



Manual de Reiki



Fernando Torres Pérez
Maestro de Reiki



Índice:

1. Reiki I “El Despertar”	4
1.1. ¿Qué es Reiki?	4
1.2. ¿Cómo funciona Reiki?	6
1.3. Historia del Reiki	7
1.4. Principios del Reiki.....	11
1.5. Niveles del Reiki	15
1.6. Reiki 1.....	16
1.7. Aura y Chakras	16
1.7.1. <i>Aura humana</i>	17
1.7.2. <i>Sistema de Chakras</i>	18
1.7.3. <i>Las Emociones y los Chakras</i>	25
1.8. Símbolos de Reiki	26
1.8.1. <i>Cho Ku Rei</i>	27
1.9. Tratamiento con Reiki 1	28
1.10. Posiciones para el tratamiento	29
1.10.1. <i>Primera Posición: Parte superior del craneo</i>	29
1.10.2. <i>Segunda Posición: Sienes</i>	30
1.10.3. <i>Tercera Posición: Ojos</i>	30
1.10.4. <i>Cuarta Posición : Garganta</i>	31
1.10.5. <i>Quinta Posición: Pecho</i>	31
1.10.6. <i>Sexta Posición: Plexo Solar</i>	31
1.10.7. <i>Séptima Posición: Vientre</i>	32
1.10.8. <i>Octava Posición: Bajo Vientre</i>	32
1.10.9. <i>Novena posición. Rodillas</i>	33
1.10.10. <i>Décima posición. Pies</i>	33
1.10.11. <i>Posiciones Traseras</i>	33
1.10.12. <i>Tratamiento en posición sentada</i>	34
1.10.13. <i>Autotratoamiento</i>	35
1.11. Abrazo Reiki	36
1.12. Sensaciones con Reiki.....	37
1.13. Beneficios del Reiki.....	37
1.14. La iniciación	38
1.15. Después de la iniciación	38
1.16. Ejercicios y prácticas de Reiki.....	40
1.16.1. <i>Meditación Gassho</i>	40

1.16.2.	<i>Técnica Reiji Ho : Referencia a la energía Reiki</i>	41
1.16.3.	<i>Técnica Byosen: Escaneado</i>	43
1.16.4.	<i>Autoequilibrado de los Chakras</i>	44
1.17.	Linaje Reiki	45
2.	Reiki 2: “La Transformación”	47
2.1.	Reiki 2.....	47
2.2.	Símbolos de Reiki 2	48
2.2.1.	<i>Sei He Ki</i>	48
2.2.2.	<i>Hon Sha Ze Sho Nen</i>	50
2.3.	Tratamiento presencial con Reiki 2 (A otra persona o a tí mismo).....	51
2.4.	Reiki a distancia a un paciente (<i>Enkaku Chiryō</i>)	52
2.5.	Reiki a distancia al Pasado/Futuro, a una Situación/Causa/Relación.....	54
2.6.	Ejercicios y prácticas avanzadas de Reiki.....	55
2.6.1.	<i>Técnica Kenyoku: Baño seco</i>	55
2.6.2.	<i>Técnica Joshin Kokyū Ho: Respiración Purificadora</i>	56
2.6.3.	<i>Técnica Hesso Chiryū Ho: Curación en el ombligo</i>	57
2.6.4.	<i>Técnica Gyoshi Ho: Curar con los ojos</i>	58
2.6.5.	<i>Técnica Koki Ho: Soplo dorado</i>	59
2.6.6.	<i>Técnica Oshite Chiryō: Curar con los dedos</i>	60
2.6.7.	<i>Técnica Seiheki Chiryō: Curación de Costumbres</i>	61
2.6.8.	<i>Meditación Todo Amor®</i>	62
2.6.9.	<i>Meditación Línea de Tiempo</i>	66
3.	Reiki 3: “La REALIZACION”	71
3.1.	Reiki 3: La evolución de la Conciencia.....	72
3.2.	Simbolos de Reiki 3	74
3.2.1.	<i>Dai Koo Myo</i>	74
3.3.	Tratamiento con Reiki 3	76
3.4.	Reiki y Cristales	77
3.4.1.	<i>Cristal de Roca</i>	77
3.4.2.	<i>Limpieza de los Cristales</i>	78
3.4.3.	<i>Carga y Programación de los Cristales</i>	78
3.4.4.	<i>Tratamiento de Reiki con Cristal de Roca</i>	79
3.4.5.	<i>Reiki a distancia: Mandala de Cristales</i>	79
3.5.	Ejercicios y prácticas avanzadas de Reiki.....	81
3.5.1.	<i>Meditación con los símbolos</i>	81
3.5.2.	<i>Técnica Jiko Joka: Sanación de auto-limpieza</i>	82
3.5.3.	<i>Práctica “Los Tres Lotos”</i>	84

3.5.4.	<i>Técnica Nuca-Mandíbula</i>	86
3.5.5.	<i>Equilibrado de Chakras</i>	90
3.5.6.	<i>Iniciación Open Reiju</i>	91
3.5.7.	<i>Cirugía Kahuna</i>	93
4.	Bibliografía	97

1. REIKI I “EL DESPERTAR”

- ❖ ¿Qué es Reiki?
- ❖ ¿Cómo funciona Reiki?
- ❖ Historia del Reiki
- ❖ Principios de Reiki
- ❖ Niveles de Reiki
- ❖ Aura y Chakras
- ❖ Símbolos de Reiki 1:



- ✓ Cho Ku Rei: El símbolo del poder
- ❖ Sanación con Reiki 1
- ❖ Posiciones para el tratamiento
- ❖ La iniciación
- ❖ Después de la iniciación
- ❖ Ejercicios y prácticas de Reiki
 - ✓ Meditación Gassho
 - ✓ Técnica Reiji Ho : Referencia a la energía Reiki
 - ✓ Técnica Byosen: Escaneado
 - ✓ Autoequilibrado de los Chakras
- ❖ Linaje Reiki

1.1. ¿Qué es Reiki?

Rei	=	Energía Universal
Ki	=	Energía Vital “Prana”
Reiki	=	Conexión entre las Energías Universal y Vital

- **Reiki es una técnica consistente en la canalización de la Energía Universal para ponerla en contacto con nuestra Energía Vital.**
- **La capacidad de canalizar se activa mediante una iniciación realizada por un Maestro de Reiki**
- **El practicante simplemente coloca las manos y se limita a dirigir la energía que el Universo le entrega de forma ilimitada, fluyendo en la intensidad y la calidad que necesita el receptor.**
- **Reiki elimina tensiones, mejora nuestro funcionamiento fisiológico y potencia nuestra capacidad natural para sanar.**
- **Reiki produce equilibrio y bienestar interno, aumenta nuestra claridad mental y favorece una actitud positiva.**
- **Reiki es una energía positiva, sin efectos secundarios, sin contraindicaciones, compatible con cualquier tipo de terapia o tratamiento. No es un sistema religioso o filosófico.**
- **Reiki nos ofrece dos grandes campos de aplicación:**
 - 1) **Método de crecimiento personal, que nos ayuda a recorrer el camino de la vida, bendiciéndonos con una vida más armoniosa y un cambio en la forma que tenemos de percibir nuestro entorno (conciencia), como vía para ser capaces de llenarnos de amor y poder convertirnos en canales de distribución del mismo.**
 - 2) **Método de sanación natural como terapia complementaria, aliviando todo tipo de dolencias y permitiendo al cuerpo recuperar su salud y energía vital a todos los niveles: físico, mental, emocional y espiritual.**
- **Reiki está incorporada al contexto de las prácticas terapéuticas alternativas reconocidas por la Organización Mundial de la Salud (O.M.S.)**

1.2. ¿Cómo funciona Reiki?

- **El objetivo verdadero del Reiki es sanar nuestras vidas, permitiéndonos vivir con satisfacción y paz, incluso en medio del sufrimiento, aquí y ahora.**

- **El cuerpo humano y su estructura energética se nutren de forma natural de la energía universal, que cuando todo está en orden nos proporciona salud y alegría existencial.**

- **Cuando generamos energía negativa - a consecuencia de ciertas experiencias vividas, emociones y pensamientos - producimos bloqueos energéticos que impiden la libre circulación de la energía universal, que pueden traer como consecuencia la aparición de enfermedades.**

- **Al fluir por el cuerpo la energía Reiki, se van a ir deshaciendo esos bloqueos restableciéndose los parámetros normales y reajustándose todo nuestro Ser.**

- **El Reiki te muestra la vida tal como está en el momento presente, permitiéndote tomar consciencia de las causas de tu sufrimiento, de tu enfermedad y de tu forma de ser.**

- **Esto te ofrece la oportunidad de sanar y encauzar tu vida de nuevo, para lo que el Reiki te facilita las herramientas y te muestra el camino para ello.**

1.3. Historia del Reiki



- Sobre la historia del Reiki ha habido principalmente dos versiones: la que divulgó la introductora del Reiki en Occidente, Hawayo Takata, que buscó una historia atractiva para que esta técnica fuera aceptada en Occidente en una época donde había bastante recelo hacia todo lo que viniera de Japón, y otra que es la que se va a exponer a continuación fruto de las recientes investigaciones.
- Usui nació en el año 1865 en la aldea de Yago, prefectura de Gifu, Kyoto. Sus ancestros fueron samuráis legendarios.
- En su juventud llevaba una vida normal. Había heredado empresas familiares y se ocupaba de ellas. Era de buena familia y estuvo siempre relacionado con el gremio de militares de la Armada Imperial Japonesa.
- En 1900, tras contraer el cólera en una epidemia sucedida en todo Japón, y tener una experiencia cercana a la muerte, dejó de lado los negocios familiares y se dedicó profundamente al estudio de las artes espirituales de la sanación.
- Cuentan que era un gran investigador sobre todo lo relacionado con la espiritualidad, así como textos referentes a otras religiones.

