

ПОЛА ХОРАН

Обретенные силы  
через  
Рейки



**ПОЛА ХОРАН**

Обретение силы  
через  
**Фейки**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие .....	3
ГЛАВА 1. Описание Рейки .....	18
ГЛАВА 2. История Рейки .....	21
ГЛАВА 3. Отличие Рейки от других методов целительства .....	27
ГЛАВА 4. Эффекты воздействия Рейки .....	32
ГЛАВА 5. Пять принципов Рейки .....	37
1. Именно сегодня я должен жить, выражая признательность .....	39
2. Именно сегодня я Не должен проявлять беспокойства .....	41
3. Именно сегодня я не должен сердиться . . . .	42
4. Именно сегодня я должен добросовестно выполнять свою работу .....	44
5. Именно сегодня я должен проявлять любовь и благожелательность ко всем живым существам . .	45
ГЛАВА 6. Что такое настройки? .....	47
ГЛАВА 7. Курс 1-й ступени .....	50
ГЛАВА 8. 21-дневный процесс очищения .....	55
ГЛАВА 9. Семинар 2-й ступени .....	58
ГЛАВА 10. Дополнительные средства, использованные вместе с Рейки .....	62
а) снятие энергетических блоков .....	62
б) использование цвета и звука .....	65
в) кристаллы .....	66
выбор кристалла .....	69
очищение кристалла .....	69
зарядка кристалла .....	70
активизация кристалла .....	70
программирование кристалла .....	70
целительство .....	70
программирование цвета .....	71
г) балансировка чакр .....	71
д) центрирование .....	73
ГЛАВА 11. Сочетание Рейки с другими методами лечения .....	81
ГЛАВА 12. Групповое лечение .....	88
ГЛАВА 13. Воздействие Рейки на детей, растения, животных, пищу и прочие объекты .....	90
ГЛАВА 14. Значение обмена энергией .....	93
ГЛАВА 15. Лечение специфических заболеваний . . . .	97 Глава
16. Психология тела, как и где накапливаются эмоции в теле? .....	102
ГЛАВА 17. Место Рейки в эволюции сознания .....	118
Список терминов .....	119

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Прежде чем вы начнете читать страницы книги Пола Хоран, нам хотелось бы познакомить вас с историей развития учения Рейки и объяснить, почему оно схоже с нашим пониманием сущности биоэнергетического лечения.

За последнее десятилетие во многих странах мира наметился определенный положительный интерес к использованию в здравоохранении средств и методов народной медицины. Более свободным стал доступ к источникам, дающим представление о тех или иных школах эзотерической медицины, существующих в разных странах.

В связи с этим все большую известность приобретают различные методы целительства, основывающиеся на предпосылке существования энергетического поля человека. Одним из таких методов, получивших достаточно большое распространение в США и ФРГ, является Рейки. Это один из древнейших видов тибетского целительского искусства, при котором целитель-посредник использует космическую энергию Рейки, поступающую через его собственный канал, для оздоровления и лечения страждущих.

К сожалению, до сих пор этот метод не был подвергнут тщательному научному исследованию, отсутствуют данные о его физической сущности. В то же время клинические испытания подтверждают наличие значительного эффекта, получаемого при сочетании Рейки с обычными методами лечения (В. Ветзель, 1990 г.).

Формулировки квантовой теории и теории поля предполагают, что Вселенная — это единое поле, в котором энергия постоянно движется и преобразуется. Подобно методам контактного лечения, Рейки предполагает передачу энергии исцеляемому. Эта теория согласуется с другими гипотезами об обмене энергией как средством исцеления.

Корни Рейки прослеживаются в древних тибетских сутрах, несмотря на это, методы Рейки стали известны только в XIX веке.

Арнольд и Невиус (1982 г.), Багински и Шерамон (1988 г.), Хейвард (1987 г.), Рей и Кэррингтон (1982 г.) дали описание истории системы Рейки, которая основывалась на богатом устном материале и на интервью с Хавая Таката, ученицей Микао Усуи, возродившего древнюю тибетскую систему целительства.

Микао Усуи возглавлял христианскую семинарию в Киото (Япония) в середине XIX века. Однажды семинаристы спросили Усуи, почему он не учит их исцелять больных, хотя во всех величайших религиях мира имеются описания исцелений. По японским традициям Усуи, согласно своему сану, был обязан отвечать на любой вопрос учеников. Но на этот раз он не мог дать им ответа. В этот же день Усуи подал в отставку со своего поста и решил найти ответ на тайну исцелений.

В течение десяти лет он странствовал по всему миру в поисках ключей к целительству. Он занимался исследованиями в США, на Дальнем Востоке, в Индии и, наконец, в Тибете, где он читал старинные сутры, доктрины жизни, чтимые тибетскими буддистами. В сутрах он нашел «ключи» к целительству, которые учили, как

приводить в действие и направлять энергию жизненной силы Вселенной. Использование «ключей» позволяло направлять эту энергию по каналам.

Усуи назвал этот процесс «Рейки», что представляет собой сочетание японских слов «Рей» (означающего «свободный путь» или «космос») и «Ки» (означающего «энергию жизненной силы Вселенной»). Незадолго до смерти он передал «ключи» Рейки японскому врачу Тюдзиро Хаяси, руководившему медицинской клиникой, в которой методы Рейки применялись в сочетании со стандартными методами лечения.

Хаяси, в свою очередь, пробудил интерес к Рейки у госпожи Хавая Таката. Госпожа Таката родилась в 1900 г. на Гавайских островах в семье японского фермера, выращивавшего сахарный тростник. В 31 год госпожа Таката овдовела и была серьезно больна. Она приехала в Японию, чтобы подготовиться к смерти. Там госпожа Таката ознакомилась с Рейки и с его помощью восстановила свое здоровье. В 1938 году госпожа Таката стала первой женщиной и не японской гражданкой, получившей звание мастера Рейки. Госпожа Таката стала седьмым мастером Рейки в XX веке. Она возвратилась на Гавайи и несколько раз посещала материк, где обучала основам Рейки. Среди ее учеников были писатель Альдоус Хаксли и Дорис Дьюк, наследница состояния Вулворотов. В то время Рейки не был широко известен, и его ранние последователи не распространялись о его существовании.

К началу 70-х годов Рейки начал приобретать известность. Госпожа Таката начала активно путешествовать, обучая Рейки. До своей кончины в 1980 году от госпожи Таката получили посвящение 22 мастера Рейки. Предполагается, что в настоящее время в степень мастера посвящено более трехсот человек, унаследовавших богатые устные целительские традиции из наследства, оставленного госпожой Таката. Большинство мастеров занимаются обучением независимо друг от друга, открывая, при необходимости, свои школы (М. Хартли, Д. Джаррел, Т. Кафатсу, К. Меллон), активно путешествуют круглый год, создавая собственные сети лекарей и сторонников.

На базе японской системы в настоящее время сформировались две крупные школы: американская и немецкая. Немецкая школа представлена Союзом Рейки ("Рейки Эллайнс"), созданным в 1982 г. В руководство Союза входят Хорст и Эдит Гюнтер, которые получили посвящение от Филис Фурумото, внучки Хавая Таката, возглавляющей в настоящее время Союз Рейки.

Американскую школу возглавляет доктор Барбара Уэбер Рей ("Американ Интернэшнл Рейки Ассошиэйшн"). В руководство школы входит автор данной книги, известный американский психолог Пола Хоран, имеющая звание мастера Рейки и посвятившая свою жизнь обучению людей. Она объездила многие страны, проводя обучение многочисленных групп усовершенствованному ею уникальному методу оздоровления, базирующемуся на древней тибетской системе Рейки.

Слово «Рейки» означает «энергия жизненной силы Вселенной», то есть энергия, присущая всем живым существам, питающая их и поддерживающая их жизнь.

Термин Рейки используют также для обозначения естественного метода лечения, который можно применять самостоятельно или в сочетании с другими системами.

Рейки признает существование высшего разума или духа в религиозном понимании. Это не религия или догма. Понятие высший разум используется буддистами и баптистами, католиками и кришнаитами для обретения гармонии и успокоения.

Рейки можно использовать и для воздействия на животных, растения и отдельные объекты. Метод хорошо дополняет все другие виды целительства, не конкурируя с ними. Он широко применяется наряду с массажем, акупунктурой и другими методами работы с телом, поскольку он «направлен на систематическое усиление поглощения энергии жизненной силы Вселенной» (Рей, 1985 г.).

Несмотря на существование многочисленных видов целительства, которые, как утверждают целители, используют подобную энергию, Рейки является одним из методов, при обучении которому используется посвящение (инициация) учеников. Посвященному, с точки зрения учения Рейки, в дальнейшем нет необходимости делать сознательное усилие для передачи энергии каким-либо другим способом, кроме наложения рук, которые всегда можно использовать как орудие целительства, трансформации и очищения.

В зависимости от школы, обучение Рейки состоит из различного количества ступеней, каждая из которых имеет свои собственные задачи и цели. Классическая и традиционная структура Рейки включает последовательность трех ступеней.

Во время первой ступени обучения ученик получает постоянную настройку на энергию Рейки, которая происходит во время четырех инициации. Во время инициации мастер Рейки, используя древнюю тибетскую технологию, передает ученику энергию в усиленном виде. Энергия, воздействуя, создает открытый канал космической энергии, которая проходит от макушки головы ученика через его верхние энергетические центры и выходит через кисти рук и может быть использована в дальнейшем для лечения.

Инициации первой ступени направлены в основном на раскрытие физического тела таким образом, чтобы оно могло принимать и пропускать большее количество энергии жизненной силы Вселенной. Четыре инициации первой ступени повышают частоту вибраций четырех энергетических центров верхней части тела, известных также как чакры. Этот процесс можно уподобить радио: радио не будет работать или принимать сигналы, если оно не подключено к источнику энергии (в данном случае, электричеству) и не настроено на определенную частоту. Несмотря на то, что радиоволны все время проходят вокруг нас, нам требуется прибор, энергия и частота для принятия сигнала.

«Настройка» первой ступени, по утверждению последователей Рейки, позволяет ученику подключиться к энергии жизненной силы Вселенной и стать каналом для ее передачи (Тейлор, 1985 г.).

Получение специфической энергии, известной как Рейки, зависит от подготовленности ученика, т. е. силы его сознательных

восприятий и начального вибрационного уровня, обеспечивающих способность к «тонкой настройке» энергетического поля тела (Дж. Моррис, 1988 г.).

Во время первой ступени обучения ученики постигают начальные приемы «наложения рук» для самолечения и лечения других людей. Руки целителя должны касаться физического тела или находиться в нескольких сантиметрах от него для передачи энергии. Инициации первой ступени являются предпосылкой для второй ступени.

Во время второй ступени обучения ученики настраиваются на более высокий уровень энергии Рейки. Инициации второй ступени также настраивают ученика на энергетические ключи или символы, которые используются для лечения больных на расстоянии и более интенсивной формы умственного и эмоционального лечения.

Настройка второй ступени воздействует непосредственно на эфирное тело и направлена на стимулирование развития интуитивного центра, который расположен в гипофизе. Гипофиз обладает большой чувствительностью и работает как приемная и передающая станция умственных вибраций. После настройки второй ступени обычные сферические волны мыслей усиливаются и более легко фокусируются как при передаче, так и при приеме.

На второй ступени ученикам дают три ключа, которые помогают сосредоточить разум таким образом, что он может посылать энергию Рейки независимо от времени и пространства. Ключи служат точками фокусировки разума ученика для того, чтобы энергия Рейки могла распространяться на большие расстояния и усиливаться для умственного и эмоционального лечения. Базой для ключей служат древние вековые законы Вселенной, касающиеся передачи энергии путем использования разума. С помощью ключей ученик Рейки создает реальный «мост» между собой и больным таким образом, что пациент берет нужное количество энергии.

На третьей ступени проводится настройка, используемая для посвящения в ранг Мастера. Данная настройка усиливает вибрационный уровень и активизирует символ ученика, уже прошедшего две ступени, так, что он уже сам может проводить посвящение Рейки. Кандидаты в ранг Мастера отбираются самими Мастерами. Они должны посвящать Рейки большое количество времени и сил, чтобы достичь большего индивидуального роста. Большинство из мастеров Рейки посвятили в новые Мастера только нескольких человек, считая, что ими могут быть только люди, наиболее преданные делу сохранения этого вида целительского искусства. Это также подтверждает тот факт, что с точки зрения духовности только избранное число людей могут иметь ранг Мастера Рейки. В настоящее время в России имеется большая группа последователей учения Рейки. Среди них есть и Мастера (Г. Гашунина, Б. Лабковский и др.).

Лечение методом Рейки может проводиться человеком, посвященным в любую ступень Рейки. При наложении рук пациенты часто описывают ощущения тепла, покалывания, пульсации и энергетических волн.

Сущность лечения больного заключается в следующем.

Прежде всего больному, который незнаком с принципами Рейки, рассказывают о животворной космической энергии и ее целительной силе.

Принцип Рейки — исцели себя сам, поэтому целитель прежде всего должен убедить больного в том, что тот сам должен захотеть получить целительную энергию из Космоса. Когда такое желание появится, целитель посредством обращения к Высшим Космическим Силам получает энергию и прикосновением своих рук к участкам тела больного или бесконтактным способом Передает энергетические импульсы больному. Живительные вибрации Космической Энергии (Рейки) передаются больному организму и гармонизируют его состояние.

Рейки не стимулирует и не успокаивает, потому что энергия настолько сбалансирована, что в каждом случае выбирает сама, каким образом и в какой мере воздействовать, сама находит больные органы и наполняет их живительной силой. Сам лечащий ничего не решает. Его задача заключается лишь в том, чтобы как можно лучше подготовить себя к тому, чтобы служить каналом для Рейки.

Перед началом сеанса лечащий складывает руки, как при молитве, или «намасте» у индийцев, обращается к Высшему Существо, в понятии верующего — к Господу Богу или к абстрактному Космическому Разуму и просит позволения стать посредником между Космосом и больным. Затем он приступает к процедуре воздействия на больного. Целитель дает толчок к выздоровлению, активизируя процесс исцеления.

Лечение Рейки продолжается от 60 до 90 минут в зависимости от интуитивного чувства целителя, который осторожно накладывает свои руки на тело пациента, начиная с головы. Целитель применяет серию наложения рук, состоящую из 12-16 позиций (в зависимости от толкования), которые, как утверждается, воздействуют на эндокринную систему и энергетические центры. Каждая позиция держится в течение 5 минут, до тех пор, пока не ощущается «подъем и течение энергии» (Арнольд и Невиус, 1982 г.; Багински и Шерамон, 1988 г.; Джаррел и Моррис, 1983 г.; Рей и Кэррингтон, 1982 г.).

Утверждается, что целитель Рейки является каналом для универсальной жизненной энергии. Эта энергия течет через целителя к объекту для того, чтобы усилить способность объекта к самоисцелению. Как утверждается, в процессе лечения как целитель, так и исцеляемый получают энергию. Большая часть литературы по Рейки имеет форму учебников, показывающих различные позиции рук и методы использования Рейки (Арнольд и Невиус, 1982 г.).

Все сходятся в том, что энергия Рейки имеет свой собственный природный интеллект и идет в нужное место, но что положение рук и определенные процедуры позволяют целителю систематически лечить важные места человеческого тела как физически, так и энергетически.

Система Рейки может быть использована для лечения любых заболеваний, за исключением тех случаев, когда требуется хирургическое вмешательство. Но и в этих случаях целитель может с помощью Рейки подготовить пациента к операции и этим ускорить его выздоровление после операции. Кроме того, целитель, приложив

руки к хирургическим инструментам и воздействуя на них с помощью Рейки, может способствовать успеху операции, так как хирургические инструменты при этом будут служить каналом энергии Рейки при операции.

Целитель может воздействовать с помощью Рейки также на лекарственные препараты, усиливая их благотворное влияние на больного и сводя до минимума побочные эффекты лекарств.

При воздействии на больного с помощью энергии Рейки целительная сила может проникать через бинт и гипсовую повязку, что намного ускоряет выздоровление больного и сращивание костей.

Для овладения системой лечения с помощью Рейки не нужно быть профессиональным медиком. Главным условием, необходимым для того, чтобы человек смог лечить других людей по системе Рейки, является открытость его сердца, желание нести людям добро. Только при этом условии обучение является успешным.

Практикуя Рейки, больному нельзя нанести вред, потому что в этой системе лечащий является всего лишь посредником или «каналом для универсальной жизненной энергии».

Знакомство с учением Рейки должно внести свой вклад в осознанный выбор методов целительства.

Использование в практике оздоровления и целительства подобных неинвазивных, безопасных и духовно воспитательных методов может вернуть нас к нашим корням, к тем дням, когда хранители людского рода использовали нечто большее, чем то, что предлагает классическая медицина.

**Яков Гальперин,**

Первый Вице-президент Ассоциации народных целителей России, Вице-президент Ассоциации прикладной этиологии, доктор медицины и психологии, психиатр, профессор

**ДАННАЯ КНИГА ПРЕДНАЗНАЧЕНА ВСЕМ ТЕМ,  
КТО СТРЕМИТСЯ К ДОСТИЖЕНИЮ БОЛЕЕ  
ВЫСОКОГО УРОВНЯ ЭМАНЕНЦИИ**

**Эм. ан. енция** — (сущ.) состояние возвышенности, результат естественного восхождения

**Эм. ан. ирывать** — изучать, испускать, исходить из источника

**Эс. сенция** — сущность, то, что делает вещь этой самой вещью, природа, ей присущая. Духовная или нематериальная сущность.

Три вышеперечисленных слова — это триединый аспект **ЭМАНЕНЦИИ** — слова, составленного автором для иллюстрации соединения воедино существующего триединого аспекта человека. Подобно этому в герметической науке первые три закона представляют 3-единый аспект того, что в действительности является одним абсолютным законом. Человек воспринимает этот закон при помощи того, что может быть описано как треугольная призма благодаря покровам нашего сознания, которые блокируют ясное восприятие истины. В текущий момент истории, когда человечество проходит крещение огнем — огнем любви, очищающей разум, мы видим результат снятия этих покровов и проявление состояния эманенции.

**ЭМАНЕНЦИЯ** — состояние человека, который через внутреннюю работу по развитию сознания достиг глубочайшего уровня соединения, и, таким образом, высшего сосуществования со своим Высшим (Универсальным или Божественным) «Я». Достигнутый уровень разумного осознания, в свою очередь, создает более высокие частоты вибраций, которые излучаются, исходят во вне. Это чувствуется окружающими как излучение энергии любви — коренной, основополагающей сущности самого человека.

лого расслабления и снятия стрессов. Самолечение усиливает жизненную энергию в теле, которая затем помогает также снять скрытые эмоции и энергетические блоки.

Рейки — это не религия, так как она не содержит символов веры или доктрин. В действительности это древняя наука, скрытая на протяжении тысяч лет, до тех пор, пока доктор Усуи вновь не открыл эту очень древнюю «технологию», описанную в тибетских сутрах. Исследователи в Стенфорде, измерив с помощью высокочувствительной аппаратуры поток энергии, поступающей в тело, определили, что энергия Рейки-поступает к целителю через верхнюю (или седьмую) чакру и выходит через кисти рук. Энергия Поступает с северного направления в северном, и с южного направления в южном полушарии. Кроме того, когда энергия Рейки активирована, поток ее идет в виде спирали против часовой стрелки, так же, как спираль ДНК.

Количество энергии, излучаемой кистями рук, значительно увеличивается во время лечения. Доктор Бара Фишер из Санта-Фе (Нью-Мексико), известный исследователь, которая разработала оригинальную технику наблюдения за жизненной энергией с помощью фотографии Кирлиан, тестировала на расстоянии автора книги до и во время лечения. На фотографии, сделанной перед лечением, отмечается значительно меньший диапазон излучений, чем во время лечения, причем сеанс лечения проводился дистанционно, т. е. на отсутствующем пациенте.

Очевидность данных очень ясно показывает наличие потока плазмы, т. е. передачи энергии через тело, при снятых блоках. Результаты в каждом отдельном случае бывают различными. Определяющим фактором результатов такого контакта является исцеляемый. Каждый человек забирает такое количество энергии, которое необходимо ему для снятия блоков, активации или трансформации энергии физического и эфирного тел. Рейки не только может вызвать изменения в химическом составе тела путем содействия восстановлению органов и перестройки тканей и костей, но и способствовать созданию баланса на умственном уровне. Рейки не является системой веры, поэтому не требует умственной подготовки и направленности для принятия лечения. Необходимо только желание получить и принять энергию.

Рейки представляет собой прекрасный инструмент для содействия человеку в развитии сознательного восприятия, ключа к просветлению. Как и многое в жизни, Рейки должно быть оценено на практике. Пусть ваше использование Рейки будет счастливым!

## Глава 1 ОПИСАНИЕ

### РЕЙКИ

Слово «Рейки» в переводе с японского языка означает «энергия жизненной силы Вселенной». Это слово состоит из двух японских иероглифов. Первый иероглиф, читающийся как «Рей», в сочетании с другими иероглифами означает «Вселенная, трансцендентальный дух, таинственная сила, сущность». Второй иероглиф, читающийся как «Ки», означает «жизненную силу» и сходен по значению с «Ци» в китайской медицине, «светом» у христиан и «энергией биоплазмы» у русских исследователей.

Все мы обладаем энергией Рейки, ибо это наше право от рождения. Рейки отличается от других целительских методов процессом настройки (известным как посвящение), который ученик проходит на курсах Рейки различных ступеней. Любой человек может положить свои руки на другого и помочь ему ускорить процесс оздоровления путем передачи магнетической энергии. Человек, который проходит процесс настройки Рейки, овладевает очень древней техникой тонкой настройки физического и эфирного тел на более высокий уровень вибрации. Кроме того, определенные энергетические центры, известные как «чакры», открываются, чтобы позволить человеку образовать канал притока большего количества энергии жизненной силы Вселенной.

Энергия Рейки никогда не посылается, она втягивается через канал. Например, когда я накладываю свои руки на ваше тело для лечения, вы будете поглощать определенное количество энергии, в которой нуждаются некоторые участки вашего тела. Я никогда не теряю энергию в процессе лечения, так как я также подвергаюсь лечению, когда лечу сама. Энергия поступает в мою верхнюю седьмую чакру — Сахасрарачакра — и проходит через верхние энергетические центры к моему сердцу и солнечному сплетению. Остальная энергия затем проходит через мои руки и кисти рук к вашему телу. Таким образом, я никогда не теряю энергию в процессе лечения, так как определенное количество энергии накапливается во мне. Однако в то же время вы никогда не воспринимаете мою негативную энергию или блоки, так как Рейки проходит через очищенный канал в моем теле, открытый настройками.

Одним из наибольших преимуществ Рейки является возможность самолечения. После настройки человек только должен сосредоточиться на воздействии Рейки на него или других лиц, и энергия сразу начнет поступать через канал.

Самолечение представляет собой эффективную технику для пол-

лого расслабления и снятия стрессов. Самолечение усиливает жизненную энергию в теле, которая затем помогает также снять скрытые эмоции и энергетические блоки.

Рейки — это не религия, так как она не содержит символов веры или доктрин. В действительности это древняя наука, скрытая на протяжении тысяч лет, до тех пор, пока доктор Усуи вновь не открыл эту очень древнюю «технология», описанную в тибетских сутрах. Исследователи в Стенфорде, измерив с помощью высокочувствительной аппаратуры поток энергии, поступающей в тело, определили, что энергия Рейки-поступает к целителю через верхнюю (или седьмую) чакру и выходит через кисти рук. Энергия Поступает с северного направления в северном, и с южного направления в южном полушарии. Кроме того, когда энергия Рейки активирована, поток ее идет в виде спирали против часовой стрелки, так же, как спираль ДНК.

Количество энергии, излучаемой кистями рук, значительно увеличивается во время лечения. Доктор Бара Фишер из Санта-Фе (Нью-Мексико), известный исследователь, которая разработала оригинальную технику наблюдения за жизненной энергией с помощью фотографии Кирлиан, тестировала на расстоянии автора книги до и во время лечения. На фотографии, сделанной перед лечением, отмечается значительно меньший диапазон излучений, чем во время лечения, причем сеанс лечения проводился дистанционно, т. е. на отсутствующем пациенте.

Очевидность данных очень ясно показывает наличие потока плазмы, т. е. передачи энергии через тело, при снятых блоках. Результаты в каждом отдельном случае бывают различными. Определяющим фактором результатов такого контакта является исцеляемый. Каждый человек забирает такое количество энергии, которое необходимо ему для снятия блоков, активации или трансформации энергии физического и эфирного тел. Рейки не только может вызвать изменения в химическом составе тела путем содействия восстановлению органов и перестройки тканей и костей, но и способствовать созданию баланса на умственном уровне. Рейки не является системой веры, поэтому не требует умственной подготовки и направленности для принятия лечения. Необходимо только желание получить и принять энергию.

Рейки представляет собой прекрасный инструмент для содействия человеку в развитии сознательного восприятия, ключа к просветлению. Как и многое в жизни, Рейки должно быть оценено на практике. Пусть ваше использование Рейки будет счастливым!

*Глава 2**ИСТОРИЯ РЕЙКИ*

В середине эры Мэйдзи в Японии (середина XIX в.) доктор Микао Усуи был деканом небольшого христианского Университета в Киото. Это был поразительный период в истории Японии. Во всем обществе произошли большие изменения. Японцы только недавно открыли свои берега «невежественным» иностранцам и быстро восприняли все новые технологии индустриальной революции. Строились железные дороги и даже американский бейсбол вошел в моду. Наряду с возвращением в Японию американских дипломатов, прибыли также христианские миссионеры и вызвали новый интерес у уже эклектичных японцев (многих японцев, совершавших брачную церемонию по религии Синто, хоронили по буддийским обычаям). Однако доктор Усуи принял христианство всем сердцем, став вначале священником, а затем деканом христианской семинарии.

Однажды во время дискуссии с группой своих студентов Усуи спросили, верит ли он буквально в Библию. Когда он ответил, что верит, студенты напомнили ему о мгновенном исцелении Христом. Студенты процитировали Библию. Христос сказал: «Вы можете сделать так же, как и я, и даже больше». «Если это так,— заявили студенты,— почему теперь мало людей в мире, которые могли бы совершать такие же чудеса, как Христос? Кроме того, Христос призвал апостолов исцелять больных и оживлять мертвых. Если это так,— заявили студенты,— пожалуйста, научи нас этому». Усуи был ошеломлен. По японским традициям, он, согласно своему сану, был обязан ответить на их вопросы. В этот день Усуи подал в отставку со своего поста и решил найти разгадку этой великой тайны. Так как большинство его учителей были американскими миссионерами, и Америка была в основном христианской страной, он решил начать свою учебу в Чикагском университете на теологическом семинаре. После долгой учебы, во время которой он не нашел ответов на поставленные вопросы, Усуи продолжал поиски повсюду.

