

Manual de Reiki

Primer Nivel



Escuela tradicional de Reiki
"Krishna Piyush"



INDICE

Qué es el Reiki	1
Orígenes del Reiki	5
Cómo funciona el Reiki	6
Chakras	8
Muladhara	9
Svadhithana	11
Manipura	13
Anahata	15
Vishuddha	17
Ajna	19
Sahasrara	21
Principios espirituales del Reiki	24
Autosanación	25
Tratamiento a otras personas	27
Primer símbolo "Chokurei"	30

¿QUÉ ES EL REIKI?

Reiki significa energía vital universal o fuerza divina de donde surge la vida. El Reiki es amor, es la vibración divina que emite alegría y vida, abarcándolo todo. El Reiki procede del corazón, ya que éste es la puerta que conduce al amor, a uno mismo y a los demás.

Reiki es un sencillo y potente método de sanación que está al alcance de todos los seres humanos y que nos da la maravillosa capacidad de regenerarnos a nosotros mismos, a las demás personas y a todos los seres vivos que nos rodean.

La palabra Reiki está compuesta por dos sílabas, "REI" y "KI", que significan respectivamente "ENERGÍA UNIVERSAL" y "FUERZA VITAL".

La energía universal es la manifestación tangible en todo el universo creado de la fuerza vital.

Ya en antiquísimos textos de la cultura india se explica que en la esencia de toda forma de vida se halla presente la energía universal, a la que dan el nombre de "PRANA".

También en China desde hace miles de años, llaman a esta energía "CHI". En el interior de "CHI" coexisten en contraposición dos fuerzas que ellos denominan "YING" y "YANG" (fuerzas negativas y positivas). Estas dos fuerzas complementarias, cuando se encuentran en armonía entre sí, crean y mantienen el equilibrio perfecto en todo el universo manifestado.

Pitágoras en el siglo V a.C. se refiere también a esta energía presente en el cuerpo humano con el término de "fuerza luminosa" capaz de sanar.

Reiki es una de las energías más sutiles que existen y, como tal, no es fácil de que la percibamos en estado puro con nuestros sentidos corporales, ya que éstos no están en la mayoría de nosotros lo suficientemente desarrollados como para constituir el punto de partida necesario para percepciones sutiles. Aún así, se trata de energías tan reales como todas las que percibimos normalmente en nuestra vida diaria.

La energía Reiki solamente puede ser percibida por el ser humano en su estado sutil más puro si éste está lo suficientemente purificado y evolucionado en el área denominada de las percepciones sutiles e intuitivas.

También en algunas ocasiones es posible percibir la energía Reiki manifestada en el plano físico (tanto el paciente como el terapeuta) a través de nuestros sentidos corporales, en forma de calor, frío o vibraciones más o menos intensas.



A la terapia Reiki se la puede considerar de sanación holística y actúa simultáneamente en todos los campos energéticos de nuestro ser, regenerándolos cuando es necesario y fluyendo a través de ellos hacia el cuerpo físico, ayudándolo a sanarse de sus dolencias. Reiki no actúa pues directamente sobre la materia física, sino que ejerce su acción sanadora a través de todos los campos energéticos, sanando en su conjunto todo nuestro ser.



Reiki, al llevar a cabo también su acción sobre el campo energético (aura), donde se halla representado todo nuestro ser, nos pone en contacto consciente e íntimo con nuestro componente espiritual, mental, emocional y físico, ejerciendo su acción sanadora simultáneamente en todas nuestras facetas de seres completos, estimulando y promoviendo la oportunidad de curarnos de una forma natural y completa.

De hecho, no podríamos hablar de una sanación integral si Reiki curase o interviniese solamente en alguna de las partes de que estamos compuestos y no en todas a la vez.

Los resultados y sensaciones más evidentes e inmediatos para el receptor de una terapia de Reiki en el plano mental/emocional son el de una profunda sensación de relajación, paz y bienestar y, en el plano físico, si el paciente sufre de algún dolor o enfermedad, el de percibir a menudo que se produce una rápida, y en algunos casos inmediata, disminución o desaparición de dicho dolor o enfermedad.