- **A lo largo de su proceso de crecimiento personal en el año 1922, llegó el momento en el cual decidió realizar una práctica tradicional llamada Kushi Shinren, que consistía en retirarse en solitario a la montaña sagrada de Kurama a fin de meditar sobre unos textos sagrados que estaba estudiando. Se cree que se trataban del Sutra del Loto Blanco, concretamente un pasaje que habla sobre el Rayo Iluminador.**
- **Tras unas tres semanas ayunando, dedicado a la meditación y la oración en la cima del Kurama Yama, tuvo un despertar a su conciencia espiritual.**
- **Al ocurrir esto, descubrió que había sido poseído por una fuerza poderosa, que le permitía transmitir la energía universal a través de sus manos y de todo su cuerpo. Estaba feliz y sabía que podría curar a otros sin tener que utilizar su propia energía.**
- **Al cabo de algunos días, Usui decidió marchar a los barrios bajos de Kioto para sanar a la gente pobre y ayudarles a vivir en mejores condiciones. Pasó allí algunos meses tratando gratuitamente a todos los mendigos que encontró, pero comprobó que una vez sanados, en lugar de trabajar, muchos volvían a su antiguo modo de vida.**
- **A algunos les preguntó por qué habían renunciado a su nueva vida, y ellos le respondían que les resultaba más cómoda la vida de mendigo.**
- **Al analizar las razones de ese desinterés por hacerse cargo de sus vidas, comprendió que solamente les había sanado el cuerpo físico y no el espiritual, ya que no había sido capaz de enseñarles la puesta en práctica de ciertos principios que definieran una nueva actitud ante la vida.**
- **Fue entonces cuando crearía y daría a conocer los ideales del Reiki, conocidos actualmente como los cinco Principios que se explican en detalle en el apartado siguiente.**
- **Igualmente Usui se dio cuenta, que era necesario para que el sistema Reiki fuera eficaz, que la persona debía solicitar la curación y además debía tomar parte activa en el proceso.**
- **Por lo que Usui concluyó que cualquier tipo de ayuda a través del Reiki, debía ir acompañada de una contrapartida que pusiera de manifiesto la implicación y la colaboración del receptor en el proceso de curación.**

- Así, Usui formuló las dos reglas básicas del Reiki:
 - 1) **Primera regla:** Todas las personas tratadas deben pedir su propio tratamiento. La voluntad de una persona de sanar debe ser respetada.
 - 2) **Segunda regla:** Todo tratamiento debe ir acompañado de una contrapartida, sea de la clase que sea. Pero es esencial que haya un intercambio de energía entre transmisor y receptor para que este se involucre en su propia sanación y adquiera el compromiso de hacer todo lo posible por sanar.

- A partir de ese momento, Usui se consagró a divulgar el Método Reiki por todo el Japón, creando la sociedad para la curación *Usui Reiki Ryoho Gakkai* , y formando a 16 maestros para que estos pudieran continuar con su labor.

- A la muerte de Usui en 1926, sus discípulos le erigieron una lápida en piedra en reconocimiento a su labor, donde está inscrita su historia y los principios fundamentales del Reiki.



- En esta lápida aparece recogido uno de los pensamientos de Usui:

“Si el Reiki se pudiera difundir por todo el mundo, tocaría el corazón humano y la moral de la sociedad. Sería de ayuda para mucha gente, no solo para curar enfermedades, sino para la Tierra en su conjunto”



- Se deduce claramente que el deseo de Usui era que el *Reiki* se divulgara lo más posible, para que con la ayuda de este maravilloso recurso el mundo pudiera mejorar.

- Uno de sus discípulos, Chujiro Hayashi, fue el verdadero impulsor del Método Reiki, estableciendo una metodología de curación.

- Hayashi, que era el único médico del grupo original de Maestros, se desafilió de la *Gakkai* y fundó su propia escuela: *la Hayashi Shikin Reiki KenkyuKai*.
- Además creo una clínica Reiki donde empezó a impartir sanación Reiki combinada con sus conocimientos de medicina, introduciendo cambios en el método original, como por ejemplo el uso de camillas para hacer los tratamientos tumbados, y también el uso de las posiciones de las manos sobre el cuerpo.
- En 1935 acudió a esta clínica la señora Hawayo Takata, que era de padres japoneses con nacionalidad norteamericana y vivía en Hawai, la cual había sido diagnosticada con una enfermedad grave por lo que debía ser intervenida quirúrgicamente, pero que en el último momento había decidido no someterse a la operación siguiendo una llamada interior, y el propio cirujano le había hablado como alternativa del centro de Hayashi.
- Takata fue internada, recibió Reiki diariamente y a los cuatro meses quedó completamente curada. Quedando tan encantada por el resultado, pidió a Hayashi que la iniciara en el camino del Reiki y así fue iniciada en los niveles de Reiki en el periodo hasta 1938.
- En ese año de 1938 regresó a Hawai creando un centro clínico, siendo visitada allí por Hayashi.
- En 1939 Takata conseguía la Maestría de Reiki, y a partir de 1940, tras la muerte de su maestro, se dedicó a la enseñanza del Reiki. Hacia el año 1970 comenzó a iniciar a otros en la Maestría.
- Durante más de treinta años, Takata había sido la única maestra de Reiki en activo en Occidente y a su muerte en 1980, había formado a 22 maestros en Estados Unidos y Canadá, que han continuado con su labor. Algunos de ellos, y sus seguidores, han introducido modificaciones en el Sistema Reiki original de Usui, pero todos los Sistemas siguen siendo similares en su esencia.
- Takata se vio obligada a explicar la historia del Reiki de forma un poco maquillada, inventando una figura cristiana sobre Usui, para que el Reiki no fuera rechazado por la sociedad norteamericana de la II Guerra Mundial, donde Japón era el enemigo.

1.4. Principios del Reiki

- Estos principios fueron adoptados por Usui del emperador Meiji de Japón. Usui se dio cuenta de que si alguien realmente quiere cambiar su vida, necesita asumir la responsabilidad de lo que crea en su vida y participar en su propio proceso curativo.
- Parte de la disciplina espiritual del Reiki es trabajar con los principios diariamente.
- En la lápida de Usui está escrito que los practicantes de Reiki deberían comprender estas pautas en profundidad, e integrarlos totalmente en su día a día.
- Aunque estos principios tienen más de 90 años, se mantienen totalmente vigentes para el mundo actual. Van más allá de su significado literal, y meditar sobre cada uno de ellos ayuda al practicante a sentir su significado.
- Además, la práctica de los principios del Reiki aumenta el nivel de vibración energético alcanzado con la iniciación.



1. Solo por hoy no me enojo
2. Solo por hoy no me preocupo.
3. Solo por hoy agradezco todos los dones de mi vida.
4. Solo por hoy me trabajo intensamente.
5. Solo por hoy soy amable y respetuoso

Reiki es más que un método de curación, puede ser una nueva filosofía de vida

“Solo por hoy”...

- **“Solo por hoy”... simboliza la idea de que no tenemos que estar condicionados ni por el pasado ni por el futuro.**
- **Para los orientales sólo existe un eterno presente.**
- **El pasado es sólo un sueño y el futuro depende de tu presente**
- **Lo que somos ahora es el resultado de los que fuimos antes. Lo que seremos en el futuro, será el resultado de lo que somos ahora.**
- **Por tanto, debemos tratar de mantener la mente en el presente, aquí y ahora, porque es lo verdaderamente real**

Primer Principio:

Sólo por hoy no me enojo

- **La rabia es una emoción que limita el proceso evolución de nuestra conciencia. Solo sirve para limitar la conciencia y la percepción. Es un estado negativo del espíritu que produce formas de pensamiento enfermizas. Una persona rabiosa genera veneno que derrama sobre sí misma y sobre su entorno.**
- **Los enfados y la irritación suelen tener su origen en nuestras ganas de tenerlo todo y a todos bajo control. Cuando algo escapa a nuestro control nos enfadamos.**
- **Y las ganas de tenerlo todo controlado, tiene su origen en el miedo. Como tenemos miedo, necesitamos controlarlo todo.**
- **Si nos relajamos y aprendemos a confiar en los demás, el miedo pierde su poder y la irritación desaparece.**
- **Nuestras reacciones coléricas hacia los demás nos pueden servir para descubrir los puntos débiles de nuestra personalidad**

- Una vez identificados y siendo plenamente conscientes de su entidad, estaremos en condiciones de asimilar las enseñanzas que encierran, y conseguir seguir avanzando en nuestro proceso de crecimiento.

Segundo Principio:

Sólo por hoy no te preocupes

- Preocuparse es ocuparse antes de tiempo y surge de nuestra incertidumbre acerca del futuro.
- Debemos ser capaces de afrontar esta incertidumbre desde una actitud de poder, que se logra con un trabajo interior de autoestima, de amor y de confianza en nosotros mismos, en los demás y en el Yo superior.
- Este trabajo nos debe producir el convencimiento interior de que con estas herramientas podemos superar cualquier obstáculo que se nos presente en la vida.
- La preocupación no lleva a ningún sitio y no ayuda en ningún caso.
- Cualquiera que sea el problema que estemos encarando, gestionémoslo lo mejor que sepamos y después dejémoslo ir y confiemos.
- La preocupación y el miedo provocan en nuestro organismo un conjunto de modificaciones fisiológicas como taquicardia, aumento de la presión sanguínea, respiración aceleradaetc.
- Dichas modificaciones están producidas por una descarga de adrenalina en la sangre, que normalmente nos sirve para preparar nuestro cuerpo para la huida o la acción
- Si esta situación se repite con frecuencia y no eliminamos este exceso de adrenalina, se intoxica nuestro cuerpo y nuestras glándulas suprarrenales se habitúan a segregar un exceso de adrenalina al menor contratiempo, lo que disminuye nuestra capacidad inmunológica haciéndonos más vulnerables a la enfermedad.
- Además como los pensamientos son energía, lo que temes es lo que creas. Serás perseguido por lo que más temas, lo atraerás.

- Por ello, hay que educar la mente para adoptar una actitud de neutralidad ante las situaciones de la vida capaces de afectarnos, y esforzarnos en cultivar la alegría, el optimismo y la confianza en nosotros mismos.
- El Reiki calma la mente ansiosa y relaja el cuerpo, que te permite aceptar los acontecimientos, sabiendo que al final todo irá bien.
- Incluso si las cosas te parecen desagradables en un principio, más adelante podrás comprobar que fue realmente una experiencia necesaria pues tenías una lección que aprender.

Tercer Principio:

Sólo por hoy agradezco todos los dones de mi vida.

- Una de las claves de la felicidad es la gratitud.
- Debemos estar agradecidos por lo que tenemos, por lo que somos y por todo lo que hemos recibido.
- Si nos acostumbramos a sonreír y agradecer lo que recibimos, el universo se complace y nos entrega aún más cosas. Por el contrario, si recibimos y no lo agradecemos, pronto dejaremos de recibir.
- No sólo debemos agradecer a las personas todo lo que nos dan, sino también agradecer al Universo todo lo que nos ha sido entregado, cada experiencia, cada nuevo día, cada batalla que nos enriquece.
- Incluso debemos agradecer los malos momentos, pues gracias a ellos hemos crecido y llegado a este momento.

