

ПРАКТИКА
НОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

РЭЙКИ—

искусство
исцеления руками



Ирина Владимировна Дмитриева
Рэйки – искусство исцеления руками
Серия «Практика нового образа жизни»

Текст предоставлен издательством

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8200078

Рэйки – искусство исцеления руками / И. В. Дмитриева.: РИПОЛ классик; Москва; 2014

ISBN 978-5-386-07456-2

Аннотация

Рэйки – это восточная практика исцеления руками. Стать мастером рэйки не просто, однако некоторые приемы этого нетрадиционного метода лечения доступны для желающих. С помощью рук можно гармонизировать и очистить потоки энергии в организме и таким образом избавиться от стресса, усталости, болезней. Рэйки применяется для самолечения и оказания помощи другим.

Содержание

Введение	5
Глава 1. Восточные представления о здоровье и болезни	8
Потоки жизненной энергии	8
Чакры	10
Аура	27
Глава 2. Традиции рэйки	31
История	31
Школа	34
Принципы	36
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Ирина Дмитриева

Рэйки – искусство исцеления руками

© Дмитриева И. В., 2014

© ИП Крылова О. А., 2014

© ООО Группа Компаний «РИПОЛ классик», 2014

Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.

©Электронная версия книги подготовлена компанией ЛитРес (www.litres.ru)

Введение



Рэйки – это искусство исцеления руками. Оно появилось в далекой древности, но в том виде, в каком существует сейчас, оно было сформировано японским буддистом Микао Усуи в 1922 г. и вызывает большой интерес у сторонников нетрадиционной медицины. В настоящее время рэйки представляет собой целую систему воздействия руками на организм человека.

«Рэйки» часто переводят дословно как универсальную жизненную энергию. Исцеление осуществляется не физическими методами, а с помощью направленного энергетического потока, причем сразу на нескольких уровнях – физическом, психическом и духовном. Рэйки способствует оздоровлению организма, устраняет физическую усталость, эмоциональную нагрузку. Энергия рэйки духовно очищает человека, в том числе избавляет от зависимостей, которые часто называют вредными привычками. Она повышает энергетический и творческий потенциал человека, а значит, открывает для него новые возможности.

Рэйки – это не искусственно созданная система. В ее основе – естественное движение, инстинктивное направление энергии. У каждого имеется опыт, когда ударившись обо что-то, тут же прикладываешь руку к больному месту. При этом сразу становится легче и хочется еще какое-то время согреть теплом руки место ушиба. В таком случае человек сам облегчает свое состояние. Его рука в это время направляет энергию тела и эмоций точно по адресу. Энергетическое воздействие на организм можно осуществлять и осознанно, развивая свои способности и прикладывая определенные усилия.

Рэйки включает в себя приемы и техники, зародившиеся еще в древности – рэйки много веков назад практиковали целители Тибета. Затем этот метод энергетического воздействия распространился через Египет, Древнюю Грецию и Рим в Индию, Китай и дошел до Японии. Микао Усуи только возродил и обобщил знания об исцеляющем воздействии рук.

В передаче энергии посредством руки нет ничего мистического. Это явление заложено природой, в которой все взаимосвязано и имеет значение. Рука с точки зрения энергетической системы человека, который сам часть природы, является энергетическим каналом. Поэтому она может отдавать и принимать энергию. Направленность движения энергии зависит от намерения целителя. Он может снять негатив с пациента или с собственной части тела либо наоборот, наполнить здоровой энергией. Практикуя рэйки, человек не создает ничего нового, он только раскрывает свои энергетические каналы, развивает интуицию, способность концентрироваться, воспринимать информацию извне на подсознательном уровне.

Воздействие рэйки происходит само собой, для этого целителю не требуется прилагать каких-то особых усилий: он просто входит в поток рэйки и произносит нужную аффирма-

цию. Далее остается только направить энергию на определенную часть тела или больной орган. Целительная энергия вызывает положительный результат вне зависимости от того, насколько точно приложены руки к больному месту. Исцеляющий во время лечебного сеанса становится частью космической энергетической системы, через него эта энергия передается пациенту.

Опыт рэйки естественным образом передается мастером. Исцелению руками нельзя научить, как письму или счету. Здесь важны настрой, тонкое чувствование, внутренняя свобода. Если в человеке это заложено и он доверяется своей интуиции, то принять рэйки будет для него легко.