1.1 Reiki: una vía de crecimiento interior



Reiki es, fundamentalmente, un camino de crecimiento, evolución y profundos cambios positivos en todo nuestro ser, que ya desde el primer nivel empiezan a manifestarse.

Su energía, al ser de amor universal incondicional, ejerce su acción directa e intensamente sobre el corazón y nos estimula e invita a trasladarnos del tercer chakra (el del poder terrenal) al cuarto (el del amor incondicional).

Tanto si es porque somos canales Reiki, como si es porque recibimos la energía universal a lo largo de una serie de terapias (de manera más sustancial en el primer caso y en menor cantidad en el segundo), en todos nuestros cuerpos energéticos (en el caso de que estén alterados) se producen notables reajustes, y su vibración y frecuencia aumentan sensiblemente, invitándonos a un positivo cambio de crecimiento interior.

Vibrando a niveles más altos, nos desplazamos energéticamente del plano material, elevándonos hacia el plano espiritual, pasando por lo tanto de una actitud material de poder al espacio del corazón, donde no existe dicho deseo y sí la generosidad sin límites. El chakra del corazón es la sede del amor incondicional.

Dicho cambio nos permite crecer, accediendo a una visión distinta de la existencia, tanto material como espiritual, elevando nuestra conciencia y permitiéndonos contemplar desde un punto de vista nuevo y más positivo a nosotros mismos, a nuestros semejantes y a toda la creación.

Reiki nos abre la posibilidad de vivir y actuar desde el corazón, donde sólo reina el amor, y desde donde todo cuanto pensamos y nos proponemos asume un aspecto distinto, más libre, más puro, más auténtico y más afín al objetivo real de nuestra presencia sobre el planeta.

Lo anteriormente dicho en ningún caso va en detrimento de nuestra vida cotidiana, de la lucha por la supervivencia, del trabajo o de las relaciones con las demás personas. Al contrario, nos permite poseer una visión más positiva de nosotros mismos y de nuestros problemas, una perspectiva más abierta de los problemas y actitudes de los demás, menos cerrada en nosotros mismos y, por lo tanto, nos



permite actuar con mayor libertad, facilidad y acierto, en una palabra, con más amor.

1.2. Significación de la iniciación a primer grado

La sintonización de primer grado eleva la energía del cuerpo físico para canalizar más intensamente la energía curativa. Todo el mundo posee latente la capacidad de canalizar energía universal curativa y sólo necesitamos recordarle a nuestro ser cómo armonizarnos para hacerlo. La sintonización a su vez nos libera de antiguos bloqueos energéticos que nos han estado condicionando emocionalmente hasta ahora.

En el primer grado se pretende llegar a los siguientes objetivos:

1. Comprender la importancia de la auto-sanación para ser seres independientes y felices.
2. Aprender a almacenar la energía Reiki en nuestro centro vital alimentando a nuestra energía natural o del ser.
3. Comprender como funciona las energías que alimentan a todo ser.
4. Aprender como funciona nuestro canal energético principal.
5. Aprender a valorarnos y a escuchar nuestro cuerpo y a nuestro ser.
6. Dar y recibir deben estar igualmente compensados para mantener un equilibrio.



1.3. Las tres fuerzas que alimentan al ser

La energía universal o Reiki, la fuerza de nuestro ser interior y la energía de la Tierra, trabajan juntas para sostener a toda forma de vida. Estas tres fuerzas nacen del Todo, Dios o la Nada. Nuestro cuerpo energético, al igual que nuestro cuerpo físico, ha sido diseñado con gran perfección para conectar con estas fuerzas para desarrollarnos a todos los niveles: físico, mental, emocional y espiritual, y así evolucionar como seres de luz. Si una de ellas no está activada durante el proceso de sanación, la sanación sería efectiva pero no completa.