Cuarto Principio:

Solo por hoy me trabajo intensamente.

- Este principio nos recuerda la necesidad de trabajarse intensamente por dentro, dedicar tiempo al estudio de las propias emociones y la mente.

- Ese trabajo interior nos va a permitir mejorar como persona de tal forma que nos elevemos a las frecuencias de la Luz y el Amor, para así ser más feliz e irradiar esa felicidad en todas direcciones.

Quinto Principio:

Sólo por hoy soy amable y respetuoso

- Ser amable es una de las más importantes cosas que podemos hacer para ayudar a mejorar el mundo.
- Un rostro amable y feliz va irradiando Luz por la calle, mientras que un rostro enfadado e irascible, crea mal ambiente a su alrededor.
- Cuando te encuentres con alguien, recuerda que todas las personas tienen en su interior un Ser perfecto de Luz por lo que debes acercarte a ellas con el máximo respeto y amor.
- En el Tibet se emplea la fórmula de saludo “Namasté”, que significa:
La esencia Divina que hay en mí saluda a la esencia Divina que hay en ti

1.5. Niveles del Reiki

- Nivel 1 - **Cuerpo Físico**
Para la autosanación y el tratamiento de familiares y amigos
- Nivel 2 - **Cuerpo Mental y Emocional, Sanación a distancia**
Recomendable 3 meses de práctica entre Niveles 1 y 2
- Nivel 3 - **Cuerpo Espiritual**
Prácticas avanzadas con Reiki
Recomendable 6 meses de práctica entre Niveles 2 y 3

- **Maestría - Capacidad para iniciar a otras personas**
Recomendable 6 meses de práctica entre Nivel 3 y Maestría

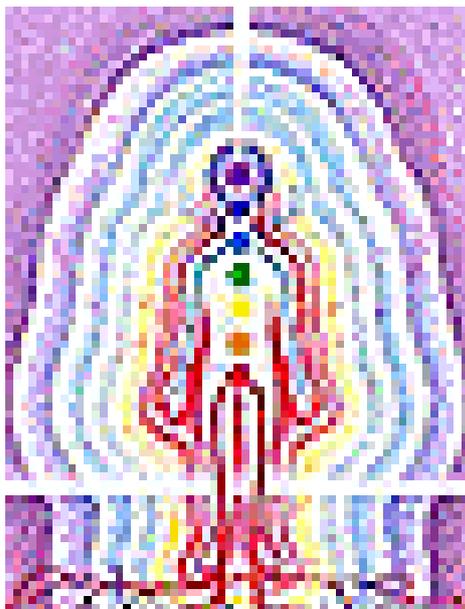
1.6. Reiki 1

- El Nivel I de Reiki llamado “el Despertar” supone una gran revelación, una nueva forma de entender la vida y un universo que se abre lleno de enormes posibilidades.
- El Nivel I es un nivel sencillo pero intenso, en el que existe un gran volumen de información ya que se han de construir los cimientos sobre los cuales la persona tiene que ir construyendo su nuevo camino de vida de la Sanación y la Felicidad.
- Este nivel despierta el trabajo con la Energía, para lo que se tratan conceptos básicos como el Aura y el Sistema de Chakras.
- Reiki I es un nivel fundamentalmente físico que se enfoca en la sanación de todo el plano material y físico.
- Se introducen los símbolos de Reiki, como llaves para potenciar el acceso a la Energía Universal.
- Además nos iniciamos en prácticas, como la meditación en Gassho, que nos permiten empezar a sentir los efectos beneficiosos de la energía Reiki.

1.7. Aura y Chakras

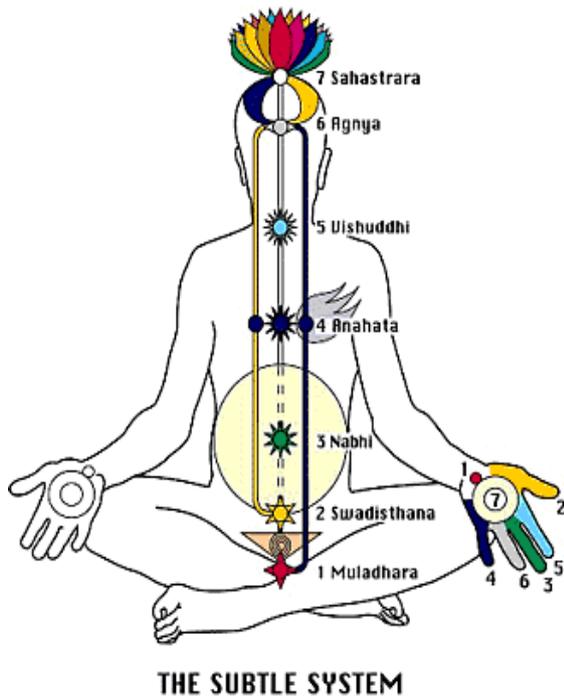


1.7.1. *Aura humana*



- **Campo de energía que nos rodea y que crea nuestro espacio personal**
- **El Aura se percibe como una anillo con siete capas relacionado con cada uno de los 7 chakras principales**
- **La energía de cada una de las capas del aura cambia con la salud, el estado de ánimo y el nivel de crecimiento espiritual.**
- **Esta energía del Aura es físicamente detectable mediante una cámara Kirlian (Ver foto adjunta).**

1.7.2. Sistema de Chakras



- Los Chakras son centros de intercambio de energía entre el ser humano y el universo.
- Hay siete Chakras mayores localizados en los siete cuerpos energéticos principales.
- La función principal de los Chakras es distribuir la energía universal adaptándola a la frecuencia vibratoria propia de cada persona, que en cada momento de su vida corresponde al nivel de su estado evolutivo.
- Cuando una persona está desequilibrada física, emocional o espiritualmente es porque los Chakras están débiles o cerrados
- Las vivencias y experiencias negativas pueden producir bloqueos, que interfieren en la circulación de la energía.
- Cada Chakra está relacionado con una zona emocional definida, de tal forma, que trastornos en esas zonas pueden transformarse en disfunciones y enfermedades en los órganos asociados.
- Reiki nos ofrece la posibilidad de disolver estos bloqueos.
- Cuando se aplica Reiki, el terapeuta siente en sus manos el flujo de la corriente de energía, cuya intensidad va a depender de la

necesidad de la misma que tenga el Chakra correspondiente.

- No es posible aplicar una "sobredosis" de Reiki.
- El cuerpo únicamente acepta la cantidad de energía que necesita o que en ese momento puede elaborar.
- La circulación de energía que une los Chakras entre sí y a su vez con los distintos órganos, permite tratar cualquier síntoma a través de su correspondiente Chakra.

1º: Chakra Raiz



- Localizado entre la zona genital y el ano.
- Órganos del cuerpo asociados: Glándulas suprarrenales, vejiga, genitales, columna vertebral, caderas.
- Actúa en nuestra voluntad de vivir, supervivencia, poder, seguridad, trabajo, hogar, sentido de la pertenencia, confianza, respuesta de “huir o pelear”
- Cuando funciona bien, indica una buena conexión con lo terrenal: “tener los pies en tierra”:
 - Nos sentimos a gusto en la sociedad y seguros en nuestra casa
 - Notamos que tenemos capacidad para hacernos

valer, defendernos y para satisfacer todas nuestras necesidades materiales

- Se visualiza en color rojo

2º: Chakra del Sacro



- Localizado a la altura del ombligo y el hueso sacro
- Está asociado con los riñones, glándulas adrenales, intestino bajo y órganos reproductivos
- Actúa en la vitalidad, la alegría de vivir, emociones, capacidad de sentir placer, creatividad, sexualidad.
- Aquí radica nuestra fuerza para afrontar la vida.
- Cuando funciona bien:
 - Nos proporciona muchas “ganas de vivir”
 - Tenemos una sexualidad libre de tabúes y una gran capacidad creativa.
- Se visualiza en color naranja

3º: Chakra del Plexo Solar



- **Localizado en el plexo solar justo debajo del esternón**
- **Se asocia con el estómago, hígado, pancreas, bazo, vesícula biliar**
- **Está relacionado con la fuerza de voluntad, la determinación y la asertividad con la que interactuamos con el mundo que nos rodea.**
- **Cuando funciona bien:**
 - **nos relacionamos con facilidad con la gente y nuestro entorno**
 - **Liberamos adecuadamente las emociones negativas que nos surjan como el miedo, la rabia, la envidia... etc.**
 - **Somos auténticos, y actuamos con una autoestima sana con desapego de la gente y las cosas.**
- **Se visualiza en color amarillo**

4º: Chakra del Corazón



- **Localizado en medio del pecho**
- **Se asocia con el corazón, el sistema circulatorio, los pulmones, la glándula del timo y el sistema inmuno-defensivo**
- **Es el segundo Chakra en importancia. La energía Reiki entra fundamentalmente por este Chakra y por el Chakra corona.**
- **Se asocia con la capacidad de dar y recibir amor, la amabilidad, el perdón y el amor a nosotros mismos.**
- **Cuando está en equilibrio somos capaces de tener:**
 - **amor incondicional sin esperar nada a cambio**
 - **empatía, compasión, lealtad y humildad con todo el mundo**
 - **mentalidad abierta y sociable, con entrega desinteresada sin expectativas**
- **Se visualiza en color verde y rosa**

5º: Chakra de la Garganta



- **Está relacionado con la boca, garganta y glándula tiroidea.**
- **Está asociado con la capacidad de comunicación mediante la palabra y la escritura.**
- **Cuando está sano, somos capaces de expresar sin tapujos lo que pensamos y lo que sentimos sin herir.**
- **Se visualiza en color azul**

6º: Chakra del Tercer Ojo

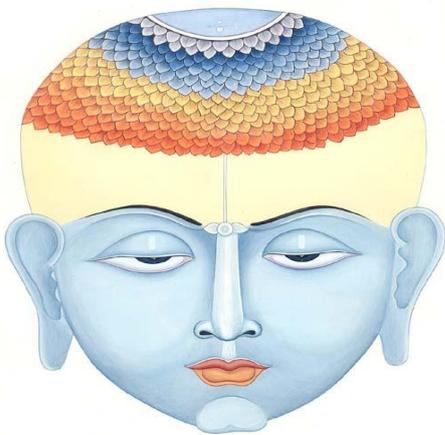


- **Situado entre las cejas en la base de la frente.**
- **Asociado a los oídos, nariz, ojos, glándula pituitaria, parte baja del cerebro, hipotálamo.**
- **Está relacionado con las capacidades extrasensoriales: clarividencia, intuición e imaginación.**
- **Desde el plano espiritual, se le relaciona con la comprensión del camino de la plenitud y los compromisos en la vida.**
- **Cuando está en equilibrio tenemos:**
 - **conocimiento de nosotros mismos e intuición**

- funcionamiento óptimo de nuestro lado femenino.

