Ak potrebujeme skutočne ochranu, nakreslíme tento znak na seba a posilníme prvým symbolom.

Pri práci s druhou osobou si musíme uvedomiť, že máme veľkú zodpovednosť, a že naša myseľ je týmto symbolom spojená s myslou a podvedomím ošetrovaného.

Dbajme na to, aby sme počas pôsobenia mali len pozitívne myslenie a za nikoho sa nesnažme rozhodovať. Sme len ich sprievodcami pri práci na sebe a na ceste, ktorou musia prejsť v záujme svojho rastu.



Tretí symbol - most /prepojovač /. **Hon - Sha - Ze - Sho - Nen**

Prekladá sa „Z Univerza cez Univerzum“; „Buddha vo mne vidí Buddhu v Tebe“; „Boh vo mne sa rozšíril až v Boha v Tebe“ ...

Tretí symbol sa používa pre prácu v priestore a čase.

Umožňuje nám posielat' Reiki na akúkoľvek vzdialenosť, taktiež do minulosti ako aj do budúcnosti, a to jak sebe, tak iným bytostiam či situáciám. Reiki môžeme nasmerovať do určitého miesta, k chorobe, situácii, proste všade tam, kde je potrebná pomoc.

Pomocou tohoto symbolu môžeme nasmerovať liečivú silu na liečenie fyzických či psychických problémov, ktoré majú svoj pôvod a príčinu v minulosti, či už v tomto alebo v niektorom z predchádzajúcich životov.

Nasmerovaním energie do budúcnosti pomocou tohoto symbolu môžeme do istej miery predchádzať vzniku príčin, ktoré by mohli viesť k vytvoreniu nových problémov.



Ezoterický význam symbolov Reiki.

Na legendárnej posvätnéj hore Kuriyama, kde majster Mikao Usui obdržal zasvätenie, stojí chrámový komplex, patriaci budhistickej škole *Kurama - Kokyo*. Učenie tejto školy v sebe nesie syntézu pôvodného japonského Shintoizmu a ezoterného Mahajanového budhizmu. Podstatu filozofie školy tvorí učenie o *Sonten*.

Sonten je absolútnym prameňom, esenciou všetkého jestvujúceho, pravdou, ktorá stojí nad všetkými náboženstvami, je Univerzálnou Životnou Silou - teda je tým, čo Usui nazval **Reiki**.

V učení školy *Shingon-su* stelesňuje Mahavairochanu (Dainichi Njoraj), najvyššieho, kozmického Budhu.

Sonten sa manifestuje na Zemi vo forme *Lásky* (súcit, zmilovanie), *Svetla* (poznatie) a *Sily* (energia, moc).

Princíp Lásky sa viaže k Mesiacu. Zo spirituálneho hľadiska Láske vládne jedna z Budhových manifestácií - bodhisattva milosti, ktorého v Indii nazývajú *Avalokiteshvara* a Japonci poznajú pod menom *Sendju Kanzeon Bosacu* (Sendju Kannon).

Podľa učenia školy *Shingon-su* aktivuje energiu *Amitabha Budhu* (Amida Njoraj), dávajúceho kl'ud mysle a harmóniu emócií v prisl'úbení satori – stavu osvietenia.

Symbol princípu Lásky sa nápadne podobá Usuiho mentálnemu a emocionálnemu symbolu **Sei-He-Ki**.

Princíp Svetla sa viaže k Slnku, vládne mu *Vaishravana*, ktorého Japonci volajú *Bishamonten*.

V škole *Shingon-su* predstavuje bodhisattvu *Seishi Bosacu*, ktorý odovzdáva múdrosť vedúcu k oslobodeniu z kolobehu znovuzrodení.

Symbolom princípu Svetla je starý sanskritský symbol, v Reiki mu zodpovedá symbol **Hon-Sha-Ze-Sho-Nen**.

Princíp Sily sa viaže k Zemi, stelesňuje ho božstvo Zeme, hôr a stromov – Mao-son. Mao-son je jednou z foriem prejavu Sonten, kráľom víťaziacim nad zlom a je od pradávna považovaný za božstvo hory Kuriyama. Tento princíp reprezentuje jedna zo starých verzií symbolu Om, v Reiki k nemu priradujú symbol **Cho-Ku-Rei**. Cho-Ku-Rei v ezoternom Shinto je magickým vyjadrením slov „*tak sa staň*“, Amen.

氣



Láska



Svetlo



Sila

Pôsobenie na osoby v ich neprítomnosti.

Pomocou symbolov druhého stupňa Reiki máme možnosť pôsobiť neobmedzene v čase a priestore. Znamená to teda, že môžeme sprostredkovať liečivú silu Reiki druhým osobám na akúkoľvek vzdialenosť v prítomnom čase, alebo v prípade potreby smerovať energiu aj do minulosti či budúcnosti.

Existuje množstvo spôsobov, ako môžeme pôsobiť na diaľku. Tu uvediem iba niekoľko vzorových postupov, ale časom si každý Reikista vytvorí spôsob, ktorý jemu v danej chvíli najviac vyhovuje.

Od osoby, na ktorú máme pôsobiť, musíme mať predovšetkým jeho súhlas! Ideálne je, aby nás dotyčná osoba o sprostredkovanie Reiki sama požiadala. Ak to však nie je z nejakého dôvodu možné (bezvedomie, úraz, malé dieťa), môže nás o sprostredkovanie energie požiadať aj iná osoba. V týchto situáciách sa pomocou symbolov snažíme naladiť na danú osobu a o zvolenie môžeme poprosiť Stvoriteľa, Vyššiu inteligenciu, Kozmickú silu, alebo ako Ho Ty nazývaš. Ak dostaneme pozitívnu odpoveď, zvyčajne cítime v dlaniach príjemný pocit tepla a prúdenie energie. V takomto prípade môžeme začať s ošetrovaním podľa zvoleného postupu.

Ak sa stane, že z nejakého dôvodu nedostaneme zvolenie, v dlaniach cítime chlad alebo nepríjemné pocity, prípadne sa nedokážeme sústrediť na sprostredkovanie energie, tak sa poďakujeme a Reikovanie ukončíme.

Reiki ošetrovanie na diaľku trvá asi 20 až 30 minút, vždy sa však riadime svojimi pocitmi a intuíciou.

Pred ošetrovaním na diaľku je vhodné sa s príjemcom dopredu dohodnúť na čase ošetrovania, aby sa počas tejto doby mohol uvoľniť a tak uľahčiť príjem energie.