Доктор Усуи внезапно осознал, что Будда также мог совершать невероятные исцеления, и он решил вернуться в Японию и посмотреть, сможет ли он на самом деле найти что-либо «новое» в старой информации о мгновенных видах физического исцеления. Даже если все материалы об исцелениях Христом утеряны, возможно, ему удастся найти сведения об исцелениях Буддой в японских Лотосовых сутрах. По возвращении Усуи начал исследования в нескольких буддийских монастырях. Каждый раз, когда он подходил к настоятелям различных монастырей и спрашивал: «Есть ли у вас какие-ли-

бо материалы о телесных исцелениях Буддой?», он всегда получал один и тот же ответ, что все внимание сейчас сосредоточено на исцелении Духа. Усуи был настойчив в своих поисках и после многих попыток он пришел в дзенский монастырь, где хотел продолжить свои поиски. Старый настоятель монастыря был согласен, что такая возможность исцелять тело должна существовать, поскольку этим занимался Будда, но что в течение столетий все внимание было сосредоточено на исцелении Духа. Что было возможно когда-то, может быть повторено. «Возможно, вам следует остаться здесь и продолжать ваши изыскания», — сказал старый настоятель монастыря. Усуи, воодушевленный энтузиазмом настоятеля монастыря, начал тщательное изучение сутр на японском языке. Но он не добился успеха и начал глубокое изучение китайского языка, а затем исследование китайских сутр. Вновь получив только скудную новую информацию, Усуи решил изучить сутры Тибета. Для осуществления этого намерения требовалось знание санскрита (древнего индийского языка. — прим. пер.), которого он успешно достиг. Через некоторое время он совершил путешествие в Северную Индию, в Гималаи. В течение последнего столетия были обнаружены древние тибетские тексты или другие древние тексты со сведениями об определенных исцелениях. Известно только, что после завершения исследований тибетских Лотосовых сутр Усуи установил, что он нашел интеллектуальные объяснения исцелениям Христа. Единственное, в чем он нуждался теперь, было обретение силы.

Понимая, что он нашел ключ к исцелению, Усуи вернулся к своему другу, настоятелю монастыря, и попросил у него совета относительно достижения реального обретения силы. Они приступили к медитации и пришли к заключению, что доктор Усуи должен направиться на священную гору Курияма в 17 милях от Киото и начать 21-дневный пост и медитацию. Это очень похоже на то, что делают американские индейцы.

Через некоторое время Усуи отправился на гору Курияма. Он пришел в особое место, обращенное на восток, и собрал 21 камень, которые должны были послужить календарем. После 20 дней поста наступил 21-й день. Так как это было время новолуния, было очень темно, когда он ощущал свой последний камень. Ничего сверхъестественного в тот момент не произошло. Усуи молился, надеясь получить ответ. На небе он заметил мерцающий свет, который быстро приближался к нему. По мере приближения свет усиливался. Усуи охватил страх. Ему захотелось вскочить и убежать, но он понял, что это, должно быть, определенный знак. Он так долго и упорно искал все эти годы, что не мог отступить. Он приготовился к тому, что может произойти, и сразу же свет ударил его в центр лба. Усуи подумал, что он умер. Миллионы радужных пузырьков появились перед его глазами. Затем они превратились в белые плавающие пузырьки. Каждый из них содержал золотистую трехмерную надпись на санскрите. Пузырьки появлялись один за другим настолько медленно, что он мог прочесть каждую надпись. Наконец, когда все завершилось, Усуи переполнила благодарность. Так как Усуи был в состоянии, подобном трансу, он поразился, пробудившись при дневном свете. С намерением поделиться тем, что с ним

произошло, со своим старым другом, настоятелем монастыря, Усуи начал спускаться с горы. Он был поражен тем, как бодро и обновление себя чувствовал после длительного поста, который он только что закончил. Это было первым чудом в это утро. Неожиданно в спешке он споткнулся и ушиб себе палец ноги. Когда Усуи инстинктивно нагнулся, чтобы схватиться за палец, он был поражен тем, что через несколько минут кровотечение остановилось, и он полностью исцелился. Это было второе чудо в это утро. Во время спуска с горы Усуи вышел к обычной придорожной закусочной и заказал себе полный завтрак. Всем, кто сталкивался с процедурами поста, известно, как опасна плотная еда после длительного поста. Владелец закусочной мог определить по монашескому одеянию и по отросшей бороде, что Усуи постился и медитировал, и посоветовал ему вместо полного завтрака взять какое-либо специальное блюдо. Однако Усуи отклонил его предложение и заказал полный завтрак. Произошло третье чудо в это утро, после того, как Усуи съел полный завтрак без нарушения пищеварения.

Когда Усуи собирался уходить, он заметил, что внука человека, обслуживающего его, страдает от сильной головной боли. У нее болели зубы и опухла щека. Ее дедушка также чувствовал себя плохо и не мог отвести ее к зубному врачу в Киото. Когда Усуи предложил попробовать помочь ей, она с удовольствием согласилась. После того, как Усуи приложил руки к обеим сторонам лица девочки, произошло четвертое чудо: боль прошла и опухоль стала исчезать.

Затем доктор Усуи продолжил свой путь в монастырь. В монастыре он нашел настоятеля с сильной болью от артрита. Делясь своим опытом с монахом, Усуи положил руки на участки тела, пораженные артритом, и боль очень быстро прошла. Старый настоятель был искренне поражен этим. Усуи внял его совету о том, как он должен вести себя, обладая новой способностью. Настоятель посоветовал ему снова провести медитацию и, после некоторого обсуждения, он решил пойти работать в нищенский квартал в Киото. Он собирался исцелять бедняков, чтобы они могли получить новые имена в храме и вернуться в общество.

Когда Усуи пришел в нищенский квартал, он сразу же начал исцелять молодых и старых. Результаты были поразительными, многие люди полностью исцелялись. После 7 лет такой работы Усуи стал замечать знакомые лица. Один молодой человек, который показался ему знакомым, привлек его внимание. «Не знаю ли я вас?» — спросил он. «Конечно, — ответил тот. — Я первый, кого вы исцелили. Я получил имя, нашел работу и даже женился. Но я просто не мог вынести ответственности. Нищим быть намного легче».

Вскоре Усуи обнаружил, что таких людей много. В отчаянии он зарыдал. Где он допустил ошибку? Наконец ему открылось, что он не смог научить их ответственности и, более всего, благодарности. Он понял затем, что исцеление духа так же важно, как исцеление тела. Он понял, что подарил им энергию Рейки как подаяние, он укрепил в них старые нищенские привычки и мышление. Важность обмена энергией стала очевидной для него. Людям необходимо было возвращать полученное, в противном случае их жизнь теряла свою ценность.

В этот период доктор Усуи сформулировал 5 принципов Рейки. Он оставил нищенский квартал и приступил к проведению обучения по всей Японии. В это время ему стала ясна цель символов, которые он познал во время видения. Он стал использовать их для настройки людей таким образом, что они уже могли брать на себя ответственность за свое здоровье. Получая помощь в усилении своей энергии, они могли сделать крупный шаг по пути своего собственного мастерства. После очищения Усуи начал обучать других учителей, молодых людей, которые примкнули к нему во время его странствий. Незадолго до смерти, на пороге нового столетия, Усуи возложил на одного из наиболее преданных учителей, доктора Чудзиро Хаяши, морского офицера в отставке, ответственность за продолжение традиций Рейки. Доктор Хаяши основал первую клинику Рейки в Токио.

В 1935 году Хавайо Таката, молодая американка японского происхождения с Гавайских островов, поступила в клинику Хаяши. Она сильно страдала от органических нарушений, а также от нехватки энергии по причине депрессии после смерти мужа несколько лет тому назад. Находясь накануне операции у своих родителей, которые вернулись в Японию, она услышала голос покойного мужа, настойчиво убеждающий ее отказаться от операции. После консультации со своим врачом относительно предстоящей операции она получила от него совет обратиться в клинику Рейки. Она обратилась в клинику Рейки, прошла лечение и окончательно выздоровела.

Рейки произвело сильное впечатление на Таката, и она решила изучить Рейки сама. Рейки занимались только мужчины, и оно было недоступно женщинам. Таката была типичной иностранкой, и ей было нелегко добиться посвящения в Рейки. В конце концов ее настойчивость была вознаграждена, и она получила полные знания по технике 1-й и 2-й ступени. Позднее Таката возвратилась в США и открыла там свою клинику. В 1938 году доктор Хаяши и его дочь посетили ее. Вскоре после этого Таката получила посвящение Мастера Рейки, и Хаяши возвратился в Японию.

Доктор Хаяши был человеком высоких духовных достижений. Он смог почувствовать, что начнется война с США, и начал готовиться к этому. Таката ощутила его беспокойство и решила вернуться в Японию. Доктор Хаяши сразу же предупредил ее о надвигающейся беде. Он уже знал, каковы будут последствия войны. Он знал, что Япония потерпит поражение и что погибнет много людей. Хаяши предупредил Таката о приготовлениях, которые она должна провести для защиты Рейки. Не желая быть вовлеченным в насилие надвигающейся войны, доктор Хаяши решил провести свой переход в другой мир. В конце 30-х годов, в полной церемониальной одежде, находясь среди своих друзей, Хаяши сознательно покинул свое тело. Таката задержалась на некоторое время, чтобы принять участие в похоронах, а затем вернулась на Гавайские острова, где она смогла во время Второй мировой войны избежать заключения в тюрьму как японка по происхождению. Кроме того, этой милостивой и доброй женщине удалось провести обучение Рейки в послевоенной Америке, в период маккартизма, в тот период истории Америки, когда сознание было ограничено.

В 1970 году Таката приступила к подготовке других Мастеров Рейки и к декабрю 1970 года, когда она умерла, ею был обучен 21 человек. В настоящее время во всем мире ведут подготовку около 200 Мастеров Рейки.

Моя цель, как Мастера Рейки, состоит в оказании помощи каждому из моих учеников в «тонкой настройке» их вибрационного уровня или их физических и эфирных тел, которые, в свою очередь, обеспечивают развитие высшего сознания. Так как большинство из нас несут ответственность за повышение нашего сознательного восприятия, Земля, в свою очередь, получает тонкую настройку на высшие уровни Эманенции.

*Глава 3 ОТЛИЧИЕ РЕЙКИ ОТ  
ДРУГИХ МЕТОДОВ ЦЕЛИТЕАЬСТВА*

Ключ к Рейки — в его простоте. Если другие формы терапии требуют месяцы и годы для подготовки специалистов, то Рейки можно обучиться в течение недели. Людей, которые все еще сильно прикованы к интеллекту как к средству познания и которые считают, что учеба требует времени, Рейки может привести в замешательство. Истинное отличие Рейки состоит в процессе Посвящения, который ставит Рейки в разряд энергетической работы. Рейки — это процесс энергетизации, с которым западная культура мало знакома, начиная с эпохи зарождения мышления. После прохождения процесса настройки большинство медсестер, врачей, массажистов и людей, хорошо владеющих методом целебного прикосновения и чувствующих человеческое тело, сразу же отмечают увеличение энергии или ощущение тепла, излучаемого от кистей их рук во время лечения. Таким образом, люди с уже развитой чувствительностью тела обычно получают немедленную обратную информацию о тех изменениях, которые происходят в результате настройки. Для других людей, обладающих меньшей чувствительностью, требуется время и практика лечения для того, чтобы научиться сразу ощущать изменения. Большинству людей это практически доступно. Просто тем, кто имеет слишком предвзятое мнение, необходимо учиться слушать тело, так как успешное лечение зависит от умения прислушиваться к телу. Продолжительное количество экспериментального времени я отвожу для практического лечения, что дает достаточный шанс для обратной связи и для того, чтобы удостовериться в различии ощущений, испытываемых вначале практикантом-хилером. Кроме того, я провожу с учениками серию упражнений для того, чтобы помочь им почувствовать тело.

Мой собственный опыт в качестве массажистки на круизном судне несколько лет назад помог мне ощутить немедленное сильное увеличение тепла уже через 5 минут после начала воздействия с помощью Рейки по сравнению с минимальным теплом, появляющимся после 10 полных сеансов массажа подряд. Естественно, я была поражена. Имея подготовку по различным видам массажа, но интересуясь глубокой проработкой тканей тела, я была крайне поражена Рейки. Я была убеждена, что необходима глубокая проработка для того, чтобы вызвать реальные коренные изменения в структуре разума или тела. Я была очень удивлена, когда один из моих клиентов по массажу начал спрашивать меня об «интересной энергетической работе», которую я добавила к массажу клиен-

тов. Это дало поразительные результаты. Проходили старые боли. К знакомым артистам приходил большой успех, художники сообщали о возрастании творческих способностей.

В результате этой волшебной энергетической работы, которая поразила меня, происходили другие необычные изменения. Обычно, когда массажист работает с клиентом, особенно при глубокой проработке тканей, необходимо держать колени разведенными или слегка согнутыми, как в позе ТАИ ЦЗИ. Это связано с тем, что массажист выступает в качестве заземляющего стержня для клиента. Например, когда я помогаю вам освободиться от крупного затвердения на шее или плече, я управляю вашим дыханием и вы сознательно удаляете молочную кислоту из мышцы и пока мои руки находятся на затвердении, высвобождаемая негативная энергия поступает в мою кисть, спускается по моей руке и выходит из моих ступней в землю. Если же мои колени не согнуты или сомкнуты во время процедуры, то ваша энергия спускается по моей руке и телу, делает резкий обратный поворот у коленей и возвращается в исходную точку.

Все это звучит очень таинственно, когда вы впервые осваиваете движение энергии в теле, но требуются только небольшие бессознательные движения, чтобы постичь истину этого процесса. Было крайне удивительно обнаружить, что с Рейки это не является проблемой и не составляет трудностей. Как я уже упоминала в главе 1, Рейки принимается целителем через открытый канал, затем поток энергии Рейки устремляется наружу через кисти рук целителя, за исключением некоторого количества энергии, которая оседает и накапливается в солнечном сплетении для дополнительного лечения. С другой стороны, исцеляемый получает энергию через чистый канал и, таким образом, не поглощает личную энергию целителя.

Я охарактеризовала некоторые физические отличия, которые делают Рейки весьма уникальным методом целительства. Теперь я хочу коснуться некоторых моих собственных взглядов относительно Рейки с философских позиций. В других формах энергетической работы, таких как магнетическое или ментальное целительство, целитель должен постоянно сосредоточиваться на посылке энергии, не отвлекаясь от клиента. В Рейки, после того как первоначальная настройка на лечение проведена и руки наложены на тело больного, энергия сама поглощается больным без последующего усилия со стороны целителя. Таким образом, если по каким-либо причинам больного мучают старые воспоминания и эмоции и он хочет поделиться ими с вами, вы можете вступить с ним в разговор, одновременно продолжая лечение. Хотя это и усиливает эффект, я обычно рекомендую моим ученикам не начинать разговор, так как в большинстве случаев больной включается в процесс во время молчания, а разговоры могут создать большие помехи для естественного процесса. Это, по моему мнению, является важным с терапевтической точки зрения. Исходя из моей прошлой практики консультанта по психологии, во многих странах одни и те же лица вновь и вновь возвращаются в различной форме к одним и тем же основным проблемам. Иногда люди постоянно рассуждают о них, эти проблемы как бы «застревают» в их мозгу. Вместо того, чтобы освободиться

## ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ РАБОТА



от проблем, люди только усугубляют их. Безусловно, хороший психолог или консультант старается помочь клиенту превратить негативные идеи в положительные и помочь ему избавиться от стандартного поведения. Рейки не требует слов для избавления от стандартов. Во время и сразу же после воздействия с помощью Рейки, особенно в течение 21-дневного периода очистки, а также после прохождения курсов трех ступеней, люди склонны к чувству освобождения от эмоций. Часто происходит простое освобождение от эмоций без интеллектуальной привязанности к «истории», которая долгое время могла питать эмоции или блокировала структуру разума или тела.

Единственный совет, который я даю моим ученикам, заключается в том, чтобы признать данные эмоции, которые появляются иногда совершенно неожиданно, поблагодарить их за проявление и позволить им уйти прочь. Не подавляя, а только осознавая их, можно быстро от них избавиться.

Хочется также напомнить, как позволить эмоциям уйти прочь. Много раз я сталкивалась с людьми, которые после долгой депрессии окончательно приходили в себя и избавлялись от гнева. Так как гнев является энергией с большой частотой вибрации по сравнению с депрессией, то человек может развить стремление к наслаждению выражением гнева без последующего выхода на высший уровень экспрессии. Гнев может быть очень соблазнительным, так как все связанные с ним проблемы реально стимулируют «Эго» на большую высоту. Гнев является результатом выхода чувств из-под контроля, потери оценки и ответственности за то, что мы создали в нашей жизни. Важно понять, что вы только возвращаете то, что отдали в свое время, — Божественный закон причин и следствий. Жизнь — это ваше зеркало. Благоклонно относитесь к тому, что приходит, освобождайтесь от этого, и оно перестанет приходить. Вы являетесь творцом. Четкое осознание ответственности за все, что вы создаете в вашей жизни, является одним из ключевых аспектов Рейки. Рейки не заканчивается курсом 1-й ступени. Каждый человек должен взять на себя ответственность за продолжение работы над собой. В действительности, вы являетесь Мастером самого себя. Только вы определяете вашу скорость прогресса в соответствии с вашим уровнем обязательств перед собой. Бодрость, которая приходит после каждого урока, придает всему этому смысл.

Из вышесказанного следует, что мы можем наблюдать некоторые уникальные аспекты Рейки. Как и другие терапевтические методы, Рейки направлено на то, чтобы помочь каждому человеку найти баланс и гармонию в Теле, Разуме и Духе. Рейки настоящий подарок для вас самих. Когда вы принимаете участие в обучении на курсе Рейки, вы выходите на уровень осознания: «Я готов к оздоровлению самого себя». Сила к совместному созиданию — это ваше право от рождения. С этой силой приходит осознание большей ответственности и большего чувства единства с вашей земной семьей.

## Глава 4 ЭФФЕКТЫ ВОЗДЕЙСТВИЯ РЕЙКИ

Рейки воздействует на каждого человека весьма индивидуально. Результаты каждого воздействия определяются потребностями человека, подвергающегося воздействию (иногда они не всегда очевидны). Существуют общие знаменатели, дающие результаты в большинстве видов терапий тела и разума, которые перечислены на схеме в главе 3.

Характер воздействия Рейки в какой-то мере зависит от каждого практикующего, однако в основном оно направляется на болезненные или доставляющие беспокойство участки тела и на эндокринную систему (см. схему эндокринной системы на страницах данной главы). Такая учила основному способу воздействия, который охватывает все очень важные системы желез внутренней секреции, которые в свою очередь контролируют гормоны тела. Для ортодоксальной медицины эти железы стимулируются нейротрансмиттерами. Тело связано с нервной системой через мозг, который затем стимулирует железы к выделению гормонов, необходимых для гомеостаза. На эфирном уровне каждая из 7 основных чакр, или энергетических центров соответствует одной из эндокринных желез (см. схему соответствия эндокринных желез чакрам во 2-й главе). Таким образом, эндокринная система действует как «преобразователь» энергии для эфирных энергетических центров, или чакр, а чакры действуют как «преобразователь» энергии назад в физическую систему через эндокринные железы. Все уровни в некоторой степени взаимосвязаны.

Для дальнейшего объяснения такой взаимосвязи различных систем доктор Вилльям А. Тиллер, профессор в Стенфорде на кафедре материальных наук и ученый-исследователь, предложил новую теоретическую модель функционирования человека.

До настоящего времени медицина, биология и сельское хозяйство рассматривали живые организмы через последовательные реакции: функция — структура — химия — электромагнитная энергия и таким образом описывали взаимодействие только на определенных уровнях.

Обычно дефекты прослеживались по структурным изменениям, которые возникали в результате химического дисбаланса, с использованием процедуры «исправления» для регулировки химического окружения (с помощью лекарств в организме или удобрений в сельском хозяйстве). Возникающая дилемма заключается в том, что оба организма (тело и растение) и их «захватчики» приспособлива-

**Балансирование энергии**

**Повышение  
сознательного  
восприятия**

**Повышение  
созидательное™**



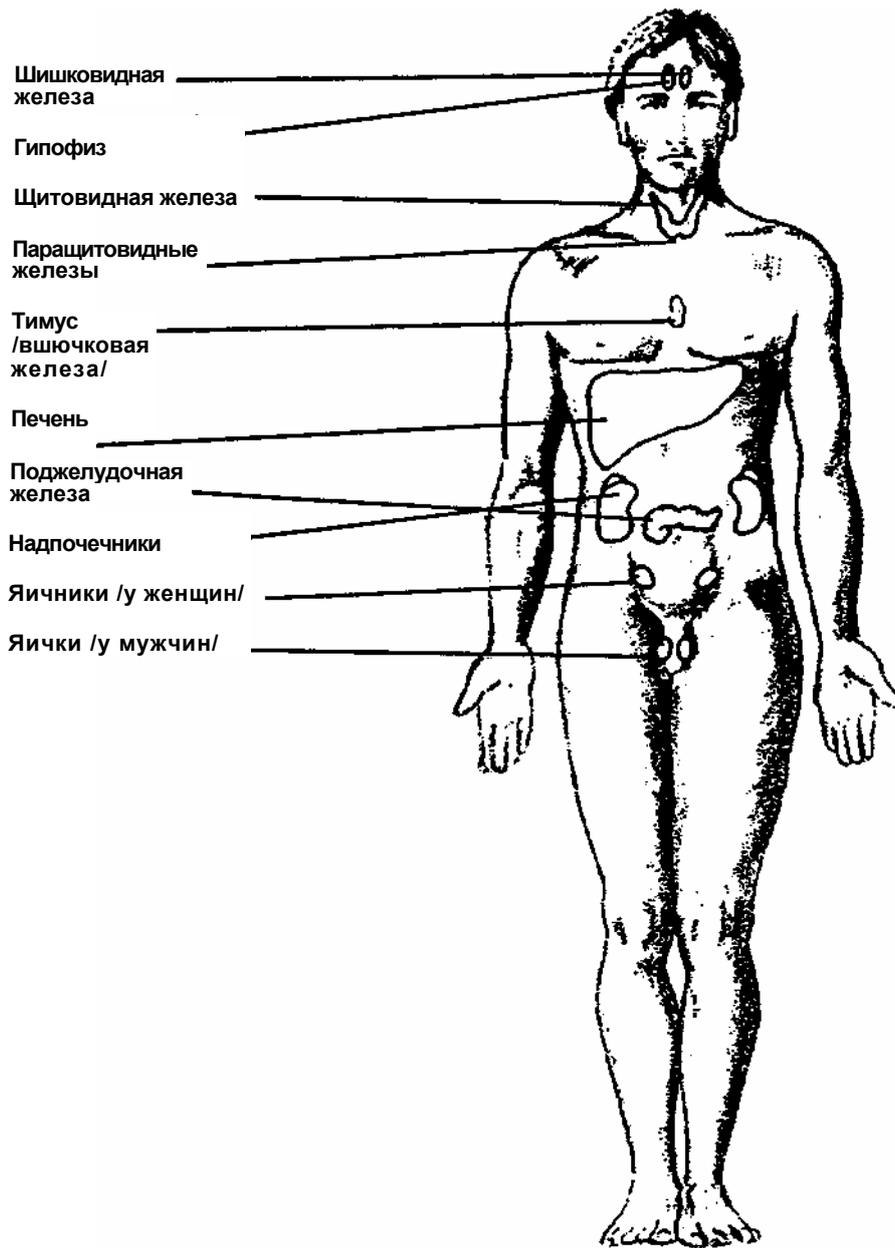
ются к новым химическим условиям, в свою очередь становясь менее чувствительными к ним, таким образом продолжая воздействие. Неестественное химическое состояние организма таким образом усиливается и начинает оказывать влияние на другие уровни функционирования, не только на тот, который «корректировался», зачастую с фатальными результатами. Пагубный эффект наблюдали в сельском хозяйстве, когда многие сборщики винограда умирали от высоких уровней токсических веществ. В медицине подобная процедура привела к болезням многих людей. К счастью, многие врачи осознали эту пагубную проблему и возможности восточной медицины, приняв методы профилактики. На уровне электромагнитной энергии шкалы реактивности мы уже знакомы с подчас вредоносными эффектами рентгеновских лучей.

Доктор Тиллер подвергает сомнению обоснованность первой формулы. Он видит перспективность в физических и «нефизических» процедурах при воздействии на дисбаланс. Врачи-остеопаты добились большого успеха в воздействии на функции человека с помощью прямых физических манипуляций. Кроме того, Тиллер исследует серию отчетов за последние 200 лет о различных нефизических эффектах такого рода, говорящих о наивности первой формулы. Он предлагает переработать старую теоретическую модель с учетом многомерности субстанции. Тиллер предлагает заменить первую формулу следующей: функция — структура — химия — позитивные энергии пространство-время (физическое тело) — негативные энергии пространство-время (эфирное тело) — разум — Дух — Бог.

Он использует позитивную энергию «пространство-время» для описания физического тела и эфирное тело с негативной энергией «пространство-время» для иллюстрации «их близости или связи с природой, а также алгебраический знак их соответствующих состояний" массы и энергетического состояния. Для иллюстрации некоторой связи в данной модели Тиллер указывает на связь разума и структуры в гипнозе, разум, структура и функция в Айкидо, Дзене или Йоге, разум и химия и химия и разум в психиатрии и т. д. Тиллер заявляет: «Вышеуказанное вполне естественно приводит к перспективе в исцелении, т. е. к тому, что патология может развиваться на ряде уровней и что исцеление необходимо на всех уровнях, чтобы восстановить систему до состояния гармонии. Первичная патология возникает вначале на уровне Разума и распространяет свое воздействие как на негативный уровень «пространство-время», так и на позитивный уровень».

Затем Тиллер утверждает, что наилучшая форма исцеления заключается в оказании помощи индивидууму по снятию патологии на причинном уровне и коррекции путем возвращения к «правильному мышлению». Он заявляет, что следующей наилучшей формой исцеления является эффективное исправление структуры на негативном уровне «пространство-время» (эфирное тело). Последующим наилучшим уровнем исцеления будет эффективное исправление структуры на позитивном уровне «пространство-время» (физическое тело), что практикуется медициной сегодня.

Как отмечалось ранее, лица, практикующие методы Рейки, всегда



ощущают «связь» эфирного и физического тел через связь чакр и эндокринной системы. Кроме того, на курсе 2-й ступени Рейки практикующие получают дополнительные знания об оказании помощи, связанной с умственным уровнем болезни, где дает себя знать причинный фактор. Для таких практикующих вполне очевидно, как упоминает Тиллер, что причинный уровень болезни связан с разумом. Автор сама смогла сделать этот шаг вперед и заявить, что причинный уровень связан с разумом и находится вне синхронизации с духовным или божественным аспектом человека. Таким образом, энергия Рейки естественно воздействует на физическом, эфирном и умственном уровнях.

Я рекомендую своим ученикам использовать книгу советов Луизы Хэй «Лечение вашего тела», специально посвященную болезненным состояниям индивидуума. Эти советы помогают больному восстановить состояние его разума, который, в свою очередь, поможет освобождению от причинного фактора. Кроме того, как я уже упоминала ранее, Рейки поможет каждому индивидууму избавиться от энергетических блоков и связанных с ними эмоций, что, в свою очередь, поможет освободиться от болезни на причинном уровне.

## **Глава 5 ПЯТЬ**

### **ПРИНЦИПОВ РЕЙКИ**

Доктор Усуи разработал 5 принципов Рейки вскоре после того, как он принял решение покинуть нищенский квартал в Киото. Именно в это время он осознал значение некоторых важных сторон человеческой природы. Усуи приступил к целительству, надеясь дать нищим возможность вернуться в общество. Когда некоторые из них сделали такую попытку и она не увенчалась успехом в ответственности за повседневную жизнь, он начал осознавать, значение личного участия в целительском процессе своей жизни. Человек должен стремиться к переменам и исцелению, чтобы произвести реальные перемены в своей жизни. При посторонней помощи должен также произойти обмен энергией. Просто, даря людям исцеление, Усуи снижал нищенский уровень в большинстве из них. Он видел, что для поддержания баланса они нуждаются в том, чтобы вернуться к тому, что имели.

Таким образом, Усуи открыл два очень важных фактора: первый, что человек должен попросить лечения (целители не должны помогать там, где этого не желают), и второй, что во время исцеления должен происходить обмен энергией. Нельзя внушать человеку чувство, что он в долгу за предоставленную помощь, таким образом, исцеляемый, обмениваясь энергией в каком-либо проявлении, освобождается от долга.