- Se visualiza en color azul oscuro (índigo) y piedra lunar.

7º : Chakra de la Corona



- Ubicado en la parte superior del cráneo
- Está relacionado con el cerebro y las glándulas pituitaria y pineal
- Se asocia con el conocimiento, la comprensión y el entendimiento. Su elemento es el pensamiento que guarda la información.
- Cuando está en pleno funcionamiento:
 - Tenemos un sentido de conexión con todo lo que nos rodea y con la Fuente.
 - Sentimos plenamente nuestra espiritualidad y nuestro “verdadero yo”
 - Rebosamos de vitalidad y energía divina.
- Se visualiza en color violeta y blanco.

1.7.3. Las Emociones y los Chakras

- **Las emociones son los sensores de nuestro estado energético.**
- **Emociones no positivas como traumas, sustos, miedos, pánico etc., generan energías negativas que producen nudos que impiden la normal circulación de la energía en nuestro sistema energético.**
- **Estos nudos conviene eliminarlos para desprendernos de las emociones que las originaron, y así evitar que puedan producirnos enfermedades.**
- **Una forma efectiva de hacerlo es mediante un tratamiento de Reiki.**
- **La energía Reiki al circular por el cuerpo, cuando se encuentra un nudo energético va a tratar de eliminarlo, haciendo que se libere por los Chakras superiores, fundamentalmente la boca, o bien por los inferiores a través de las piernas.**
- **Podemos hacer un ejercicio para testear el estado de nuestros Chakras y los posibles bloqueos:**
 - 1) **Chakra base de la Tierra. Se bloquea con el miedo. Pregúntate a que tienes miedo. Los miedos son irreales, deja que fluyan.**
 - 2) **Chakra vital o sexual del Agua. Aquí radica nuestra fuerza para afrontar la vida. Lo bloquea la culpa. Pregúntate de qué te sientes culpable. Acepta la realidad, deja el pasado y perdónate.**
 - 3) **Chakra del plexo solar del Fuego. Se bloquea con la vergüenza. Te has decepcionado a ti mismo. ¿Cuál es tu inseguridad?.**
 - 4) **Chakra del corazón del Amor. Se bloquea con el dolor. Pregúntate qué te duele. Deja partir el dolor y el sufrimiento. Usa el Amor como medicina.**
 - 5) **Chakra de la garganta del Sonido. Se bloquea con las mentiras. Pregúntate si te mientes a ti mismo. Acéptate a ti mismo y a los demás.**
 - 6) **Chakra del tercer ojo de la Luz. Se bloquea cuando tienes confusión mental y vas por la vida sin un rumbo claro. Busca momentos de**

calma y aclárate sobre tu papel en la vida.

- 7) Chakra corona del Pensamiento. Se bloquea con los apegos. Pregúntate qué te ata a este mundo. Libérate de los deseos y los apegos.**

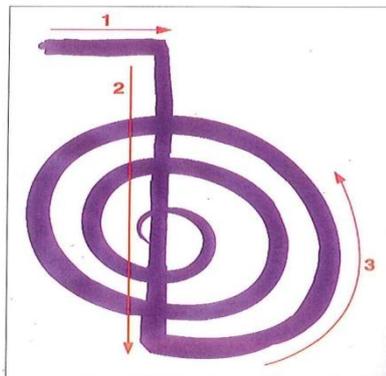
1.8. Simbolos de Reiki

- Los símbolos son la esencia del Reiki. Cada uno de ellos son como llaves que tienen el poder de producir unos efectos específicos, además de potenciar la transmisión de la Energía Universal.**
- En el sistema Usui de Reiki se usan cuatro símbolos:**
 - En Reiki I el primer símbolo, como veremos , trabaja a nivel físico, es un excelente aliado para calmar todo tipo de dolores, solucionar problemas relacionados con la realidad material, protegernos energéticamente, y ayudarnos a sentirnos vivos y materializar nuestros deseos.**
 - En Reiki II, el segundo y el tercer símbolo:**
 - El segundo nos ayudará a sanar problemas de tipo emocional y nos permite alcanzar la paz interior**
 - El tercero nos permite trabajar el cuerpo mental, y nos ayuda a enviar energía a distancia**
 - En Reiki III, el cuarto símbolo, nos conecta con nuestra Esencia Divina, permitiéndonos sanar el karma y trascender el ego**
- En la Maestría se dan tres símbolos más, que solo se utilizan para realizar las sintonizaciones.**
- Los símbolos han sido creados con la energía mental-emocional y manifestadora de la intención de sus creadores, son “formas mentales de energía”, de tal forma que cualquier persona que haya sido sintonizados en ellos, puede invocarlos con un simple pensamiento y un acto de voluntad.**

- En la iniciación, el maestro activa en el alumno la capacidad de sintonizar con las diferentes frecuencias y de utilizar los distintos símbolos, capacidad que mantiene durante toda su vida
- Los símbolos pueden utilizarse de diferentes formas, pero lo más importante es la intención.
- Los símbolos se trazan una vez, para lo que podemos dibujarlos en el aire o mentalmente., y después deben pronunciarse (puede ser mentalmente) 3 veces.

1.8.1. Cho Ku Rei

Cho Ku Rei



- Símbolo del poder, también llamado el interruptor, porque abre el paso a la Energía Universal. Significa “decreto imperial”
- Es la llamada a la Energía del Yo Superior para que baje y nos ayude a sanar
- Se usa al principio de la sesión para activar la energía, y al final de la misma para “sellar” dentro del paciente las energías recibidas.

- Se puede utilizar en cualquier momento, durante o fuera de la sesión.
- Otras utilizaciones del CKR:
 - Depuración de energías negativas en cualquier espacio o situación.
 - Protección a uno mismo, a otra persona, o bien a cualquier otra cosa que se desee.
- Fijándonos en el símbolo observamos:
 - El trazo superior significa la llamada a la energía masculina del Universo
 - La columna central representa la bajada de dicha energía que se suma con la energía femenina de la Tierra
 - La espiral que toca 7 veces la columna, representa que ambas energías actuando de forma conjunta, llegan a cada uno de los 7 Chakras principales

1.9. Tratamiento con Reiki 1

1. Sensibilización de las manos y petición de apoyo a la Fuente (manos en posición Gassho), rogando la capacidad de intuición que permita llevar las manos al lugar que más necesite el paciente (Técnica Reiji-Ho)

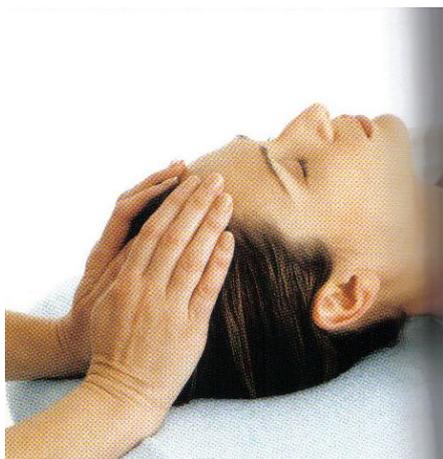


2. Alisamiento del Aura tres veces, haciendo un recorrido con la mano dominante desde encima de la cabeza bajando hacia los pies. Se libera cualquier energía perturbadora en el Aura.

3. Escaneo del cuerpo, haciendo un recorrido con la mano dominante desde la cabeza a los pies, detectando las partes más sensibles a la energía (Técnica Byosen).
4. Activación de la energía con el Cho Ku Rei
5. Aplicación de las manos durante 3-5 minutos en cada una de las posiciones recomendadas.
6. Limpieza de la energía negativa producida durante el tratamiento, restregando con nuestras manos de forma vigorosa hacia abajo, los brazos del paciente desde los codos y las piernas desde las rodillas.
Se busca liberar toda la energía negativa que hubiera podido quedarse en el cuerpo del paciente, favoreciendo su salida por los Chakras inferiores.
7. Sellado con Cho Ku Rei y agradecimiento a la Fuente.
8. Indicación al paciente que la sesión ha terminado y que se recueste unos minutos sobre su lado izquierdo en posición fetal, para que pueda recuperarse de todo lo que se haya removido durante la sesión. Se aconseja salir de la sala para que el paciente pueda volver en intimidad al Aquí y el Ahora.
9. Se vuelve a entrar en la sala, se ayuda al paciente a bajar de la camilla, y se acaba con un Abrazo Reiki.