Рэйки воздействует не только на людей, но и на животных, растения. Лечение рэйки не имеет противопоказаний и побочных действий. Именно поэтому этот метод оздоровления вызывает большой интерес у людей, имеющих хронические заболевания и желающих поправить свое здоровье, восстановить физические и душевные силы.

Рэйки как систему исцеления исследовали в течение длительного времени в Национальном центре комплементарной и альтернативной медицины США. Ученые подтвердили безопасность этого лечения и отсутствие побочных эффектов от него. Хотя в процессе лечения могут появиться дискомфортные состояния (сонливость, жар, неожиданный прилив сил и др.). Подтверждена эффективность рэйки в борьбе со стрессами, страхами, эмоциональными нарушениями, психическими травмами и хроническими болями. Это позволяет применять рэйки при хронических болезнях, для подготовки к хирургическим вмешательствам, восстановлению после болезней и стрессов.

Рэйки устраняет энергетический дисбаланс в организме, снимает энергетические блоки и восстанавливает равновесие. Все просто и эффективно. Практика рэйки не противоречит никаким религиозным верованиям и сочетается со многими традиционными и нетрадиционными методами лечения – акупунктурой, массажем, психотерапией, физиотерапией. Как правило, комплексное воздействие на организм всегда оказывается более эффективным в лечении. Поскольку рэйки не оказывает побочного эффекта, то может использоваться в качестве вспомогательного лечения при любых заболеваниях. Энергия от рук воспринимается телом через одежду, бинты и гипсовые повязки, поскольку она всепроникающая и для нее не существует материальных препятствий.

Не оказывает рэйки неблагоприятного воздействия и на дающего рэйки и помогающего другим избавиться от физической боли, нравственных переживаний и душевных страданий. Во время сеанса исцеления ни целитель, ни пациент не впадают в транс, не изменяют свое сознание и мировоззрения. Они только достигают покоя, душевной гармонии, единения с природой. Им открывается доступ к вселенскому энергетическому потоку.

Однажды приняв инициацию от наставника рэйки, в дальнейшем используют энергию рэйки автоматически. Все подстройки к космической энергетической системе в нужное время происходят сами собой, без усилий и напряжения.

Рэйки помогает привести в гармонию душу и тело. Многие болезни развиваются на фоне длительных и частых стрессов, психологических проблем. Обретение душевного покоя, решение личностных проблем и внутренняя гармонизация имеют большое значение для выздоровления или предотвращения болезней. Поэтому рэйки приносит пользу не только пациентам, но и целителям.

С помощью рэйки пробуждают кундалини – жизненную энергию. В эзотерике и восточной философии ее представляют в виде змеи, свернувшейся кольцом. Она находится в нижней части туловища, у основания позвоночника. После снятия энергетических барьеров кундалини начинает активно циркулировать вдоль позвоночника и по всему организму. В восточной философии и медицине этому придают ключевое значение в свете сохранения здоровья, молодости и долголетия.

Пробуждение кундалини положительно настраивает всю энергетическую систему в организме человека. Оно наполняет не только физической силой, но и мыслительной. Кундалини освобождает сознание и пробуждает внутреннюю свободу. Потенциал кундалини огромен и неизмерим, активизация этой энергии вызывает кардинальные перемены, и противостоять им невозможно. Но в этом и нет необходимости, так как свободно циркулирующая энергия гармонизирует весь организм и многие сферы жизни.

Энергетическая система человека представлена не только энергетическими каналами, но и чакрами. Она также включает тонкие тела, являющиеся оболочкой тела физического. Эти тонкие тела, число которых, по разным системам, составляет от 3 до 7, значительно влияют на физическое и психическое здоровье человека, защищают от негативной внешней энергии. Если все энергетические тонкие оболочки в хорошем состоянии, то человек здоров и ощущает себя целостной личностью, он спокоен и уверен в себе, легко противостоит всем неприятностям, приспосабливается к изменяющимся условиям жизни.