Доктор Усуи усвоил также значение отсутствия привязанности к результатам своего целительства. Возможно, некоторые нищие нуждались в том, чтобы жить в квартале нищих и получить определенные уроки. Кто мы такие, чтобы судить о том, что правильно или неправильно? То же применимо и к болезни. Возможно, люди «создают» болезнь на подсознательном уровне для того, чтобы извлечь определенные уроки или, возможно, умереть. Для дарящего здоровье целителя, каким был Усуи, попытка вмешаться с «необдуманном исцелением» могла оказаться нарушением необходимого жизненного процесса человека. Усуи стало вполне очевидным, что не его работа с использованием невероятного подарка исцелит мир, а показ людям, как они могли бы сами помочь себе. Именно в это время он осознал, что народ нуждается в руководстве для содействия в росте его сознания и возложении на свои плечи большей ответственности за свои собственные жизненные ситуации. После этого Усуи понял, почему все главные религии сосредоточивались на исцелении Духа в то время, когда казалось, что причинный фактор болезни лежит в промежутке между Разумом и Духом. Для измене-

ния положения человека в жизни должны произойти изменения в его позиции, так как что вы думаете, то и будет. Если в действительности все есть разум, как первая предпосылка магической науки, то то, что мы избираем для облечения в конкретную форму с помощью разума, является в действительности тем, что мы проявили на физическом уровне. Облечение в конкретную форму только любви и признательности создает жизнь, наполненную любовью и изобилием.

Все эти понятия стали ясны доктору Усуи после многих лет его жизни в квартале нищих. Он видел, как люди приходят и уходят, а также многих, возвращающихся к своим старым привычкам. Усуи решил отыскать людей, которые желают изменить себя. Ему стал понятным афоризм Христа: «Не мечи жемчуг перед свиньями». Человек не должен тратить попусту драгоценное время и энергию, делясь информацией и энергией с теми, кто не проявляет интереса к ним или не готов принять их. Пять принципов, которым учил Усуи, естественно излучаются человеком в его правильном потоке. В то же время попытка придерживаться этих принципов также помогает ввести человека в данный поток, так как вновь действует правило: что вы думаете, то и происходит в реальности.

Пять принципов Рейки таковы:

По-человечески — Я ищу внешнего выражения достатка  
Источника моего здоровья и благополучия. Такая ошибка  
Должна\* корректироваться через прогресс недостатка И  
ограничения, пока я не пойму, что я ничего не делаю.  
Благодаря дару, который во Всем внешние Формы  
приятного достатка приводят к гармоническому  
существованию без усилий.

## 1. ИМЕННО СЕГОДНЯ Я ДОЛЖЕН ЖИТЬ, ВЫРАЖАЯ ПРИЗНАТЕЛЬНОСТЬ

Жить с признательностью — значит жить в изобилии. Когда мы постоянно выражаем признательность, чувствуя благодарность не только за то, что мы получаем, но и за то, что мы познаем, нам всегда будут доверять и к нам магнетически будет притягиваться изобилие. Наше нормальное состояние — изобилие. Только наша "связь с быстротечным разумным осознанием (или коллективным бессознанием) нужды в чем-либо достижением нашего собственного требуемого состояния мешает получить нам то, что является истинно нашим. Одной из фундаментальных концепций в основе главных философских и религиозных систем в древние времена была совершенная достаточность. Внушалось, что понятие *свое* «Я» — значит [ганять^юга^ что погружение в себя может трансформировать страх "в^любоЖГ невежество — в мудрость, нужду — в изобилие. В текстах Нага Хаммади, найденных в Египте в 1945 году, которые содержат более древние заветы, чем Новый завет, Филип, приводя слова Иисуса Христа, констатирует: «То, что ты видишь, будет». Д^тими словами,,е сли вы сосредоточиваетесь на том, чего вы не имеете, вы ^будете по-прежнему оставаться в нужде. С другой стороны, если вы продолжаете ощущать неограниченное изобилие всего вокруг себя и постоянно чувствовать в результате этого признательность, изобилие будет продолжать являться вашим состоянием дел и даже увеличиваться. На нашей планете нет ни в чем нужды, но искаженная система распределения, которая осуществляется неправильно ввиду наших иллюзорных представлений нехваток, обходит молчаливым человеческую жадность (опять же из-за страха нехватки). Вот что в действительности держит нас в нужде.

Быть признательным — значит иметь знание в глубине вашего существа о том, что все является единым и что отделение — это иллюзия. Другим важным фактором в данном случае является возможность получить изобилие, которое по праву полностью ваше. Если вы чувствуете подсознательно, что состоятельность и богатства Вселенной «презренны», вы будете блокировать поток изобилия к себе. Многие люди теперь страдают от сознания отделения от Абсолюта — того, кто облек в плоть все существующее. Длительная история вины отделения от Абсолюта отбросила в сторону от заслуженного успеха и процветания даже тех людей, которые, казалось бы, действуют и живут в соответствии с законами Гармонии Вселенной. Каузальный фактор должен быть отыскан в каждом индивидууме. Во многих случаях каналы, через которые обычно происходят приток и гармония, либо недоразвиты, либо парализованы. Жизненная энергия Вселенной должна быть использована в "данном случае для того, чтобы заставить эти каналы нормально функционировать. Когда такая связь существует, успех и процветание будут обеспечены. В царстве Абсолюта каждое действие и каждая причина дают правильный эффект, который является полным успехом. Единственной причиной, по которой большинство людей не достигают этого, является то, что люди не становятся вровень с жизнью или закрыты для нее.

| Магическая наука указывает простой путь становления вровень с жизнью с помощью отличного упражнения, при котором вы стоите в течение 3-5 минут в следующей позе: ноги врозь, левая рука вытянута ладонью вверх, а правая рука вытянута ладонью вниз. Магнетический ток из окружающего пространства поступает в вашу левую ладонь и проходит через сердце и область солнечного сплетения, заряжая все ваше тело, а излишек тока выходит через правую ладонь. Если вы выполняете это упражнение утром, вы испытываете ощущение бодрости. Если вы выполняете это упражнение вечером, у вас возникает чувство расслабления. "Для тех, кто прошел настройки Рейки, рекомендуется проводить самооздоровление, которое приведет к усилению такой усиленной энергии.

Когда вы вступаете в контакт с энергией жизненной силы Вселенной и ощущаете, как она проходит через все тело, вы должны сосредоточить все свое внимание на чувстве успеха и ощущении преуспевания и богатства во всех аспектах вашей жизни. Жизненная энергия в данном случае расширяет каналы вашего внутреннего «Я» и открывает их для поступления энергии жизненной силы Вселенной, что вы желаете. Следующим шагом должен быть конструктивная попытка добиться ваших целей. Использование только положительного настроя на успех и процветание не делает их реальностью. Для этого настрой должен быть подкреплён жизненной энергией, основной силой Вселенной. Притяжение, вызванное магнетическим тоном жизненной энергии, приведет к привлечению изобилия в вашу жизнь. Таким образом, для того, чтобы изменить старые стандарты и создать поток процветания, необходима определенная дисциплина. Попытки постоянного возвращения вашего сознательного восприятия к выражению признательности сами по себе определяют магнетическое притяжение изобилия. Самооздоровление в свою очередь поможет избавиться от старых подсознательных стандартов поведения, которые могут блокировать поток процветания. Теперь начните жить в изобилии и, начиная именно с сегодняшнего дня, живите, выражая признательность.

Половина ответа  
заключается  
в желании выслушать  
Нари

## **2. ИМЕННО СЕГОДНЯ Я НЕ ДОЛЖЕН ПРОЯВЛЯТЬ БЕСПОКОЙСТВА**

Беспокойство заключается в забывании того, что во всем существует божественная или Вселенская цель. Когда мы находимся в истинном настрое под руководством наших высших «Я» и тратим наш день на использование наших лучших способностей, мы осознаем, что мы делаем все, что в наших силах, а остальное происходит благодаря энергии жизненной силы Вселенной. Беспокойство — это мыслеформа, которая является результатом чувства отделения от сознания «Я есть» (или Единства со Вселенной). Беспокойство о прошлом тщетно. Мы должны помнить, что каждый человек (включая и самого себя) делает лучшее, что он может сделать в каждой жизненной ситуации, в соответствии со своими знаниями или мудростью, которой он обладает в данный момент. Все мы являемся продуктом наших условий и ведем себя соответственно. Когда вы сожалеете о ваших прошлых действиях, поймите, что вы реагируете "в" соответствии с вашими возможностями. В данном случае вы признательны за урок и продолжаете движение. В то же время опознайте, что все несправедливости по отношению к вам в прошлом были сделаны другими в результате их обусловленности. Мы можем только желать им хорошего и надеяться, что они также извлекут уроки из своих действий.

Беспокойство о будущем также тщетно. Я считаю, что живу по принципу «надейся на лучшее, и когда получаешь то, чего ты не ждал, знай (верь), что это является наилучшим в настоящем положении». Даже тогда, когда происходящее кажется очень негативным, впаивающее "время, это только урок. Запомните, что в какой-то мере вы способствовали созданию такой ситуации, даже тогда, когда это "произошло на подсознательном уровне. Таким образом, почувствуйте признательность за то, что это прошло, что вы свободны, и продолжайте действовать. Подчинитесь вашему «Я» и попытайтесь не вмешиваться в ход Вселенной в жизни. Знайте, что, плывя по течению, вы достигаете синхронности событий. Как только вы прекратили создавать схемы вещей, все остальное произойдет без вас. Беспокойство является результатом нелогичных и иррациональных мыслеформ, создавая в свою очередь больше ограничений и дальнейшее разделение в сознании. Подчинитесь теперь плану вашего Высшего «Я» и освободитесь от беспокойства.

### 3. ИМЕННО СЕГОДНЯ Я НЕ ДОЛЖЕН СЕРДИТЬСЯ

Гнев в действительности является совершенно ненужной эмоцией. Как и большинство вредных реактивных эмоций, гнев имеет свои корни и ощущение вины за отделение себя от Вселенского Сознания. Гнев есть желание контроля, который происходит в результате чувства отсутствия контроля в отсутствии синхронизации с нашей божественной или вселенской жизненной целью. Многие люди позволяют своему «Эго» направлять их жизнь, в то же время игнорируя внутреннее руководство, которое в противном случае вовлекло бы их в естественное и гармоничное русло. Позволяя своему «Эго» оказывать воздействие неуместными желаниями и надеждами, мы испытываем печаль.

Когда наши надежды берут верх над нами и мы полны гнева, так как кто-то не оправдал наших потребностей и желаний, мы склонны забывать, что то, что мы внесли в наше окружение, является только нашим отображением. Каждая мысль, которая появляется у нас, определяет причину, и эффект может возвратиться, когда мы меньше всего его ожидаем. Поистине, каждая ситуация есть отображение, прямое отражение причины и следствия, созданных нами. Тот, кому пришлось «нажать на ваши кнопки» или стимулировать ваши слабые точки, в действительности не является причиной вашего гнева. Они также выступают в качестве учителей. Вы взаимно втягиваете друг друга для извлечения определенных уроков. Карлос Костанеда выразил это очень хорошо, выказывая признательность «мелочным тиранам» в его жизни, так как именно через них мы обнаруживаем слабые точки нашего «Эго». Путем наблюдения за нашими реакциями по отношению к другим мы можем определить, какая из привязанностей все еще действует в пределах нашей собственной психики и начинает изменять негативные стандарты. Таким образом, -когда кто-либо заставляет нас гневаться, надо попытаться остановить эмоции, как советует Гурджиев, для того, чтобы более сознательно подойти к своим реакциям и своевременно овладеть эмоциями. Также почувствуйте признательность за предоставленную возможность узнать свои слабые точки, так как это дает вам возможность роста.

\*\*\*\* И далее я должна обратить внимание на то, что вы не должны чувствовать вины за испытываемый гнев. Он запрограммирован в нас такими многочисленными поколениями, что очень трудно вначале сдержаться, когда вы «атакуетесь» гневом других. Кроме того, мы долгое время позволяли нашим надеждам рассчитывать на лучшее и склонны рассуждать о вещах субъективно, когда они находятся вне нашего поля зрения. Появляющиеся в результате нездоровые чувства вызывают у нас вспышку гнева. При попытке «перепрограммировать наши старые записи гнева» мы должны позволить себе освободиться от наших эмоций и не испытывать гнева. В наших силах ослабить свои реакции на чьи-либо негативные действия путем выражения наших чувств в спокойной форме. Если противоположная сторона проявляет настойчивость, лучше всего уйти и восстановить силы, не реагируя на негативные действия. Лучше всего в начале эпизода не реагировать на негативные дейст-

вия, а излучать любовь. Трудно чувствовать гнев, когда вы улыбаетесь. Ваша улыбка может даже привести к «зеркальному эффекту» у другого человека.

В заключение-следует сказать, что гнев представляет собой в высшей степени дисгармоническую энергию, которая приводит к "болезни тела". Было бы очень хорошо научиться трансформировать эту энергию путем ее преодоления. Именно сегодня не сердитесь и выражайте признательность

Мы создаем своих собственных драконов

Нари

#### **4. ИМЕННО СЕГОДНЯ Я ДОЛЖЕН ДОБРОСОВЕСТНО ВЫПОЛНЯТЬ СВОЮ РАБОТУ**

Огромную важность для гармоничной жизни имеет честность перед собой. Быть честным перед собой — значит оказаться лицом к лицу с истиной во всем сущем. Многие из нас, когда дело доходит до восприятия реальности, предпочитают жить в мире фантазий; когда мы отрицаем Истину в реальности и вдруг сталкиваемся с ней, — мы дезориентированы. Иногда Истина кажется трудно совместимой с нашим миром, но если мы в действительности смотрим глубоко, оцениваем наше собственное поведение и видим цели, при которых различные люди и ситуации играют роль в нашей жизни, мы будем развивать сочувствие ко всем.

Жить в Истине — значит быть в согласии с целью нашего Высшего «Я». Жизнь в Истине представляет собой также наипростейший, наименее сложный путь в жизни. Истина приносит ясность. Когда мы ведем честную жизнь, мы можем более ясно видеть уроки, которые мы должны усвоить с наименьшими усилиями. Жизнь в мире иллюзий сложнее. Отрицание становится главным делом жизни, и вскоре паутина обмана может так всесторонне опутать нас, что «уведет» от Истины, и мы с трудом сможем найти путь из лабиринта.

Если вы честны перед собой, вы будете стремиться внушить честность другим. Честность легко внушить другим, когда вы сами честны. Когда вы честно выполняете свою работу, вы верны своему Высшему «Я». Эта верность подкрепляется любовью к себе и к другим, которая помогает создать гармонию в вашей жизни. Итак, живите в Истине, подкрепленной любовью, и именно сегодня выполняйте свою работу добросовестно.

## **5. ИМЕННО СЕГОДНЯ Я ДОЛЖЕН ПРОЯВЛЯТЬ ЛЮБОВЬ И БЛАГОЖЕЛАТЕЛЬНОСТЬ КО ВСЕМ ЖИВЫМ СУЩЕСТВАМ**

Поистине все мы вышли из одного источника. Также ясно, что все формы жизни взаимосвязаны. Деструктивные изменения, которые произошли в последнее время на нашей планете в результате нечувствительности людей к тонкому экологическому балансу, поставили нас перед этим фактом. Для того, чтобы выжить, мы начинаем понимать, что должны покончить с нашим эгоистическим желанием управлять природой и научиться проявлять любовь и благожелательность ко всем формам жизни.

В результате изучения физики мы теперь знаем, что все мы представляем собой коллективную энергию из одного источника. В действительности твердой материи не существует, а есть только различные уровни вибрации. Все формы материи вибрируют на различных энергетических уровнях, хотя все они взаимосвязаны, так как между ними нет жестких барьеров. Таким образом, когда мы принимаем все различные собственные стороны, это оказывает воздействие на других людей. Подобно этому, когда мы принимаем других, мы также чувствуем отражение в себе. В результате этого любая положительная энергия, направленная на себя или на других, ^юмргает исцелять нашу планету в целом. Каждый человек, животное, растение и минерал включены в данную целостную систему. Проявление любви и благожелательности ко всем остальным есть любовь и благожелательность к себе и к нашей матери Земле.

## **ПРИНЦИПЫ РЕЙКИ**

ИМЕННО СЕГОДНЯ Я ДОЛЖЕН ЖИТЬ,  
ВЫРАЖАЯ ПРИЗНАТЕЛЬНОСТЬ

ИМЕННО СЕГОДНЯ Я НЕ ДОЛЖЕН  
ПРОЯВЛЯТЬ БЕСПОКОЙСТВА

ИМЕННО СЕГОДНЯ Я НЕ ДОЛЖЕН  
СЕРДИТЬСЯ

ИМЕННО СЕГОДНЯ Я ДОЛЖЕН  
ДОБРОСОВЕСТНО ВЫПОЛНЯТЬ  
СВОЮ РАБОТУ

ИМЕННО СЕГОДНЯ Я ДОЛЖЕН  
ПРОЯВЛЯТЬ ЛЮБОВЬ  
И БЛАГОЖЕЛАТЕЛЬНОСТЬ КО ВСЕМ  
ЖИВЫМ СУЩЕСТВАМ

## **Глава 6 ЧТО ТАКОЕ**

### **НАСТРОЙКИ?**

Настройки являются основой метода Усуи по естественному лечению. Рейки — это японское название энергии жизненной силы Вселенной, то, чем все мы обладаем от рождения. Каждый может положить руки на другого человека и передать ему энергию магнетической жизненной силы. Настроечный процесс, который может быть представлен как серии инициации (посвящения), во время которых Мастер Рейки, используя очень древнюю «тибетскую технологию», передает энергию ученику в усиленном виде, делает систему Усуи уникальной. Под действием энергии возникает открытый канал для космической энергии, которая проходит от макушки головы ученика через верхние энергетические центры, выходит через кисти рук и может быть использована в дальнейшем для лечения. Кроме того, наступает усиление частоты вибрации тела, приводящее к 21-дневному периоду очистки, которая происходит в результате избавления от негативных моделей и блоков благодаря стимулированию энергетической модели ученика.

Настройки очень точны и могут проводиться только Мастером Рейки, овладевшим методом доктора Усуи. Существуют две основные школы Рейки. Во главе одной школы стоит Филлис Леи Фурумото, внучка Такаты, и называется «Рейки Альянс» ("Союз Рейки"). Несколько человек из первых 20 Мастеров Рейки, обучавшихся у Такаты, являются членами этого Союза. Другая организация называется «Америкэн интернэшнл Рейки ассошиэйшн» ("Американская международная ассоциация Рейки"), и возглавляет ее доктор Барбара Уэбер Рей, использующая последние годы для описания Рейки термин «техника излучения». Мастера Рейки из каждой школы обладают высокой квалификацией для проведения настроек (посвящений), поэтому не составит труда отыскать подходящего Мастера. Но таких Мастеров, как я, которые проходили обучение в обеих школах, не очень много. Например, мой Мастер, Учитель Рейки, прошел обучение 1-й и 2-й ступени в Американской международной ассоциации Рейки, а обучение 3-й ступени — у Мастера Рейки из "Рейки Альянса". Многие Мастера Рейки проводят вводные лекции в различных городах. Целесообразно посетить одну-две такие лекции и найти удовлетворяющего вас учителя. Все Мастера Рейки являются квалифицированными специалистами, но, как и в любой области, каждый из них имеет свои собственные взгляды, и лучше остановиться на таком, с которым у вас имеются взаимные симпатии или согласие.

Хочется обратить внимание учеников на то, что посвящения действуют на каждого человека по-разному в зависимости от его начального вибрационного уровня. Другими словами, если вы поработали над повышением ваших сознательных восприятий и достигли высокого вибрационного уровня, посвящения приведут к быстрому «квантовому скачку» на еще более высокий уровень. Для тех, кто только начал работу с сознанием, «квантовый скачок» также произойдет, но усиление энергии будет зависеть от исходного уровня. Рейки удивительно отличается тем, что даже после «квантового скачка», вызванного посвящениями, вы можете продолжать повышать свой вибрационный уровень и оздоровительные способности, проводя ежедневное самолечение и, по возможности, лечение других людей.

Настройки 1-й ступени направлены главным образом на раскрытие физического тела таким образом, чтобы оно затем могло принимать (пропускать) большее количество энергии жизненной силы. Четыре настройки 1-й ступени повышают частоту вибраций четырех энергетических центров верхней части тела, известных также как чакры. Первая инициация настраивает сердце и тимус (вилочковую железу), одновременно настраивая сердечную чакру на эфирном уровне.

Вторая настройка воздействует на щитовидную железу и на эфирном уровне способствует открытию горловой чакры, которая является нашим коммуникационным центром.

Третья инициация воздействует как на третий глаз, который соответствует гипофизу (центр высшего сознания и интуиции), так и на гипоталамус, который связан с состоянием и температурой тела.

Четвертая инициация в дальнейшем открывает чакру макушки головы — наше связующее звено с духовным сознанием и соответствующую в физическом теле шишковидной железе. Эта последняя настройка завершает процесс, закрепляя открытие канала, таким образом, что вы можете поддерживать повышенную способность пропускать энергию Рейки в течение оставшейся жизни. Таким образом, чтобы сохранить канал для прохода энергии Рейки на протяжении всей вашей жизни, необходимо пройти все четыре настройки. Как только вы будете настроены на энергию Рейки, вы никогда не сможете утратить ее. Даже если вы не будете использовать энергию Рейки многие годы, в любой момент, когда вы захотите, вы сможете воспользоваться ею.

Процесс настройки 2-й ступени приводит к «квантовому скачку» в вибрационном уровне, по крайней мере в четыре раза более мощному, чем на 1-й ступени.

На этой стадии также активизируются три символа, которым обучаются на 2-й ступени для использования при лечении на расстоянии.

2-я ступень уделяет большее внимание настройке эфирного тела по сравнению с физическим телом, которому уделяется основное внимание на 1-й ступени. Кроме того, сильное воздействие осуществляется на третий глаз или шестую чакру, которое часто повышает способность учеников к интуиции. Вскоре после настроек 2-й ступени, особенно в течение 21-дневного процесса очищения, уче-

ники часто ощущают значительное количество энергии в нижних чакрах, так как их жизненный и сексуальный центры подвергаются сильной стимуляции, которая усиливает то, что индусы называют энергией Кундалини. Я часто обучаю моих учеников технике преобразования части данной энергии в другую форму для использования при стимуляции интуитивных и духовных центров с целью достижения большего сознательного ощущения.

Настройка 3-й ступени используется для посвящения в ранг Мастера. Эта настройка вновь усиливает вибрационный уровень и активизирует символ Мастера так, что он может использоваться для помощи в самоусилении других людей. Это — важный момент, так как людям необходимо осознать, что это именно их выбор — получение настройки. Мастер Рейки не обладает властью хозяина над своими учениками. Мастер Рейки — просто человек, который возложил на себя большую ответственность за их жизнь, признавая и рассматривая себя Мастером по призванию. Как сотворец вместе с Абсолютом, он открыто принимает результаты вызванных им причин. Принимая на себя такую ответственность, Мастер Рейки получает энергию для использования особой «древней тибетской техники» с тем, чтобы затем помочь другим людям в дальнейшем обретении силы. Исключительность процесса настройки состоит в том, что он позволяет вам приобрести чувство вашей истинной сущности. Иногда в нашей жизни мы ощущаем нашу сущность, когда мы находимся в состоянии повышенного осознания. Рейки обеспечивает ускоренный прыжок к такому состоянию. В процессе ежедневной практики самолечения с помощью Рейки эта способность к повышенному осознанию возрастает. Когда вы решили завершить процесс настройки Рейки, вы можете ожидать усиления вашего сознательного внимания и наступления периода очищения для избавления от старых шаблонов. Когда вы начинаете процесс настройки, вы делаете позитивный шаг к признанию своего собственного мастерства.

## Глава 7 КУРС

### 1-Й СТУПЕНИ

Одним из вопросов, который задают ученики 1-й ступени, является вопрос о том, почему Рейки имеет различные ступени. Во времена Усуи ученики, странствуя с ним, постепенно «посвящались» на различных энергетических уровнях, пока сами не становились учителями. В настоящее время разделение настроек на ступени облегчает распределение различных стадий усиления энергии. Перед завершением последовательного процесса необходимо предоставить каждому ученику определенный период времени, достаточный для настройки на более высокий уровень вибраций и овладения методами использования этого конкретного уровня.

Во время курса 1-й ступени ученик получает постоянную настройку на энергию Рейки, которая происходит во время четырех инициаций (посвящений). Данные инициации способствуют регулированию уровня вибраций посвящаемого таким образом, что через его тело может проходить большее количество энергии. Регулировки происходят и на эфирном уровне.

Использование Рейки представляет собой несложный процесс. Обучение Рейки не происходит интеллектуально, поэтому даже дети могут освоить его в течение обычного двухдневного семинара.

На первую ступень обычно затрачивается 4 трехчасовых занятия. Вначале ученикам преподносится история создания Рейки, а также основные позиции руки для самолечения. Затем проводятся первые две настройки, и каждый ученик начинает самолечение. Именно в этот период люди начинают чувствовать различие в своем состоянии до настройки и после нее по увеличению эфирного тепла, покалыванию или пульсации в руках.

Второе занятие начинается с упражнений для развития кинестетической чувствительности, после чего показываются позиции наложения рук на других людей. Ученики после этого начинают ощущать различия в количестве энергии, поглощаемой каждым индивидуумом. Каждый ученик получает возможность испытать воздействие группы.

Третье занятие начинается с двух заключительных настроек 1-й ступени. Затем проходит обсуждение различных чувств и ощущений, которые у учеников были во время настроек. Я вновь рекомендую ученикам на этом этапе вести дневник в течение 21 дня (см. главу 5), так как полезно отмечать происходящие изменения с таким расчетом, чтобы можно было потом обратиться к ним с целью дальнейшего понимания, что процесс Рейки действительно способ-

ствуует очистке и лечению. Я также рекомендую ученикам каждый вечер перед сном начать проводить упражнение по восстановлению в памяти прошедших событий. Это так важно в современном мире, в котором каждый из нас должен брать на себя ответственность за более осознанное отношение ко всему происходящему.

Многие люди не осознают, что в действительности мы все находимся в своего рода гипнотическом состоянии или трансе в течение 24 часов в сутки. Сам по себе гипноз является только средством, способствующим фокусированию разума на одном объекте в какой-то определенный момент. На самом же деле, большинство людей испытывает физический эффект потери периферийного зрения, находясь под гипнозом. Люди становятся поистине односторонними. Большую часть нашего обычного времени бодрствования мы бываем «загипнотизированы» своими условиями жизни. Мы имеем более широкий взгляд в нормальной жизни, чем под гипнозом, но мы сфокусированы на старые модели поведения. Вот обычный пример: во время нашей повседневной работы мы знакомимся с индивидуальностью наших сотрудников и стремимся иметь стандартную тему для разговоров с каждым. Мы только вводим наш мозг в каждую ситуацию и разыгрываем вариант старого сценария, который оказался действенным ранее. Таким образом, большинство из нас большую часть времени в действительности не проживает жизнь, а реагирует на жизнь, принимая старые модели реакции. Когда Христос сказал, что нам следует «стать детьми», он имел в виду, что нам следует каждый день воспринимать жизнь свежим и новым взглядом. Нам следует каждый раз учиться относиться к жизни так, как она на самом деле происходит, не допуская ранее сложившихся представлений или старых моделей реакции, которые часто могут привести нас к неправильному пониманию истины во многих жизненных ситуациях при их разрешении. «Стать ребенком» — реальное требование к большинству взрослых людей. Требуется большое сознательное усилие и дисциплина, чтобы отказаться от наших старых моделей. Необходимо стремиться оценивать свои действия каждый раз и смотреть, что можно улучшить. Какие старые привычки необходимо изменить? В действительности вы можете обнаружить, что некоторые модели поведения хороши и очень позитивны, как, например, хорошие манеры. Чтобы сделать позитивные качества более эффективными, к ним следует добавить ваше сознательное отношение. Другими словами, когда вы говорите «привет» прохожему на улице, не бормочите по привычке. Смотрите человеку в глаза и вступайте с ним в контакт. Вы почувствуете жизнь намного глубже и сможете помочь другому ощутить то же чувство.