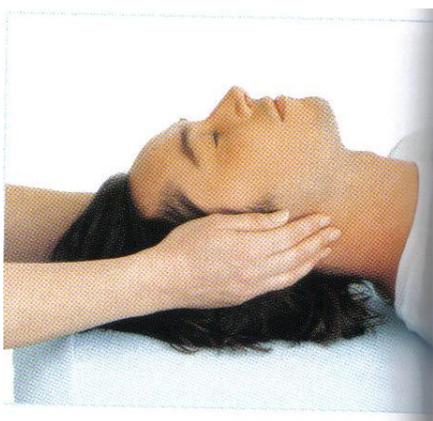
1.10. Posiciones para el tratamiento

1.10.1. *Primera Posición: Parte superior del craneo*



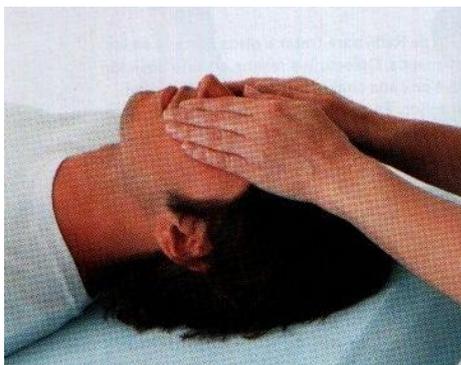
- Actúa sobre el Chakra de la Corona (7)
- Trabaja con la médula y el cerebro
- Alivia los dolores de cabeza y regula el sueño
- Desarrolla el bienestar, la relajación y tranquiliza los pensamientos
- Promueve la serenidad y la creatividad.
- Aumenta la capacidad de recibir energías superiores

1.10.2. Segunda Posición: Sienes



- Actúa sobre el Chakra del Tercer Ojo (6)
- Alivia dolores de cabeza, jaqueca, derrames, alergia, resfriados y asma
- Alivia el estrés, calma la mente y mejora nuestra capacidad de aprender.
- Promueve el equilibrio entre emoción y razón
- Promueve una visión más clara de la vida y de los problemas

1.10.3. Tercera Posición: Ojos



- Actúa también sobre el Chakra del Tercer Ojo (6)
- Trabaja cualquier problema con los ojos, la nariz, los maxilares, los dientes
- Al relajar los ojos se relaja todo el cuerpo
- Mejora la capacidad de concentración y de estar centrado.
- Permite que penetremos en nuestro Yo interior, para estar en contacto con nuestra propia sabiduría

- Favorece la meditación

1.10.4. Cuarta Posición : Garganta



- Actúa sobre el Chakra de la Garganta (5)
- Trabaja las glándulas tiroideas y paratiroides
- Influye en los maxilares, mandíbulas, amígdalas, garganta y faringe.
- Potencia la expresión, siendo capaces de transmitir lo que sentimos

1.10.5. Quinta Posición: Pecho



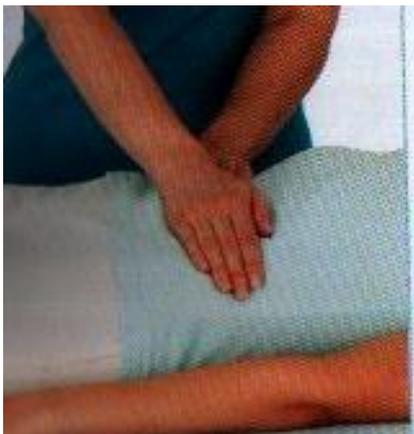
- Actúa sobre el Chakra Cardíaco (4)
- Trabaja el corazón, circulación, venas y arterias, pulmones y bronquios
- Controla el envejecimiento, la rabia, los resentimientos, los celos, la amargura y la hostilidad.
- Desarrolla la felicidad, la autoconfianza y la armonía.
- Desarrolla el amor incondicional

1.10.6. Sexta Posición: Plexo Solar



- Actúa sobre el Chakra del Plexo Solar (3)
- Equilibra las funciones del hígado, estómago, bazo, vesícula biliar y páncreas.
- Ayuda cuando se producen cambios bruscos en nuestra vida, haciendo que aceptemos ideas diferentes.
- Potencia nuestra fuerza de voluntad
- Aumenta la aceptación hacia lo que somos y tenemos.

1.10.7. Séptima Posición: Vientre



- Actúa sobre el Chakra del Sacro (2)
- Equilibra páncreas, vejiga, sistema reproductor femenino, apéndice, intestino delgado, duodeno y colon.
- Equilibra emociones como la rabia y la depresión.
- Potencia nuestra fuerza para afrontar la vida.
- Desarrolla respuestas emocionales saludables ante la vida sexual, rompiendo patrones y pensamientos rígidos.

1.10.8. Octava Posición: Bajo Vientre



- Actúa sobre el Chakra Raiz (1)
- Trabaja con la vesícula, intestinos, ovarios, útero, próstata, vagina.
- Reduce la ansiedad y el nerviosismo.
- Nos ayuda en nuestro enraizamiento en el aquí y en el ahora, potenciando la fortalezas que necesitamos.

1.10.9. Novena posición. Rodillas



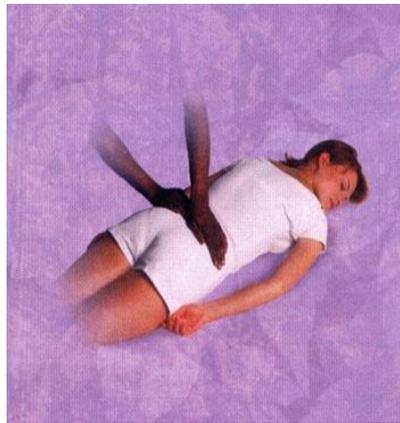
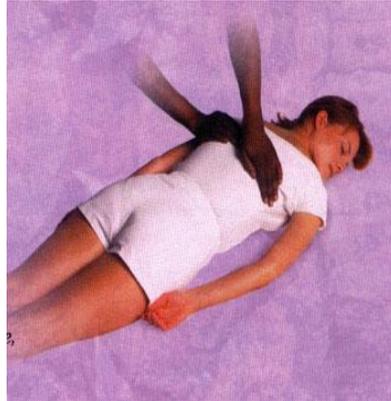
- Extensión del Chakra Raiz (1)
- Trabaja con nuestras resistencias hacia la vida.
- Nos ayuda a dejarnos fluir más fácilmente

1.10.10. Décima posición. Pies



- Extensión del Chakra Raiz (1)
- Recibir Reiki en los pies, siempre es muy agradable dejando una sensación muy placentera al acabar el tratamiento.
- Refuerza el asentamiento y el enraizamiento.

1.10.11. Posiciones Traseras



- Las posiciones traseras se relacionan a nivel energético con las de delante.
- Los Chakras tienen salida energética por delante y por detrás, de modo que lo que trabajamos por delante tiene también efecto por detrás.

1.10.12. Tratamiento en posición sentada

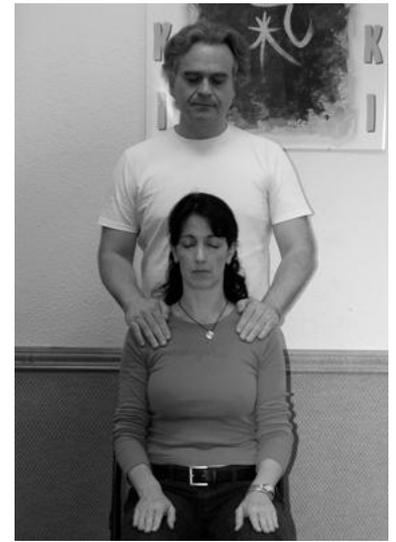
- Este tratamiento es una versión cuando no es posible tener a la persona tumbada.
- Cada posición se mantiene 1 - 3 minutos



Primera Posición
Chakra Corona (7)



Segunda Posición
Chakra Tercer Ojo (6)



Tercera Posición
Chakra de la Garganta (5)



Cuarta Posición
Chakra Cardíaco (4)



Quinta y Sexta Posición
**Chakra Plexo Solar (3) y
Chakra Abdomen (2)**

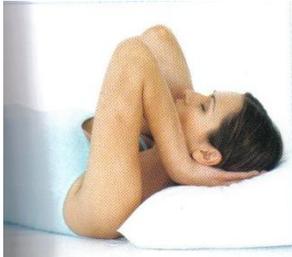


Séptima Posición
Chakra Raíz (1)

1.10.13. Autotratamiento

- **Puede realizarse a cualquier hora del día, siendo recomendable al levantarse (cuando el cuerpo está bien relajado después del sueño) o bien al acostarse**
- **Puede llevarse a cabo en la propia cama, aprovechando la postura relajada del cuerpo.**

- Conviene acompañarlo de una meditación/contemplación, concentrándose en la respiración y tratando de vaciar la mente de pensamientos, sintiendo la conexión con nuestro Yo interior.
- Ayuda el escuchar música que favorezca ese estado meditativo/contemplativo.



Primera Posición
Chakra Corona (7)



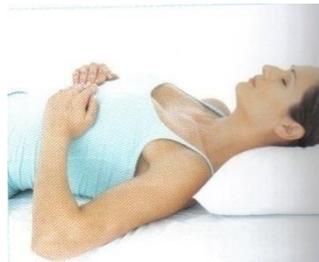
Segunda Posición
Chakra Tercer Ojo (6)



Tercera Posición
Chakra de la Garganta (5)



Cuarta Posición
Chakra Cardíaco (4)



Quinta Posición
Chakra Plexo Solar (3)

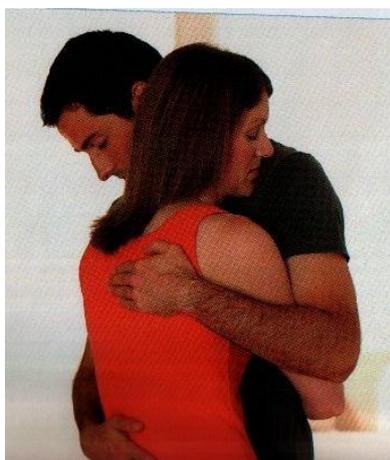


Sexta Posición
Chakra Abdomen (2)



Septima Posición
Chakra Raíz (1)

1.11. Abrazo Reiki



- El abrazo Reiki es una manera excelente de acabar una sesión.
- Ayuda a conectar fuertemente los chakras corazón de terapeuta y paciente.
- Deja una sensación muy poderosa de calidez y armonía.

1.12. Sensaciones con Reiki

Las sensaciones pueden variar de unos a otros:

- Calor
- Cosquilleo
- Relajación
- Visualizaciones diversas (colores, imágenes, recuerdos..)
- Aumento de la sensibilidad corporal
- Cambios en la respiración
- Dolor, Tristeza (cuando se producen procesos de limpieza de toxinas)
- Sueño
- Estados meditativos/contemplativos de cuerpo dormido y mente despierta

1.13. Beneficios del Reiki

- La práctica diaria puede entenderse como un sistema de crecimiento personal completo que, no solo elimina un malestar, sino que te ayuda a llegar a la causa y modificar el patrón de conducta o pensamiento que lo estaba provocando.
- Trae el sosiego y la calma a nuestra vida, favoreciendo la claridad mental,

mejorando nuestra relación con los demás y con nuestro entorno.