Если в энергетической системе происходят нарушения на любом уровне, то это отражается на состоянии здоровья. Если они связаны с тонкими телами, то человек становится особенно уязвим. Поэтому лечение болезней только лекарственными препаратами часто оказывается малоэффективным. Необходимо восстановить защитные оболочки и целостность всей энергетической системы в организме, тогда и наступит выздоровление. Рэйки помогает достичь именно этого. Энергетический поток воздействует сразу на все тонкие тела и восстанавливает естественную защиту организма. Для восстановления тонких тел обычно требуется полный курс исцеления рэйки, так как одного сеанса оказывается недостаточно.

Энергия рэйки способна творить чудеса. Исцеление наложением рук является при этом только первой ступенью. Человек, получивший вторую и третью ступени рэйки, может воздействовать на пациента на значительном расстоянии, как на физическом уровне, так и помочь исправить карму, т. е. судьбу.

Глава 1. Восточные представления о здоровье и болезни

Потоки жизненной энергии



Наш мир, окружающую нас действительность поддерживает постоянно колеблющаяся, текущая и бесконечная жизненная энергия. Она создала Космос, она же наполнила собой космическое пространство. О существовании космической энергии было известно еще в древности. Древние мудрецы и ученые считали, что есть земная энергия жизни и изначальная жизненная энергия. Первая образуется из продуктов питания, которые перерабатывает пищеварительная система. Изначальную жизненную энергию человек получает вместе с душой, когда приходит в этот мир. Сильная жизненная энергия означает, что человек обладает мощными защитными силами – хорошим иммунитетом. Следствием недостатка жизненной энергии являются слабый иммунитет, подверженность различным болезням, преждевременные старение и смерть.

Еще в Древнем Китае было замечено, что органы в теле человека связаны между собой. Если в каком-либо из них происходит сбой, то причина этого кроется в том, что у других органов или органа нарушены функции. Жизненная энергия, которая циркулирует в теле человека, разделяется на два потока: солнечный и лунный. Первый из них циркулирует по правой стороне тела и выходит из правого полушария мозга. Лунный поток энергии, соответственно, течет из левого полушария и движется по левой стороне. Если эти два потока находятся в равновесии, то человек сбалансирован, т. е. здоров. Именно энергетическая природа здоровья и нездоровья (или болезни) ставится во главу угла в восточной медицине. И в этом заключается ее отличие от западной медицинской практики, которая принимает во внимание лишь бактериальную или вирусную теории возникновения болезней.

Интересно, что жизненная энергия в разных странах и религиях имела разные названия. В Китае ее называли Ци, в Индии она была известна как прана, в Японии – ки, в Греции – пневма. В христианской религии под жизненной энергией подразумевался Святой Дух.

Другой важный аспект восточных представлений о здоровье и болезни заключается в неразрывной связи между телом и разумом. В этом кроется целостный подход к концепции здоровья: тело и разум – это единое целое, и соединяет их жизненная энергия. Как уже было отмечено, человек получает жизненную энергию с рождением. И пока он молод, ее потоки

хорошо сбалансированы. Но на своем жизненном пути человек подвергается стрессам, которые ослабляют защитные силы организма. Стресс сужает кровеносные сосуды, мышцы в стрессовом состоянии находятся в напряжении. В результате этого нарушается кровообращение. Гибкий от природы позвоночник с возрастом теряет свою гибкость, а суставы – подвижность.

Целью многих духовных практик (цигун, тай-цзи, йога и др.) является замедление тенденций дисбаланса. Поскольку болезнь в трактовке восточной медицины – это блокировка потока жизненной энергии, то путем снятия блоков в энергетических путях, которые питают органы тела (а также мышцы и связки) восстанавливается баланс. Это позволяет организму устранить дисгармонию и укрепить здоровье. Большое значение при этом имеют дыхательные упражнения и специальные движения. Неслучайно в современном Китае – стране, насчитывающей тысячелетние традиции использования специальных упражнений, способствующих циркуляции жизненной энергии – упражнения выполняют на открытых площадках люди любых возрастов. И неслучайно, что регулярное выполнение движений в сочетании с медитациями позволяют человеку и в глубокой старости сохранить гибкость тела и мышления. Однако китайские и индийские мастера, а также мастера рэйки, не только выработали систему упражнений, но и культивировали способность пробуждать жизненную энергию в других людях. Здесь следует подчеркнуть уникальность искусства рэйки, которая состоит в том, что передача целительной силы жизненной энергии возможна только через рэйки-канал. Если он открыт, то передавать целительную энергию другим, равно как и исцелять самого себя, становится легко и просто.