Когда вы идете в толпе по улице, мысленно посылайте импульсы любви окружающим вас людям, и обстановка станет совсем иной. Когда вы приложите сознательное усилие к «пробуждению», окружающие, чувствуя друг друга, будут стремиться подхватить его. Волна признательности потоком пройдет через вас, и по мере нахождения в состоянии сознательного отношения ко всему вам нужно будет прилагать все меньшее усилие к «пробуждению».

Для того, чтобы помочь поддержать себя в данном потоке, полезно проводить самооценку по вечерам. Мысленно проанализируйте

ваш день и вспомните, как вы реагировали на каждого человека и на каждую ситуацию. Что было подходящим и что можно было бы изменить? Что вы особенно четко вспоминаете? Вы обнаружите, что те впечатления и события, которые вы ясно вспоминаете, произошли в тот момент, когда у вас была вспышка сознательного отношения к окружающему. Данное упражнение по самооценке поможет вам сознательно относиться к своему поведению. Со временем вы начнете «следить за собой». Вы также начнете задумываться, прежде чем следовать старым привычкам в новой ситуации.

Во время проведения данного упражнения воспоминаний уместно проводить самолечение с помощью Рейки. Это поможет вам в дальнейшем избавиться от старых ненужных моделей поведения и поможет сбалансировать вашу умственную энергию. Кроме того, вы можете почувствовать в себе начало процесса освобождения от старых эмоций, так как многие модели поведения также имеют тенденцию соединяться с прежними эмоциональными реакциями.

На курсе 1-й ступени я также обсуждаю с учениками помощь людям, столкнувшимся с кризисом при лечении. В начале процесса лечения рекомендуется, по возможности, договориться с больным о проведении хотя бы трех сеансов лечения подряд в течение трех дней. Часто у энергии бывает «период отставания», исчисляемый примерно тремя днями, за которые она должна перейти из физического тела в эфирное тело и обратно. Наилучший результат дает последовательное лечение в течение данного периода времени. Поэтому если вы работаете с больным, имеющим острое заболевание, у него может усиливаться боль в течение первых двух или трех дней лечения из-за усиления целебной энергии. Обычно на третий день боль быстро проходит. Поэтому иногда желательно предупредить больного, что вначале болезнь может усиливаться, но затем она пойдет на убыль.

Когда вы работаете с больным, имеющим хроническое заболевание или длительную болезнь (такую, как артрит), вы увидите, что Рейки обычно приносит немедленное облегчение. Когда лечение хронической болезни продолжается, больной обычно чувствует стабильное улучшение в течение довольно определенного времени. В таких случаях, если целительский кризис наступает, то он может произойти через несколько недель. Это связано с тем, что токсины, в первую очередь являющиеся причиной болезни, медленно выводятся из организма, пока остается хоть один «опорный пункт». По всей вероятности, последние токсины или следы болезни тяжелее всего удалить из тела. Иногда, когда больной подойдет к этой стадии (называемой физической химизацией), он ощутит симптомы болезни сильнее, чем прежде. Именно в это время вы должны убедить больного, что симптомы являются хорошим признаком окончательного выведения токсинов. В это время должно проводиться дополнительное лечение с целью ускорения удаления токсинов. Я рекомендую не предупреждать хронических больных о симптомах целительского кризиса, так как этим вы можете искусственно вызвать реакцию, которой могло бы не быть. Однако если реакция все

же произойдет, вы уже предупредили больного о ее вероятности и можете убедить его, что это самая нормальная реакция, и помочь ему преодолеть страх.

Вернемся к острым заболеваниям. Полезно предупредить больного с острым заболеванием, что он может ощущать физическую химизацию или испытывать ощущения, которые вызываются быстрой физической реакцией на болезнь, и это очень часто бывает.

При любых серьезных кризисах во время острых заболеваний больному следует рекомендовать показаться квалифицированному врачу. Ваше лечение затем поможет ускорить целительство, так как больной берет только энергию, необходимую для содействия быстрому выздоровлению. При хроническом заболевании больной, в большинстве случаев, должен был заранее посетить врача. Ваше лечение поможет вывести токсины, накопившиеся в организме за продолжительное время.

Не существует определенного графика избавления от острых и хронических заболеваний с помощью Рейки. Каждый человек реагирует на лечение по-своему. На самом деле каждый исцеляет сам себя. Рейки действует только как трубопровод, через который больные берут энергию, в которой они нуждаются для создания баланса на всех уровнях своего существования. Неуместно было бы заранее определять результаты лечения или выносить суждения, поскольку каждый человек берет необходимое для него количество энергии, а результаты лечения не всегда ясно видимы. Мы постоянно должны помнить, что если человек заболел, в этом есть свои положительные стороны, а также больной может быть не) готов к исцелению на физическом уровне.

На четвертом занятии курса 1-й ступени каждый ученик в течение целого часа работает методом Рейки с партнером. Работа по всему телу помогает ученику научиться оценивать количество тепла, которое берется в различных местах тела. Каждый человек обладает разными потребностями и берет, соответственно, различное количество энергии в различных местах. Затем ученики учатся уделять больше внимания тем местам тела, которые берут больше энергии.

Для завершения курса мы вновь занимаемся работой с помощью Рейки в составе группы, пока каждый ученик не побывает пациентом. После этого — последние вопросы и ответы. Затем вручаются дипломы об окончании курса 1-й ступени и ученикам рекомендуется продолжать собираться группой и проводить работу с партнером с помощью Рейки.

Каждый семинар, который я вела, давал удивительный опыт, так как каждый человек уникален и несет в группу свою уникальную энергию. Во время прохождения курса 1-й ступени наблюдался такой большой личный рост и возникал такой дух группового товарищества, что часто было трудно закончить курс к концу недели.

Ускорение, полученное на семинаре вместе с усилением энергии, действительно помогает нам пробудить трепетное прикосновение к тому, кем мы являемся на самом деле.

Когда для вас наступит время пройти семинар 1-й ступени, вы сами это почувствуете.

## Глава 8 21-ДНЕВНЫЙ ПРОЦЕСС

### ОЧИЩЕНИЯ

После процесса настройки на каждой из трех ступеней ученик проходит 21-дневный процесс очищения. В связи с повышением частоты вибрации физического и эфирного тел старая плотная негативная энергия выносится «на поверхность» и уходит. Как мы знаем из физики, твердого тела реально не существует. Все состоит из энергии и, таким образом, все находится в состоянии вибрации. Даже скалы и минералы состоят из энергии, они просто имеют низкую частоту вибрации. Обычно негативные блоки и эмоциональные структуры, которые накапливаются в нашем физическом и эфирном телах, имеют более низкую частоту вибраций, чем мысленные волны или места сосредоточения энергии, которые мы создаем, когда думаем с любовью или о чем-либо положительном. Таким образом, когда мы увеличиваем частоту вибраций путем упорного изучения любой духовной дисциплины, которую мы избрали, мы вступаем на путь знания и начинаем замечать, насколько легче поддерживать позитивный поток благодаря эффекту «снежного кома».

Когда мы получаем серию настроек Рейки, резкое усиление частоты вибраций срабатывает как спусковой механизм для ускоренного размягчения негативной, плотной энергии в нашей системе, которая не может вступать в резонанс с более тонкими вибрациями, создаваемыми настройками. Так как частота вибрации изменилась очень быстро, происходит реакция, которая позволяет освободиться от старых накопленных эмоций и информации, что способствует дальнейшему росту. Хотя изменение и происходит быстро, оно требует определенного времени для регулировки, чтобы стать эффективным. Необходимо около трех дней, чтобы энергия прошла через каждую из семи основных чакр. Хотя открытие канала Рейки происходит между сердечным центром и центром макушки головы, центры нижней части тела важны в такой же степени и соответственно подстраиваются по частоте вибраций.

В своей жизни вы можете заметить некоторые типичные внешние признаки результатов процесса очистки, включая различные сны, «странные ощущения», эмоциональные изменения, физические изменения, такие, как вывод токсинов, перемены старых привычек и пищевых пристрастий. Это только небольшая часть возможных симптомов изменений, которые происходят на различных уровнях физического и эфирного тел. Некоторые реакции могут вначале

показаться неприятными по мере ухода негативной энергии. Однако если вы скажете «да» этим реакциям, примете их, не придавая им большого значения, они пройдут сами по себе.

Я часто рекомендую моим ученикам вести дневник во время вышеуказанного процесса, чтобы отмечать происходящие изменения. Кроме того, полезно предложить себе: «Первое, что я сделаю утром, — вспомню свои сны». Затем положите ваш дневник около кровати, чтобы он был под рукой, когда вы проснетесь. Вы обнаружите, что если вы будете следовать данному совету, через неделю ваша память сильно улучшится. Сны — замечательный инструмент, помогающий вашей настройке с помощью подсознания. Хотя сначала сны могут казаться бессмысленными и неясными, при настойчивости начнут проявляться закономерности. Хорошо также в этот период развить привычку дать себе Рейки перед сном и после пробуждения (после записи снов). Если вы продолжите давать себе Рейки и после окончания начальной очистки, вы будете способствовать продолжению процесса вашего роста и дальнейшему очищению вашей энергии. Когда вы отпустите старые нежелательные чувства и концепции, вы начнете ощущать, как чувство благодарности естественно течет по вашей жизни, а это, в свою очередь, сильнее наполнит все ее сферы.

## Глава 9 СЕМИНАР 2-Й

### СТУПЕНИ

Семинар 2-й ступени дает возможность настроиться на более высокие уровни энергии Рейки. Инициации (посвящения) 2-й ступени также настраивают ученика на энергию знаков или символов, которые используются на данном уровне для лечения на расстоянии и большей силы ментального и эмоционального лечения. Так как 2-я ступень активизирует другой уровень энергии (усиливает вибрационный уровень как в физическом, так и в эфирном телах), вы должны вновь пройти 21-дневный период очищения, аналогичный такому же периоду 1-й ступени, во время которого ваше тело и различные энергетические центры настраиваются на более тонкий уровень вибраций. На этом уровне также преподносится дополнительная методика для вашего собственного роста и дальнейшего развития.

Настройки 1-й ступени направлены на повышение энергии физического тела с таким расчетом, чтобы оно могло более интенсивно пропускать целебную энергию, в то время как настройки 2-й ступени воздействуют непосредственно на эфирное (биоплазменное) тело и направлены на стимулирование развития интуитивного центра, который расположен в гипофизе. Герметическая наука считает, что гипофиз является аппаратом телепатии человеческого тела. Индусы называют его Глазом Шивы, а на Западе он известен как Третий глаз. Гипофиз — очень нежен и чувствителен и работает как приемник и передатчик ментальных вибраций. После получения настроек 2-й ступени кажется, что обычные сферические волны мыслей, которые исходят из данного центра и обычно легко рассеиваются, усиливаются и становятся более легко фокусируемыми как при передаче, так и при приеме. Таким образом, иногда ученикам 2-й ступени легче получить информацию на интуитивном уровне.

Развитие интуиции является жизненно необходимым в наш век, так как она служит выразителем наших Высших «Я». Прислушиваясь к голосу нашего Высшего «Я», мы поймем, что находимся на правильном жизненном пути и в гармонии с окружающими нас людьми. Жизнь затем приобретает приятный ритм и вся наша деятельность синхронизируется. Высшее «Я» на самом деле знает все, так как оно не ограничено временем и пространством и не нуждается в «помощи» причин или логических обоснований для своей деятельности. Интуиция знает, так как она одновременно охватывает причину и следствие, прошлое, настоящее и будущее.

Если мы выберем для себя следовать интуиции, то обнаружим, что придем к положительным результатам, даже если нам иногда кажется, что это противоречит выводам нашего разума.

Для дальнейшего развития интуиции мы должны усвоить различие между голосом желаний, посланным в наш разум массовым сознанием, и тем, что послано нашим Высшим «Я». Существует один простой способ различить эти голоса — это разобраться в различных чувствах, возникающих от неуместных желаний и в голосе «Я». Когда в нас говорит голос интуиции, возникает ощущение мира и гармонии даже в ситуации, кажущейся дисгармоничной, в то время как неуместные желания приводят к ощущению неустойчивости. Таким образом, лучше прислушиваться к голосу мира и мудрости, которые приносят чувство гармонии, а не обращать внимание на голос неуместных желаний, которые приводят только к крайней неудовлетворенности. Чем больше мы прислушиваемся к нашей интуиции, тем больше она развивается. Со временем становится легче следовать голосу Высшего «Я» и повышать свою уверенность и мудрость. 2-я ступень дает мощный толчок к развитию 6-го чувства, а продолжающаяся работа над собой с использованием ключей Рейки помогает поднять интуицию на еще более высокий уровень.

Вовремя курса 2-й ступени вы обучаетесь трем символам, которые помогают сфокусировать ваш разум таким образом, что он может "посылать энергию Рейки за пределы времени и пространства. Данные символы раскрепощают силу Рейки для тех, кто прошел инициации (посвящения) 2-й ступени. Символы служат только точками фокусировки разума ученика для того, чтобы энергия Рейки могла распространяться на большие расстояния и усиливаться для ментально-эмоционального лечения. Основой символов являются древние законы Вселенной, касающиеся передачи энергии путем использования разума. Так как большинство мыслей излучается аналогично лучам света, выходящим из центральной точки, они склонны терять большую часть своей первоначальной силы по мере удаления от центра, как волны, возникающие от брошенного в спокойный пруд камня. В противоположность этому для посылки мысли на большое расстояние ее нужно сконцентрировать и сделать направленной в одну точку. Символы Рейки были тем самым ответом доктору Усуи, они сразу же позволяют ученику 2-й ступени «посылать» энергию Рейки через время и пространство. Было бы неправильным говорить, что энергия посылается целителем: она берется больным. С помощью знаков ученик Рейки действительно создает «мост» между собой и больным с таким расчетом, что больной может брать нужное количество энергии.

Семинар 2-й ступени обычно проводится в конце недели в течение трех вечеров.

В первый вечер даются знаки и большая часть информации вместе с посвящениями.

Во второй вечер большая часть времени посвящается освоению использования символов и специальной методике, которая помогает ментальному лечению.

Третий вечер в основном посвящается лечению на расстоянии.

Обсуждаются различные возможности использования символов и даются рекомендации по дальнейшей возможности их использования.

Ментальная эмоциональная методика лечения помогает освободиться от негативных установок прошлого. Часто в жизни мы реагируем на определенные обстоятельства негативным образом. Когда возникают аналогичные обстоятельства, вместо подхода к ним с открытым разумом мы обычно реагируем на них по установившемуся «шаблону», даже если подобная реакция неприемлема. «Негативный» опыт сам по себе также склонен программировать нас на подсознательном уровне. Иногда мы ловим себя на том, что мы реагируем на ситуации, не думая о том, что из этого выйдет. Один из знаков Рейки при правильном его использовании помогает освободиться от подобных старых стандартных реакций.

В основном физическая болезнь связана с нарушением синхронизации разума с духом. Взгляд на причины определенных болезней можно найти в книге Луизы Хэй «Лечение вашего тела» и в главе 16 данной книги, описывающей, как различные части тела являются убежищем для определенных типов эмоций и таким образом приводят к соответствующим болезням. Вся эта информация может быть использована с методикой ментального лечения. Это хорошо помогает целителю, принимающему энергию Рейки, войти в более тесный контакт со своим Высшим «Я». Ученик 2-й ступени может также использовать данную методику на себе, что поможет ему развить\* более ясные интуитивные способности, так как старые шаблоны будут отброшены.

В результате прохождения семинара 2-й ступени Рейки происходит большой рост. Ученик должен подготовиться к изменениям на нескольких различных уровнях. Происходящие изменения дают ученику больше силы. С большей лечебной силой приходит большая ответственность. 2-я ступень дает возможность сознательно выйти на более высокий уровень. Прохождение 2-й ступени направлено на дальнейшее «пробуждение» Высшего «Я». Истинное пробуждение голоса интуиции приведет к большему ощущению цельности, мира и гармонии.

## Глава 10

### ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ВМЕСТЕ С РЕЙКИ

Следующие средства прямо не связаны с Рейки. Многие ученики после окончания курса 2-й ступени получают очень ясную интуитивную информацию, направляющую их во время процесса лечения. Госпожа Таката добавила ряд методов к своей работе с Рейки, которые были переданы доктором Усуи. Каждый из нас имеет свой собственный талант, поэтому вполне допустимо экспериментировать и даже расширять свой собственный набор лечебных методов. Так как лечение с помощью Рейки не требует постоянной концентрации внимания на установлении канала энергии от источника — к больному, у целителя остается возможность для наблюдения и концентрации своего мыслительного процесса на других вещах. Хотя Рейки — это законченный и самодостаточный метод лечения, вы можете исследовать применение каких-либо из следующих методов Для сочетания с лечением Рейки.

#### а) снятие энергетических блоков

Иногда во время лечения вы можете заметить, что определенные участки тела больного вроде бы берут очень мало или совсем не берут энергии и даже кажутся холодными при прикосновении. Когда вы твердо убедитесь, что вы чувствуете энергетический блок и что через ваши руки проходит достаточно энергии, чтобы быть горячими по сравнению с температурой тела пациента, вы можете избрать в данном случае следующую методику: после того как вы положили руки на очень холодный участок тела больного на 5-10 мин. и не почувствовали никакого интенсивного отбора энергии, вы можете интуитивно почувствовать, что здесь находится энергетический блок. Для того, чтобы удалить энергетический блок, вы можете подцепить энергию в виде плотного спрессованного шара на поверхности кожи, захватить шар левой рукой и поднять его, удалив из тела больного. Затем, подняв правую руку к левой, используя ее для окружения левой руки белым светом, позволить шару энергии уйти. После этого, когда вы возвратите ваши руки к телу больного, вы почувствуете определенное усиление потока энергии, так как больной теперь свободнее берет и принимает больше энергии Рейки.

Я хотела бы отметить, что эту операцию можно провести и мысленно. Другими словами, иногда из-за личности или системы взглядов пациента ему такая процедура может показаться чем-то вроде «Мумбо-Юмбо». С другой стороны, будут такие, у которых

лечение пойдет лучше, когда они будут видеть, как вы «вынимаете» энергию, — это послужит им подтверждением, что удаляется что-то вредное.

Как утверждал Альберт Швейцер:

«Жолдун» добивается успеха по той же причине, что и все доктора, так как каждый пациент имеет внутри себя своего собственного врача. Врачи приходят к нам, не зная истины. Лучше всего, если мы дадим шанс начать работать врачу, который скрыт в каждом пациенте».

Таким образом, задача первая целителя заключается в том, чтобы дать толчок системе веры пациента.

Проводя исследования в области парапсихологических лечебных методов, я открыла вышеуказанную технику снятия энергетических блоков во время работы с мексиканским духовным целителем. Я тогда же наблюдала, что на подсознательном уровне люди знают о своих энергетических блоках. Иногда намеренная драматизация реального снятия энергетических блоков помогает убедить сознательный разум пациента, что изменения произошли, и это ускоряет процесс лечения. Часто человек испытывает движение энергии в теле или тепло во время процедуры лечения. Само по себе, Рейки — очень мощное средство и со временем постепенно рассосет большинство энергетических блоков. Однако использование сознательного процесса, описанного выше, помогает удалить блоки быстрее.

Са(ми) энергетические блоки возникают различными путями. Большой частью они являются следствием накопившихся внутри эмоций, которые не могли найти выхода и проявиться открыто. В главе 16 анализируются различные причины эмоциональных блоков и, в частности, тех типов эмоций, которые накапливаются в определенных участках тела. Другой причиной энергетических блоков являются негативные мысли, когда они овладевают умом человека и обретают свою собственную энергетическую или жизненную силу. Негативные мысли могут в конце концов внедриться в тело в большом количестве. Сторонники теософии называют такие мыслеформы, которые обретают свою собственную жизнь, элементалами.

Средний человек не осознает, что наши мысли обладают очень мощной силой. Все наши мысли накапливаются в эфирном или энергетическом теле Земли. Вот почему нам так важно стать сознательными и внимательными индивидуумами. Мысли, которые не задерживаются в нас, обычно не обретают своей собственной силы и вскоре рассеиваются. Однако, если в течение определенного времени умом человека владеет негативная идея, сила таких мыслей создает реальные «сущности», называемые элементалами, которые в свою очередь поддерживают данные мысли. Семейные ссоры и национальная вражда — яркие примеры жизненной силы элементалов.

С другой стороны, позитивные мысли, возникающие вновь и вновь, также обретают свою жизненную силу и закрепляются. Очень важно осознать данное явление, так как в настоящее время благодаря мощной энергии любви, устремляющейся на Землю для помощи и целения, многие испытывают сильное ощущение

пробуждения, и это воздействует на их интуитивные способности. Некоторые даже обретают способность видеть элементарные и, поскольку в нашей культуре нет общепринятых объяснений таких явлений, начинают думать, что они теряют рассудок. В некоторых странах как, например, Бразилия и Англия, где, к счастью, больше обращают внимания на такие феномены, насчитывается множество различных организаций, занимающихся такими вопросами и ведущих обучение в этом направлении. Это довольно важно, так как надо отметить, что многие люди, которые обладают даром «видения сущностей» и которых называют шизофрениками, являются только необразованными медиумами.

В большинстве кругов западного общества очень боятся парапсихических способностей. Это большей частью связано с судилищами над колдунами в течение многих столетий, во время которых были замучены и сожжены миллионы людей. Это привело к утрате интуитивной способности и к развитию логики и рационализма, которые достигли своих высот во времена Декарта. В нашем мире рационализм и логика привели к доминированию рационального мышления, однако вполне очевидно, что рациональное мышление не решает все наши проблемы. Сегодня мы видим, как интеллект и интуиция начинают использоваться вместе, как интеллект начинает занимать свое надлежащее место позади интуиции и возвращается на свое истинное место, как инструмент разума. В мире бизнеса наиболее преуспевающий бизнесмен тот, кто руководствуется своей интуицией, а не рационализмом и логикой. Когда у нас начинает развиваться интуиция, к нам возвращаются очень древние и нормальные человеческие психические способности. Все мы от природы наделены телепатией. Ясно, что даже животные обладают такими способностями. Они мыслят образами, как подтверждается некоторыми экстрасенсами, «просматривающими» сознание больных животных при оказании помощи ветеринарам в диагностике болезней животных. Если животные обладают такими способностями, почему их не может быть у людей? Все большее число моих слушателей получает развитие своих интуитивных способностей, особенно после прохождения курса 2-й ступени Рейки. Люди должны осознать, что эти способности от Бога.

Когда люди ощущают психические способности в негативной форме, им необходимо обратиться внутрь и поискать причину. Если их атакуют «чудовища», это обычно результат собственных негативных элементаров или мыслеформ. От них можно избавиться, представляя зрительно, как они исчезают, чтобы преобразовать их энергию. В действительности зла не существует, есть только невежество. Такие явления, как «одержимость», могут происходить только тогда, когда человек на подсознательном уровне верит, что кто-то имеет власть над ним. Любой, кто пытается овладеть кем-то, поступает так по невежеству, поскольку причина возвратит следствие ему назад. Столетиями мы отдавали власть и силу правительствам и религиям. Именно эти институты реально владеют нами.

Сейчас настало время вернуть ответственность туда, где она находится в действительности, т. е. в нас самих. Мы должны начать выбирать правительства и религии сознательно, а не слепо следовать

примеру наших родителей — как они сами, в свою очередь, следовали примеру своих родителей. Следование примеру сохраняет те же эмоциональные блоки и отрицание жизни в каждом поколении. Мы должны разорвать цепи незнания и массового гипноза путем устранения блоков в нашем теле, которые образовались в результате отрицания того, чем мы являемся в действительности, т. е. со-творцами Вселенской жизненной сущности. В действительности мы являемся существами света и чем больше мы осознаем это, тем выше наша коллективная вибрация. Все это развивается вокруг истинного сознательного понимания, кто мы есть на самом деле.

Рейки может способствовать данному процессу, возвращая энергию и гармонию в те зоны тела, которые долгое время были лишены питающей и целительной жизненной энергии. Потратьте время и прислушайтесь к своему телу, ощутите заблокированные места. Ежедневное самолечение, особенно с использованием техники ментального лечения по 2-й ступени, поможет вам избавиться от отживших прежних моделей поведения. В дополнение к интересным образам вы можете испытать появление длительное время сдерживаемых эмоций. Когда вы почувствуете причину блока или негатива, используя знание участка тела, откуда они исходят (см. гл. 16), вы сможете сформулировать решение для окончательного искоренения любых негативных мыслеформ. Книга Луизы Хэй «Лечение вашего тела» представляет собой отличный набор аффирмаций для решения индивидуальных медицинских проблем. Книга «Рейки — жизненная энергия Вселенной» Бодо Багански и Шалилы Шарамон имеет отличный раздел, посвященный эзотерической причине физической болезни. Используя данные средства и свои собственные интуитивные способности, вы сможете начать создавать подходящую программу самолечения.

#### б) использование цвета и звука

Существует много книг, рассматривающих сильное оздоровительное воздействие цвета. Доктор Джойс Нельсон из Сан-Диего (штат Калифорния) провела программу, где изучала воздействие различных цветов на людей, которые смотрели на цветные огни. Во время эксперимента контроль испытуемых осуществлялся с помощью полиграфа, также проверялась электрическая реакция кожи. Когда испытуемые смотрели на фиолетовый цвет, у некоторых из них падала частота пульса. С другой стороны, мужчины более подвержены повышению частоты пульса при взгляде на красный цвет, чем женщины. Во время исследований, доктор Нельсон открыла много лечебных свойств цвета. Она использовала эту информацию в сочетании со своим знанием кристаллов для обучения слушателей натуральному целительству. Доктор Бара Фишер из Санта-Фе, Нью-Мексико, проводит семинары по обучению методу Дариуса Диншаха по лечению с помощью различных цветов. В зависимости от симптомов используется воздействие на пациента одним из 12 различных оттенков цвета.

Следующая таблица иллюстрирует качества каждого цвета и их воздействие на человека:

Красный: Возбуждает нервную систему и стимулирует чувства. Активизирует работу системы кровообращения. Помогает при лечении инфекционных заболеваний, последствий рентгеновского облучения и ультрафиолетовых ожогов.

Оранжевый: Способствует укреплению легких и бронхов. Стимулирует работу щитовидной железы и желудка. Снимает спазмы и судороги, способствует росту костей.

Желтый: Стимулирует работу лимфатической системы, двигательных и чувствительных нервов, пищеварение и усиливает производство гормонов.

Лимонный: Питает тело и мозг, способствует очищению легких, стимулирует восстановительные процессы во всем теле.

Зеленый: Балансирует физическое тело и мозг, стимулирует работу гипофиза, действует как бактерицидное средство.

Бирюзовый: Оказывает лечебное воздействие на острые заболевания и обожженную кожу.

Голубой: Оказывает успокаивающее действие, снижает лихорадку, снимает раздражение, зуд, возбудимость. Стимулирует работу шишковидной железы.

Синий: Оказывает успокаивающее действие. Стимулирует работу паразитовидных желез, способствует рассасыванию нарывов и опухолей. Успокаивает эмоции.

Фиолетовый: Активизирует работу селезенки и белые кровяные тельца, способствует снижению лихорадки и расслабляет мышцы.

Светло-фиолетовый: Снижает температуру тела, сердцебиение и кровяное давление до нормального. Действует как почечный депрессант и сдерживает кровоизлияния легких.