Postup pôsobenia na diaľku.

A./ Celkové ošetrovanie s pozíciami rúk.

- Zaujmemo pohodlnú pozíciu, naladíme sa na Reiki, obe ruky si položíme na svoje srdce a utíšime svoju myseľ.
- Vlastným spôsobom vyjadríme vdáku, že smieme byť kanálom Reiki.
- Privrieme oči a vizualizujeme si pred sebou ošetrovanú osobu. Ak túto osobu nepoznáme, môžeme si ju predstaviť ako svetlú postavu.
- Pravou rukou na príjemcu nakreslíme (alebo premietneme) Hon-Sha-Ze-Sho-Nen a vyсловíme tri krát jeho mantru.
- Vo svojej myslí tri krát vyslovím údaje o ošetrovanom:
Jeho plné meno,
Dátum narodenia,
Adresu alebo miesto, kde sa v tomto čase nachádza (mesto, ulicu, číslo domu, poprípade si predstavím, kde sa ošetrovaný nachádza),
- Pravou rukou na príjemcu nakreslíme (premietneme) Sei-He-Ki a vyсловíme tri krát jeho mantru.
- Pravou rukou na príjemcu nakreslíme (premietneme) Cho-Ku-Rei a vyсловíme tri krát jeho mantru.

- Ak cítime prúdenie energie, môžeme znovu zopakovať kreslenie jednotlivých symbolov a vyslovíme tri krát ich mantry. (Toto môžeme opakovať počas celej doby pôsobenia. Napomáha nám to v prehĺbení a udržaní koncentrácie a zvyšuje sprostredkovanú energiu.)
- Prevedieme celkové ošetrenie tak, ako sme sa naučili v prvom stupni Reiki až po uhladenie aury a energetizujúci ťah dlaňou od kostrče nad korunnú čakru.
- Sprostredkovanie Reiki ukončíme spojením dlaní do pozície modlitby a vyjadrením vďaky za to, že sme mohli byť kanálom Reiki a za dôveru.

B./ Ošetrenie naraz celého tela.

- Zaujmemo pohodlnú pozíciu, naladíme sa na Reiki, obe ruky si položíme na svoje srdce a utíšime svoju myseľ.
- Vlastným spôsobom vyjadríme vďaku, že sme mohli byť kanálom Reiki.
- Ošetrovanú osobu si predstavíme medzi svojimi dlaňami v zmenšenej podobe.
- Pravou rukou na príjemcu nakreslíme (alebo premietneme) Hon-Sha-Ze-Sho-Nen a vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Vo svojej mysli tri krát vyslovím údaje o ošetrovanom:
Jeho plné meno,
dátum narodenia,
adresu alebo miesto, kde sa v tomto čase nachádza.
- Pravou rukou na príjemcu nakreslíme (premietneme) Sei-He-Ki a vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Pravou rukou na príjemcu nakreslíme (premietneme) Cho-Ku-Rei a vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Reikujeme naraz celé jeho telo po dobu cca. 20 minút.
- Sprostredkovanie Reiki ukončíme spojením dlaní do pozície modlitby a vyjadrením vďaky za to, že sme mohli byť kanálom Reiki.

C./ Ošetrenie prostredníctvom fotografie – „Enkaku chirjo“.

Toto je najjednoduchší spôsob Reikovania neprítomnej osoby (aj viacerých osôb súčasne) na diaľku.

Jeho výhodou okrem jednoduchosti je aj v možnosti uskutočňovať ošetrenie nenápadne kdekoli a kedykoľvek.

- Zaujmemo pohodlnú pozíciu, naladíme sa na Reiki, obe ruky si položíme na srdce a utíšime svoju myseľ.
- Vlastným spôsobom vyjadríme vďaku, že sme mohli byť kanálom Reiki.
- Položíme si fotografiu ošetrovanej osoby do dlane ľavej ruky, pravou rukou na ňu postupne nakreslíme (premietneme):
- Hon-Sha-Ze-Sho-Nen a vyslovíme tri krát jeho mantru,
- Sei-He-Ki a vyslovíme tri krát jeho mantru,
- Cho-Ku-Rei a vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Svoju pravú dlaň umiestnime nad fotografiu a pôsobíme po dobu asi 20 minút, prípadne po dobu podľa svojich pocitov či intuície.
- Sprostredkovanie Reiki ukončíme spojením dlaní do pozície modlitby a vyjadrením vďaky za to, že sme mohli byť kanálom Reiki a za dôveru.

D./ Práca s obálkou.

Fotografie môžeme nahradiť aj papierovými lístkami, na ktorých sú uvedené mená, dátum narodenia, adresy príjemcov. Tieto lístky uložíme do obálky, prípadne do na to vyhradenej krabice a za pomoci symbolov Reikujeme tak, ako pri použití fotografie. Lístky s údajmi ošetrovaných osôb môžeme vymieňať alebo dopĺňať podľa potreby.

Pri účasti viacerých Reikistov môžeme túto techniku použiť aj tak, že krabicu s lístkami uložíme do stredu kruhu.

- Postupne na ňu nakreslíme jednotlivé symboly:
- Hon-Sha-Ze-Sho-Nen a vyslovíme tri krát jeho mantru,
- Sei-He-Ki a vyslovíme tri krát jeho mantru,
- Cho-Ku-Rei a vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Svoje dlane nasmerujeme na krabicu tak, aby vytvárali reflektory asi vo výške našej srdečnej čakry a necháme do nej prúdiť energiu Reiki.
- Sprostredkovanie Reiki ukončíme spojením dlaní do pozície modlitby a vyjadrením vďaky za to, že sme mohli byť kanálom Reiki.

E./ Práca so zástupným objektom

- Vyberieme si zástupný objekt, ktorý nám najlepšie vyhovuje. Týmto zástupným objektom môže byť bábika, macko alebo aj naša vlastná noha.
- Dôrazne v duchu alebo nahlas tri krát o tomto objekte prehlásime: *tento objekt je...(celé meno)*. Napríklad: „*Táto bábika je Katka Hrašková*“.
- Položíme si zástupný objekt pred seba, ak je menší, tak do ľavej dlane.
- Pravou rukou nakreslíme na zástupný objekt symboly:
- Hon-Sha-Ze-Sho-Nen a vyslovíme tri krát jeho mantru,
- Sei-He-Ki a vyslovíme tri krát jeho mantru,
- Cho-Ku-Rei a vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Reikujeme zástupný objekt tak, ako pri priamom pôsobení na Reikovanú osobu. Ak je tento objekt dostatočne veľký, môžeme aplikovať pri ošetrovaní jednotlivé pozície rúk. Pri menšom objekte Reikujeme naraz celé telo.
- Sprostredkovanie Reiki ukončíme spojením dlaní do pozície modlitby a vyjadrením vďaky za to, že sme mohli byť kanálom Reiki.