Чакры

Еще с древних времен было известно, что жизнь существует только при наличии потока жизненной энергии. Человек или животное, через которое не течет жизненная энергия, является мертвым. Люди уже тогда выявили ряд закономерностей в отношении потока жизненной энергии. Во-первых, было доказано, что пути, по которым жизненная энергия протекает через организм, вполне определены. В разных странах им дали разные названия: в Индии это надисы, в Китае и Японии – меридианы. Во-вторых, стало известно, что в организме человека существуют также центры, в которых жизненная энергия, текущая по энергетическим путям, накапливается. Эти центры называли чакрами.

В практике рэйки значение чакр очень велико. Без них невозможно осуществить настройки (или инициации, посвящения) – самое важное действие, которое позволяет ощутить силу рэйки. Для этого необходимо открыть рэйки-канал, который проходит через четыре верхние чакры. И для самостоятельной настройки (без помощи мастера) одним из главных условий является наличие открытых четырех верхних чакр. Наконец, рэйки предоставляет уникальную возможность выровнять, гармонизировать чакры, чтобы тело, душа и дух человека были крепкими и здоровыми.

Существуют семь основных чакр. Они находятся на линии, проходящей от лобковой кости к теменной (рис. 1).

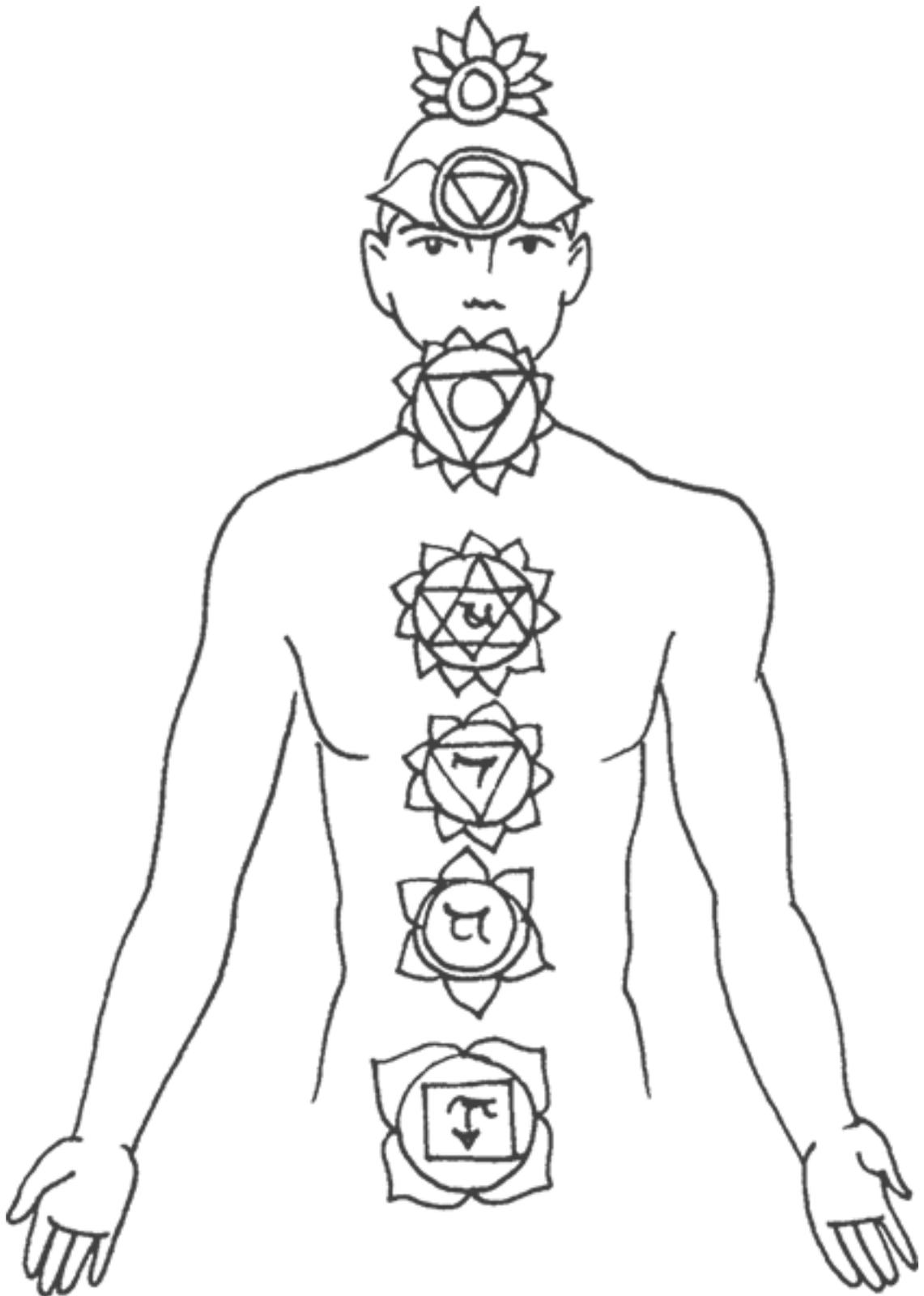


Рисунок 1. Расположение чакр

Каждой чакре соответствует определенный цвет. Чакры доставляют жизненную энергию, которая в них накапливается, к органам и системам, определяют эмоциональный фон и влияют на психические и интеллектуальные способности человека.

Первая чакра носит название корневая, или основная. На санскрите она обозначается словом «муладхара» (рис. 2).