Фуксин: (красная анилиновая краска): Уравновешивает эмоции, выравнивает давление до нормального. Стимулирует работу почек и надпочечников.

Багряный (алый): Стимулирует работу надпочечников и почек, повышает эмоции и деятельность половых органов, повышает кровяное давление.

Я советую моим слушателям использовать цвета не только при лечении, но и в повседневной одежде. Иногда во время занятий по Рейки — Ребефингу (см. гл. 11) я советую изучающим Рейки носить одежду того цвета, который соответствует чакре, или энергетическому центру, эмоциональная разгрузка которого необходима. Кроме того, я установила, что учебные кассеты по работе с цветом Джона Монро хорошо способствуют эмоциональной разгрузке. Джон записал 12 звуков или тонов, которые соответствуют 12 цветам по шкале вибраций цвета Дариуса Диншаха. Вибрации цвета реально соответствуют различным вибрациям определенных музыкальных нот. Воспроизведение тона, соответствующего цвету чакры эмоционально заблокированного участка тела, помогает в дальнейшем лечении, во время работы по снятию блоков.

#### **в) кристаллы**

Кристалл кварца приобрел популярность в последнее время как средство, помогающее усилить и направить естественную энергию

целителя. Вместе с квантовым скачком в сознание человека возвращаются из забвения некоторые методы, которые считают методами работы с кристаллами древних Атлантов. В дополнение к исследованию методов лечения кристаллами, которые используются многими людьми, традиционная наука также открыла мощные свойства кристаллических структур. В последние годы наука начала использовать технологию кристаллов для получения энергии от солнца, связи и хранения информации. Пьезоэлектрический эффект, т. е. явление получения электрического напряжения происходит, когда кристаллы подвергаются воздействию давления, является одним из свойств, которое сейчас используется. Другими словами, механически сжатый кристалл начинает испускать электроны. И наоборот, подключение к кристаллу электрического тока вызывает механическое движение. Стабильность частоты колебаний исключительно точна и позволяет использовать кристаллы кварца для измерения времени.

Кристаллы встречаются в природе во многих районах нашей планеты, а в последние годы разработана научная технология выращивания искусственных кристаллов. Кристалл — это имеющий геометрическую форму застывший минерал, сахар или любое вещество, молекулы или атомы которого упорядочены по повторяющимся образам, образуя симметричную по внешнему виду форму. Устойчивый геометрический и математический порядок, который кристаллы повторяют с исключительной точностью, также является причиной их использования в программирующих устройствах. Их способность образовывать и сохранять специфическую энергетическую матрицу и передавать информацию с одного тонкого уровня или плана на другой план существования — еще один ключ к их использованию в лечебных целях.

В главе 4 рассматривается взаимосвязь систем организма и крайняя многообразность проявлений энергии Рейки, которая позволяет ей проникать в различные системы. Если энергия Рейки проникает одновременно как в физические и эфирные тела, так и на ментальный уровень, где заложена причина болезни, то кристаллы воздействуют главным образом на тонкие энергетические тела. Как упоминалось ранее, разрушительное действие прежних моделей поведения в эфирном теле может часто наблюдаться ясновидцами и регистрироваться чувствительными приборами, прежде чем они проявятся на физическом уровне в виде болезни. Кристаллы усиливают и фокусируют энергию непосредственно в зонах блокад эфирной системы. Если болезнь уже проявилась в физическом теле, позитивные изменения, к которым привели кристаллы на эфирном уровне, в конце концов также окажут корректирующее воздействие и на физическом уровне.

Таким образом, кристаллы оказывают большую помощь в снятии энергетических блоков и негативных мыслеформ на тонком энергетическом уровне, однако они не обязательно смогут убрать долговременные, глубоко укоренившиеся ментальные и эмоциональные шаблоны поведения, которые располагаются на причинном уровне болезни. Из этого видно, что кристаллы дают нам мощное средство

для усиления и направления целебной энергии, но они не могут предохранить больного от воссоздания негативных мыслеформ, которые приводят к болезни в первую очередь.

Напротив, Рейки является мощным методом воздействия на болезнь на причинном уровне. Существует также много направлений по использованию кристаллов в комплексе с Рейки для того, чтобы способствовать дальнейшему выздоровлению. Если 2-я ступень дает полную систему лечения на расстоянии, то на 1-й ступени целители могут использовать кристаллы совместно с энергией Рейки, держа их между ладонями рук и заряжая их энергией Рейки. Вы можете затем передать кристаллы людям, нуждающимся в лечении, и они смогут лечить себя этими кристаллами или носить их на теле. Кристаллы могут быть заряжены оздоровительными мыслеформами, которые целитель посылает на расстояние, держа кристалл в руках и мысленно представляя себе, как пациент берет энергию.

Так как кристаллы работают на уровне электромагнитных частот (тонкие энергетические уровни) мысленно направленная энергия целителя усиливается и одновременно передается на расстоянии больному. На 2-й ступени можно провести дальнейшее использование кристаллов при помощи особой ментальной техники лечения для дальнейшего усиления энергии, необходимой для изменений на причинном уровне. Подобный процесс, используемый на 2-й ступени, способствует дальнейшей активации кристалла для работы на более высоких уровнях частот вибраций. Рэндел и Вики Баэр, авторы нескольких книг по технологии кристаллов, указывают на явную разницу между зарядкой и активацией кристаллов.

Зарядка кристалла представляет собой повышение вибрационного заряда кристалла, в то время как активация кристалла усиливает в целом его способность заряжаться. Мой собственный опыт показывает, что Рейки 1-й ступени заряжает кристалл, а Рейки 2-й ступени активирует кристалл, усиливая его общую способность заряжаться.

Еще один интересный фактор, который помогает объяснить удивительный резонанс между живыми существами и кристаллами кварца, заключается в том, что человеческие существа являются живыми кристаллами. Биологическая наука начинает осознавать, что некоторые вещества и мембраны в человеческом теле функционируют как жидкие кристаллы. Марсель Фогель, хорошо известный исследователь, обнаружил, что путем очень тонкой обработки кристалла кварца можно точно настроить его на частоту вибраций воды. Так как тело человека состоит в основном из воды, не удивительно, что мы так хорошо резонируем с кристаллами кварца, когда их используют для лечебных целей.

В августе 1988 года я имела удовольствие встретиться с доктором Игорем Смирновым и его женой Ириной, двумя исследователями, которые недавно эмигрировали из Советского Союза. Оба занимались вопросами родов в воде. Доктор Смирнов изобрел особый прибор> использующий кристаллы, для программирования воды, в которую женщина рождает, звуками, которые издают дельфины и киты. Сразу после рождения дети плавали по специальной программе и похоже, что их интуитивные способности развивались до

высокого уровня. Через несколько недель дети могли спокойно спать, держась на боку на поверхности воды. Буквально через шесть недель после рождения дети могли стоять и во время экспериментов, плавая в стеклянном бассейне в абсолютной темноте, находить своих матерей на другом его конце. Феноменальные способности и чувствительность, которые проявляли дети, говорят о некоторых важных звеньях между программирующими возможностями кристаллов, воды и человеческих существ. Последующая информация является очень коротким руководством, которое поможет вам понять основы использования кристаллов. Для более глубокой информации см. библиографию.

### Выбор кристалла

Главной задачей при выборе кристалла является найти кристалл, который вступает в резонанс с вашим энергетическим полем. Также как и люди имеют различные энергетические структуры, так и кристаллы также имеют свои собственные, присущие только им вибрации. Цвет, размер, форма и тип являются важными факторами при выборе кристалла в соответствии с его предполагаемым использованием. Наилучшим средством является ваша интуиция и ваша собственная чувствительность к тонкому энергетическому полю, которое излучает кристалл. Доктор Джойс Нельсон, автор книги «Метафизические свойства цвета кристаллов» и специалист по лечению цветом и драгоценными камнями, рекомендует следующее упражнение для развития чувствительности к тонким энергиям:

- 1) *Тщательно потрите ладони друг друга в течение минуты.*
- 2) *Поверните ладони друг к другу. Вначале медленно разводите руки в стороны, пока они не будут находиться в 15 см друг от друга, а затем медленно сближайте ладони, пока они почти не соприкоснутся.*

Проделывайте это, пока вы не почувствуете в ваших руках покалывание, тепловые изменения или любое другое изменение тонкой энергии. Когда вы развили такую чувствительность, попробуйте водить рукой над несколькими кристаллами, пытаясь почувствовать такую же энергию.

### Очищение кристаллов

После приобретения кристалла необходимо очистить его, так как кристалл кварца имеет особенность поглощать любые вибрации, имеющиеся вблизи него. Кристаллам свойственно поглощать и накапливать энергию и мыслеформы людей, которые держат их или были с ними в тесном контакте. Кристаллы, которые носят на себе или которыми пользуются ежедневно, нужно регулярно, по крайней мере один раз в неделю, очищать. Те же кристаллы, которые лежат в спокойном месте и гармоничной обстановке, требуют очистки хоть изредка, но периодически.

Существуют различные методы очистки кристаллов: помещение кристаллов в соленую воду по крайней мере на 24 часа, помещение

кристаллов в сухую морскую соль, как минимум, на 24 часа, очищение кристаллов под струей проточной воды, а также дуть на каждую из граней, визуализируя, как она становится прозрачной.

### **Зарядка кристаллов**

Для обновления вибрационного заряда кристалла можно использовать несколько методов. Вы можете на несколько часов поместить кристалл в центр сетки из кристаллов или под пирамиду.

Одним из методов зарядки кристалла является погружение его в цветные растворы или направление на него цветного света, имеющего необходимую частоту вибрации.

Кристалл можно также зарядить, оставив его на время в точке с высокой земной энергетикой.

И, наконец, Рейки является мощным средством для зарядки кристаллов. Зарядка кристаллов может проводиться человеком, владеющим энергией Рейки. Кристалл помещается между ладоней с намерением зарядить его, а затем заряжающий сосредоточивается на цели, с которой будет использоваться кристалл.

### **Активизация кристалла**

Активизация кристалла заключается в увеличении его общей энергетической возможности для накопления большого заряда. Рэнделл и Вики Баэр в своей книге «Связь с кристаллом» рекомендуют для активизации подвергать кристаллы воздействию высоких и низких температур. Однако температурные изменения должны быть постепенными, чтобы не допустить растрескивания кристаллов. Кристаллы активируются в грозу, молнии, а также с помощью электрических генераторов и еще более сложного расположения сетки кристаллов.

Лица, прошедшие курс 2-й ступени Рейки, также могут воздействовать на кристаллы для повышения их потенциала.

### **Программирование кристаллов**

Подобно тому, как современная наука использует технологии, связанные с кристаллами для накопления данных в компьютере, так и индивидуум может научиться программировать кристаллы кварца для различных целей. Программирование является процессом хранения особой энергии и мыслеформ в кристалле.

Следующие два примера программирования кристаллов взяты из книги доктора Джойса Нельсона «Метафизические свойства цвета кристаллов».

### **Целительство**

Ваш кристалл может быть запрограммирован на определенные болезни. Мысленно представьте себе улучшение состояния здоровья больного (или любой другой проблемы), почувствуйте, как лечебная энергия входит в кристалл, и мысленно представьте себе, что болезнь полностью излечена. Представьте все это как можно подробнее.

После процесса программирования вы можете провести лечебный сеанс, держа кристалл над телом больного и направляя энергию в желаемую точку с помощью сознания. Мысленно представьте себе, что энергия поступает от вас через кристалл в тело больного.

Вы можете передать кристалл больному для самолечения. После нескольких сеансов лечения кристалл необходимо очистить и вновь запрограммировать.

### **Программирование цвета**

Каждый цвет имеет определенное вибрационное качество, которое может быть использовано с различными целями. Цвет может быть использован для того, чтобы вызвать изменения в особенностях личности, эмоциях, состояниях сознания и физических расстройствах. Цвет для желаемых изменений программируется в кристалле и используется, как указано выше. Использование цвета изложено в книге доктора Джойса Нельсона «Метафизические свойства цвета кристаллов».

Кристалл может быть помещен за цветным фильтром на свету (солнце, лампа и т. п.) для усиления процесса программирования.

Кристаллы являются нейтральными объектами, излучающими энергию, расширяющими и усиливающими свои программы в последовательной, высококонцентрированной форме. Как указывалось выше, программирование является процессом хранения определенной энергии и мыслеформ с таким расчетом, чтобы они затем могли быть переданы, при желании, людям. Важно отметить, что тот, кто решил работать с кристаллами, должен испытывать ответственность, так как, хотя кристаллы и могут быть использованы для связи одного сознания с другим, их высшая цель, как говорит Марсель Фогель, заключается в службе человечеству для устранения боли и страданий.

Для тех, кто знаком с историей Атлантиды, независимо от того, расцениваете ли вы ее как факт или миф, эта история служит ярким примером того, что необходимо соблюдать осторожность и испытывать повышенную личную ответственность за высокоразвитые технологии, которые разрабатываются в настоящее время.

Кристаллы могут быть запрограммированы как мощное средство для содействия дальнейшей индивидуальной самотрансформации. При использовании вместе с Рейки возможности кристаллов становятся настолько же неограниченными, как и человеческое сознание.

### **г) балансировка чакр**

Непосредственная связь между эндокринной системой и семью основными чакрами была рассмотрена в гл. 4. Система естественного исцеления Усуи (Рейки) признает «связь» эфирного и физического тел через соединение чакр и эндокринных желез. Чакра — это санскритское слово, означающее «колесо». Данный термин используется потому, что чакры, по мнению некоторых лиц, обладающих способностью ясновидения, выглядят как спиральные световые диски.

Расположение чакр в эфирном или энергетическом теле прямо соответствует расположению эндокринных желез в физическом теле. Эфирное тело представляет собой энергетическое тело с очень тонкой вибрацией, окружающее физическое тело со всех сторон. Оба тела взаимосвязаны потоками энергии. Эфирное тело поглощает более тонкие уровни энергии из окружающей среды и преобразует эту энергию в чакрах, вводя ее в физическое тело посредством эндокринных желез. Эндокринная система контролирует баланс гормонов в теле, который оказывает мощное воздействие на настроение и эмоции человека. Таким образом, из вышеуказанного можно сделать вывод, что если система чакр несбалансирована, ее партнер тоже находится вне баланса. Если сначала нарушается баланс в эндокринной системе, происходит нарушение баланса и в системе чакр, так как происходит обмен энергией между этими двумя системами.

Энергия Рейки поглощается обеими системами одновременно, предоставляя отличную возможность для создания баланса как в чакрах, так и в эндокринных железах. Так как целитель Рейки чувствует энергию, идущую в большом количестве туда, где она необходима телу, то не составляет большого труда определить участки, в которых нарушен баланс.

#### Система чакр

##### 7) Чакра (Сахасрара)

Эндокринная система: шишковидная железа.

Физические органы: верхняя часть мозга, правый глаз.

Функция: соединение нас с нашим духовным «Я».

##### 6) Чакра 3-го глаза (Аджна)

Эндокринная система: гипофиз.

Физические органы: автономная нервная система, гипоталамус.

Функция: центр интуиции, центр воли и ясновидения.

##### 5) Горловая чакра (Вишудха)

Эндокринная система: щитовидная железа.

Физические органы: горло, легкие.

Функция: связь, самовыражение, ясновыслушивание.

##### 4) Сердечная чакра (Анахата)

Эндокринная система: тимус

Физические органы: сердце, легкие, печень, система кровообращения.

Функция: любовь, сострадание.

Элемент: воздух.

##### 3) Чакра солнечного сплетения (Манипура);

7) Чакра

6) Чакра 3-го глаза  
(Аджна)

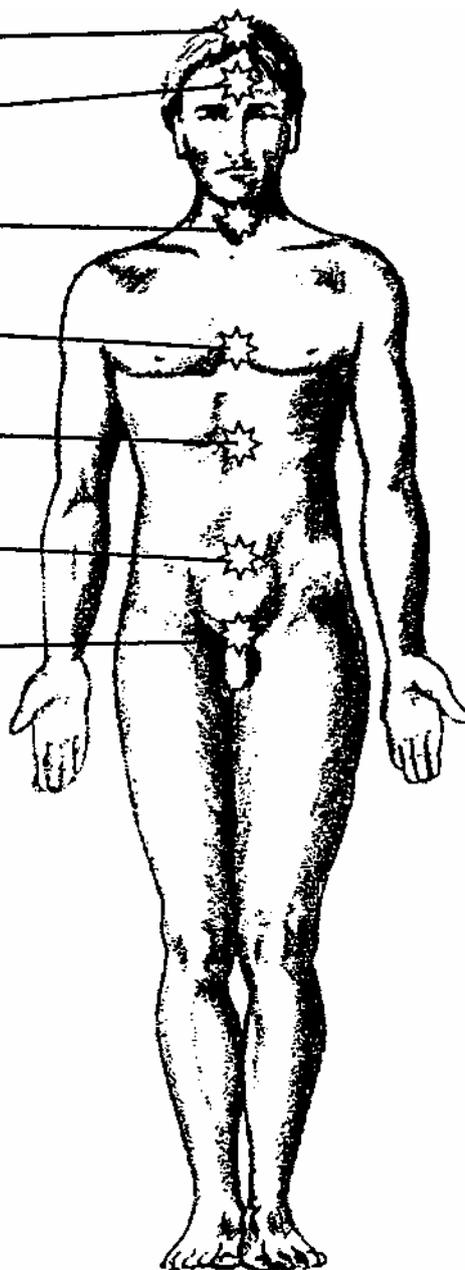
4) Сердечная чакра  
(Анахата)

3) Чакра солнечного  
сплетения (Манипура)

2) Крестцовая чакра  
(Свадхистхана)

1) Корневая чакра  
(Муладхара)

5) Горловая чакра  
(Вишудха)



Эндокринная система: надпочечники.  
Физические органы: желудок, печень, желчный пузырь (система пищеварения).  
Функция: центр власти и мудрости.  
Элемент: огонь.

2) Крестцовая чакра или чакра селезенки (Свадхистхана)  
Эндокринная система: половые железы. Физические органы: половые органы. Функция: центр сексуальной энергии, чувственно-эмоциональный центр. Элемент: вода.

1) Корневая чакра (Муладхара)  
Эндокринная система:  
Физические органы: почки, мочевой пузырь, позвоночник.  
Функция: выживание, физическая жизнеспособность, местоположение «кундалини», творческое выражение, все, связанное с изобилием.  
Элемент: земля.

Как можно видеть на прилагаемой схеме, чакры оказывают воздействие не только на эндокринные железы, но и на органы и определенные участки нервной системы. Каждая чакра обладает также особой функцией, которая прямо соответствует определенным типам эмоций и факторов в человеческом развитии. Некоторые из различных функций, связанных с каждой чакрой, перечислены на схеме. Когда в одной из чакр нарушается баланс, связанная с чакрой функция также в какой-то степени нарушается.

Все чакры одинаково важны. Следует отметить, что многие стараются сосредоточиться на развитии только верхних чакр, так как они больше связаны с «духовностью». Фактически же все чакры являются проявлением Духа, и когда в одной чакре нарушается баланс, происходит нарушение во всех чакрах. Нижние чакры склонны больше к настройке на земные энергии, как можно видеть по их связи с определенными земными элементами, а верхние чакры склонны больше к настройке на эфирные или космические формы энергии. Сердце, которое является центром тела, представляет собой место встречи двух энергий. Это место, где две полярности, Дух и материя, встречаются в выражении любви. Так как сердце представляет элемент воздуха, оно поистине является местом встречи небес и земли. Нам необходимо уделить больше внимания развитию четырех нижних чакр, так как совершенствование в этих областях поможет нам соединиться с нашей матерью Землей и поможет лечению нашей планеты. Мы не должны забывать, что материя, (Земля), т. е. женский или материнский полюс, нуждается в такой же признательности и любви, как и небеса, т. е. мужской или отцовский полюс.

Для сбалансирования чакр и содействия лечению на всех уровнях

в высшей степени необходимо последовательное и полное воздействие с помощью Рейки. Если вы желаете использовать краткую методику, вы можете прибегнуть к следующим эффективным приемам.

**Методика при лечении стоя.** Больной стоит к вам боком. Вы помещаете одну руку в нескольких сантиметрах перед нижней частью его живота, а другую руку в нескольких сантиметрах перед кончиком крестца, напротив корневой чакры. Держите ваши руки в таком положении 2-3 минуты, пока не почувствуете волны, похожие на приливы и отливы энергии. Таким образом проводите работу с каждой чакрой, поднимаясь вверх, пока не достигните верхней чакры. Расположите руки над головой, оставляя макушку открытой. Через несколько минут повторите работу с каждой чакрой, опускаясь вниз к корневой чакре. Так вы соедините энергии и объедините все центры.

**Балансирование небес и земли.** Больной лежит на спине. Вы помещаете одну руку на нижнюю часть макушки его головы, а другую руку просовываете под копчик. Держите руки до тех пор, пока не почувствуете пульсацию, покалывание или тепло. Затем переместите руку, которая находилась у макушки головы, в область бровей (чакра третьего глаза), а руку, которая находилась у копчика, в область живота (на три пальца ниже пупка). Опять держите руки, пока не почувствуете аналогичные ощущения в обеих руках или интуитивное чувство сбалансированности. Затем переместите одну руку в область горла и щитовидной железы (не надавливая на трахею), а другую руку на солнечное сплетение. Держите руки, пока не возникнет чувство баланса между двумя чакрами, и, в заключение, положите обе руки на сердце больного. Окончив процедуру, мягко и медленно поднимите руки, принимая во внимание ауру тела.

Добейтесь уверенности в ваших ощущениях о завершении сбалансированности энергии тела больного, а также свободного использования различных комбинаций чакр, так как у разных людей бывают различные нарушения баланса, подлежащие коррекции различными способами. Рейки 2-й ступени также может быть использовано в этом процессе путем постановки символов там, где это нужно.

Балансирование чакр приводит к балансу всех систем тела, поэтому при проведении лечения с помощью Рейки необходимо концентрироваться на энергетических центрах. Балансировка чакр благотворно сказывается и на эндокринной системе в физическом теле. Соответствующее увеличение частоты вибраций тела повышает уровень осознания.

#### **д) центрирование**

В современном мире, в котором доминирует западная культура, большинство из нас склонны к отождествлению с интеллектом как воплощение разума. С XVII века, когда логическое и рациональное мышление в основном преобладало над интуицией, мы стали очень тесно связывать интеллект с личностью. На протяжении сотен лет более миллиона женщин и мужчин были сожжены на кострах как

колдуны. Почти полностью была уничтожена древняя культура мудрецов, которые были целителями и оказывали помощь людям в эпоху дохристианской культуры. В действительности интуитивные и психические способности начали проявляться в мрачные средние века, когда проводились религиозные санкции против таких способностей для установления дальнейшего контроля над массами с помощью правящих интеллектуалов, используемых церковными политиками как свое орудие. Интеллект занимал центральное место там, где сегодня церковь заслонена священными стенами просвещения. Университеты являются сейчас вместо церкви основными центрами разума и культуры масс. Развитие интеллекта достигло своей вершины, стало очевидным, что один интеллект не может дать ответов на множество проблем, стоящих перед человечеством. Для содействия в решении многочисленных проблем, стоящих перед нами, мы должны понять истинное место интеллекта как орудия и не продолжать отождествлять себя с ним как с сущностью, которой мы являемся. Следующим шагом для нас должно быть возрождение наших потенциальных способностей.

Получение настроек Рейки 1-й и 2-й ступеней содействует открытию интуитивного знания. Продолжительное самолечение также помогает дальнейшему развитию этой используемой способности.

Во время моих занятий Рейки используется очень простой процесс, которому я учу своих учеников для того, чтобы они могли сосредоточивать сознание на животе или центре «Ци», как китайцы называют эмоциональную и сексуальную чакру (чакру селезенки), восстанавливается также баланс противоположной чакры, расположенной в третьем глазе, и она раскрывается. Буквально «отодвигал в сторону» интеллект и переносил центр сознательного внимания (фокусирование нашего сознательного восприятия) на чакру «живота», мы вступаем в контакт с нашими истинными чувствами. Когда мы концентрируемся на животе, мы естественно открываемся для интуитивных способностей, расположенных в чакре третьего глаза.

Этот процесс крайне прост. Я прошу учеников занять удобное положение — либо на полу в позе лотоса с перекрещенными ногами и небольшим наклоном прямого позвоночника вперед, либо на стуле (также с наклоном вперед, так чтобы позвоночник был полностью уравновешен и расслаблен). Затем я начинаю вести их к созданию внутреннего образа. Вы можете записать это на магнитофон и воспроизводить для себя.

«Начинаем лишь медленно и глубоко, и приятно. Делаем вдох через рот и выдох через нос. Хорошо. Продолжаем дыхание — приятное, длинное, медленное и глубокое дыхание. Теперь начинаем мысленно представлять себе замечательный золотистый, сверкающий шар, плавающий над макушкой вашей головы. Это золотистый, сверкающий шар вашего сознательного восприятия.

Продолжаем приятное, длинное, медленное и глубокое дыхание. Медленно представляем себе, как ваше дыхание раздувает золотистый сверкающий шар вашего сознания. Каждый раз, когда вы делаете выдох, этот замечательный золотистый, сверкающий свет вашего сознания начинает лучиться.

Продолжаем приятное, длинное, медленное и глубокое дыхание. Делаем еще один глубокий вдох в золотистый плавающий шар нашего сознания. Делая выдох, начинаем представлять себе, как золотистый сверкающий шар спокойно опускается, проходит через макушку головы и начинает соединяться с замечательным фиолетовым плавающим шаром верхней чакры. Делаем еще один глубокий вдох в теперь уже золотисто-фиолетовый сверкающий свет вашего духовного сознания. Наблюдаем, как свет расширяется по мере нашего вдоха, наполняясь теплом и светом, а когда мы начинаем делать выдох, представляем себе, как свет излучается и искрится наружу, освещая прекрасным светом вашего сознания все вокруг себя.

Продолжаем приятное, длинное, медленное и глубокое дыхание. Представляем себе, как прекрасный золотисто-фиолетовый плавающий шар опять расширяется по мере нашего дыхания. Затем, когда мы делаем выдох, представляем себе, как прекрасный и искрящийся свет начинает лучиться.

Продолжаем приятное, длинное, медленное и глубокое дыхание. Делаем медленный вдох и теперь, делая выдох, представляем себе, как золотистый, сверкающий шар плавно отделяется от пурпурного центра вашего духовного сознания и медленно опускается к центру, находящемуся за вашими бровями, к прекрасному > цвета индиго (темно-синий) сверкающему центру интуиции — нашему третьему глазу. Представьте себе, как золотистый сверкающий шар становится одним целым с прекрасным шаром нашего интуитивного знания.

Продолжаем приятное, длинное, медленное и глубокое дыхание. Делаем еще один глубокий вдох, теперь уже в золотистый, цвета индиго, сверкающий шар, наполняя его теплом и светом нашего сознания. Делая выдох, представляем себе, как прекрасный, золотистого цвета свет распространяется в воздух вокруг нас. Делаем приятный, длинный и медленный глубокий вдох в этот золотистый шар. Чувствуем, как дыхание наполняет его светом нашего интуитивного сознания, который затем, искрясь, выплывает в окружающее пространство.

Продолжайте приятное, длинное, медленное и глубокое дыхание. Делаем еще один приятный, длинный, медленный и глубокий вдох в золотистую чакру цвета индиго. Делая выдох, представляем себе, как золотистый шар начинает плавно отделяться от индигосверкающей чакры и медленно опускаться к горлу в прекрасную, светлую и бирюзово-голубую сверкающую чакру. Представляем, как они соединяются в единое целое, наполняя центр связи энергией нашего дыхания, а когда мы делаем выдох, мы направляем свет и любовь из центра связи наружу.