Posielanie Reiki do budúcnosti.

Často sa nám stáva, že nás niekto poprosí o sprostredkovanie Reiki v takom čase, o ktorom vieme, že z nejakého dôvodu nebudeme môcť pôsobiť v reálnej dobe. Tak isto aj my môžeme potrebovať pomoc a silu v takom čase alebo v takej situácii, kedy priame Reikovanie nie je možné aplikovať.

Môže sa jednať nie len o liečebný proces, ale aj o pomoc pre rôzne situácie. Energia Reiki nám pomáha v každej situácii, či už ide o dôležité jednanie, skúšky, rôzne lekárske zásahy... Pomocou symbolov Reiki máme možnosť oslobodiť sa z obmedzení času a sprostredkovať Reiki do budúcnosti tak sebe ako aj iným bytostiam do všetkých nami predpokladaných situácií.

Všade okolo nás sa rozprestiera „*Oceán čistých nevyčerpatelných energií*“. Reiki, cesta srdca, cesta lásky ku všetkému a všetkým, je jednou z nich. Z tohoto „*Oceánu energií*“, pokiaľ k tomu dostaneme zvolenie, čerpáme Reiki pre seba, ako aj pre druhých, v záujme najvyššieho dobra pre všetkých zúčastnených.

Postup posielania Reiki do budúcnosti.

- Zaujmemo pohodlnú pozíciu, naladíme sa na Reiki, obe ruky si položíme na srdce a utíšime svoju myseľ.
- Poprosíme o zvolenie sprostredkovať Reiki do budúcnosti z „*Oceánu energií*“ tej určitej osobe alebo situácii *v záujme najvyššieho dobra pre všetkých zúčastnených*.
- Nasmerujeme svoje dlane pred seba a vizualizujeme danú osobu (aj seba), či situáciu v budúcnosti.
- Pravou rukou nakreslíme (premietneme) na Reikovanú osobu alebo situáciu symbol *Hon-Sha-Ze-Sho-Nen* a tri krát vyslovíme *jeho mantru*.
- Prehlásime: *pôsobím na budúcu situáciu, ktorá nastane:* (dátum a čas) *v:* (čo najpresnejšie udané miesto) *pre:* (celé meno, prípadne dátum narodenia).
- Pravou rukou na príjemcu alebo situáciu nakreslíme (premietneme) *Sei-He-Ki* a vyslovíme tri krát *jeho mantru*.
- Pravou rukou na príjemcu alebo situáciu nakreslíme (premietneme) *Cho-Ku-Rei* a vyslovíme tri krát *jeho mantru*.
- Počas Reikovania sa snažíme čo najplastickejšie vizualizovať žiadaný vývoj udalosti tak, ako by sa to dialo práve v prítomnom čase. Tento obraz môžeme posilniť aj pozitívnymi afirmáciami (prehláseniami).
- Reiki vysielame po dobu cca. 20 minút, respektívne vyčkáme kým energia doprúdi.
- Sprostredkovanie Reiki ukončíme spojením dlaní do pozície modlitby a vyjadrením vďaky za to, že sme mohli byť kanálom Reiki.



Posielanie Reiki do minulosti.

Reiki je možné sprostredkovať do ľubovoľného času, a tak i do minulosti. Môžeme Reiki nasmerovať do už dávno minulých hodín, dní, mesiacov či rokov v tomto živote, ale aj do životov minulých. Samozrejme, posielat' Reiki do minulosti môžeme ako sebe, tak aj inej osobe i situácii.

Reiki pôsobí na situácie v minulosti, ktoré neprebehli harmonicky, napríklad vzťahy s rodičmi, partnermi, alebo keď sme sa zachovali v rozpore s prírodnými (Božími) zákonmi. Takto je možné cielene vyhládat' a postupne pôsobiť na príčiny súčasných problémov. Ak vieme, kedy sa naša alebo cudzia choroba začala, môžeme do tejto doby vysielat' Svetlo Lásky a tak umožniť alebo urýchliť zlepšenie terajšieho disharmonického stavu v našom tele fyzickom, mentálnom či emocionálnom.

Samotná situácia, dej, ktorý sa v minulosti už odohral, sa ako taký nezmení. Ale Reikovanie je naším odkazom do Vyšších sfér, že sme pochopili nesprávnosť konania, a tak sa umožní zmiernenie dôsledkov nášho činu alebo myslenia pre súčasnosť. Môže tak dôjsť k uzdravujúcim procesom tak po stránke fyzickej, ako i psychickej.

Postup posielania Reiki do minulosti.

- Zaujmeme pohodlnú pozíciu, naladíme sa na Reiki, obe ruky si položíme na srdce a utíšime svoju myseľ.
- Poprosíme o zvolenie sprostredkovať Reiki do minulosti pre seba či inej osobe alebo situácii *v záujme najvyššieho dobra pre všetkých zúčastnených.*
- Nasmerujeme svoje dlane pred seba a vizualizujeme danú osobu či situáciu v minulosti.
- Pravou rukou nakreslíme (premietneme) na Reikovanú osobu alebo situáciu Hon-Sha-Ze-Sho-Nen a tri krát vyslovíme jeho mantru.
- Prehlásime: *pôsobím na minulú situáciu, ktorá sa udiala:* (dátum a čas) *v:* (čo najpresnejšie udané miesto) *pre:* (celé meno, prípadne dátum narodenia).
- Pravou rukou na príjemcu alebo situáciu nakreslíme (premietneme) Sei-He-Ki a vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Pravou rukou na príjemcu alebo situáciu nakreslíme (premietneme) Cho-Ku-Rei a vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Počas Reikovania si môžeme predstavovať, ako čisté svetlo zaplavuje všetkých zúčastnených. Ak cítime, že sme niekomu ublížili, poprosíme v duchu o ich odpustenie a snažíme sa aj mi odpustiť z celého srdca sebe i tým, čo ublížili nám.
- Reiki vysielame po dobu cca. 20 minút, respektívne vyčkáme kým energia doprúdi.
- Sprostredkovanie Reiki ukončíme spojením dlaní do pozície modlitby a vyjadrením vďaky za to, že sme mohli byť kanálom Reiki.