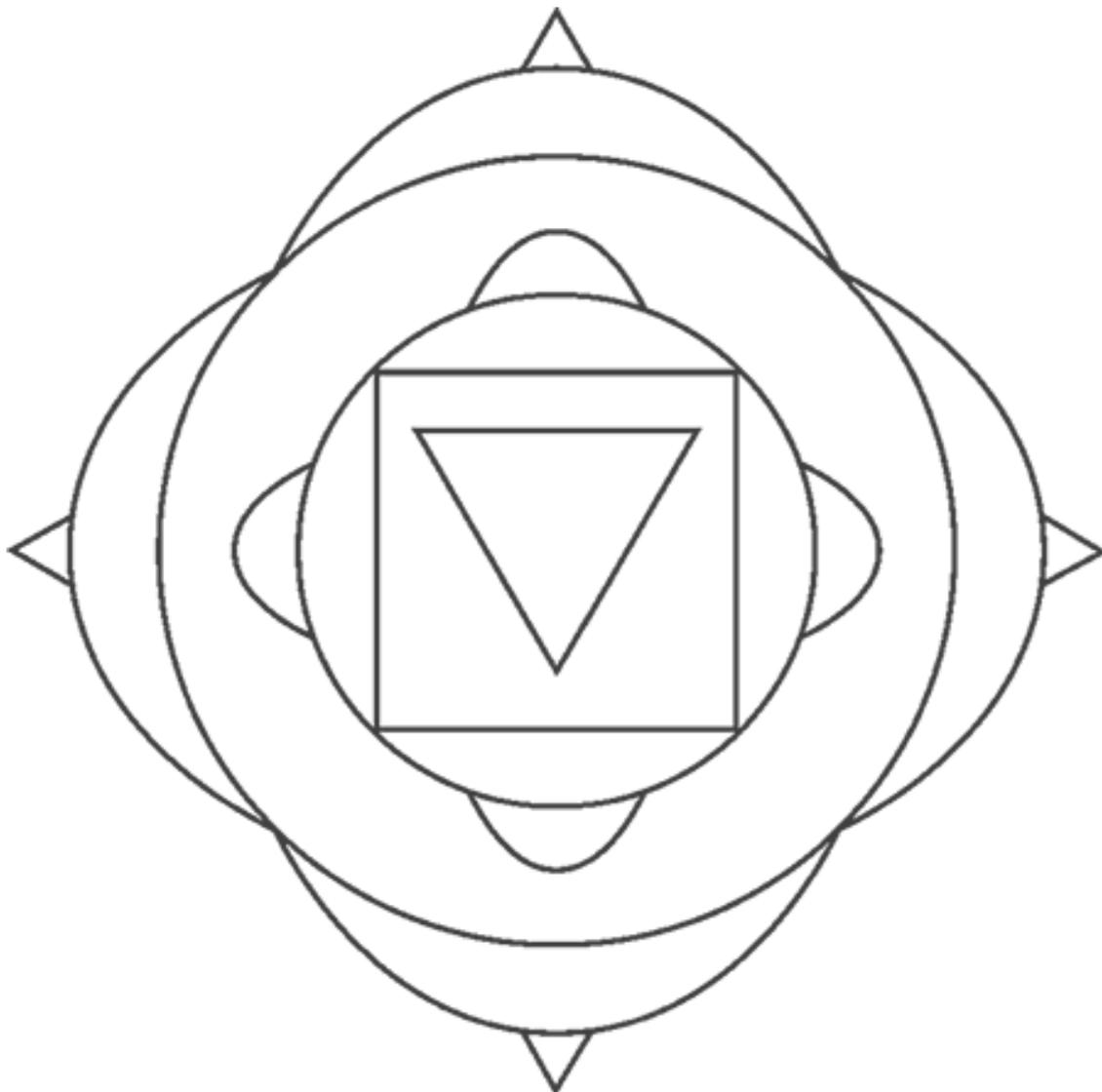


Рисунок 2. Корневая чакра

Чакра занимает местоположение между анальным отверстием и половыми органами. Муладхара поставляет человеку энергию земли. На основе этой чакры происходит деятельность остальных шести чакр. Первая чакра ответственна за главный инстинкт человека, связанный с выживанием. Из него вытекает насущная потребность заниматься определенной деятельностью, чтобы обеспечить себя и семью пищей, жилищем и пр. В первой чакре сосредоточены все инстинкты: инстинкт продолжения рода, защита здоровья (физического и умственного), защита от опасности. Корневая чакра дает человеку ощущение стабильности, непоколебимости и уверенности в себе, тем самым делая его жизнь в окружающем мире легче и спокойнее. Человек ощущает надежность, а это обеспечивает его развитие не только на физическом уровне, но и на умственном и духовном.

Основная чакра, как и остальные, может находиться как в состоянии сбалансированности, так и в неуравновешенном. В первом случае человек чувствует положительные импульсы, идущие от энергии Земли, он полон активности и интереса к жизни, он удовлетворен собой и окружающим миром. Он принимает верные решения, без страха и сомнения воплощает их в жизнь, действуя осознанно. Если возникают кризисы и конфликты, он разрешает их (выходит из них) легко и быстро. Такой человек в самом прямом смысле твердо

стоит на земле, чувствуя эту свою заземленность и в то же время – естественность и совершенство Вселенной. Он выстраивает свою жизнь, сообразуясь с законами Природы и Вселенной. В частности, он понимает, что Вселенная изобильна и она всегда предоставит ему все то, что необходимо для жизни. Поэтому человек избавлен от тревог, страхов, беспокойства по поводу своего материального благополучия. Более