- **Aumenta y potencia los beneficios positivos de cualquier tratamiento médico y minimiza los efectos secundarios de estos mismos.**
- **Agudiza nuestros sentidos y despierta capacidades que teníamos dormidas.**
- **La mejora de tus capacidades a través de la práctica diaria del Reiki, te ayuda a ser capaz de tomar mejores decisiones en tu vida, que te llevan más eficazmente al camino de la Paz, de la Armonía y del Amor.**

1.14. La iniciación

- **En el proceso de iniciación, también llamada “sintonización” o “transmisión de energía”, el Maestro Reiki utiliza una antigua técnica para elevar la energía del alumno y dotarle de la capacidad para canalizar la energía por sí mismo.**
- **El proceso toma la forma de una sencilla ceremonia, donde el Maestro Reiki utiliza unos símbolos y mantras determinados.**
- **Usui descubrió los símbolos y mantras utilizados en la iniciación en antiguos escritos sánscritos, pero fue incapaz de utilizarlos para curar hasta que recibió el poder a través de su experiencia de iluminación en el Monte Kurama.**
- **Sin la sintonización, sólo con los símbolos no se podría activar la energía Reiki.**

1.15. Después de la iniciación

Periodo de Purificación



- El principal efecto de una sintonización es posibilitar a través de la canalización de la energía, que se limpie toda la energía negativa del cuerpo.
- Así, al aplicarse la energía Reiki mediante el autotratamiento, ésta llega a todas las células, removiéndose las toxinas que hubiere y liberándose los posibles bloqueos energéticos que pudieran existir.
- Esta salida de elementos tóxicos lleva asociada distintos efectos, tanto en los planos físico, mental, emocional y espiritual.
- La duración del periodo de purificación puede ser de hasta tres semanas.
- En algunos casos, pudiera sucederse una crisis de sanación como consecuencia del intenso proceso de depuración, con síntomas diversos que varían de unos a otros.
- Durante este periodo conviene ayudar al cuerpo a limpiarse controlando la alimentación:
 - evitando alimentos grasos o muy condimentados
 - bebiendo mucha agua
 - y teniendo una dieta equilibrada rica en frutas y fibras.
- En el plano mental, emocional y espiritual, ya desde el primer momento al recibir la sintonización, sientes que algo ha cambiado de forma considerable.
- La práctica del Reiki es mucho más profunda que aplicar unas simples técnicas y posiciones de manos.
- El primer objetivo es la propia sanación del practicante, que implica pasar por un proceso de crecimiento personal que nos llevará a

aumentar de forma espectacular el nivel de vibración de nuestra estructura energética, uniéndonos de esta forma a la energía universal del Amor.

- Para ello, tenemos que hacer un trabajo muy importante con nosotros mismos tratando de integrar en nuestro comportamiento diario los principios del Reiki, para lo que el autotratamiento nos servirá de extraordinaria ayuda, limpiando nuestras viejas heridas y abriendo nuestro corazón a un nuevo entendimiento y comprensión.
- Según nuestra perseverancia en el autotratamiento y la aplicación de los principios, notaremos que nos sentimos más cerca de nuestra esencia divina y que comienza una nueva etapa en nuestra vida, dando un paso importante en el camino hacia la Paz y la Armonía.

Te estás empezando a convertir en un ser mas lleno de paz, armonía y amor.

1.16. Ejercicios y prácticas de Reiki

1.16.1. *Meditación Gassho*



- La meditación Gassho es la práctica fundamental en el Camino de la Espiritualidad propuesta por el Reiki.
- El sentido y el fin de la meditación Gassho es potenciar la energía del practicante y llevarlo a un estado espiritual meditativo
- Gassho produce profundos y beneficiosos efectos en nuestra salud, pues aumenta la vitalidad, relaja la mente y elimina los pensamientos y emociones dañinas.
- Es recomendable practicarla al menos quince minutos al día.

PROCESO

- 1) Siéntate cómodamente con los ojos cerrados. La

espalda debería estar lo más recta posible y las manos colocadas juntas en posición oración a la altura del Chakra corazón.

- 2) Centra tu mente en el acto de observar el juego de la respiración y además enfoca tu atención en el punto de encuentro de los dos dedos corazón.
- 3) Siente como al inspirar por la nariz, el aire entra por el Chakra corona, y al exhalar por la boca, el aire sale por la base de la columna
- 4) Cuando inspires, presiona ligeramente los dedos corazón, y visualiza una luz blanca que entra por el chakra corona.
- 5) Cuando exhales, relaja la presión en los dedos corazón, y visualiza la luz que sale por la base de la columna y “va a tierra”.
- 6) Permanece en este juego, al menos, un ciclo de 18 respiraciones completas, centrando la mente únicamente en la práctica
- 7) Deberíamos intentar realizar esta práctica al menos 5 minutos al día.

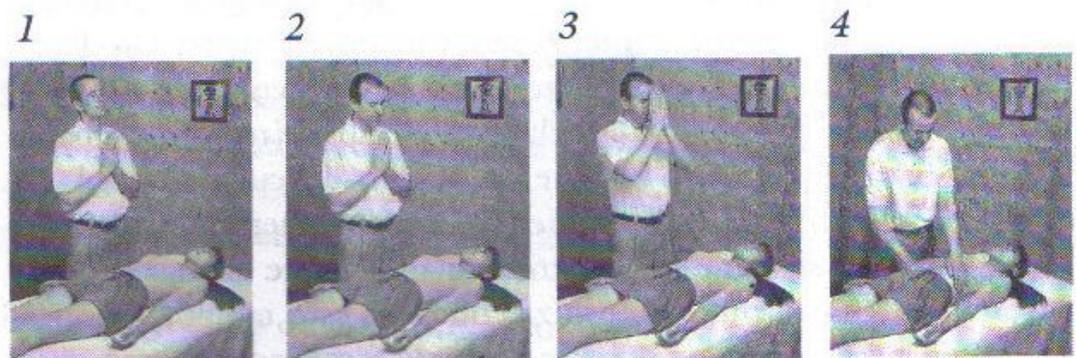
1.16.2. *Técnica Reiji Ho* : Referencia a la energía Reiki

- El maestro Usui recomendaba y usaba la oración, y denominaba a esa técnica *Reiji Ho*
- *Reiji* significa “señal del espíritu o intuición”, y *Ho* “técnica”.
- Está indicada siempre en el primer paso de toda sesión de tratamiento con Reiki, para lograr que la sanación sea más eficaz.
- La oración es la manera en que un ser humano entra en contacto con su Yo

superior, que nos introduce en la inmensidad del mundo espiritual.

- La oración es un eficaz instrumento para el reikiano, que busca elevar, dinamizar, mover y reorganizar sus energías íntimas.
- No es necesario ser religioso para que la oración funcione.
- La oración debe estar llena de pensamientos positivos, salidos de lo más profundo de nuestro corazón.
- La oración se vuelve ineficaz cuando la realizamos con pensamientos y palabras mecánicas, que no sentimos realmente desde lo más profundo.

PROCESO AL COMIENZO DE UNA SESION DE REIKI



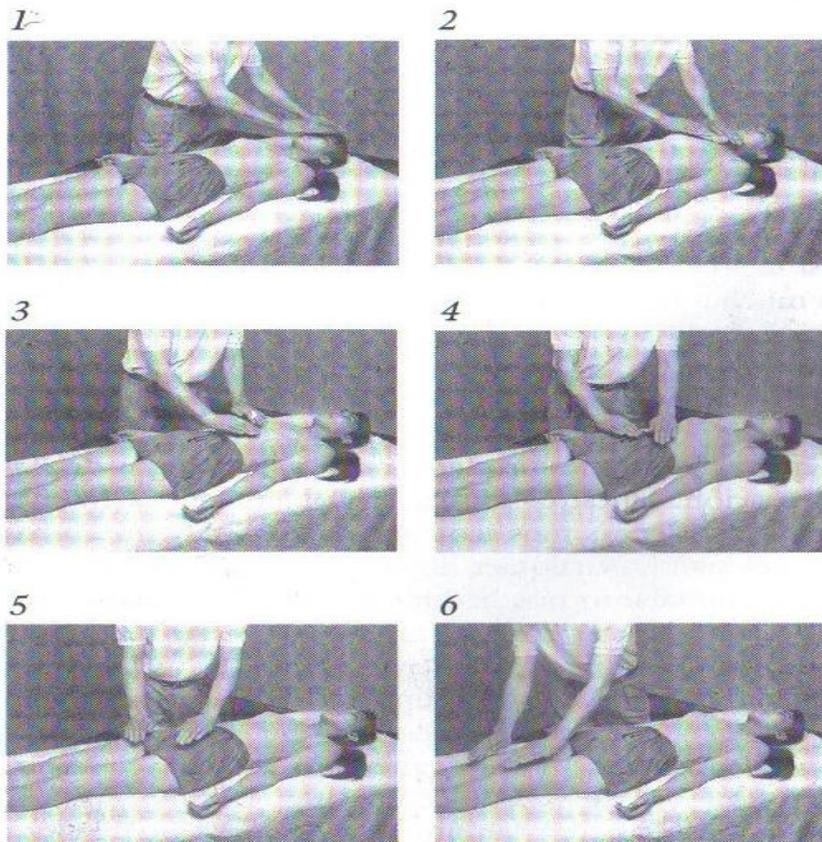
- 1) **Pliega tus manos delante del pecho y pide a la energía fluir libremente a través de ti**
- 2) **Pide por la curación y el bienestar de tu paciente (o de ti mismo) en todos los aspectos y niveles.**
- 3) **Sostiene las manos plegadas delante del Tercer Ojo y pide a Reiki que dirija tus manos en todo lo que deban hacer.**
- 4) **Obedece tus manos y continúa con el tratamiento**

1.16.3. Técnica *Byosen*: Escaneado

- La palabra japonesa *byo* significa “enfermo” y la palabra *sen* “línea”
- En el comienzo del tratamiento después de haber aplicado la técnica Reiji-Ho (punto anterior), es recomendable realizar un escaneo del cuerpo de tu paciente en su parte frontal para tratar de sentir las partes mas necesitadas de Reiki.
- Posiblemente sientas un cosquilleo en tus manos. También puede ser la sensación de calor, magnetismo o presión, o simplemente saber que has encontrado el lugar correcto.

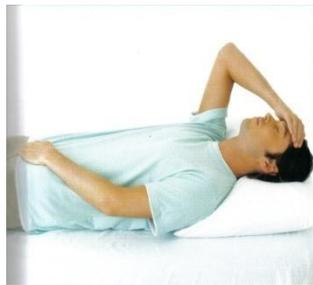
PROCESO

1 – 6: Palpa la parte frontal y dorsal del cuerpo con lentos movimientos descendentes.