Technika odstránenia psychických a citových problémov

Na kurze prvého stupňa Reiki sme hovorili o príčinách chorôb. Tie zvyčajne vznikajú naším nesprávnym prístupom k sebe či ku svojmu okoliu.

Naše negatívne emócie, ako sú obavy, hnev, závišť, strach, agresie, poškodzujú emocionálne telo. Ak tieto emočné štruktúry pretrvávajú dlhšiu dobu, ukladajú sa v našom vibračnom poli, aure. Tieto frekvencie energií predstavujú nevedomé posolstvo, ktoré vysielame aj do svojho okolia. Tie potom priťahujú podobné vibrácie, priťahujú znovu a znovu také situácie, ktoré odzrkadľujú to, čo zvyčajne vedome odmietame, čoho sa bojíme.

Taktiež naše myšlienkové formy sú ovplyvnené skreslenými informáciami z emocionálneho tela, z jeho neuvolnených emočných štruktúr. Sú tak prevažne upriamené iba na vnímanie fyzických, materiálnych úrovní nášho bytia. Dostávame sa tak do začarovaného kruhu.

Nižšie vibrácie emocionálneho a mentálneho vibračného poľa oslabujú éterické telo, oslabujú životnú energiu. To má potom za následok postupné oslabovanie aj fyzických orgánov a ich ochorenie.

Vedomím myslením môžeme iba čiastočne ovplyvniť naše emočné pole. Je preto potrebné zapojiť do ozdravného procesu aj pôsobenie vyšších duchovných energií.

Vieme, že energia Reiki pôsobí nie len na samotnú prejavenu chorobu, ale aj na jej príčinu. S použitím určitých techník a symbolov Reiki môžeme pozitívne pôsobiť na emócie, myšlienkové vzory, ako i na vzory v podvedomí ošetrovaného.

Takáto práca je však spojená s veľkou zodpovednosťou. Vyžaduje od nás veľkú pozornosť, sústredenie a čistotu našich myšlienok, emócií, našich úmyslov.

Počas takejto liečby sme úzko spojení s podvedomím ošetrovaného. Preto k nej môžeme pristúpiť len na jeho výslovnú žiadosť alebo zreteľný súhlas!!!

Pôsobenie energie Reiki počas ošetrovania je vhodné doplniť vhodnou afirmáciou, pozitívnym vyjadrením. Toto však nie je podmienkou, transformačný proces sa uskutoční aj bez nej.

Afirmácia musí byť: krátka, výstižná, kladná, bez podmienok a vyjadrená v prítomnom čase.

Príklady afirmácií:

Som plný svetla a lásky. Som kludný a vyrovnaný. Prestávam fajčiť a som kludný. Milujem a som milovaný. Som zdravý po stránke psychickej i fyzickej. Poznávam svoje Nadvedomie. Som v styku so svojim Nadvedomím. Mám k sebe láskyplný vzťah. Som plný lásky ku všetkým a ku všetkému...

Pred samotným pôsobením sa môžeme s ošetrovanou osobou dohodnúť na znení afirmácie a podporiť ju. Afirmáciu však my poznať nemusíme, postačí ak ju pozná len ošetrovaný. V takomto prípade požiadam pre neho o to najlepšie v záujme najvyššieho dobra všetkých zúčastnených.

Techniku odstraňovania psychických a citových problémov doporučujem použiť až po prevedení celkového ošetrenia.

Zvyčajne je potrebné opakovať tieto sedenia viac krát za sebou, kým sa dostaví želaný výsledok. Pôsobenie opakujeme aspoň 3 - 4 krát po sebe alebo s 2 - 3 dennými prestávkami.

U hlboko zakorenených problémoch môže liečba vyžadovať aj dlhodobejšie ošetrovanie. V takýchto prípadoch doporučujem pravidelné mentálne ošetrovanie vždy po dobu troch

týždňov, prerušených jedným týždňom, počas ktorého aplikujeme iba celkové ošetrovanie tela alebo vyrovnanie čakier.

Postup práce s mentálnym ošetrovaním v sede.

- Ošetrovaný sedí uvoľnený, s neprekríženými chodidlami na zemi, obidve ruky má položené dľaňami nahor na kolenách, oči má zatvorené.
- Postavíme sa za neho na vzdialenosť asi 1,5 metra, obidve dlane si položíme na svoju srdečnú čakru, naladíme sa na Reiki a utíšime svoju myseľ.
- Nasmerujeme svoje dlane pred seba ako reflektory a do aury ošetrovaného pravou rukou nakreslíme (premietneme) Cho-Ku-Rei a vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Vysielame Reiki asi 2 minúty do jeho aury.
- Pristúpime za chrbát ošetrovaného.
- Nakreslíme na jeho body dôvery Cho-Ku-Rei a nad každým vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Svoje dlane položíme na body dôvery a pôsobíme asi 2 minúty.
- Položíme obe dlane na temeno ošetrovaného (pozdĺž alebo naprieč), alebo na čakru tretieho oka a zátylok.
- Počas Reikovania si pohovoríme s ošetrovaným o jeho problémy a dohodneme sa na presnom znení afirmácie.
- Pravou rukou nakreslíme Sei-He-Ki na tzv. „psychobod“ (je to citlivý bod za bradavčítym výbežkom za ľavým ušným boltcom), tri krát vyslovíme jeho mantru a priložíme naň prsty alebo celú dľaň ľavej ruky.
- Pravou rukou nakreslíme na temeno hlavy: Sei-He-Ki a tri krát vyslovíme jeho mantru, Cho-Ku-Rei a tri krát vyslovíme jeho mantru.
- Pravú dľaň položíme na temeno ošetrovaného a vyzveme ho, aby tri krát nahlas alebo v mysli vyslovil dopredu dohovorenú afirmáciu. Ak ju poznáme, potom ho môžeme aj my podporiť.
- Pôsobíme po dobu asi 15 - 20 minút. Počas tejto doby si môžeme vizualizovať ošetrovaného ako zdravého a šťastného. Vizualizujeme, že afirmácia je už splnená – napr. „vidím Ťa plného lásky a svetla“.
- Necháme dopruďiť energiu Reiki, pomaly oddialime ruky a uhladíme auru ošetrovaného.
- Pravou rukou prevedieme energetizujúci ťah od prvej čakry nad korunnú čakru.
- Ošetrovanie ukončíme spojením dlaní do pozície modlitby a vyjadrením vďaky za to, že sme mohli byť kanálom Reiki.