ORÍGENES DEL REIKI

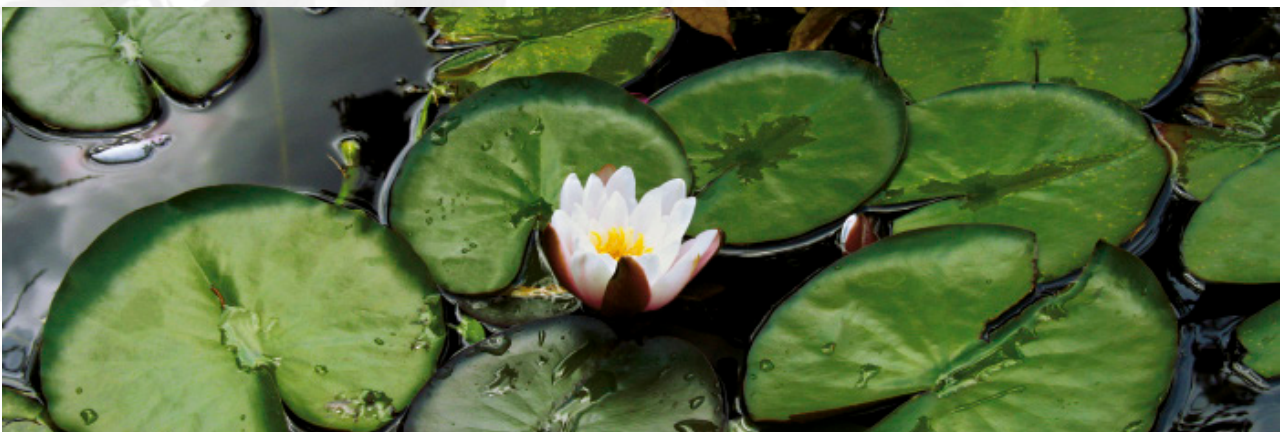
Se dice que el Reiki fue inicialmente traído a la Tierra por el Ser Superior durante la época de Lemuria, hace más de 100.000 años. La Lemuria fue el primer lugar donde la gente encarnó en la Tierra y donde la gente permanecía en contacto con su naturaleza espiritual y la conexión con el Todo. Después de un tiempo, la gente comenzó a satisfacer sus propósitos negativos y fueron quedándose atrapados en la ignorancia. Dios decidió entonces descender a la Tierra y, mediante iniciaciones, la gente volvió a recibir la ayuda de la energía vital universal.

Tras Lemuria, el Reiki llegó a la Atlántida y, finalmente, a Egipto. Con las grandes invasiones, los sabios de Egipto emigraron a Asia y se refugiaron en India y Tíbet, preservando éste conocimiento.

El doctor Mikao Usui era el decano de una pequeña universidad cristiana de Kyoto, Japón. Un día durante una clase con sus alumnos, le preguntaron si creía en la traducción literal de la Biblia y en los milagros de Jesucristo. A continuación, le pidieron que enseñara los métodos de curación de Jesucristo. Se vio obligado a renunciar a su cargo, tal y como les dictaba las normas de comportamiento japonés tradicional ya que no supo proporcionarles las respuestas. Estudió las sagradas escrituras, se doctoró en teología, pero no dio con la respuesta. Viajó al Norte de la India y Tíbet, aprendió el sánscrito y descubrió que Buda también había realizado dichos milagros.

Tras años de investigación, se dirigió al monte Kuri Yama a meditar y ayunar durante 21 días. De esta forma recibió la claridad espiritual para resolver el misterio. Allí fue donde recibió la clave de la sanación y los principios espirituales del Reiki.

Entre 1900-1926 Usui formó a dieciséis discípulos, entre los cuales se encontraba Churijo Hayasi y Hawayo Takata.



CÓMO FUNCIONA EL REIKI

La energía vital universal es canalizada a través del chakra del corazón (centro de creatividad y amor) y de sus subchakras situados en las palmas de las manos. Para canalizar esta energía se debe invocar a través de unos símbolos sagrados o puertas que dan paso a ésta a través de nuestras manos.