Продолжаем приятное, длинное, медленное и глубокое дыхание. Делаем вдох, представляем себе, как золотистый, бирюзовый шар наполняется светом и энергией нашего дыхания. Делая выдох, представляем себе, как золотисто-бирюзовый свет искрится и излучается наружу, в окружающее пространство.

Теперь делаем еще один прекрасный, длинный, медленный и глубокий вдох в золотисто-бирюзовый сверкающий шар. Делая выдох, представляем себе, как золотистый шар отделяется и медлен-

но и плавно опускается в сердечный центр, прекрасный изумрудный светящийся центр нашего сердца. Представляем, как золотистый шар сливается с прекрасным изумрудно-зеленым шаром, наполняя наше сердце сознанием нашей любви.

Продолжаем приятное, длинное, медленное и глубокое дыхание. Делая вдох, представляем себе, как дыхание наполняет наше сердце светом и энергией любви. Затем, делая выдох, представляем себе, как прекрасный изумрудно-золотистый свет, искрясь, излучает энергию нашей любви в окружающее пространство. Представляем себе, как энергия нашей любви продолжает излучаться волнами в окружающее пространство, омывая нашу планету и наполняя ее любовью. Делая вдох, представляем себе, как энергия любви возвращается с вдохом, заполняя нас изумрудно-золотистым сверкающим светом сердечного центра.

Делаем еще один длинный, медленный и глубокий вдох в бирюзово-золотистый шар, вновь наполняя его светом любви, а делая выдох, представляем, как золотистый шар нашего сознания начинает отделяться и медленно опускаться к солнечному сплетению, нашему центру властной силы и мудрости. Представляем себе, как золотистый свет растворяется и становится одним целым с сверкающим ярко-желтым шаром солнечного сплетения, находящимся как раз в середине грудной клетки.

Продолжаем приятное, длинное, медленное и глубокое дыхание. Представляем себе, как дыхание теперь раздувает золотисто-желтый сверкающий шар энергией нашей мудрости, а энергетический центр наполняет его силой любви. Делая выдох, представляем себе переливающийся свет, распространяющий свои лучи энергии на окружающих нас людей. Делаем еще один глубокий вдох, вновь наполняя золотисто-желтый центр энергией нашего дыхания, а затем, делая выдох, чувствуем, как свет и тепло нашей энергии и мудрости исходит от нас и наполняет всех людей силой любви.

Делая один приятный, длинный, медленный и глубокий вдох, заполняем золотисто-желтую чакру, а делая выдох, представляем себе, как золотистый шар начинает медленно отделяться от чакры и плавно плывет вниз к оранжевой чакре, находящейся на три пальца ниже пупка, наполняя центр «Ки» или «Ци» золотистым светом нашего сознания. С каждым теплым вдохом чувствуем, как живот, в котором располагается эмоциональный и сексуальный центр, наполняется золотисто-оранжевым светом, а выдыхая, чувствуем, как эмоции любви излучают дивный золотисто-оранжевый свет на всех окружающих.

Продолжаем приятное, длинное, медленное и глубокое дыхание, наполняя живот эмоциями любви и излучая золотисто-оранжевый свет на окружающих. Делая вдох в живот, наполняя его сознанием нашей любви, чувствуем усиление тепла золотисто-оранжевого света при концентрации сознания на центре. Ощущаем мир и спокойствие. Продолжаем делать длинные и медленные вдохи и выдохи. Делаем еще один длинный, медленный и глубокий вдох в живот, а делая выдох, представляем себе, как золотистый свет начинает выходить из центра и плавно опускаться к концу крестца, к красной корневой чакре. Когда золотистый свет и чакра сливаются и стано-

ваться единым целым, чувствуем, как тепло прекрасного золотисто-красного света начинает распространяться по всей области таза, наполняя его светом любви и довольства. Делая вдох, чувствуем, как золотисто-красный свет наполняет область таза сознанием любви, превращая все, что связано с выживанием, в энергию изобилия. Делая выдох, представляем, как замечательный золотисто-красный свет излучается на окружающих, выпуская наше изобилие наружу в виде волн света, а делая вдох, чувствуем, как этот свет возвращается и вновь заполняет нас изобилием.

Сосредоточиваемся только на дыхании. С каждым вдохом чувствуем, как энергия благополучия, изобилия и процветания заполняет все наше тело, начиная от корневой чакры и исходя из нее, продолжает заполнять все наше тело. Затем, делая вдох, представляем себе, как золотистый сверкающий шар плавно отделяется от красной корневой чакры и плывет вверх вновь в направлении живота, возвращаясь к прекрасному оранжевому сверкающему свету центра чувств. Делая выдох, представляем, как оранжевый и золотистый свет сливаются и становятся одним целым.

Продолжаем приятное, длинное, медленное и глубокое дыхание, ощущая полное спокойствие и мир. Делая вдох, представляем себе, как оранжево-золотистый свет заполняет все наше существо любовью.

Делая выдох, чувствуем, как все разрушительные эмоции затухают. При каждом вдохе мы чувствуем все большую погруженность в центр чувств, который заполняет живот энергией любви нашего дыхания. Делая выдох, вновь представляем себе, как оранжево-золотистый свет энергии любви устремляется наружу, переполняясь изобилием нашей любви, а затем, при вдохе, возвращается к нам назад также в виде волн любви и изобилия. Созерцаем мир и спокойствие в центре чувств и открываем канал этого созидания, когда ощущаем единство с людьми, окружающими нас и с окружающей средой. Отдыхая в этом центре спокойствия, начинаем медленно открывать глаза и вновь возвращаемся к восприятию окружающего".

Вышеуказанное упражнение предназначено для того, чтобы помочь вам развить чувство сосредоточения. Когда вы последовательно перемещаете свое сознание через каждую чакру, вы можете иногда почувствовать в определенных чакрах сопротивление движению вашего сознания между чакрами. Если вы во время выполнения упражнения почувствуете блокировку на каком-либо участке, вы можете сделать несколько резких и энергичных выдохов, чтобы способствовать снятию блокировки.

Когда вы разовьете чувство сосредоточения, вы можете сократить данное упражнение, ограничиваясь 2-3 выдохами и в течение нескольких секунд быстро перемещая центр вашего сознания вниз, на живот, одновременно отвлекая свой интеллект и вводя себя в «альфа»-состояние, достигая таким образом обеих целей данного упражнения по сосредоточению.

Проведено множество исследований психических и духовных целителей, которые показали, что добивающиеся успеха целители

работают в «альфа»-состоянии, в котором исцеляемый в свою очередь захватывается «Космосом», т. е. взаимопроникновением во время лечения.

Один эксперимент, который я рекомендую попробовать провести моим ученикам, заключается в том, чтобы войти в переполненный людьми супермаркет или магазин, наполненный говором и шумом, и на короткое время глубоко сосредоточиться. Поразительно, как быстро все вокруг успокоится и разговаривающие перейдут на шепот. Когда это произойдет, необходимо помнить, что это не вы воздействовали на людей, а просто «альфа»-состояние автоматически захватило всех окружающих вас. Другими словами, когда я в «альфа»-состоянии, я действую как естественный канал для энергии, передаваемой другим людям, которые находятся поблизости от меня. Это похоже на процесс, который я использовала в детстве для преодоления больших неприятностей.

Мне в данном случае следует «настроиться» на чьи-либо мирные волны мозга и защитить ауру О1 беспорядка. Мирные, спокойные волны энергии направлены на преодоление более статичных или дисгармоничных типов энергии.

Ежедневная концентрация является надежным средством для поддержания более уравновешенного стиля жизни. Это не только поможет поддержать вас в состоянии эмоционального баланса и здоровья, но может даже распространить энергетические поля на людей вокруг вас без каких-либо усилий и будет способствовать передаче им целебной энергии.

## Глава 11 СОЧЕТАНИЕ РЕЙКИ С

### ДРУГИМИ ЛЕЧЕБНЫМИ МЕТОДАМИ

Рейки хорошо сочетается с различными другими терапевтическими методами. В предыдущих главах мы рассмотрели несколько способов и приемов, которые могут быть использованы в сочетании с Рейки. Одной из самых эффективных комбинаций является использование Рейки, работая совместно с телом. Многие массажисты во всем мире сочетают Рейки со шведским, циркуляционным, спортивным массажами, шиацу, акупунктурой, Дзин Шин и массажем чувствительных точек. С помощью Рейки усиливается эффективность других форм работы над телом, таких как Рольфинг, работа по снятию эмоциональных точек и поляризации.

Мой собственный метод сочетания Рейки над работой с телом заключается в следующем:

Пациент ложится лицом вверх. После нескольких минут массажа шеи я провожу полный массаж черепа и глубокий массаж лица. Затем провожу Рейки во всех головных позициях и продолжаю обработку с помощью Рейки всей системы чакр и эндокринной, уделяя особое внимание трудным местам.

Полная обработка с помощью Рейки передней части тела, колен и ступней. Обработка колен очень важна, так как они сохраняют страх смерти, страх смерти прежнего «Я» или «Эго» и страх перемен (с. гл. 16). Мы все подвержены интенсивным изменениям в наше время, так что большое количество энергии необходимо для данного участка тела. Ступни имеют точки, которые связаны со всем телом, что делает их удобным местом для окончания лечения Рейки передней части тела. Затем я возвращаюсь к плечам и наношу масло. Теперь пора начинать массаж передней части тела. Когда массаж ног и ступней закончен, клиент переворачивается и масло наносится на заднюю часть ног и ступней, а затем на заднюю часть тела. Когда массаж окончен, произвожу обработку с помощью Рейки всей задней части, которая завершает окончательную энергетическую балансировку позвоночника.

Это только один из примеров сочетания Рейки и массажа. Использование интуиции в качестве путеводителя дает бесчисленные возможности для сочетания различных методов.

Очень важным также является сочетание Рейки с аллопатической медициной. При прощупывании опухолей врачи могут использовать Рейки для того, чтобы почувствовать, где втягивается энергия, одновременно передавая целительную энергию Рейки своим паци-

ентам. Рейки может также использоваться в процессе вправления костей для снятия боли и ускорения процесса заживления. Даже педиатры могут использовать Рейки в работе с юными пациентами.

Все большее число людей интересуется Рейки, так как оно раскрывает множество способов, которые могут быть использованы для усиления эффективности лечения. Рейки может также содействовать большей эффективности применения лекарственных средств. Благодаря удивительной работе Долорес Кригер и методу целебного прикосновения успехи использования рук для исцеления получили широкое распространение в медицинских кругах. С усилением эффективности при помощи энергии Рейки исцеление с помощью рук приобретает новое измерение.

Многих медицинских сестер привлекло Рейки, когда они искали альтернативные методы лечения, которые привели бы к более индивидуальному подходу и одновременно открыли бы для них способ восстановления для применения его на пациентах.

Рейки дает хорошие результаты при работе с новорожденными, детьми и взрослыми в палатах интенсивной терапии. Пациентам приятны мягкие прикосновения и энергия Рейки.

Натуропатические, аюрведические и гомеопатические методы лечения также усиливаются с помощью Рейки. Заряжающее свойство Рейки является мощным средством для усиления целебной энергии. Другим мощным целебным методом, используемым в сочетании с Рейки, является голодание.

Лечебное голодание представляет собой один из старейших методов, применявшихся многие века для устранения болезненных состояний, таких как артрит, астма, кожные заболевания, высокое артериальное давление, расстройства пищеварения, болезни почек и печени. Многие болезни людей связаны с переизбытком, плохой диетой и недостатком упражнений. Лень и злоупотребление обильной пищей являются причиной самоотравления организма. Болезнь наступает в результате замедления деятельности желез и скорости метаболических процессов, а также при снижении эффективности работы выделительных органов в связи с устойчивым образованием токсичных отложений в клетках и тканях тела. Например, ревматоидный артрит наступает в результате отложения в суставах и мягких тканях кристаллов мочевой кислоты и минеральных соединений. Высокое кровяное давление наряду со стрессом является результатом отложения в артериях и капиллярах отходов метаболического процесса, что приводит к ограничению кровотока.

Голодание представляет собой очень сильное средство для выделения из человеческого организма таких отходов.

На третий день голодания начинается аутолизис. Через 72 часа после отказа от пищи организм начинает переваривать свои собственные отходы. В первую очередь перевариваются обычно ненужные токсины, которые накопились в организме, такие как кислота, опухоли и измененные минеральные отложения. Затем следует переваривание излишних жировых тканей. После третьего дня первоначальный дискомфорт от чувства голода, возможное головокружение или слабость проходят.

В скандинавских странах врачи, придерживающиеся биологиче-

ских методов лечения, применяют голодание продолжительностью от 7 до 60 дней, получая поистине поразительные результаты. Когда человек очень слаб или очень болен для того, чтобы начать голодать, его сажают сначала на здоровую диету для укрепления организма, а затем подвергают голоданию.

Существуют различные виды голодания: на чистой воде, на фруктовых соках и овощных бульонах. Есть даже голодание на лимонном соке, кленовом сиропе и стручковом кайенском перце, разбавленном водой. Главным в любом голодании является употребление в пищу свежих фруктов и овощей. Изготовление соков непосредственно перед их употреблением позволяет наилучшим образом использовать естественные живые ферменты.

Одним из наиболее популярных способов лечения рака, разработанным в 20-30 годы и первоначально применявшимся для лечения туберкулеза, а затем рака, является терапия Макса Герсана, которая основывается на предпосылке, что сырая натуральная пища выступает в качестве дезинфицирующего и естественного укрепляющего средства иммунной системы организма. Жена известного адвоката Альберта Швейцера была вылечена с помощью данной терапии.

Во время голодания очень важно не только пить большое количество жидкости, но и делать клизмы каждый день для обеспечения условий очищения кишечника от токсинов. После трех дней голодания фекальной массы не всегда достаточно для создания перистальтики, а токсины продолжают образовываться в кишечнике, поэтому очень важно осуществлять интенсивное промывание для того, чтобы избежать самоотравления. Для тех, кто заинтересуется голоданием, я рекомендую проконсультироваться у врача, использующего холистические методы лечения. Существует также несколько книг с детальным описанием голодания.

Рейки дает хорошие результаты при использовании вместе с голоданием, так как помогает смягчить некоторые возможные проявления, связанные с голоданием в первые три дня. Кроме того, Рейки усиливает жизненную энергию, которая является поддержкой для иммунной системы и ускоряет процесс очищения организма. Голодание, как холистическое средство, ориентированное на биологическое излечение, в комбинации с Рейки является очень хорошим альтернативным средством.

Несмотря на то, что голодание представляет собой очень эффективное средство для очищения физического тела и ликвидации многолетнего накопления токсинов, в жизни могут быть такие периоды, когда необходимо снять устаревшие негативные эмоциональные модели для создания более позитивного подхода к жизни. Исцеление эмоционального тела так же важно, как исцеление физического тела. По мере того, как стресс и напряжение накапливаются в организме и начинают с годами создавать свою форму (см. гл. 16), формируются жизненные, эмоциональные и умственные особенности личности. Когда мы находимся под влиянием постоянного эмоционального стресса, мы склонны к развитию негативных реактивных моделей привычек. Для того, чтобы помочь снять эти модели, которые берут свое начало от родовой травмы, на протяжении уже 15 лет используется метод, названный «ребефинг»

или «сознательное, дыхание», лггор метода Леонард Опп начал разработку «ребефинга» в начале 1970 года. Было проведено много сеансов в условиях, обеспечивающих поддержание соответствующей температуры тела для того, чтобы создать эффект материнской утробы. Использовалось расслабленное ритмичное дыхание, при котором вдох и выдох представляют собой одну длинную непрерывную цепь. При дыхании внимание сосредоточивается на легких или груди, а не на диафрагме. Выдох осуществляется через нос или через рот. Основной целью дыхания является движение энергии через тело. Во время процесса «ребефинга» обычным явлением бывают ощущение звона в ушах и вибрации во всем теле.

У многих людей цепенеют руки, поскольку происходит освобождение от напряжения, накапливавшегося длительное время, и сопротивление движению энергии в теле. Это обычно служит сигналом нарастающей грусти и необходимости освобождения от нее. Данные симптомы приходят и быстро уходят по мере продолжения дыхания. Когда каждая мыслеформа перестраивается с негативной на позитивную, с помощью руководителя «ребефинга», происходит исцеление. Рекомендуется провести несколько сеансов, пока вы не испытаете то, что Опп назвал «освобождением от прежней модели дыхания». Это происходит, когда вы вновь переживаете свое первое рождение, и вызывает мощное исцеление, так как вред, нанесенный при рождении дыхательной модели, исцеляется и ваша привычка дышать неправильно исчезает.

Последующим развитием сознательного дыхания является стремление некоторых людей возвращаться к прошлым жизненным впечатлениям. Важно понять, жили ли мы ранее или нет. Существует память о прошлых жизнях. Есть различные объяснения этому, однако существенно, что такие «истории» выступают в качестве сильного средства для того, чтобы помочь человеку избавиться от долгое время сдерживаемых эмоций и пролить свет на проявляющиеся иногда неадекватные реакции на определенные ситуации в настоящей жизни.

Многие проблемы в жизни связаны с образами и ощущениями из прошлых жизней. Когда вами вновь владеют эти воспоминания, проблемы настоящей жизни начинают исчезать. Например, когда у вас появляются проблемы взаимоотношений, вы будете представлять и переживать аналогичные сцены и образы, возникавшие во время сознательного дыхания с возвращением в прошлое и связанные с аналогичными проблемами взаимоотношений. Затем вы можете позволить им уйти и трансформироваться. Вы также начнете воспринимать ваши проблемы в другом свете, так как начнете осознавать ваши настоящие модели поведения, когда они увязаны с прошлыми жизненными обстоятельствами.

Когда я впервые испытала «ребефинг», я сделала попытку вновь пережить первые два года моей жизни. В силу определенной причины во время нескольких предыдущих различных гипнотических возвращений в прошлое я не смогла вернуться в то прошлое, когда мне было 2 года. Я надеялась вновь пережить свое рождение и некоторую часть моего детства. То, что произошло, было совсем неожиданным. Я вернулась в прошлую жизнь в Хиросиму (Япония)

во время атомной бомбардировки во время 2-й мировой войны. Переживание было очень травмирующим и дало выход сильным эмоциям. В результате я пришла к лучшему пониманию скрытых причин моего отношения к жизни и появления у меня некоторых специфических заболеваний. Я поняла также, что я выбрала именно это переживание для получения определенного урока в жизни. Вновь пережив свою смерть и осознав то, что я приобрела в тот период времени, я смогла повернуться лицом к настоящему с большей уверенностью и надеждой на будущее.

Мое личное переживание во время «ребефинга» принесло хорошие плоды, так как оно позволило мне избавиться от давно и глубоко спрятанных эмоций во время перехода моей психики на новый, более положительный способ существования в мире. Дополнительные взгляды на мои мотивации и реакции на определенные ситуации в жизни также являются большим достижением.

Буря слез  
очищает  
заводь сожалений

Нари

«Ребефинг» является очень мощным исцеляющим средством и при использовании совместно с Рейки может привести к многим положительным изменениям. Приведу один пример такого возможного сочетания.

Во время одной из моих поездок за границу ко мне обратился молодой человек с сильным заиканием. Он спросил меня, не смогла бы я его вылечить. Моим первым побуждением было посоветовать ему пройти курс Рейки и обучиться самолечению. Однако мой внутренний голос посоветовал мне лично помочь ему, поэтому я назначила ему время встречи. Когда он пришел ко мне, я начала работать с его головой с помощью Рейки. Когда я приблизилась к горловой чакре, у него начались спазмы, а его кисти и руки начали дрожать. Бурные волны освобождающейся энергии прокатились по его телу. Моя интуиция подсказала мне направить их в русло процесса сознательного дыхания. Когда он начал ритмично дышать, движения усилились, у него начались реакции, похожие на те, которые бывают у некоторых людей во время биоэнергетических упражнений. Через некоторое время после окончания данного процесса он даже вспомнил то событие прошлой жизни, которое было непосредственно связано с его заиканием. Когда сеанс был окончен, заикание у него уменьшилось. Хотя оно все еще присутствовало, он почувствовал большое облегчение и успокоился. Я посоветовала ему

поупражняться в мысленном представлении ряда сознательных образов и проделать закрепляющее упражнение для того, чтобы полностью избавиться от его старых моделей заикания.

Когда я встретила с ним через несколько дней, его речь была совершенно нормальной. Благодаря его стремлению к дисциплине, сочетание Рейки и «ребефинга» помогли молодому человеку вызвать значительные перемены в его жизни. Все люди, имеющие подобные стремления к процессу перемен в своей жизни, найдут в Рейки и «ребефинге» весьма подходящее сочетание.

Существует много других терапевтических методов, которые могут быть использованы в сочетании с Рейки. Я советую вам использовать Рейки на собственном опыте и позволить благотворной энергии способствовать созданию собственного исцеляющего метода.

## Глава 12 ГРУППОВОЕ

### ЛЕЧЕНИЕ

Групповые сеансы представляют собой блестящий способ поделиться энергией Рейки с друзьями. Я советую моим ученикам собираться вместе для этой цели. Групповые сеансы, как правило, короче, чем обычные лечения одного пациента одним целителем, так как все тело накрывается руками нескольких людей. Ощущение, когда над вашим телом находится 10-12 рук, очень приятное. Энергия также усиливается в результате того, что большое количество энергии направлено на вас одновременно.

Во время семинара 1-й ступени Рейки я ставлю по 6 стульев вокруг каждого массажного стола (или стола подходящего размера, покрытого тканью). Один стул ставится у головы и один у ног лежащего на столе. Другие стулья располагаются по бокам стола. Один человек ложится на стол, а 6 человек занимают места на стульях вокруг стола. Человек, находящийся у головы, является «лидером» и следит за часами. Через определенное время располагающийся у головы меняет положение рук. Так же поступают и все остальные. Я обычно начинаю с очень коротких сеансов. Каждый ученик имеет возможность побывать на столе и испытать 10-минутное лечение (5 минут спереди, 5 минут сзади). Каждый ученик, сидящий (или стоящий, если это удобно) у стола, проходит по 3-м позициям по обеим сторонам тела в течение 10-минутного сеанса лечения. Все смены положений рук координируются учеником у головы лежащего на столе. По окончании сеанса место лежащего на столе занимает располагающийся у головы, а все остальные передвигаются на одно место против часовой стрелки. Каждый ученик имеет возможность поработать над разными участками тела лежащего на столе, а также испытать ощущение различных типов тел. Несмотря на то, что на каждое положение затрачивается только примерно 1,5 мин., ученики все же начинают чувствовать, что определенные участки тела могут получить недостаточное количество энергии, так как тело все еще берет энергию, когда наступает время передвижения (на следующий день, когда ученики получают и проводят полный часовой сеанс лечения с партнером, они имеют возможность ощутить различные уровни тепла, так как проходят курс полного лечения тела). Короткие сеансы дают возможность ученикам развить кинестетическое чувство тела. Кроме того, обратная связь от различных пациентов помогает каждому целителю Рейки убедиться, что его руки действительно нагреваются в тех областях, где берется наибольшее количество энергии.

Когда ученики развили кинестетическое чувство тела, я рекомендую при желании или необходимости проводить длительные групповые сеансы лечения с затратой от 3 до 5 минут на 1 позицию или более, если нужно.

Групповые сеансы лечения являются очень сильным средством для помощи людям с такими заболеваниями, как рак и СПИД. В Санта-Фе, Нью-Мехико «Рейки-Альянс» основал Ла Каса де Корасон (Дом Сердец) для лечения больных СПИДом. Для стабилизации своего состояния пациенты получали 2-3 групповых и 1 одиночный сеанс в день. Практикующие Рейки во всем мире могли бы создать сеть для оказания помощи больным СПИДом и раком. Лечение наложением рук в больницах — лучше всего, если это разрешено, другая возможность — лечение на расстоянии по 2-й ступени.

Групповые сеансы по 2-й ступени можно использовать не только для исцеления отдельных людей. Во время групповых воздействий может посыпаться энергия для содействия миру в воюющих странах, для помощи районам, пострадавшим от стихийных бедствий, озонному слою; жизненная энергия любви может посыпаться любой ситуации, где необходима помощь. Кроме того, поскольку Рейки берется, а не посыпается, то поглощается только такое количество энергии, которое необходимо для каждого человека или ситуации. Рейки является великолепным средством для содействия лечению Земли, которая крайне нуждается в нашем внимании сейчас. Так как наша планета предоставляет нам бесконечное изобилие, выбрать время, чтобы послать ей энергию Рейки, является великолепным обменом энергией и чудесным выражением нашей признательности Земле. Направлено ли групповое лечение на отдельных людей, определенные районы нашей планеты или на всю планету в целом, исцеление, которое происходит в результате этого, будет воздействовать непосредственно на всех нас. Чтобы каждый из нас был целостным, все должны быть как одно целое. И соответственно, чтобы мы все были целостными, каждый должен быть целостным. Если восточные страны, как, например, Япония, ориентируются на группу, то Запад исходит из посылки развития индивидуума. Оба направления являются по-своему правильными. Воздействия Рейки может сбалансировать оба эти подхода.

*Глава 13**ВОЗДЕЙСТВИЯ РЕЙКИ НА ДЕТЕЙ, РАСТЕНИЯ,  
ЖИВОТНЫХ, ПИЩУ И ПРОЧИЕ ОБЪЕКТЫ*

Рейки хорошо для беременных женщин, так как помогает им облегчить незначительные и сильные недомогания, связанные с беременностью, такие как утренняя слабость в первые три месяца, а позднее — боль в нижней части спины. Рейки, кроме того, успокаивает женщин, так как они подвергаются смене эмоций в связи с выделением большого количества гормонов. На самого ребенка воздействие Рейки также сказывается благотворно. Во время беременности моей сестры Рейки придало энергии ребенку, и он стал двигаться в животе. Кроме того, во время воздействия энергией Рейки ребенок склонен к более частой смене положений, хотя места ему для движений было вполне достаточно. Мы давали Рейки моей сестре во время всего процесса родов и моей племяннице сразу после родов.

Люди, практикующие Рейки и имеющие сады, хорошо знают, какой благотворный эффект оказывает на растения их воздействие с помощью Рейки. Семена, которые подверглись воздействию Рейки перед посадкой, вырастают в более здоровые растения по сравнению с теми, которые не подвергались воздействию. Подержите семена между ладонями рук и воздействуйте на них энергией Рейки до тех пор, пока они берут энергию.

На ростки можно воздействовать энергией Рейки посредством держания над ними рук. Регулярные воздействия на овощные культуры вашего огорода способствуют получению богатого урожая здоровых овощей.

Цветы и кустарники также чувствуют себя лучше после воздействия на них энергии Рейки. Цветение получается более бурным, а рост кустарников — более интенсивным. Срезанные цветы дольше не вянут при поддержке Рейки. Комнатные цветы также положительно реагируют на энергию Рейки.

Много написано о тайной жизни растений. Проведено много научных экспериментов, имеющих своей целью показать, как растения реагируют на наши эмоции и музыку. Установлено также, что беседы с растениями способствуют развитию здоровых экземпляров. Во всем мире известен успех Объединения Финдхорн в Северной Шотландии. На совершенно голом, продуваемом ветрами участке побережья группа людей успешно превратила истощенную землю в плодоносящий райский сад. Объединив природную энергию, они успешно настроили ее на окружающую среду и преодолели невероятные трудности для того, чтобы добиться бурного роста растений.

Мне кажется, что на этом примере Финдхорна и других аналогичных объединений, которые последовали их примеру, налаживая связи с элементами природы, мы сможем справиться с невероятно трудными задачами на нашей планете.

Целители 2-й ступени Рейки могли бы влиять на элементы определенных растений, содействуя их работе на Земле. Сотрудничество людей и природных духов может обновить всю экологическую систему.