Predstúpime pred ošetrovaného a môžeme (ak bude ošetrovaný chcieť) pohovoriť o jeho pocitoch. Neradíme mu, ale pozorne ho vypočujeme. Majme stále na pamäti, že sme len nástrojmi Reiki.



Technika odpustenia s použitím symbolov.

V našom živote sa vyskytuje množstvo skúseností, ktoré nás učia voliť naše myšlienky a činy tak, aby to umožnilo nášmu srdcu, našej duši, byť v mieri. To sa ale môže stať realitou až vtedy, keď budú naše rozhodnutia vyplývať z vnútorného mieru nášho Božského ja.

Počas nášho učebného procesu na tejto Zemi sa dopúšťame aj chýb a omylov.

Každý čin či myšlienka, ktorá v nás vyvoláva pocit, že sme konali v rozpore s prijatými etickými či morálnymi princípmi, nás udržuje v psychickom i telesnom napätí. Pri dlhšie trvajúcom takomto stave umožňujeme vzniku fyzickej či duševnej choroby. Nie je určite potrebné sa za tieto skutočné či domnelé „hriechy“ trestať, ale je potrebné uvedomiť si ich nesprávnosť a poučiť sa z nich pre naše budúce jednanie.

Preto je nadovšetko potrebné zo srdca odpustiť tak sebe, ako aj tým, ktorí nám vo svojej nevedomosti ublížili. Uprímné odpustenie seba i druhým je kľúčom k úplnému vyliečeniu.

Postup pri meditácii odpustenia.

- Zaujmeme pohodlnú meditačnú pozíciu, zavrieme oči, postupne si uvoľníme celé svoje telo.
- Vyslovíme krátku modlitbu a naladíme sa na prameň Reiki.
- Na svoje srdečné centrum si premietneme symbol Sei-He-Ki a tri krát vyslovíme jeho mantru.
- Svoje dlane položíme na srdečné centrum a necháme sem prúdiť zlato-ružové svetlo lásky. Necháme, aby naplnilo naše srdce, celé naše telo. Precitujeme všetky emócie, ktoré sa behom tejto liečby objavia.
- Odpustíme si všetky naše skutočné či domnelé nedostatky, škodlivé činy, myšlienky, previnenia a vyjadríme to aj vo svojom vyhlásení.
- Necháme na všetky naše „hriechy“ prúdiť liečivé Svetlo Lásky, naplníme ním svoje srdce po dostatočne dlhú dobu, aby táto časť procesu bola dokončená a úplná.
- V duchu premietneme symboly:
 - Hon-Sha-Ze-Sho-Nen a vyslovíme tri krát jeho mantru,
 - Sei-He-Ki a vyslovíme tri krát jeho mantru,
 - Cho-Ku-Rei a vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Otvoríme svoje srdce, aby sme mohli poslať bezpodmienečnú božskú lásku osobe, ktorá je spojená s danou spomienkou a do jej srdca pošleme lúč zlato-ružového svetla. Naplníme srdce daného človeka Láskou a odpustením.
- Na srdečné centrum tohoto človeka premietneme *druhý symbol*, vyslovíme tri krát *jeho mantru* a povieme: „*Žiadam ťa o odpustenie za všetko, v čom som ti ublížil, a odpúšťam ti všetky tvoje reálne i predstavované previnenia voči mne. Ďakujem ti za to, že si súčasťou môjho rastu. Nech je mier vždy s tebou.*“
- Necháme doprúdiť energiu Reiki a naplníme sami seba vdácnosťou a láskou.
- Na záver spojíme dlane k modlitbe s vyjadrením vďaky.



Technika „presekávania povrazov“.

Túto techniku môžeme používať pri „odstrihnutí sa“ od nežiadúcich vzťahov, závislostí, sebaodsudzovaní, od tých situácií, ktoré nás nejakým spôsobom zväzujú. Ak je potrebné, tak celý tento proces môžeme opakovať viac krát za sebou, až kým nedosiahneme želaný výsledok. Avšak kvôli integrácii necháme vždy nejaký čas (doporučujem aspoň dva, tri dni) medzi jednotlivými procesmi.

- Zaujmemo pohodlnú meditačnú pozíciu, zavrieme oči, postupne si uvoľníme celé svoje telo.
- Vyslovíme krátku modlitbu a naladíme sa na prameň Reiki.
- Premietneme pred seba postupne symboly:
- Hon-Sha-Ze-Sho-Nen a vyslovíme tri krát jeho mantru,
- Sei-He-Ki a vyslovíme tri krát jeho mantru,
- Cho-Ku-Rei a vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Predstavíme si symbol nekonečna, ktorý tvorí ležatú osmičku z pohybujúceho sa zlatého svetla.
- Predstavíme si sami seba v pravej zlatej smičke nekonečna a človeka, závislosť, minulý vzťah v ľavej zlatej smičke nekonečna. Robíme to preto, aby sme medzi sebou a daným objektom vymedzili jednoznačnú vzdialenosť.
- Predstavíme si, ako berieme do svojich rúk zlaté nožnice a prestrihneme nimi stred ležatej osmičky.
- Obklopíme a prežiarime sami seba jasným, uzdravujúcim modrým svetlom.
- Obklopíme aj druhú, oddelenú smičku modrým svetlom a potom ju necháme, aby sa rozplynula.
- Cez svoju korunnú čakru nadýchame zlaté svetlo a prehlásime: „*Som voľný*“.
- Necháme dopruďiť energiu Reiki a naplníme sami seba vďačnosťou a láskou.
- Na záver spojíme dlane k modlitbe s vyjadrením vďaky.

Techniky odpustenia i presekávania povrazov môžeme vykonávať aj s druhými osobami. V tomto prípade uložíme danú osobu do pohodlnej pozície, položíme svoje dlane na jeho hlavu a slovne ho sprevádzame podľa uvedených postupov. Samozrejme, behom sedenia na neho my premietame príslušné symboly Reiki a pomáhame aj svojou vizualizáciou uzdravujúceho procesu.



Meditačné a liečebné cvičenia so symbolmi.

Staré mystické školy používali symboly a techniky ich aplikácií predovšetkým na spirituálny rozvoj. I keď sa v dnešnej dobe dostali do popredia skôr techniky využívajúce symboly na liečenie, neoddeliteľnou časťou tradičných škôl Reiki zostalo aj ich pôvodné použitie. Naladením sa na vibračnú úroveň príslušného symbolu umožníme božským silám nastoliť harmóniu v našej duši a naplniť tak jej učebný proces.