La energía vital trabaja primero sobre el cuerpo sutil y después sobre el cuerpo físico. Después de un tratamiento Reiki se puede experimentar la crisis de curación o aumento de estrés. Esto se produce por el hecho de que cuando la gente verdaderamente comienza a curarse, se manifiestan unos síntomas de curación a nivel profundo que pueden reflejarse a nivel físico (resfriado, dolencias físicas, irritabilidad...).

El Reiki acelera los procesos de curación y calma el dolor. En enfermedades graves es una terapia de gran apoyo aunque en ningún caso sustituye a los médicos.

3.1 La energía telúrica

Esta energía incluye la fuerza de la naturaleza, las plantas, animales, agua, minerales y formaciones naturales en nuestro planeta. La fuerza de la gravedad, el campo electromagnético que envuelve la Tierra y los cinco elementos son algunos de los aspectos de esta energía. Tenemos acceso a esta energía a través de las plantas de los pies, la cual asciende por el torso, perineo y órganos sexuales. Estas energías nutren el cuerpo físico dándonos energía diaria y el poder para autosanarnos. Se considera una energía femenina, la cual se equilibra con la energía universal o Reiki.

3.2. La energía primordial del ser

Formada por partículas de luz procedentes del cosmos y la Tierra, esta fuerza es la que todos obtenemos al nacer y la cual debemos desarrollar a nivel personal. Se le considera la esencia de nuestro ser y a través de ella desarrollamos nuestras virtudes. Si no la canalizamos bien, causa desequilibrios a nivel físico, mental y emocional.

3.3 Las energías secundarias

En esta categoría encontraríamos las verduras, animales y minerales. En muchos de los casos ésta ha sido nuestra primera fuente de energía ya que hemos olvidado como absorber las fuentes principales.

Como ejemplo encontraríamos a la gente que tiende a gratificarse con la comida, cuando se sienten vacíos y tienen que llenar su cuerpo energético. Al depender tanto

de estas fuentes de energía nuestra frecuencia vibratoria del cuerpo energético ha descendido a niveles equitativos para absorber estas energías. Una buena alimentación sin excesos es lo ideal para mantener una buena vibración energética combinada con la meditación de absorción de energías.

Del mismo modo, se recomienda ayunar para activar el mecanismo de absorción de energías primarias, ya que cuando desactivamos un mecanismo, por reflejo, se activa el otro. Durante los ayunos se recomienda practicar las meditaciones de absorción como método de aprendizaje para despertar el mecanismo.

3.4. Cómo canalizar la energía telúrica y universal.

De manera limitada, recibimos naturalmente algunas de las fuerzas que nos dan vida directamente. El ser conscientes de estas energías durante la terapia o sanación, incluso mediante la meditación, nos ayuda a almacenar estas dos energías incrementando nuestra fuerza interior o energía primordial del ser.

La posición del ser humano y los animales es propicia para canalizar estas energías. A través del coxis se canaliza la energía de la Tierra de manera ascendente por el dorso o columna vertebral. A través de la coronilla canalizamos la energía universal de manera descendente a través del torso y hacia abajo. Las dos fuerzas se combinan en la zona del cerebro para repartirse a través del cuerpo, nutriéndolo y fortaleciéndolo. Esta posición del ser humano induce al desarrollo mental, por la manera en la que está circulando la energía.

Los animales también reciben esta energía de manera diferente, especialmente los cuadrúpedos. Éstos canalizan la energía universal a través de su cola erecta y la de la Tierra a través de los pies. Las dos fuerzas recorren el cuerpo antes de llegar a unirse en la zona del cerebro, debido a lo cual éstos se desarrollan más física que mentalmente.

Colocando la lengua en el paladar conectamos las dos fuerzas, activándolas y sanándonos. Realizando el canal energético principal estimularemos la circulación de las energías (órbita microcósmica).



ESCUELA TRADICIONAL DE REIKI "KRISHNA PIYUSH"

tf. 669386056. email: krishnapiyush@icloud.com