1.16.4. Autoequilibrado de los Chakras

- Para mantener tu salud física, emocional, mental y espiritual, es importante llegar a un equilibrio entre las energías de tus chakras. Cada uno refleja unas cualidades, funciones y aspectos especiales de crecimiento personal.
- Se recomienda el siguiente proceso de autoequilibrio:



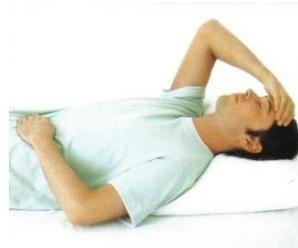
- 1** Coloca una mano sobre tu sexto chakra y la otra sobre el primer chakra.
Se equilibra la energía de la cabeza y de las partes bajas del cuerpo.
A menudo tenemos mucha energía en la cabeza y demasiado poca en el bajo abdomen.
Esto te pone más en contacto con tu energía sexual



- 2** Coloca una mano sobre tu quinto chakra y la otra sobre tu segundo chakra.
Esto equilibra las emociones y la vitalidad con la zona de la autoexpresión y la comunicación.
Te sentirás más conectado con tus emociones y deseos y serás capaz de expresarlos con más facilidad, de una manera creativa



- 3** Coloca una mano sobre tu cuarto chakra y la otra sobre tu tercer chakra.



- 4** Coloca una mano sobre tu segundo chakra y la otra sobre el sexto chakra.

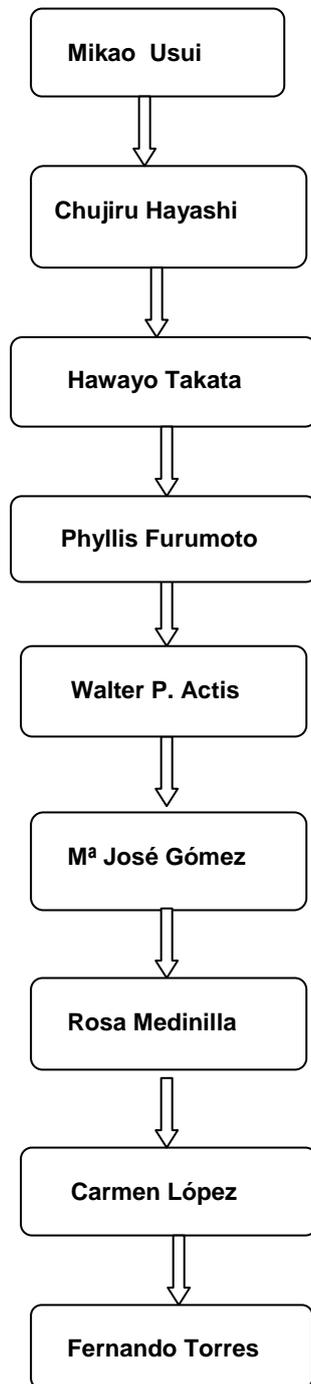
El corazón significa el amor y la compasión, y el plexo solar tu fuerza y poder personal. Si estos centros están equilibrados, se toman las decisiones correctas, y se hacen con más amor y comprensión

Esta posición te relaja profundamente y te permite dejar marcharse los pensamientos y las emociones

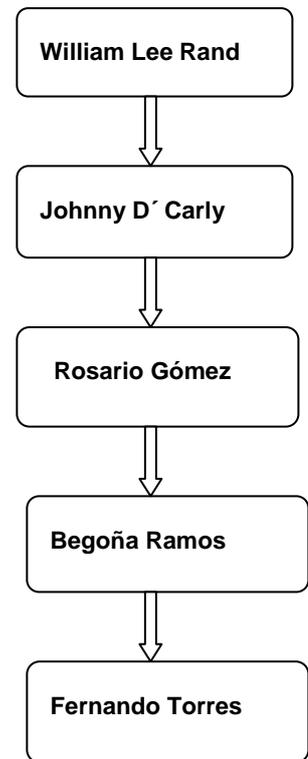
1.17. Linaje Reiki

- **El "Linaje Reiki" nos indica la cadena existente entre nosotros, nuestro maestro y los creadores de los diferentes Sistemas de Reiki.**
- **El linaje es como nuestro "árbol genealógico" en nuestro camino de Reiki.**
- **El Linaje tiene una importancia relativa, pues lo verdaderamente importante es el espíritu del Maestro que nos inició, junto al trabajo personal de cada uno en la construcción de su propio camino de Reiki.**

Reiki Usui



Karuna Reiki ®



2. REIKI 2: “LA TRANSFORMACIÓN”

- ❖ Reiki 2
- ❖ Símbolos de Reiki 2:
 - ✓ Sei He Ki, para el tratamiento de las emociones
 - ✓ Hon Sha Ze Sho Nen, para el tratamiento de los pensamientos y para poder mandar Reiki a distancia
- ❖ Tratamientos con Reiki 2
- ❖ Reiki a distancia
- ❖ Ejercicios y prácticas avanzadas de Reiki
 - ✓ Técnica Kenyoku: Baño seco
 - ✓ Técnica Joshin Kokyu Ho: Respiración Purificadora
 - ✓ Técnica Seiheki Chiryō: Curación de Costumbres
 - ✓ Técnica Hesso Chirju Ho: Curación en el ombligo
 - ✓ Técnica Gyoshi Ho: Curar con los ojos
 - ✓ Técnica Koki Ho: Soplo dorado
 - ✓ Técnica Oshite Chiryō: Curar con los dedos
 - ✓ Meditación Todo Amor®
 - ✓ Meditación Línea de Tiempo



2.1. Reiki 2

- La diferencia del Nivel 2 con el Nivel 1 estriba en que, el sanador no solo hace fluir la energía a través de sus manos para tratar el cuerpo físico (Nivel 1), sino

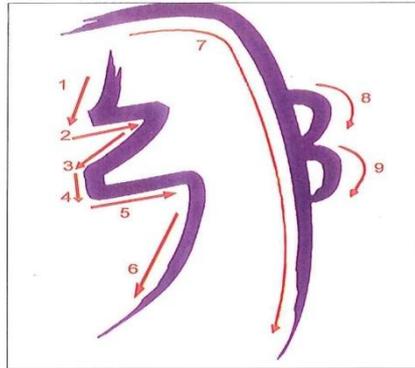
que ahora además, la energía canalizada es dirigida por la mente del sanador para tratar los cuerpos mental (consciente e inconsciente) y emocional.

- Esta energía del Nivel 2 nos permite evolucionar desde la etapa inicial del “Despertar” hacia el camino de la “Transformación”
- El nivel de Reiki 2 introduce dos nuevos símbolos Sei He Ki y Hon Sha Ze Sho Nen, que permiten un tratamiento más específico de las emociones y la mente inconsciente (SHK), y del cuerpo mental y la mente consciente (HSZSN).
- El Nivel 2 abre nuevas posibilidades:
 - Acceso al inconsciente, por lo que se puede transformar el ego, recuperando comportamientos constructivos que superan las conductas negativas y limitadoras.
 - Aumento de las facultades psíquicas que conducen a nuevos niveles espirituales.
 - Tratamientos mas eficientes combinando los dos nuevos símbolos con el Cho Ku Rei.
 - Desarrollo de la capacidad intuitiva que va a permitir aplicar Reiki con más rendimiento utilizando nuevas técnicas:
 - Técnica Kenyoku: Baño seco
 - Técnica Joshin Kokyu Ho: Respiración Purificadora
 - Técnica Seiheki Chiryō: Curación de Costumbres
 - Técnica Hesso Chirju: Curación en el ombligo
 - Técnica Gyoshi Ho: Curar con los ojos
 - Técnica Koki Ho: Soplo dorado
 - Técnica Oshite Chiryō: Curar con los dedos
 - Posibilidad de envío de la Energía Reiki a distancia:
 - Técnica Enkaku Chiryō (Curación a distancia)

2.2. Símbolos de Reiki 2

2.2.1. *Sei He Ki*

Sei He Ki



- El Sei He Ki es el símbolo cuya misión es dirigir la energía a las capas mentales y emocionales del aura, así como a los Chakras que regulan las funciones mentales-emocionales y a la mente. Más concretamente, el SHK actúa sobre el cuerpo emocional y la mente inconsciente.
- Su nombre significa: “Todo lo que está arriba está abajo”, “La tierra y el cielo se unen”
- Trabajando con este símbolo, accedemos al subconsciente y actuamos en los niveles más profundos, disolviendo los conceptos y emociones negativas que pudieran causarnos problemas físicos.
- Nuestro cerebro está dividido en dos hemisferios: El hemisferio derecho, el lado femenino, es el que regula la intuición, la sensibilidad, la imaginación, los sentimientos etc. El hemisferio izquierdo, el lado masculino, es el que regula la racionalidad y el razonamiento deductivo y lógico.
- El Sei He Ki armoniza los dos hemisferios logrando un equilibrio entre las funciones gobernadas por ambos.
- Cuando aplicamos el Sei He Ki, ayudamos a la persona a que sea consciente de sus emociones reprimidas y de patrones mentales-emocionales, que

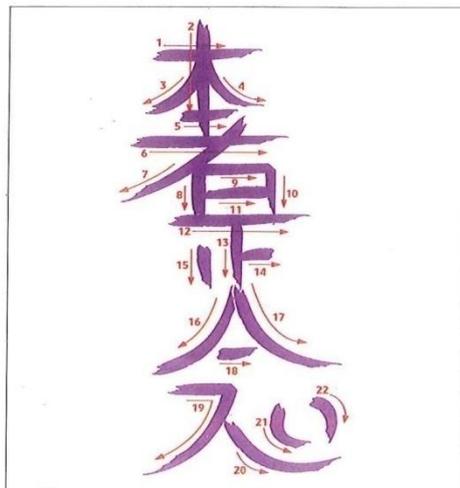
puedan estar con ella desde hace tiempo.

- La consciencia es el arma mas poderosa para superar alteraciones de conducta producidas por emociones negativas no liberadas.

- Otras utilizaciones del símbolo:
 - Ayuda a mejorar la memoria.
 - Ayuda en las discusiones para filtrar las energías negativas, creando armonía, paz y comprensión.
 - Tratamiento de fobias, adicciones y patrones de comportamiento

2.2.2. *Hon Sha Ze Sho Nen*

Honsha zeshonen



- **Hon Sha Ze Sho Nen es el símbolo del tiempo y del espacio. Su misión es unir a paciente y terapeuta en el aquí y el ahora, permitiéndonos el envío de Reiki a distancia:**
 - para tratar a una persona que esté lejos de nosotros
 - o bien, para tratar situaciones del pasado o del futuro, nuestras o de otras personas.