Животные являются подходящими реципиентами энергии Рейки и часто становятся спокойными и расслабленными при воздействии на них энергии Рейки. Изредка вы можете встретить животных, которые не принимают энергию, и это надо уважать. Однако обычные животные реагируют на энергию Рейки так же, как и люди. Тот факт, что животные поддаются воздействию энергии Рейки, доказывает, что система верований обладает небольшим эффектом при лечении, хотя вера в любом случае помогает лечению.

Анатомия животных очень близка анатомии человека, так что во время воздействия на определенный орган в теле животного вы можете легко определить его положение по положению такого же органа у себя. Так же, как и при воздействии на людей, особое внимание должно уделяться тем участкам, которые больше берут энергии. Рекомендуется также по возможности вовлекать эндокринную систему.

Если животное очень беспокойно или кажется опасным для контактного лечения, можно использовать лечение на расстоянии. Ласковое обхождение — один из путей к успокоению животного. При расположении рук вы можете следовать вашей интуиции. Рейки очень подходит также для поддержания здоровья домашних животных.

Рейки может быть использовано для наполнения энергией некоторых объектов. О кристаллах мы уже говорили. Сюда наряду с другими предметами можно также отнести ювелирные изделия и драгоценные камни. Вы должны помнить, что вся материя есть вибрация на различных уровнях плотности и что все на физическом уровне состоит из энергии жизненной силы Вселенной в различных фазах эволюции. Так как вся материя — это вибрация, энергия Рейки может проникать всюду, подобно эфирной субстанции вашего тела, которая пронизывает окружающую среду. С помощью энергии Рейки можно также очистить помещение или пространство, например, комнату отеля, удаляя негативную эфирную субстанцию.

В повседневной жизни можно также воздействовать на автомашины и лодки. Данные объекты реально подвержены влиянию эфирной энергии своих владельцев и реагируют на наше настроение. Вы, наверное, замечали, что когда вы находитесь в негативном или «пониженном» цикле, ваша машина подвержена поломкам или лодка выходит из строя. Владельцы лодок хорошо знают, как особенности характера их владельца сказываются на лодках. Машины являются нашим зеркалом, так как они все время пропитываются нашей энергией. Они становятся такими, какими мы их себе пред-

ставляем. Когда мы находимся не в гармонии с машиной, необходимо прибегнуть к энергии Рейки, это может помочь вам избежать поломок и механических неполадок.

И, наконец, следует отметить, что качество пищи может улучшаться за счет воздействия энергии Рейки. Во многих странах мира люди привыкли потреблять излишнее количество пищи, подвергаемой кулинарной обработке, или «мертвой» пищи. В одной только Америке средний человек потребляет 75% подвергаемых кулинарной обработке продуктов и только 25% сырых продуктов. В странах с тысячелетней историей, таких как Россия, Болгария, Хунзы в Индии и некоторые культуры Майя, люди потребляют около 73% сырых продуктов и 27% продуктов, подвергнутых кулинарной обработке. Сырые продукты дают живые ферменты, которые сохраняют молодость тела и здоровье, а также предохраняют от нарушений в организме, которые приводят к быстрому старению у большей части человечества. Сырая пища является важным фактором здоровья. Когда вы находитесь в ситуациях, при которых невозможно получить достаточное количество сырых живых продуктов, вы можете улучшить качество подвергшихся кулинарной обработке продуктов с помощью энергии жизненной силы Вселенной, Рейки. Всего лишь подержав ладони над тарелкой, вы можете воздействовать на пищу, а также, подержав руки на животе после еды, помочь вашему пищеварительному тракту в процессе пищеварения.

Как следует из данной главы, вся материя представлена энергией жизненной силы Вселенной на различных уровнях вибрации Рейки, поступающая по каналам в виде усиленной энергии, может наполнять ею не только живые, дышащие жизненные формы, но и «твердую» материю. Советую вам следовать вашему творческому воображению и использовать вашу интуицию для исследования бесконечных возможностей.

## Глава 14 ЗНАЧЕНИЕ ОБМЕНА ЭНЕРГИЕЙ

После практики в квартале нищих в Киото доктор Усуи прежде всего понял важность обмена энергией за время, потраченное на лечение. Когда он стал способен проводить чудесные исцеления, что он искал так долго, его первой мыслью было поселиться в квартале нищих с истинно христианской целью и посвятить себя помощи бедным. Он хотел исцелить их, так, чтобы они могли стать ответственными гражданами и смогли работать, чтобы поддержать себя. Однако со временем он понял, что многие, испытав вкус жизни за пределами квартала нищих, возвращаются обратно и убеждаются, что они не желают взять на себя ответственность за свою жизнь. Бесплатным лечением доктор Усуи только поддержал у многих из них стереотип их нищенского образа жизни. Людям было необходимо отплатить за то, что они получили, чтобы сполна оценить то, что они получили.

Как уже отмечалось в гл. 5, Усуи таким образом открыл два очень важных условия. Первое заключается в том, что человек должен попросить исцелить его (целитель не должен пытаться помочь там, где его не просят и не хотят лечения). Второе условие: должен быть обмен энергией за время, потраченное на лечение. (Не следует вызывать у кого-либо чувство обязанности за предоставленную помощь; исцеляемый, отдавая энергию в различных формах, освобождает себя от ощущения должника).

Обмен энергией не обязательно должен происходить в виде денег. Он может осуществляться в виде определенного вида услуг. Если лицо, просящее об одном или большем количестве сеансов лечения, является членом семьи или очень близким другом, обычно обмен энергией происходит все время, так что какой-либо особой платы не требуется.

Обмен энергией должен проходить не только во время лечения, но и во время обучения Рейки. Я ищу учеников, которые готовы получить энергию Рейки и желают заслужить это. Важно, чтобы ученик понимал ценность Рейки. Принцип, лежащий в основе этого, является тем же принципом, который открыл доктор Усуи после нескольких лет в квартале нищих. Люди приходили и уходили, и доктор Усуи видел, как многие возвращались к своему старому образу жизни. Он решил искать тех, кто в самом деле желает изменить себя. Становится ясным изречение Христа: «Не мечте

жемчуг перед свиньями». Человек не должен тратить драгоценное время и энергию, делясь информацией и энергией с теми, кто не проявляет интереса или готовности к этому.

Еще один аспект обмена энергией следует связывать с концепцией направления энергии. Большую часть из денег, заработанных на Западе, я трачу на мои поездки в слаборазвитые страны. Я чувствую, что хорошо поделиться нашими богатствами и энергией Рейки с теми, кто экономически беднее нас. Направление энергии должно проводиться с глубоким чувством любви, а не по обязанности, иначе это не будет иметь полного эффекта. Когда я делаю это, проводя обучение за границей, вы можете включиться в эту работу, потратив свое время и посылая на расстояние энергию при различных ситуациях, как описано в гл. 12 при рассмотрении групповых лечений. Направление энергии беспомощным людям, таким, как люди, находящиеся в коматозном состоянии, является одним из примеров. Хотя такие люди не могут попросить о помощи, они будут принимать то, в чем нуждаются, так как энергия Рейки берется, а не дается. Кроме того, направляя энергию Рейки в районы войн и стихийных бедствий на Земле, мы можем помочь создать там большее количество позитивной энергии любви, которая в конечном счете распространится на всю нашу планету.

Другим часто задаваемым важным вопросом является вопрос о том, как становятся профессиональным целителем Рейки. Ответ различен в каждой стране. В Америке врачи, медсестры, массажисты, физиотерапевты, хиропрактики, специалисты по акупунктуре, натуропаты, гомеопаты и аюрведические врачи имеют лицензии и право касаться тела больного и могут без труда совмещать Рейки со своим лечением. Многие психологи также используют Рейки в своей практике благодаря технике сильного эмоционального воздействия, которому обучают на курсе 2-й ступени.

Для тех, кто не входит в перечисленные категории, но чувствует серьезное стремление к лечению Рейки, есть возможность официально стать священником. Тогда они имеют право проводить духовное лечение и собирать пожертвования. Размер платы не может устанавливаться, но вы можете попросить внести пожертвования. В ФРГ такого, к сожалению, нет. Вы должны либо получить лицензию практикующего врача, либо вы можете иметь документ о применении Рейки как техники релаксации, без использования слова терапия. Выясните, какие законы действуют там, где вы живете.

Что касается обмена энергией, плата за лечение с помощью Рейки берется такая же, как за час массажа в данной стране. Один важный совет — никогда не ставьте диагноз, если вы не врач. Если вы хорошо чувствуете, что что-то явно не в порядке, вы можете отослать больного к квалифицированному врачу для установления правильного диагноза.

Кроме того, никогда не прописывайте лекарств и никому не давайте советов прекращать принимать их.

У вас есть другие возможности. Хотя одним из первых требований к лечению Рейки является просьба со стороны пациента, вы также не должны считать обязательным для себя соглашаться лечить данного конкретного пациента, если чувствуете, что не хотите этого.

Очень важно сознавать, что иногда люди извлекают выгоды из болезни. Хотя пациенты могут на словах просить о лечении или слепо, опять же на словах, выражать желание быть исцеленными, они могут в действительности не желать лечения. Например, супруга (супруг) или ребенок при недостаточном внимании со стороны своей половины или родителей может обнаружить, что ему трудно отказаться от того внимания, которое уделяют ему во время болезни и из-за его болезни.

Если вы некоторое время лечите кого-то и ваша интуиция подсказывает вам, что пациент начинает слишком сильно зависеть от вас и что он должен взять на себя полную ответственность за свое выздоровление, вы должны предпринять шаги, чтобы освободиться от такого пациента. Один из простых способов вежливо сделать это заключается в том, чтобы сказать ему, что он способен излечить себя сам, и что в данное время вы уже больше ничего не можете сделать для него. Вы можете дать совет, чтобы пациент прошел курс Рейки и начал лечить себя сам или дать ему аффирмацию или образ для визуализации. Очень важно знать, когда наступает время расстаться с пациентом. Вдобавок к лечению, и это более важно, чем лечение, мы хотим, чтобы человек, которого мы лечим, стал сознательным и ответственным.

Как мы видим, обмен энергией является важной частью процесса лечения. Это избавляет людей от бремени долга, а также помогает им внести свой вклад в конечный результат. Обмен должен соответствовать финансовым возможностям человека и не обязательно связан с деньгами. Для того, чтобы жить в сбалансированном и гармоничном мире, мы должны чувствовать себя хорошо, отдавая и получая энергию. Это все, что можно сказать об обмене энергией.

## *Глава 15 ЛЕЧЕНИЕ СПЕЦИФИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ*

При лечении различных заболеваний следует руководствоваться двумя основными положениями, так как большинство патологий приходится на две категории болезней: острые заболевания и хронические болезни. Острые заболевания протекают быстро и обычно реагируют на воздействие энергией Рейки иначе, чем хронические болезни, которые протекают в течение длительного периода времени.

Основное различие между этими двумя категориями болезней заключается в том, что острые заболевания обычно быстро реагируют на лечение целительским кризисом, также называемым физической химизацией, в то время, как хронические болезни реагируют на лечение кризисом позже или вообще не реагируют в течение всего курса лечения.

Когда больной хроническим заболеванием, таким, как артрит, принимает сеансы Рейки, у него быстро, в течение первых нескольких сеансов исчезают боли. Если лечение проводится в течение нескольких недель, боли и опухоли постепенно продолжают исчезать, пока болезнь не дойдет до уровня физической химизации. Именно на этой стадии больной испытывает обострение и чувствует воздействие болезни даже с большими болями, чем в начале лечения. Это является признаком того, что вы достигли последнего уровня накопления токсинов, когда проявляются остатки болезни. Когда энергия Рейки вступает в контакт с последними токсинами, реакция напоминает зажигание спички. Внезапно вспыхнувшее пламя мгновенно сжигает головку спички. Подобным образом мощная энергия Рейки, направленная на болезнь, ликвидирует ее сильным потоком энергии жизненной силы.

Физическая химизация является неприятным, но положительным симптомом. В этот период необходимо рассказать об этом больному и увеличить число сеансов, пока не минует целительский кризис. Следует отметить, что кризис иногда не наступает, а симптом может только слабо проявиться по мере медленного выведения токсинов. Поэтому при хронических болезнях лучше не предупреждать пациента о возможности физической химизации, так как она может и не возникнуть в явной форме. Лучше подождать и, если это произойдет, вы можете заверить больного, что это позитивный признак. Другими словами, следует избегать проекции ненужных симптомов на больного.

Острые заболевания совершенно другие. Обычно больной йены-

тывает боль, поскольку болезнь сравнительно недавняя. Хорошо, если пациент уже посетил врача; ваша задача в этом случае сводится только к ускорению процесса исцеления. Если больной не был у врача, а болезнь продолжает ухудшаться, лучше направить больного к квалифицированному врачу. Во время лечения острого заболевания воздействие Рейки часто приводит вначале к усилению боли, так как большое количество исцеляющей энергии, забираемой больным участком, создает ощущение давления. Данный симптом обычно пропадает в течение 2-3 дней, и облегчение наступает очень быстро. Симптомы острого заболевания реагируют именно таким образом на самые различные методы лечения.

Несколько лет тому назад, когда я работала добровольцем в клинике мексиканского духовного целителя, туда поступила молодая женщина, родившая несколько дней назад. Так как она и ее муж были очень бедны и не могли себе позволить положить молодую мать в госпиталь или обратиться к акушерке, ребенок родился дома. После родов у нее развилась инфекция, в основном из-за остатков околоплодных материалов. Вновь местные больницы не приняли ее, и она была доставлена своим мужем в клинику с сильными болями.

После лечения целитель предупредил, что она может ощутить боли в течение нескольких последующих дней, но вскоре, примерно на третий день, она почувствовала улучшение. Как я поняла позднее, похоже, что после воздействия на эфирное тело лечение проявляется на физическом плане с задержкой примерно на три дня. Большинство 'духовных и парапсихологических методов воздействуют на больного подобным образом. При методе Рейки отсутствует «время запаздывания», так как энергия Рейки концентрируется во время лечения как на физическом, так и на эфирном теле. Когда исцеляемый поглощает энергию, он также определяет необходимую продолжительность лечения.

Всякий раз, когда вы имеете дело с лечением острого заболевания, лучше довести до сведения больного, что он может испытывать неудобство в первые дни, пока симптомы не начнут исчезать.

В противоположность хроническим болезням, при которых кризис в лечении может наступать или не наступать, острые заболевания проявляют более сильные симптомы в начальной фазе лечения. Таким образом, лучше подготовить больного, сообщив ему правильную информацию об обычных реакциях, имеющих место в подобных случаях.

Иногда вы можете услышать жалобы на боль или дискомфорт от людей, подвергающихся воздействию Рейки, которые до этого ни на что не жаловались. Иногда люди имеют болезни, о которых они ничего не знают и не чувствуют их. Лечение с помощью Рейки усиливает целебную энергию в области, где находится болезнь, и это усиление может ощущаться как боль или дискомфорт.

Первый случай имел место вскоре после получения мной 1-й степени Рейки. Моя близкая подруга приехала ко мне из-за океана, и я провела с ней сеанс воздействия Рейки рано утром. После того, как я ушла на работу, вечером я получила вызов из местного госпиталя. Моя подруга почувствовала сильную боль и попросила моего друга отправить ее в госпиталь. Вначале ей поставили непра-

вильный диагноз — инфекционное воспаление матки, однако позже у нее обнаружили камни в почках. Очевидно, воздействие Рейки усилило целебный процесс, вызвав движение камней в почках. В процессе лечения у подруги впервые появились признаки болезни. Очень важно также иметь в виду, что в подобных случаях энергия Рейки поглощается, а не посылается.

Хотя я сочувствовала моей подруге по поводу ее боли, ее тело взяло энергию в количестве, необходимом ей. Этот случай позднее способствовал пересмотру ее диеты и привел к полезным изменениям в ее жизни. Из этого и других подобных случаев можно увидеть, что Рейки ускоряет процесс исцеления тела. Другим случаем, о котором я люблю рассказывать моим ученикам, является пример с инфицированным порезом на коже. Когда белые кровяные тельца устремляются к инфекции и пожирают все бактерии, чувство давления от всей лечебной деятельности переходит в боль. Поэтому неприятные физические симптомы часто являются лишь признаками того, что тело правильно работает для выполнения задачи исцеления.

При лечении различных болезней важно помнить, что Рейки может проникать через любое твердое вещество, такое, как одежда, дерево или сталь. Рейки также проникает через гипсовую повязку, когда проводится воздействие на сломанную кость. Но лучше подождать, когда кость немного заживет, чтобы воздействовать непосредственно на нее. Если вам нужно лечить больного, который чувствует себя неуютно при чьем-либо прикосновении, вы можете передать ему энергию Рейки, держа руку над его телом. Воздействие с помощью Рейки рекомендуется особенно тем, кого собираются оперировать. Лучше воздействовать на пациентов до начала операции и после нее, так как Рейки может усилить эффект анестезии и вызвать преждевременное прекращение ее действия.

Госпожа Таката разработала простой порядок положений рук, который следует эндокринной системе организма. Она часто давала и дополнительные положения рук, как это делаю я и другие целители. Вы можете использовать эти положения для самолечения или для работы с другими людьми.

Вначале положите свои ладони на глаза. При таком положении рук должны захватываться и пазухи.

Вторым положением будет наложение ладоней на виски.

Третьим положением будет наложение ладоней на уши.

Четвертым положением будет наложение ладоней на затылочные доли у основания черепа.

Пятым положением будет наложение одной ладони на затылок, а другой ладони на лоб. Данное положение захватывает как шишковидную железу, так и гипофиз и гипоталамус. Данное положение хорошо снимает головную боль, стресс и напряжение.

Шестым положением будет наложение ладоней по обеим сторонам горла или спереди и сзади горла (такое положение захватывает многие лимфатические железы ниже подбородка с каждой стороны трахеи).

Седьмым положением будет покрытие щитовидной и вилочковой железы.

Затем идут сердце и солнечное сплетение (надпочечники). Здесь я хочу дополнить технику мадам Таката и включить печень (как раз ниже правой части грудной клетки), верхнюю часть легких (по ладони на каждом легком) и область селезенки и поджелудочной железы напротив печени. Теперь я возвращаюсь к начальной точке или точке «Ци», которая находится на три пальца ниже пупка.

Затем покрываются яичники у женщин (как раз над лобковой костью) или лимфатическими узлами в верхней части каждого бедра у мужчин.

Затем воздействию подвергаются колени, так как они связаны с боязнью изменений и страхом смерти «эго».

Наконец, вы можете завершить воздействие на переднюю часть тела над ступнями.

Сзади работа начинается с плеч, продолжается вниз к крестцу и заканчивается балансированием позвоночника.

Можно также включаться в другие области тела. Лучше всего при этом использовать вашу интуицию. Независимо от особенности болезни, например, такой, как диабет, вы должны воздействовать на соответствующие внутренние органы, поражаемые болезнью, в данном случае на поджелудочную железу. Если вы имеете дело с сердечной болезнью, вы, безусловно, должны сосредоточиться на сердце. Кроме того, хорошо посвятить по крайней мере 30 минут в день определенным болезненным участкам тела, таким, как злокачественная опухоль при раке. Уделяйте некоторое время эндокринной системе и обращайтесь особое внимание на вилочковую железу, которая, как мы знаем, оказывает мощное воздействие на иммунную систему. Вы опять должны положиться на свою интуицию и держать как можно дольше ваши руки на участках, которые продолжают поглощать энергию. Сигналы, говорящие вам о смене положения рук, могут быть различными. Вы можете наблюдать или ощущать глубокий вздох облегчения у пациента, чувствовать снижение тепла в ваших руках или уменьшение пульсации или покалывания.

Меняйте положение рук сразу же, как только интуиция подскажет вам это. Среднее время, затрачиваемое на каждый участок тела, равно примерно 3-5 минутам, но при необходимости оно может быть и больше.

Наконец, при лечении больного, независимо от ваших чувств, вы не должны привязываться к результатам вашего лечения.

Одним из важнейших уроков, который я извлекла, будучи целителем, является то, что нужно позволять каждому больному решать самому, хочет ли он выздороветь или остаться больным, хочет ли он жить или умереть.

Несколько лет тому назад, когда моя мать заболела раком, первые сеансы, которые я провела, пожалуй, очень быстро помогли бы ей при операции. Однако вскоре, к моему большому разочарованию, мать пожелала попробовать химиотерапию наряду с макробиотической диетой и терапией Гертсона. Я продолжала воздействовать на нее из Калифорнии в Германию. Так как у меня есть способность ощущать симптомы других людей в собственном теле, я могла всегда сказать, когда мать проходит химиотерапию. Я пыталась вежливо разубедить ее, так как я знала многих своих друзей, которые выле-

чилились от рака с помощью химиотерапии, но затем умерли от ее последствий. Когда я увидела, что она тверда в своем убеждении, я всецело ее поддержала, так как я не чувствовала, что мать нуждается в большем количестве позитивной энергии, чем то, которое она получает. Через несколько месяцев, когда я собиралась посетить бразильских психиатров, я позвонила ей и посоветовала поехать со мной. Но она вновь отказалась, так как собиралась попробовать новый метод химиотерапии в Южной Германии. Когда я была в Бразилии, мать умерла. У нее был контакт со мной, и с помощью методики курса 2-й ступени Рейки я смогла ей помочь в процессе ухода из жизни на расстоянии в 6 тыс. миль. Я никогда не забуду то время. Это было одно из самых сильных душевных переживаний в моей жизни.

Смесь печали и горя от потери матери нашли свою реализацию в физической форме через очень сильное подтверждение того, что в действительности она не умерла, а просто сменила форму жизни. Я хотела, чтобы мать приехала ко мне и мы вместе совершили бы путешествие по Бразилии. Мать оставалась в своем астральном теле в течение нескольких недель, пока вся семья смогла собраться в США и выразить свою печаль, а также пожелать матери всего хорошего на ее пути.

Чувство воздействия на кого-либо с помощью Рейки в процессе ухода из жизни представляет собой в высшей степени душевные переживания. Я чувствовала, что мой долг быть с матерью во время такого важного перехода в другой мир. Это чувство можно сравнить только с участием в рождении первого ребенка у моей сестры, ибо рождение и смерть являются переходом. Энергия любви при каждом из этих переживаний настолько переполняет вас, что данное чувство трудно выразить словами. Непременным фактором в каждом случае является то, что вы имеете дело с цельной совершенной личностью в истинном смысле этого слова. Дети рождаются как совершенные цельные существа, а в процессе смерти все наносное отпадает, обнажая истинную красоту человека в переходе.

В действительности, каждый человек, которого мы лечим, является совершенным цельным существом, и «болезнь», которую мы наблюдаем, является только иллюзией, ждущей своего времени для того, чтобы исчезнуть, когда урок болезни будет завершен. Мы, целители, находимся здесь, на Земле, для того, чтобы поддерживать других в этом преисполненном благоговения процессе. Это большая честь быть целителем, так как мы можем мельком увидеть за маской истинное совершенство каждого человека. Наша задача — помочь людям увидеть это совершенство. Рейки является удивительным способом для достижения этой цели.

Смерть — всего лишь пробуждение от  
Ночных сновидений. Возвращение  
души к свету.

Нари

## Глава 16

ПСИХОЛОГИЯ ТЕЛА. КАК И ГДЕ НАКАПЛИВАЮТСЯ  
ЭМОЦИИ В ТЕЛЕ?

Большинство людей, собираясь изучать психологию, обращаются к мозгу как к центру умственной деятельности. Мозг на самом деле является физическим органом, который регистрирует и хранит в памяти мысли, подобно компьютеру. Однако сознание в действительности функционирует посредством эфирного (плазменного) тела и воздействует на всю физическую структуру. Вы, наверное, слышали изречение: «Вы являетесь тем, что вы едите». Это может быть выражено и так: «Вы являетесь тем, что думаете». Другими словами, то, что мы вбираем в наше тело, помогает сформировать нашу физическую структуру. К тому же мысли, которые мы излучаем, и эмоциональные реакции, которые проходят через наше тело, также воздействуют на форму и строение тела. Таким образом, тело является отражением сознания и в свою очередь, поскольку тело развивается в определенных направлениях, сознание будет действовать как отражение тела.

Ткани тела будут фактически регулировать свой размер и строение в соответствии с качеством эмоций и мыслей, проходящих через них. Позитивная энергия способствует поддержанию гибкости и легкости тела, в то время как подавленные действия или желания будут стремиться создать энергетические блоки в эфирном, а затем и в физическом телах. Заблокированная энергия будет фактически формировать жесткость в ткани. Жесткость с течением времени накапливается и способствует формированию «брони тела» — термин, который был использован Вильгельмом Рейхом для иллюстрации избыточной ткани, которая нарастает, создавая таким образом «защитный» барьер. Массажисты сталкиваются с этим повседневно в своих клиниках в виде напряженности в трапециевидных мышцах, с помощью которых мы буквально несем груз мира на своих плечах, а также в других отдельных участках тела в соответствии с особенностями психологии тела.