Meditácia s vizualizáciou symbolu.

- Zaujmemo pohodlnú meditačnú pozíciu, zavrieme oči, postupne si uvoľníme celé svoje telo.
- Vyslovíme krátku modlitbu a naladíme sa na prameň Reiki.
- Pravou rukou nakreslíme pred seba vybraný symbol Reiki a vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Upriamime svoju pozornosť na symbol, snažíme sa jeho obraz udržať čo najdlhšiu dobu. Vizualizujeme ho v jasných žiarivých farbách a po celú dobu necháme vibrovať opakovaním jeho mantry.
- Na záver cvičenia necháme symbol rozplynúť vo svetle.
- Zopneme ruky do pozície modlitby a vyslovíme vďaku.

Meditácia v symbole.

- Postavíme sa pred miesto určené na našu meditáciu, dlane si položíme na srdečnú čakru a utíšime myseľ.
- Vyslovíme krátku modlitbu a naladíme sa na prameň Reiki.
- Nasmerujeme dlane ako reflektory a pravou rukou nakreslíme vybraný symbol pred seba, tri krát vyslovíme jeho mantru.
- Vizualizujeme symbol v žiarivej farbe a niekoľko minút necháme do neho prúdiť svetlo cez naše dlane (srdce).
- Vstúpime (posadíme sa do meditačnej polohy) do symbolu, zavrieme oči a necháme ho vo svojom tele vibrovať. Snažíme sa vnímať jeho vibrácie, vnímame jeho účinok na naše telo, emócie, myšlienky.
- Na záver cvičenia vizualizujeme, ako sa symbol mení na jasné biele alebo zlaté svetlo a zaplaví celé naše telo.
- Zopneme ruky do pozície modlitby a vyslovíme vďaku.

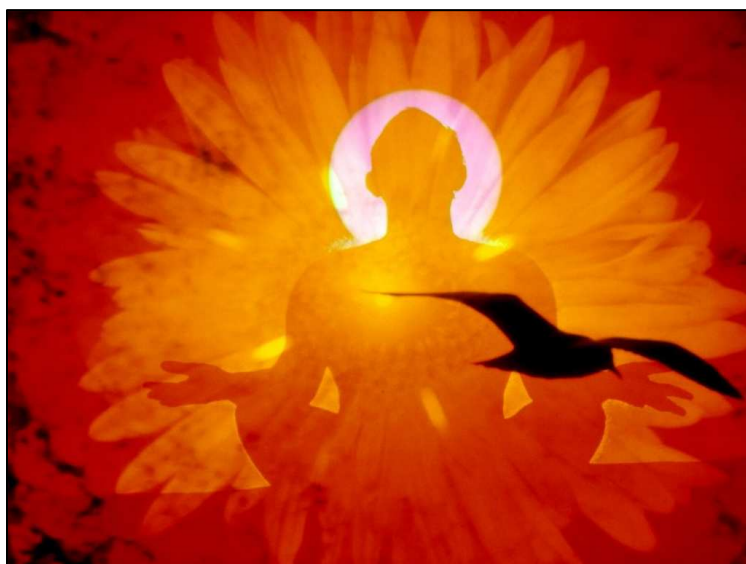
Energetické spojenie so Zemou.

- Posadíme sa s rovnou chrbticou, chodidlá máme položené na zemi.
- Vyslovíme krátku modlitbu a naladíme sa na prameň Reiki.
- Pravou rukou nakreslíme pred seba postupne symboly Reiki:
 - Hon-Sha-Ze-Sho-Nen a vyslovíme tri krát jeho mantru,
 - Sei-He-Ki a vyslovíme tri krát jeho mantru,
 - Cho-Ku-Rei a vyslovíme tri krát jeho mantru.

- Premietneme symbol Cho-Ku-Rei na svoju prvú čakru a tri krát vyslovíme jeho mantru.
- Premietneme symbol Cho-Ku-Rei na obidve vedľajšie čakry chodidiel a zakaždým tri krát vyslovíme jeho mantru.
- Hlboko sa nadýchame cez korunnú čakru a vydýchame cez chodidlá, pričom si vizualizujeme, ako náš dych v podobe bieleho svetla preniká až do stredu Zeme.
- Pri nádychu vnímame, ako cez chodidlá do nás prúdi žiariaca, tmavo zelená, chladivá energia Zeme a zaplňuje celé naše telo a auru.
- Toto dychové cvičenie opakujeme, až kým necítíme, ako nás táto energia úplne očistila a naplnila novou silou.
- Na záver premietneme na svoju tretiu čakru symbol Cho-Ku-Rei a tri krát vyslovíme jeho mantru.
- Zopneme ruky do pozície modlitby a vyslovíme vďaku matke Zemi a Stvoriteľovi.

Poslanie energie pre celú Zem.

- Zaujmemo pohodlnú meditačnú pozíciu, zavrieme oči, postupne si uvoľníme celé svoje telo.
- Vyslovíme krátku modlitbu a naladíme sa na prameň Reiki.
- Pred seba nakreslíme postupne symboly Reiki v poradí:
 - Hon-Sha-Ze-Sho-Nen a vyslovíme tri krát jeho mantru,
 - Sei-He-Ki a vyslovíme tri krát jeho mantru,
 - Cho-Ku-Rei a vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Vizualizujeme si pred sebou planétu Zem tak, ako by sme ho videli z kozmu. Vidíme Zem ako živú bytosť, vidíme, ako dýcha a pohybuje sa.
- Premietneme na ňu postupne symboly Reiki:
 - Hon-Sha-Ze-Sho-Nen a vyslovíme tri krát jeho mantru,
 - Sei-He-Ki a vyslovíme tri krát jeho mantru,
 - Cho-Ku-Rei a vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Obklopíme tento obraz zlatým svetlom Lásky a vnímame, ako celá Zem, všetci ľudia, zvieratá, rastliny i neživá príroda sa napíňajú touto nepostrádateľnou liečivou energiou.
- Vysielame Reiki po dobu asi 15 – 20 minút.
- Zopneme ruky do pozície modlitby a vyslovíme vďaku matke Zemi a Stvoriteľovi.



Reiki sprcha.

Táto technika slúži na energetickú očistu, ochranu a naplnenie energiou toho miesta, kde sa dlhšie zdržujeme my alebo naši blízky. Môžeme túto techniku aplikovať na posteľ, stoličku, meditačné alebo pracovné miesto...