того, ставя перед собой определенные финансовые цели, человек легко их достигает, так как у него есть главное – уверенность в себе, в своей жизни и в отношении к нему Вселенной. Наконец, человек соотносит свои материальные цели с духовным началом. И такое сочетание делает жизнь еще более гармоничной.

Однако корневая чакра может находиться и в состоянии дисгармонии. Она проявляется во многих смыслах: это и сексуальный дисбаланс, и несоразмерность своих желаний с имеющимися возможностями, и концентрация своих мыслей и ресурсов только на потребностях материального плана. Человек становится буквально одержим жадностью материальных благ, накопительства. При этом он совершенно не принимает во внимание интересы других людей. Но главное – потребность в приобретении никогда не будет полностью удовлетворена. Часто жажда накопительства становится основной целью в жизни и перекрывает другие интересы. Желание получить как можно больше и все сразу затмевает способность оценить последствия своих действий.

С другой стороны, такого человека постоянно преследуют страх бедности, тревога по поводу своего будущего, беспокойство в плане своей ущербности, как в физическом, так и в духовном плане (как ему кажется), несостоятельность и т. д. Человек не любит свое тело, с презрением и даже отвращением относится к нему. Такой человек слабо ориентируется в вопросах, которые касаются не только физического существования, но и духовного аспекта.

Разбалансированность корневой чакры приводит к изменениям в характере. Как правило, такие люди проявляют жесткость и жестокость, агрессию, нетерпимость к суждениям и действиям других. Они крайне эгоистичны и эгоцентричны, стремятся насаждать свою волю всеми способами (зачастую далеко не лучшими) и получить желаемое любой ценой.