**НОС**

- связан с сердцем (цвет и форма носа)
- чувство и запах, сексуальная реакция
- осознание себя

**РОТ**

- выживание
- как мы обеспечиваем безопасность
- питание
- способность принимать новые

**ИДЕИ****ЛОБ**

- интеллектуальное выражение

**ШЕЯ**

- соединение мыслей и эмоций
- неподвижность возникает из-за подавления своего мнения

**РУКИ И КИСТИ**

- продолжительность сердечного центра
- выражение любви и эмоций

**СОЛНЕЧНОЕ СПЛЕТЕНИЕ** (диафрагма)

- сила и власть
- эмоциональный контроль
- центр мудрости — силы

**ПОЛОВЫЕ ОРГАНЫ**

- связаны с корневой чакрой — вместилищем Кундалини
- выживание
- страх жизни

**КОЛЕНИ**

- боязнь смерти
- боязнь смерти старого «Я»
- боязнь изменений

**ЛИЦО**

- выражает различные маски нашей личности
- показывает, как мы относимся к миру

**ГЛАЗА**

- показывают, как мы видим мир
- близорукие углублены в себя
- дальнорукые менее углублены в себя
- окна души

**БРОВИ**

- центр интуиции
- выражение эмоций

#### *УШИ*

- наша способность слышать
- имеют точки акупунктуры, соответствующие всем участкам тела

#### *НИЖНЯЯ ЧЕЛЮСТЬ*

- напряжение означает блокаду эмоциональной и речевой связи
- страх или легкость выражения

#### *ГРУДНАЯ КЛЕТКА*

- взаимоотношения
- эмоции любви и сердца
- дыхание и кровообращение

#### *ЖИВОТ*

- местонахождение эмоций
- содержит наши глубокие чувства
- центр сексуальности
- система пищеварения

#### *БЕДРА*

- личная сила
- вера в свои способности
- боязнь неадекватной силы

#### *СТУПНИ*

- заземление
- связаны с достижением наших целей
- боязнь завершения

#### *КИСТИ РУК*

- давать и получать
- опираться на реальность
- достижение цели
- боязнь действий

#### *ПРЕДПЛЕЧЬЕ*

- средства достижения целей
- боязнь быть хуже других

#### *ЛОКОТЬ*

- соединение силы верхней части руки с действием предплечья

#### *ВЕРХНЯЯ ЧАСТЬ ПОЗВОНОЧНИКА*

- (в особенности между лопатками) здесь мы носим

накопленный гнев

#### *НИЖНЯЯ ЧАСТЬ ПОЗВОНОЧНИКА*

- соединение движения нижней и верхней частей тела
- у мужчин здесь многое накапливается из-за накопления

эмоций в животе

#### *СЕДАЛИЩНАЯ МЫШЦА*

- сдерживание эмоций, т. е. когда им не дают выхода

- закрепощение анального отверстия

#### *ОТВОДЯЩИЕ МЫШЦЫ*

- внутренняя часть бедра
- содержит проблемы, связанные с сексом

#### *ЛОДЫЖКИ*

- создают баланс

#### *РУКИ*

- являются выражением сердечного центра, любви
- позволяют нам двигаться и поддерживать связь с

#### *ВЕРХНЯЯ ЧАСТЬ РУКИ*

- сила для действия

- боязнь разочарований

#### *ПЛЕЧИ*

- то, на чем мы несем тяжесть мира
- боязнь ответственности
- женщины многое накапливают в плечах

#### *ПОЗВОНОЧНИК*

- место, где мы накапливаем все наши бессознательные эмоции и избыточное

напряжение

#### *ТАЗ*

- местоположение энергии «Кундалини»
- корень основных проблем и действий,

связанных с выживанием

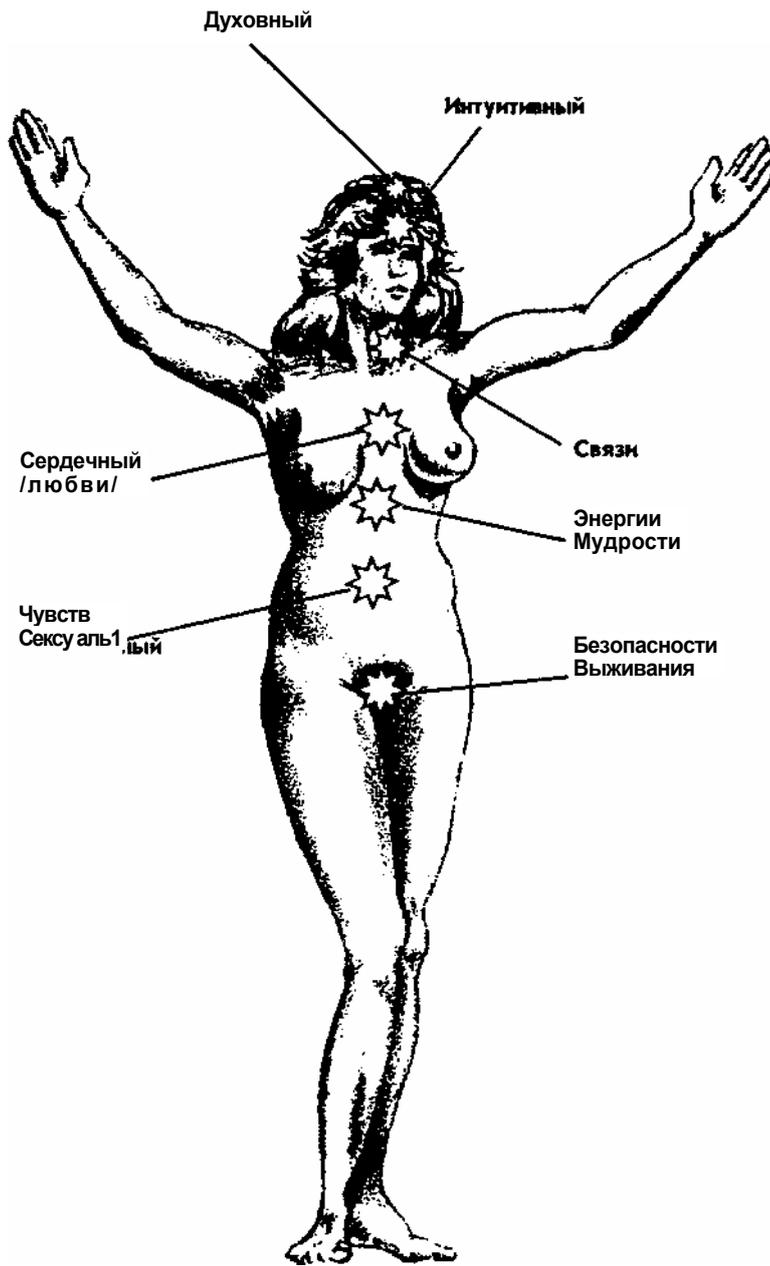
#### *ПОДКОЛЕННЫЕ СУХОЖИЛИЯ*

- самоконтроль
- освобождение, отпускание мыслей

и эмоций

#### *НИЖНЯЯ ЧАСТЬ НОГИ*

- дает возможность двигаться к цели
- боязнь действий



## ДЕЛЕНИЕ ТЕЛА НА ПЕРЕДНЮЮ И ЗАДНЮЮ ПОЛОВИНЫ

**ПЕРЕДНЯЯ ЧАСТЬ:** наше зеркало мира

- ваша социальная маска
- содержит эмоциональные проблемы повседневной жизни, такие, как любовь, желание, грусть, радость, озабоченность и т. д.

- "боль" сердца накапливается в груди между ребрами и внутренней частью плеч. Также много эмоций накапливается в животе

**ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ:** здесь накапливается множество бессознательных мыслей и эмоций

- место, где мы прячем наши проблемы, с которыми мы не готовы совладать

- место, где мы храним свои эмоции по отношению к вещам, которые мы не хотим признавать

- большая часть боязни и гнева скапливается между лопатками и вдоль мышц спины по обе стороны позвоночника

что жесткая поза (или броня тела), созданная предыдущими эмоциональными состояниями, может приводить к тем же самым эмоциям. Таким образом, разум и эмоции, воздействующие на тело, и в свою очередь структура тела могут влиять на разум, вызывая эмоции. Когда Рольф в процессе работы по своей методике раскрепощает жесткую броню тела и освобождает его от несуществующей позы, эмоции, накопившиеся в структуре тела, также снимаются, позволяя индивидууму ощутить новую легкость существования без груза ненужных последствий предыдущего негативного опыта.

Работа Рольф, поддержанная не только физиотерапевтами и массажистами, но и психологами, привлекает очевидностью возможных глубоких психологических изменений, присущих ее методике. Много вариантов ее методики появилось в 70-е годы XX столетия, включая «Психо-структурное балансирование», «Моделирование астана» и «Техника хеллера».

Развивая варианты методики Рольф, другие целители также начали осознавать чрезвычайную полезность точек акупунктуры при обработке участков тела для снятия эмоций. Крис Триском из Калистено Нью-Мехико, который приобрел известность в связи со своей работой «по возвращению к прошлой жизни», относится к одной из групп людей, которые вновь открыли пользу меридианов акупунктуры при снятии накопившихся эмоциональных блоков. Фактически это знание существует тысячи лет и используется в нескольких восточных культурах. В то время, как китайцы используют энергетические меридианы акупунктуры и движение энергии «Ци», в Индии йоги используют эфирное тело, которое наполняется энергией «праны», проходя по каналам, называемым «Нади». Несколько различных форм йоги направлены на «сжигание» энергетических блоков, которые препятствуют прохождению потока через «Нади». «Чуа Ка», древняя и очень глубокая форма монгольского массажа, помогает бойцам избавиться от страха перед схваткой путем снятия долговременных эмоциональных блоков.

Большинство различных форм методики снятия эмоциональных блоков нацелено на увеличение количества энергии жизненной силы для того, чтобы оказать давление на заблокированные каналы в тонких телах. Когда энергия жизненной силы начинает давить на блок, сопротивление блока создает в теле состояние вибрации высшей степени. Все системы тела в свою очередь подвергаются воздействию, которое помогает стимулировать и вновь создавать первоначальную травму, которая привела к блоку. Затем человек вновь испытывает чувства, связанные с прошлым событием в форме словесной разрядки и, возможно, даже органической реакции.

«Ребефинг» описанный в гл. 11, также используется для усиления жизненной энергии посредством сознательного дыхания для того, чтобы создать вибрационное давление, необходимое для прорыва блоков.

Все различные школы методов снятия эмоциональных блоков обычно направлены к одной цели, которая заключается в очистительном освобождении от эмоциональной энергии на уровне, находящемся за пределами функционирования интеллектуальных и рациональных способностей. Такое освобождение от эмоциональной энергии помогает очиститься от долгое время накапливавшейся травмы и является эквивалентным «первородному крику» Яанова. методика не обязательно преследует эту цель, так как результат чаще достигается благодаря готовности психики реципиента освободиться от такой энергии. Не менее, чем очистительное освобождение,

Каждая часть тела играет уникальную роль в соответствии со своей определенной функцией телесного разума. Приводимые далее две схемы помогают проиллюстрировать различные типы эмоций, которые заключены в определенных областях тела. Заметьте... что имеется также определенная связь между чакрами, или семью основными энергетическими центрами, и типами эмоций, которые скапливаются в соответствующих областях тела. Подобно тому, как эндокринная система непосредственно соответствует чакрам, или энергетическим *центрам*, так и ментальное и эмоциональное тела тесно связаны между собой.

Как вы смогли увидеть на предыдущих двух схемах, тело поистине является выразителем разума и эмоций. В дополнение к таким факторам, как наследственность, окружающая среда, питание и ежедневная физическая активность, глубокие эмоции и мысленные формы, проходящие через тело, сильно отражаются на строении и состоянии тела.

В связи с растущим интересом во всем мире к пониманию неотъемлемых функций тела и разума, я провожу в выходные дни семинары по основным вопросам психологии тела и роли эмоций, чтобы помочь людям найти определенные способы для чистки заблокированных участков тела. Вначале я рассматриваю идеальную физическую структуру, описанную Идой Рольф, которая разработала систему «Рольфинга». Согласно теории Рольф, у человека со здоровой структурой тела и разума при прямой стойке уши находятся точно на линии колен, колени — на линии середины плеч, а плечи — точно над бедрами. Если наблюдаются какие-либо отклонения от этого стандарта, мы начинаем замечать определенные отклонения в характере человека.

Доктор Рольф, биохимик и физиолог, которая проводила исследования мышечной ткани и ее различных структур в человеческом теле, отмечает, что как эмоциональные, так и физические травмы непосредственно воздействуют на возникновение напряжений и жесткости тканей мышц и миофасциальных волокон тела. Она отмечает, что страх, огорчение и гнев, когда они охватывают тело, могут вызвать изгиб мышц при определенных «защитных» позах. Если человек повторяет данные позы несколько раз, они могут привести к жесткости и человек может затем начать реагировать на определенные эмоции физическим образом. Когда это произойдет, естественное положение тела будет нарушено и может установиться общий жесткий гравитационный дисбаланс. Так формируется привычный стандарт поведения и определенное положение мышц становится постоянным.

В физической структуре существуют обычные общие отделы, которые часто формируются и которые помогают упростить понимание психологии тела. Следующие пять примеров подсказаны книгой «Разум тела» Кена Дичтволда.

Для исправления нарушений в структуре доктор Рольф разработала 10-часовой курс ПЮ сеансов) проведения глубоких манипуляций со слоями миофасциальных волокон для восстановления правильного полного баланса тела. Позже, через несколько лет, когда доктор Рольф усовершенствовала свою методику, она стала замечать, что люди во время ее курса освобождаются от многих эмоций. Кроме того, стало очевидным, что у многих различных людей одинаковые эмоции возникают в одних и тех же участках тела. Также стало ясным, что не только негативная эмоция способствует созданию твердой брони тела в процессе повседневной жизни, но и

что жесткая поза (или броня тела), созданная предыдущими эмоциональными состояниями, может приводить к тем же самым эмоциям. Таким образом, разум и эмоции, воздействующие на тело, и в свою очередь структура тела могут влиять на разум, вызывая эмоции. Когда Рольф в процессе работы по своей методике раскрепощает жесткую броню тела и освобождает его от несуществующей позы, эмоции, накопившиеся в структуре тела, также снимаются, позволяя индивидууму ощутить новую легкость существования без груза ненужных последствий предыдущего негативного опыта.

Работа Рольф, поддержанная не только физиотерапевтами и массажистами, но и психологами, привлекает очевидностью возможных глубоких психологических изменений, присущих ее методике. Много вариантов ее методики появилось в 70-е годы XX столетия, включая «Психо-структурное балансирование», «Моделирование астона» и «Техника хеллера».

Развивая варианты методики Рольф, другие целители также начали осознавать чрезвычайную полезность точек акупунктуры при обработке участков тела для снятия эмоций. Крис Триском из Калистео Нью-Мехико, который приобрел известность в связи со своей работой «по возвращению к прошлой жизни», относится к одной из групп людей, которые вновь открыли пользу меридианов акупунктуры при снятии накопившихся эмоциональных блоков. Фактически это знание существует тысячи лет и используется в нескольких восточных культурах. В то время, как китайцы используют энергетические меридианы акупунктуры и движение энергии «Ци», в Индии йоги используют эфирное тело, которое наполняется энергией «праны», проходя по каналам, называемым «Нади». Несколько различных форм йоги направлены на «сжигание» энергетических блоков, которые препятствуют прохождению потока через «Нади». «Чуа Ка», древняя и очень глубокая форма монгольского массажа, помогает бойцам избавиться от страха перед схваткой путем снятия долговременных эмоциональных блоков.

Большинство различных форм методики снятия эмоциональных блоков нацелено на увеличение количества энергии жизненной силы для того, чтобы оказать давление на заблокированные каналы в тонких телах. Когда энергия жизненной силы начинает давить на блок, сопротивление блока создает в теле состояние вибрации высшей степени. Все системы тела в свою очередь подвергаются воздействию, которое помогает стимулировать и вновь создавать первоначальную травму, которая привела к блоку. Затем человек вновь испытывает чувства, связанные с прошлым событием в форме словесной разрядки и, возможно, даже органической реакции.

«Ребефинг» описанный в гл. 11, также используется для усиления жизненной энергии посредством сознательного дыхания для того, чтобы создать вибрационное давление, необходимое для прорыва блоков.

Все различные школы методов снятия эмоциональных блоков обычно направлены к одной цели, которая заключается в очистительном освобождении от эмоциональной энергии на уровне, находящемся за пределами функционирования интеллектуальных и рациональных способностей. Такое освобождение от эмоциональной энергии помогает очиститься от долгое время накапливавшейся травмы и является эквивалентным «первородному крику» Яанова. Методика не обязательно преследует эту цель, так как результат чаще достигается благодаря готовности психики реципиента освободиться от такой энергии. Не менее, чем очистительное освобождение,

при котором человек все еще находится под сознательным контролем, полезны речевые эмоции, подчас сочетающиеся с подергиванием или произвольными движениями тела, так как она может подготовить человека к освобождению от эмоций.

Далее приводятся некоторые важные факторы, которые способствуют освобождению от эмоциональных блоков.

Практикующий методику освобождения от эмоциональных блоков, наряду с серьезной подготовкой по используемой методике, должен обладать глубоким пониманием сущности психологии тела. В идеале он должен обладать не только опытом оказания помощи в освобождении других людей от эмоциональных блоков, но и опытом снятия эмоциональных блоков у самого себя. Другими словами, для того, чтобы правильно подходить к этому вопросу и создавать чувство безопасной обстановки для очищающего освобождения от эмоциональных блоков, необходимо установить сопереживающее чувство доверия и безопасности между исцеляемым и целителем. Сопереживание является результатом сочувствия друг к другу, что способствует успешной работе.

Существуют различные приемы, которые помогают создать высокую частоту вибрации, связанную с давлением, для интенсивного освобождения от эмоциональных блоков. Такие способы, как сознательное дыхание, акупрессура определенных участков тела, визуализация и упражнения, приемы, используемые в биоэнергетике, все это способствует движению энергии.

Как я упоминала в гл. 11, я часто использовала энергию Рейки в сочетании с «ребефингом». Другим мощным средством, кроме этих двух, являются точки акупрессуры на теле, в местах расположения блокад.

В начале семинаров о прошлой жизни, на которых я использовала сознательное дыхание как основной метод возвращения к прошлому, я делала краткий обзор психологии тела и предлагала участникам семинара провести оценку друг друга. Участники исследовали тела друг у друга, чтобы определить, где у каждого из них сосредоточено больше энергии и каким образом точки акупрессуры могут помочь снять блокаду. Вы можете проделать то же самое. Выберите время для оценки вашего тела с помощью вашего товарища. Попытайтесь определить наиболее заблокированные участки тела и то, какие точки снятия блокад наиболее эффективны для вашего типа тела. Для этого вы можете обратиться к прилагаемым в книге схемам. Я советую вам обратиться за помощью к профессиональному специалисту по «ребефингу» или массажисту. Кроме того, настоящая книга поможет вам определить наиболее эффективные средства в вашей жизни.

С помощью сознательного дыхания вы можете помочь вашему специалисту по «ребефингу» определить точки для акупрессуры на вашем теле. После освоения процесса «ребефинга» вы можете приступить к «ребефингу» самостоятельно. При этом вы можете использовать следующую технику самостоятельно или с помощью ассистента.

Лучше использовать точки акупрессуры, показанные на схемах, начиная со ступней и медленно двигаясь вверх по телу. Усиливайте давление на точку постепенно, на вдохе, и удерживайте давление или ослабляйте его, когда это необходимо, на выдохе. Когда вы подойдете к точкам блокады, вы можете попробовать увеличить нажим, но в то же время нужно быть уверенным, что надавливание не закроет канал в районе точки. Позвольте энергии омыwać блок

л, при необходимости, двигаться вперед и назад по телу. Позвольте энергии свободно перемещаться, не воздействуя на нее. Когда на определенных участках энергия не проходит, обратитесь к основным точкам акупунктуры на этом участке, например, к точкам на тазе и бедрах — для ног или на плечах — для рук.

Избегайте больших разговоров до начала процесса. Подождите, пока эмоции будут сняты, прежде чем задавать слишком много вопросов. Когда энергия проходит через тело, вы можете заметить определенные симптомы, такие, как подергивание, спазмы и т. п. Когда энергия высвобождается в горловой чакре, исцеляемый может даже кричать. Позвольте энергии идти по ее естественному пути. Когда наступает интенсивная очистительная реакция и вы выступите как проводник, обеспечьте хорошее заземление и сосредоточьтесь на защите тела исцеляемого от повреждений или продолжительной задержки дыхания. Это все, что необходимо в данный момент. Ваша интуиция должна подсказать вам, когда процесс будет окончен или когда исцеляемый начнет вступать в сознательное взаимодействие. При необходимости вы можете завершить процесс, задав, например, такой вопрос: «Что вы испытываете? Что вы видите?», для того чтобы активизировать разум. После того, как снятие эмоциональных блоков будет завершено, вы можете поделиться вашим опытом с исцеляемым.

Методика по снятию эмоциональных блоков является сильным средством энергетической чистки тела, однако она не помогает перепрограммировать укоренившиеся привычки, связанные со снятием эмоциональных блоков. Для того, чтобы переделать старые подсознательные стандарты поведения, я рекомендую использовать 40-дневную подкрепляющую программу. Требуется по крайней мере 40 дней для перепрограммирования подсознания с 15-минутной медитацией в день.

Мы подошли к моменту, когда мы должны очиститься и в целом, как группа, помочь лечению нашей планеты. Как индивидуумы мы можем предпринять первый шаг путем инициации нашего собственного очистительного процесса через очищение эмоционального тела. Со временем усиление наших частот вибрации вернет нас к нашему первоначальному состоянию как истинных существ света — в единстве и полной гармонии с Жизненной Силой Вселенной.

## Глава 17 МЕСТО РЕЙКИ

### В ЭВОЛЮЦИИ СОЗНАНИЯ

В сегодняшнем открытом мире, когда люди ищут альтернативных решений многих жизненных проблем, растет понимание того, что исцеление происходит на уровне<sup>^</sup> превышающем физический. Сила разума, в соединении с материей, становится более очевидной, так как тысячи людей продолжают делиться опытом хождения по огню и мощного духовного целительства. Эти обстоятельства убеждают людей в возможности пробуждения, т. е. получения более сознательного восприятия. Старые негативные стандарты поведения и страх, которые накапливались столетиями, постепенно исчезают, когда вы начинаете ощущать новую частоту вибрации любви на нашей планете и настраивать себя на нее. Мы можем больше не отделять себя друг от друга и продолжать существовать. Мы создали ситуацию, при которой мы должны сделать выбор: сотрудничать или умереть. Старый, бессознательный стандарт разделения уходит прочь, когда мы стремимся к новому коллективному сознанию мира и гармонии.

У меня такое чувство, что все болезни происходят из-за негативных эмоций, вызванных отделением от Бога (Всеобщего Разума) ложным «эго», несчастным или беспокойным, которое чувствует, что жизнь идет не по «его пути». Когда человек может на какое-то время уйти от занятого самим собой «эго», которое всегда трубит в свой горн, тогда он может осознать, что мы неотделимы от Бога или Всеобщего Разума (наше истинное «Я» и истинные «Я» других людей), что мы поистине составляем единое целое с Вселенной (неотделимы от нее). Через такое осознание протекает целебный поток. Исцеление идет через возвращение к прошлому. В самом деле, воспоминание о том, кто мы на самом деле, является ключом к самоисцелению. Воспоминание о том, где наши эмоции вышли из-под контроля и оказали воздействие на наше тело, является еще одним важным моментом для осознания нашего специфического непонимания, что также связано с первоначальным чувством разделения. Определенный скачок в сознании человечества должен теперь изменить это старое чувство разделения.

Рейки является мощным способом, который может помочь индивидууму избавиться от этого чувства разделения. Когда начинается 21-дневный процесс очищения после курса 1-й ступени, исчезают многие старые эмоциональные блоки. Возрастает интуиция, помогая индивидууму более тонко настроиться на высшее «Я».

Повышая частоту вибрации тела, Рейки дает возможность каждому человеку открыть в себе канал для восприятия большего количества энергии, а также повысить частоту вибрации нашей планеты в целом.

Так как Рейки является способом восприятия большего количества энергии, этот метод предоставляет каждому индивидууму возможность снять покров с сознания, который стремился скрыть ясное

восприятие Истины. Поскольку мы стремимся через внутреннюю работу развить большее сознательное восприятие и более глубокий уровень в связи с Высшим «Я», то мы ощущаем результаты снятия покровов с сознания и придем к проявлению состояния эманации.

#### **СПИСОК ТЕРМИНОВ**

**АСТРАЛЬНОЕ ТЕЛО:** одно из тонких тел, частота вибрации которого выше частоты вибрации эфирного тела, также тесно связанного с эмоциями.

**АУРА:** тонкая, невидимая эссенция, которая исходит от людей, животных и других тел.

**БИОПЛАЗМЕННОЕ ТЕЛО:** русский термин для эфирного тела или — поля

**БИОЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ:** упражнения, разработанные Александром Лоуэнгом, одним из учеников Вильгельма Рей. Биоэнергетические упражнения предназначены для генерирования электромагнитной энергии в теле, используемой для удаления блоков.

**БОЛЕЗНЬ:** альтернативное состояние живого существа, которое нарушает его функционирование ввиду ослабления организма. Такое состояние делает проблематичным рост человека и учебу.

**ЭКСКОРДИЗМ (изгнание нечистой силы):** ритуал, проводимый над человеком, которым, как полагают, овладели нечистые силы, с целью их изгнания.

**ЦЕЛИТЕЛЬСТВО:** большое или небольшое изменение, которое помогает восстановить здоровье.

**ФАКТОР ПРИЧИННОСТИ:** связан с причиной болезни, также божественный закон причин и следствий. Причинное тело само по себе является одним из тонких тел, которое накапливает все наши впечатления от многих различных жизней.

**ФОТОГРАФИРОВАНИЕ ПО МЕТОДУ КИРЛИАНА:** специальный процесс, разработанный Семеном Кирлианом в России для фиксации на пленке коронообразного разряда, или ауры.

**РЕШЕТКА ИЗ КРИСТАЛЛОВ:** геометрическая решетка или схема кристаллов, которая используется для усиления лечения и медитации.

**I — ПОЛЕ:** «поле жизни», открытое Бурром и Нортрапом, называется также эфирным или биоплазменным телом.

**НАСТРОЙКИ:** особые инициации (посвящения) Рейки, которые повышают частоту вибрации тела и открывают особый лечебный канал в чакрах (энергетических центрах).

**ЭЛЕМЕНТАЛЫ:** повторяющиеся мыслеформы, которые обретают собственную жизненную силу. Образования могут рассматриваться физиками в различных формах и размерах (в отличие от естественных духовных форм).

**ОСТРОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ:** серьезное, но непродолжительное заболевание.

**ПАРАПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ; ЛЕЧЕНИЕ:** лечение, которое проводится через направление вибраций или энергии, часто на расстоянии.

**ПАРАПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХИРУРГИЯ:** психическое лечение, при котором внимание сосредоточивается на регулировке эфирного тела с лечебными целями и часто имеет вид вскрытия, как при настоящей операции.

**ОТКРЫТЬ КАНАЛ:** начать действовать в качестве человеческого проводника для получения и передачи информации от аспекта Всеобщего Разума (вашего собственного Высшего «Я», духовного руководителя и т. п.).

**ЦЕНТРИРОВАНИЕ:** обращение сознания человека к чакре живота, чтобы отпустить интеллект общаться с Всеобщим разумом.

**ШАБЛОНЫ (привычные способы доведения):** повторяющееся поведение, связанное с привычкой и возникающее в результате определенных реакций на ситуации в прошлом.

**ТОНКОЕ ТЕЛО:** все невидимые для обычного глаза энергетические тела (эфирное, причинное и астральное), имеющие более высокую частоту вибрации, чем физическое тело.

**УРОВЕНЬ ВИБРАЦИИ:** различные частоты, на которых происходит колебание

**ФИЗИЧЕСКАЯ ХИМИЗАЦИЯ:** окончательное освобождение от токсинов, вызвавших болезнь. Часто связана с исцелением острых и хронических заболеваний.

**ХРОНИЧЕСКОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ:** продолжительная Болезнь.

**ЧАКРЫ:** энергетические центры, расположенные в эфирном теле. Чакры тесно связаны с эндокринной системой физического тела.

**ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ БЛОК:** точка в эфирном и физических телах, где энергия накапливается и не может свободно перемещаться по причине дисгармонии в теле.

**ЭФИРНОЕ ТЕЛО:** биоплазменное тело, или энергетическая составляющая физического тела, известный как — поле.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие .....	3
ГЛАВА 1. Описание Рейки .....	18
ГЛАВА 2. История Рейки .....	21
ГЛАВА 3. Отличие Рейки от других методов целительства .....	27
ГЛАВА 4. Эффекты воздействия Рейки .....	32
ГЛАВА 5. Пять принципов Рейки .....	37
6. Именно сегодня я должен жить, выражая признательность .....	39
7. Именно сегодня я Не должен проявлять беспокойства .....	41
8. Именно сегодня я не должен сердиться . . . .	42
9. Именно сегодня я должен добросовестно выполнять свою работу .....	44
10. Именно сегодня я должен проявлять любовь и благожелательность ко всем живым существам . .	45
ГЛАВА 6. Что такое настройки? .....	47
ГЛАВА 7. Курс 1-й ступени .....	50
ГЛАВА 8. 21-дневный процесс очищения .....	55
ГЛАВА 9. Семинар 2-й ступени .....	58
ГЛАВА 10. Дополнительные средства, использованные вместе с Рейки .....	62
а) снятие энергетических блоков .....	62
б) использование цвета и звука .....	65
в) кристаллы .....	66
выбор кристалла .....	69
очищение кристалла .....	69
зарядка кристалла .....	70
активизация кристалла .....	70
программирование кристалла .....	70
целительство .....	70
программирование цвета .....	71
г) балансировка чакр .....	71
д) центрирование .....	73
ГЛАВА 11. Сочетание Рейки с другими методами лечения .....	81
ГЛАВА 12. Групповое лечение .....	88
ГЛАВА 13. Воздействие Рейки на детей, растения, животных, пищу и прочие объекты .....	90
ГЛАВА 14. Значение обмена энергией .....	93
ГЛАВА 15. Лечение специфических заболеваний . . . .	97
Глава 16. Психология тела, как и где накапливаются эмоции в теле? .....	102
ГЛАВА 17. Место Рейки в эволюции сознания .....	118
Список терминов .....	119