- Postavíme sa pred miesto, ktoré chceme očistiť alebo naplniť energiou, vyslovíme krátku modlitbu a naladíme sa na zdroj Reiki.
- Premietneme pred seba na dané miesto symboly Reiki v poradí:
- Hon-Sha-Ze-Sho-Nen a vyslovíme tri krát jeho mantru,
- Sei-He-Ki a vyslovíme tri krát jeho mantru,
- Cho-Ku-Rei a vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Nasmerujeme svoje dlane na ošetrované miesto a necháme tam prúdiť energiu po dobu niekoľkých minút.
- Posadíme sa alebo si ľahneme a nad seba premietneme ešte raz symbol Cho-Ku-Rei a tri krát vyslovíme jeho mantru. (Môžeme premietnuť aj všetky symboly)
- Odovzdáme sa prúdeniu liečivej energie Reiki.

Liečebná meditácia.

Zaujmi pohodlnú meditačnú pozíciu, zavri oči, postupne si uvoľni celé svoje telo.

Vyslov krátku modlitbu a nalad' sa na prameň Reiki.

Veľmi plasticky si vybav, vizualizuj časť tela, fyzický orgán, ktorý chceš uzdraviť. Pozoruj jasne a cíť vybraný objekt – či už vo svojej skutočnej anatomickej podobe, alebo v symbolickom vyobrazení. Upriam svoju pozornosť na tento obraz po niekoľko minút. Vnímaj túto časť svojho tela. Vlož sem svoje vedomie.

Premietni na toto miesto jednotlivé symboly Reiki v zlatej farbe.

Teraz sa silno koncentruj na priebeh uzdravenia: pozoruj liečený objekt, ako sa uzdravuje a stáva stále silnejším. Cíť, vnímaj a vedz, že liečba sa uskutočňuje práve teraz. Cíť, že liečivé energie prúdia k vybranej časti tela. Všetky liečivé energie sa upriamujú na uzdravenie vybraného orgánu.

Vnímaj, ako sa táto oblasť zohrieva, ako sa stáva stále horúcejšou. Vidíš, že ju obklopuje nádherné zlaté svetlo.

Každým jednotlivým nádychom dostávaš stále viacej liečivej energie na toto miesto. Už každá liečivá energia prúdi do tejto oblasti.

Vidíš, ako sa uzdravuješ, cítiš, že stav tejto časti tela sa zlepšuje, je stále silnejšia a zdravšia.

Toto cvičenie rob asi 15 minút.

Na záver si daj pre seba pozitívne afirmácie. Utvrď svoje vedomie, že táto liečivá procedúra pokračuje automaticky, aj po ukončení meditácie, až po nasledujúce liečenie.

Zapečať a uhlad' auru.



Harmonizácia miestností.

Pomocou tejto techniky môžeme energeticky čistiť a harmonizovať rôzne priestory, kde sa práve nachádzame. Doporučujem tento akt vykonávať nielen doma vo svojej izbe, ale napríklad aj na pracovisku, v hotelovej izbe, v kupé vlaku, v čakárni u lekára... Vykonávame ho proste všade, kde sa my, alebo naši blízky dlhšie zdržiavajú.

Týmto spôsobom môžeme dočasne eliminovať aj patogénne zóny.

Harmonizáciu miestnosti je vhodné previesť pred každou liečebnou či meditačnou prácou. Toto nám zabezpečí nielen našu a klientovu pohodu, ale aj ochranu pred rôznymi negatívnymi vonkajšími vplyvmi.

- Postavíme sa do stredu miestnosti, naladíme sa na Reiki a vyslovíme krátku modlitbu.
- Svoju ľavú dľaň nasmerujeme ako reflektor a postupne nakreslíme pravou rukou symbol Cho-Ku-Rei do všetkých rohov v miestnosti, pričom zakaždým vyslovíme tri krát jeho mantru.
- Symbol Cho-Ku-Rei nakreslíme aj na podlahu, strop a do stredu miestnosti.
- Cez obe dlane necháme naplniť priestor energiou Reiki. Reikujeme asi 5 minút, respektívne podľa našich pocitov.
- Harmonizáciu ukončíme vyjadrením vďaky krátkou modlitbou.

Iným spôsobom čistenia a harmonizácie priestorov je premietnutie symbolov na steny miestnosti (štyri svetové strany), strop (Nebo) a podlahu (Zem). Symboly môžeme nakresliť aj na vchod, okná či elektronické prístroje (TV, počítač, reproduktory).

V prípade veľmi silných rušivých vplyvov môžeme použiť na čistenie a ochranu aj symbol Sei-He-Ki.

Tento spôsob harmonizácie v prípade nutnosti môžeme aplikovať pomocou symbolu Hon-Sha-Ze-Sho-Nen aj na diaľku.



Energetické čistenie, nabíjanie a programovanie.

V prvom stupni Reiki sme sa naučili ošetriť, naplniť energiou Reiki naše potraviny, tekutiny, rastlinky, rôzne predmety, kryštály, lieky...

Technikami druhého stupňa Reiki túto prácu môžeme ešte viac skvalitniť a urýchliť. Navyše, ak je to potrebné, tieto objekty môžeme pomocou symbolov aj očistiť od negatívnych vibrácií a vkladať do nich rôzne liečebné či ochranné programy.

Reikovanie potravín a nápojov.

- Naladíme sa na Reiki a vyslovíme krátku modlitbu.
- Na stôl nakreslíme pravou rukou symbol Cho-Ku-Rei a tri krát vyslovíme jeho mantru.
- Tanier s jedlom (pohár) položíme na symbol, pravou rukou nad ním nakreslíme symbol Cho-Ku-Rei a tri krát vyslovíme jeho mantru.
- Obe dlane nastavíme nad tanier a pôsobíme niekoľko minút.

Ošetrovanie liekov.

- Naladíme sa na Reiki a vyslovíme krátku modlitbu.
- Lieky položíme do ľavej dlane, pravou rukou na ne nakreslíme symbol Sei-He-Ki a tri krát vyslovíme jeho mantru.
- Položíme nad lieky pravú dlaň a pôsobíme niekoľko minút. Počas tohoto pôsobenia tri krát mentálne prehlásime: „*tieto lieky sú bez škodlivých účinkov*“.
- Pravou rukou nakreslíme na lieky symbol Cho-Ku-Rei a tri krát vyslovíme jeho mantru.
- Položíme nad lieky pravú dlaň a pôsobíme niekoľko minút.
- Harmonizáciu ukončíme vyjadrením vďaka krátkou modlitbou.

Čistenie a nabíjanie kryštálov.