Если корневая чакра разбалансирована, это негативным образом отражается на работе и состоянии органов и систем, с которыми она связана – костной, кожной, кроветворной, эндокринной. Как следствие, возникают болезни, поражающие органы: суставы страдают от артрита, артроза, ревматизма, из болезней позвоночника часто на первое место выходит сколиоз. Неполноценность функционирования корневой чакры могут вызвать малокровие. Причина описанных патологий заключается в том, что при дисгармонии этой чакры человек утрачивает ощущение опоры, поддержки, стабильности в жизни. Особенно негативны в этом плане болезни позвоночника как опоры всего организма, его остова.

В переводе с санскрита чакра – это колесо. Такое название она получила вследствие того, что имеет форму круга или шара. За чакрой также закрепилось название «энергетический круговорот».

Еще двумя симптомами, характеризующими неполадки в корневой чакре, являются запоры и геморрой. И тот, и другой симптомы в основе своей имеют страх расставания с чем-то, который опять-таки проистекает из чувства неуверенности. Это может быть расставание с деньгами, старыми вещами, обидами, мыслями и установками. Геморрой, помимо того, символизирует боль расставания и часто страх того, что времени катастрофически не хватает. А в основе лежит все та же причина – недоверие к окружающему миру, непонимание и непринятие естественных процессов, происходящих во Вселенной.

Важным следствием дисгармонии корневой чакры являются сбои в эндокринной системе, что находит свое отражение в появлении таких проблем, как бесплодие (мужское и женское), импотенция. Отсюда возникают проблемы с продолжением рода и снижением

сексуального влечения. Другим проявлением сбоя в работе эндокринной системы являются изъёмы в деятельности надпочечников. Благодаря им, в организме вырабатываются такие важные гормоны, как альдостерон и кортизол. Первый регулирует кровяное давление, он необходим для функционирования почек, ответственен за удержание в организме воды и солей. Кортизол помогает человеку успешнее справляться со стрессами, так как способствует накоплению важных питательных веществ, таких, как глюкоза, незаменимые аминокислоты. Кортизол очень важен при различных острых заболеваниях и травмах, также являющихся стрессом для организма. При стрессе важное значение имеет и гормон адреналин, тоже вырабатываемый надпочечниками. На ранних этапах эволюции адреналин помогал человеку подготовиться к обороне или спастись бегством. В современном мире благодаря адреналину человек в стрессовой ситуации готов к незамедлительным действиям. Правда, если стрессы становятся обычным, хроническим явлением, то нервная и иммунная системы истощаются: ведь на выработку адреналина требуется определенное время, а расходуется он достаточно быстро. Если корневая чакра разбалансирована, то человек испытывает стресс практически в любой ситуации, будь то вождение автомобиля или неприятный разговор. При уравновешенной чакре человек находится в гармонии с собой и окружающим миром, он осознанно управляет стрессовыми ситуациями. Отсюда меньшая активация надпочечников и меньший риск снижения иммунитета.

Коррекция корневой чакры заключается в ее уравновешивании. Сюда относятся такие способы воздействия, как ароматерапия (кедровое, сандаловое масло, пачули) и кристаллотерапия (рубин, красная яшма, красный коралл, гранат).

Вторая, сексуальная, чакра на санскрите называется свадхистана. Эта чакра расположена в области таза, на вершине лобковой кости (рис. 3).

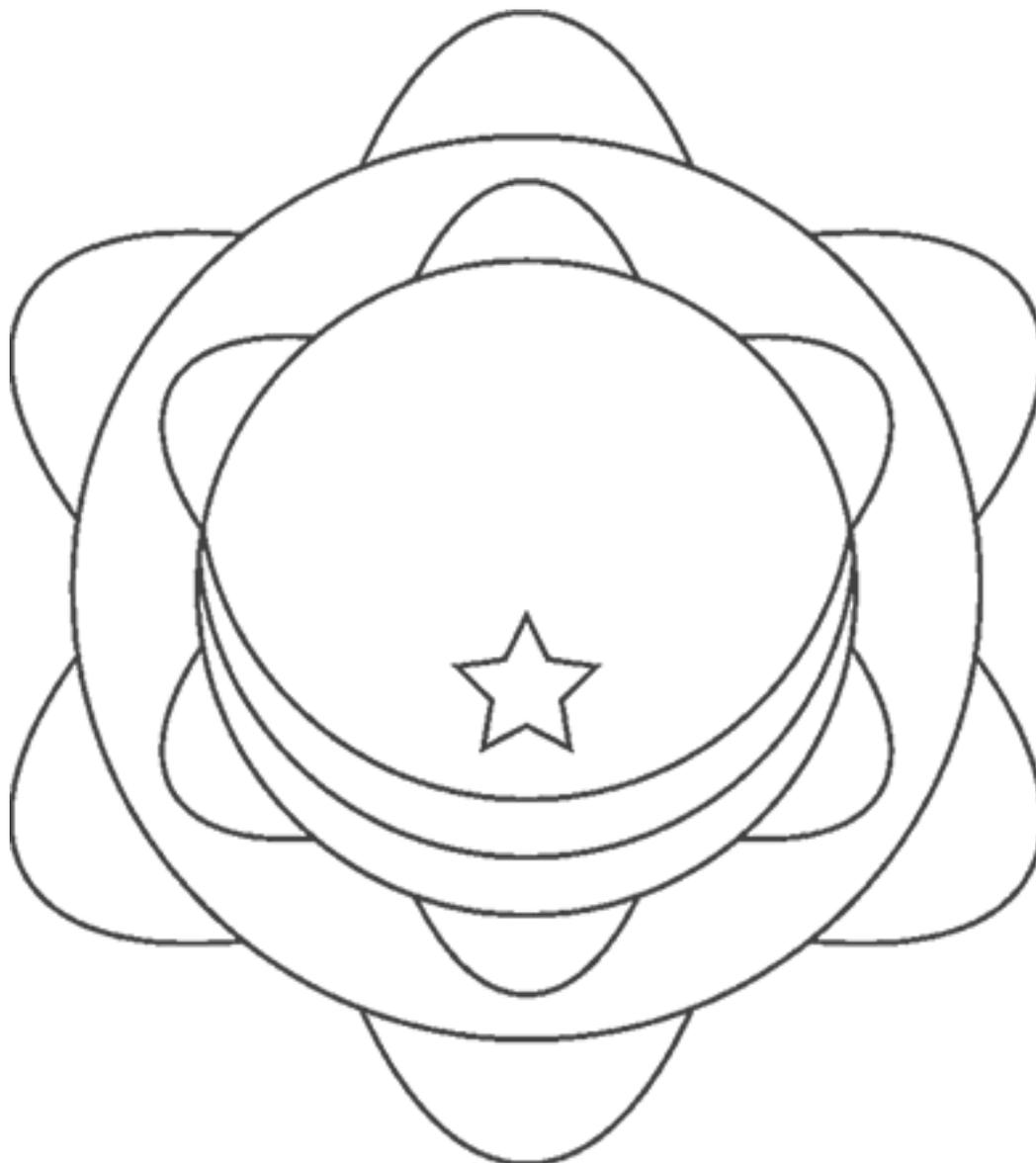


Рисунок 3. Вторая, сексуальная, чакра

В этой чакре сосредоточены сексуальная энергия и творческое начало. Свою энергию вторая чакра получает от корневой и зависит от нее в плане стабильности: если корневая чакра устойчива, то, соответственно, устойчива и сексуальная чакра. Вторая чакра ответственна за сексуальность в самом широком смысле этого слова: это и непосредственно сексуальное влечение, и сам половой акт, и эмоции, связанные с ним, а также нормы сексуального поведения, принятые в обществе. Вторая функция этой чакры заключается в созидании, творении чего-либо нового. Прежде всего, это создание новой жизни, но не только. Вторая чакра – это средоточие новаторства, интереса к неизведанному и непознанному, интереса подчас с оттенком авантюризма. Вторая чакра позволяет человеку проявить свою индивидуальность и подчеркнуть свою уникальность, и в то же время ощущать себя частью целого (коллектива, мира, Вселенной).

Еще одна особенность второй чакры заключается в том, что она позволяет человеку проявлять честность по отношению к себе и окружающим. Существует такое выражение – закрыть на все глаза. В переносном смысле оно означает: тешить себя иллюзиями, заниматься самообманом. Это во многом происходит из-за того, что человек не уверен в себе,