Kryštály pred používaním je zvyčajne potrebné energeticky očistiť od rôznych negatívnych či rušivých vibrácií, informácií. Je to možné previesť rôznymi spôsobmi: pod tečúcou vodou, vnorením do soľného roztoku, ale aj mentálne.

Pomocou symbolov Reiki už teraz môžeme rôzne drahokamy, polodrahokamy či iné predmety nielen energeticky čistiť, nabíjať, ale aj programovať.

- Naladíme sa na Reiki a vyslovíme krátku modlitbu.
- Kryštál položíme do ľavej dlane, pravou rukou naň nakreslíme symbol Sei-He-Ki a tri krát vyslovíme jeho mantru. Prikryjeme pravou dlaňou a vizualizujeme, ako sa symbol vnára do kryštálu a ten sa stáva stále čistejším.
- Pravou rukou nakreslíme na kryštál symbol Cho-Ku-Rei a tri krát vyslovíme jeho mantru.
- Prikryjeme pravou dlaňou a vizualizujeme, ako sa symbol vnára do kryštálu a naplňa ho energiou.
- Harmonizáciu ukončíme vyjadrením vďaka krátkou modlitbou.

Programovanie kryštálov.

Kryštály môžeme programovať pre účely liečenia, pomoci alebo ochrany pre seba ako aj pre iné osoby.

Do jedného predmetu dávame vždy iba jednu informáciu!

Tento uvedený spôsob nabíjania energiou a programovania môžeme aplikovať aj na rôzne iné predmety, napríklad: vizitky, dopisy, obrazy, hračky, šperky...

- Naladíme sa na Reiki a vyslovíme krátku modlitbu.
- Očistíme kryštál a nabijeme energiou podľa uvedeného spôsobu.
- Zdvihneme ruky pred 6. čakru, sústredíme sa a tri krát vyslovíme dopredu vybranú afirmáciu. /Počas nabíjania programujeme kryštál pomocou vizualizácie a trojnásobného vyslovenia želaného zámeru (napr. „*tento kryštál sa sám očisťuje*“, „*tento kryštál lieči určitú chorobu*“, „*tento kryštál pomáha zvládať určitú úlohu*“).
- Programovanie ukončíme vyjadrením vďaka krátkou modlitbou



MANTRY A ICH SLOVENSKÝ VÝKLAD.

CHO - krivý meč, zahnutá čiara...

KU - preniká cez priestor

REI - transcendentálna energia, mystická sila..

„Prichádzajúci z Univerza, stupňuje energiu“.

SEI - stav rozkvetu, vo vnútri ukryté veci, pôvod vonkajšej formy...

HE - vychýliť z rovnováhy

KI - sila, energia

„Brána k vnútornej sile“.

HON - stred, pôvod, začiatok...

SHA - žiari, osvetľuje...

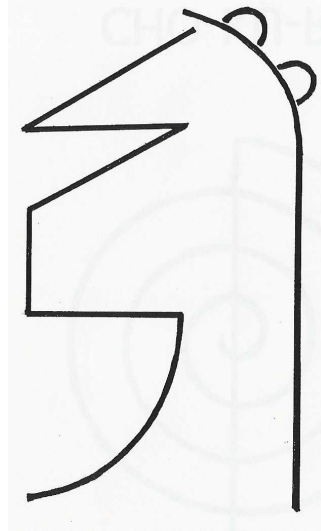
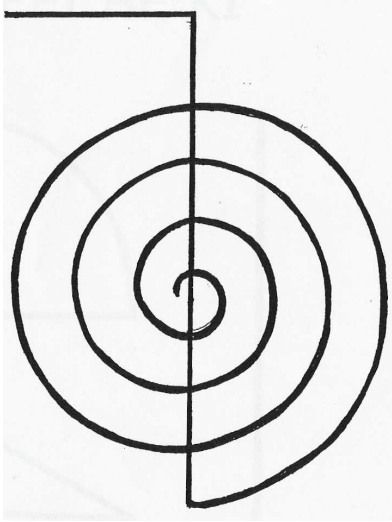
ZE - napredovanie, cieľ...

SHO - spravodlivý, dokonalý človek

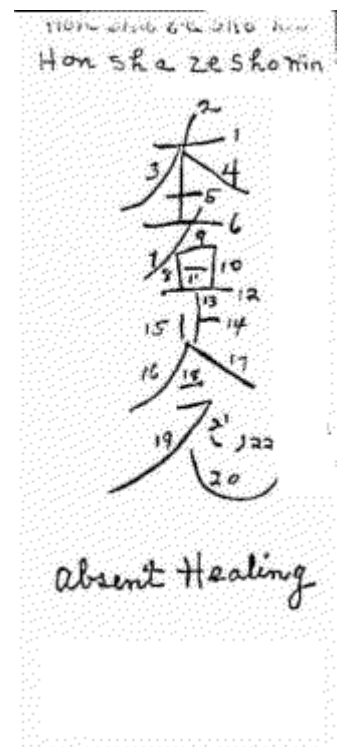
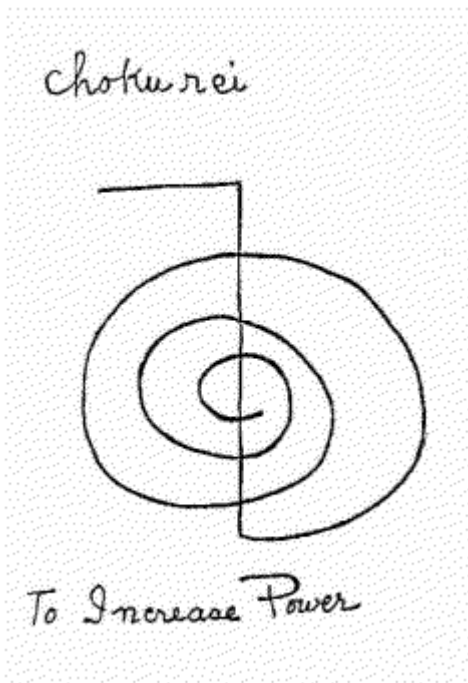
NEN - ticho, klúd, meditačný stav

„Nech z môjho srdca prúdi svetlo, ktoré zasiahne a privedie druhého človeka do meditačného stavu vedomia“.

„Z Univerza cez Univerzum“.



Rukopis H. Takata





Ladislav Olej

shihan

/majster – učiteľ Reiki/

930 41 Kvetoslavov č. 236
okr. Dunajská Streda
olej.ladislav@post.sk
tel. 0903 109 335