- **Su nombre significa: “Ni pasado, ni presente, ni futuro”, y además coincide con el saludo budista “Namasté” que representa:**

La Esencia Divina que hay en mí saluda y reconoce a la Esencia Divina que hay en tí.

- **HSZSN dirige la energía para actuar sobre la mente consciente y el cuerpo mental.**

- **HSZSN nos ayuda para eliminar karma.**

- **HSZSN nos permite, durante el tratamiento, enviar energía a otras partes físicas distintas, de forma adicional a las que estemos tratando mediante la aplicación de nuestras manos.**

2.3. Tratamiento presencial con Reiki 2 (A otra persona o a tí mismo)

1. **Sensibilización de las manos**
2. **Manos en posición Gassho. Petición de apoyo a la Fuente. Intuición de las partes mas sensibles del paciente (o de tí mismo)**
3. **Alisamiento del Aura y escaneo del cuerpo.**
4. **Activación de las diferentes energías utilizando los signos en el siguiente orden:**
 1. **Hon Sha Ze Sho Nen**
 2. **Sei He Ki**

3. Cho Ku Rei

- 5. Aplicación de las manos, utilizando las mismas posiciones y tiempo recomendadas con Reiki 1 (3 – 5 minutos / posición).**

Además, durante el tratamiento, la energía también puede dirigirse con la mente a otras partes físicas diferentes a la zona donde se estén aplicando las manos.

- 6. Limpieza de la energía negativa producida durante el tratamiento, restregando con nuestras manos de forma vigorosa hacia abajo, los brazos del paciente desde los codos y las piernas desde las rodillas.**

Se busca liberar toda la energía negativa que hubiera podido quedarse en el cuerpo del paciente, favoreciendo su salida por los Chakras inferiores.

- 7. Sellado con Cho Ku Rei y agradecimiento a la Fuente.**

- 8. Indicación al paciente que la sesión ha terminado y que se recueste unos minutos sobre su lado izquierdo en posición fetal, para que pueda recuperarse de todo lo que se haya removido durante la sesión. Se aconseja salir de la sala para que el paciente pueda volver en intimidad al Aquí y el Ahora.**

- 9. Se vuelve a entrar en la sala, se ayuda al paciente a bajar de la camilla, y se acaba con un Abrazo Reiki.**

2.4. Reiki a distancia a un paciente (*Enkaku Chiryō*)



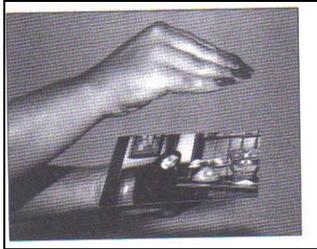
La palabra japonesa *Enkaku* significa “enviar” y la palabra *Chiryō* “Tratamiento”

PROCESO

1. Petición de permiso a la persona a la que queremos mandar Reiki, que lo podemos hacer directamente a ella, o hacerlo a su Ser Interior a través de una visualización.
 - Si no se está seguro de haber obtenido el permiso, se puede continuar con la sanación, pero especificando que se dirija a la persona receptora solo si ésta la acepta
2. Sensibilización de las manos, petición de apoyo a la Fuente, y verbalización de la persona a la que se quiere dirigir la energía.
3. Activación de las distintas energías con los símbolos HSZSN, SHK y CKR
4. Para la aplicación de Reiki, se pueden utilizar varias técnicas:



TECNICA DE LA REDUCCION: Imaginando que tienes la persona entre tus manos



TECNICA DE LA FOTO: Utilizando una foto de la persona receptora colocada entre tus manos.



TECNICA DE LA RODILLA: Aplicando sobre la rodilla y parte superior de la pierna del propio sanador, imaginando que estas partes del cuerpo corresponden a las partes del cuerpo de la persona a la que se envía la energía

5. Canalización de Reiki según la técnica escogida, durante aprox. 10 minutos
6. Cierre con CKR y agradecimiento a la Fuente

2.5. Reiki a distancia al Pasado/Futuro, a una Situación/Causa/Relación

1. Sensibilización de las manos y petición de apoyo a la Fuente



2. Establecer la petición (mentalmente o escribiéndola en un papel)

3. Activación de las diferentes energías con los símbolos HSZSN , SHK y CKR

4. Aplicación de Reiki entre tus manos durante aprox. 10 minutos

5. Cierre con CKR y agradecimiento a la Fuente

2.6. Ejercicios y prácticas avanzadas de Reiki

2.6.1. *Técnica Kenyoku: Baño seco*

- Este ejercicio es muy poderoso para limpiarnos de la conexión energética que pudieramos tener y no deseemos con el entorno.
- *Ken* significa “espada” y *Yoku* significa “eficaz”. Se le conoce como “baño seco” y es una práctica ancestral de purificación.
- Se recomienda realizarla al comienzo y al terminar cualquier tratamiento de Reiki

PROCESO

- 1** *Frota tu mano derecha sobre tu mano izquierda, como si la limpiaras con una enérgica sacudida. Repite lo mismo con la otra mano*



- 2** *Coloca la mano derecha sobre el hombro izquierdo y recorre la mano (con la palma vuelta hacia ti) por el torax acabando en la cadera derecha .*
- 3** *Repite el paso anterior desde el hombro izquierdo, pero recorriendo la mano por el brazo izquierdo sacudiendo la mano al acabar .*



- 4** Coloca la mano izquierda sobre el hombro derecho y recorre la mano (con la palma vuelta hacia ti) por el torax acabando en la cadera izquierda .
- 5** Repite el paso anterior desde el hombro derecho, pero recorriendo la mano por el brazo derecho sacudiendo la mano al acabar .

2.6.2. Técnica Joshin Kokyu Ho: Respiración Purificadora

- **Joshin** significa “parte superior del cuerpo”, **Kokyu** significa “respiración” y **Ho** “técnica”.
- Esta técnica calma la mente y aumenta el nivel de energía de todo el cuerpo.
- La dificultad de esta técnica reside en que tenemos que llegar a sentir la energía Reiki centrada en el Tan Tien inferior o Hara (se ubica tres dedos por debajo del ombligo) para, después, expandirla desde allí en todas direcciones, purificando así el cuerpo, la mente y el espíritu

PROCESO

- 1** Siéntate cómodamente y respira profundamente un par de veces. Deja salir todas las tensiones de tu cuerpo y piensa en algo agradable.

- 2** Toma conciencia de un punto en tu bajo vientre, aproximadamente dos o tres dedos por debajo de tu ombligo. En este lugar se sitúa tu energía vital. Es el centro de tu ser. Te puede ayudar el colocar una mano o ambas sobre el bajo vientre y respirar hacia el lugar que estás tocando.
- 3** Inspira por la nariz e imagínate, guiándote con la respiración, como incorporas la energía Reiki a través de tu Chakra corona depositándola en tu Tan Tien inferior.
- 4** Mantén la respiración unos segundos en el Tan Tien, y visualiza como este aire y la energía se extienden y penetran todo el cuerpo.
- 5** Exhala por la boca y proyecta delante de tus ojos la imagen de cómo la energía sale de tu cuerpo a través de las puntas de los dedos de las manos y de los pies. La energía Reiki, como una Gran Luz Brillante, atraviesa las barreras de la piel y se expande hasta el infinito, purificando así el aura y todo tu campo energético.

2.6.3. Técnica Hesso Chiryu Ho: Curación en el ombligo

- **Hesso** significa ombligo, **Chiryu** significa tratamiento y **Ho** técnica.
- El ombligo es el centro del cuerpo y un punto importante para sanar cualquier enfermedad. Al focalizar la energía Reiki en ese punto se trata todo el cuerpo de forma muy intensa, por lo que un tiempo de 5-10 minutos puede equivaler a un tratamiento completo
- Esta técnica es muy efectiva para equilibrar las emociones y para energizar todo el cuerpo.
- La aplicación más recomendable es con uno mismo durante el autotratamiento.
- Podría utilizarse también con terceras personas con las que se tenga mucha confianza.



PROCESO

- 1 Deja fluir la energía de Reiki a través de tu dedo corazón hacia el ombligo. Colocando además la mano no dominante sobre la frente (tercer ojo) podrías aprovechar durante el autotratamiento para realizarte un equilibrado entre los Chakras superiores e inferiores.

2.6.4. Técnica Gyoshi Ho: Curar con los ojos

- La palabra japonesa *Gyoshi* significa “mirar fijamente” y la palabra *Ho* “técnica”.
- Usui afirmaba que todas las partes del cuerpo irradian energía, principalmente las manos, los ojos y la respiración.
- Esta técnica nos permite aplicar Reiki con los ojos.

PROCESO

- 1 Deja que tu intuición te lleve hacia donde debes dirigir tu energía Reiki desde los ojos.



- 2** Mira la zona receptora. Es preciso mantener los ojos relajados, sin tratar de focalizar la imagen.
- 3** Dirige tu mirada hacia la zona que ha de ser trabajada, dejando que la imagen venga a ti. Se trata de un mirar desenfocado, leve y suave.
- 4** Mantén este proceder durante el tiempo que consideres necesario según tu intuición.

2.6.5. Técnica Koki Ho: Soplo dorado

- La palabra japonesa *Koki* significa “soplar” y la palabra *Ho* “técnica”.
- Esta técnica nos permite aplicar Reiki con el soplo y es muy útil para:
 - Desbloquear un Chakra cuando la energía no fluye libremente
 - Subir el nivel energético de un Chakra cuando está bajo

PROCESO

- 1** Durante el curso de un tratamiento y cuando decidas que sea necesario según tu intuición, sitúate sobre el Chakra que quieres tratar manteniendo la respiración.



- 2** Visualiza como la energía fluye con más intensidad.
- 3** Inclínate sobre el Chakra y suelta la respiración con un soplo
- 4** Visualiza como la energía entra en el chakra y hace su trabajo disolviendo el bloqueo.

2.6.6. Técnica Oshite Chiryō: Curar con los dedos

- La palabra japonesa *Oshi* significa “empujar”, la palabra *te* “dedo” y la palabra *Chiryō* “tratamiento”.
- Esta técnica está concebida para canalizar con los dedos:
- Podemos utilizar el dedo corazón para canalizar en un punto concreto como si fuera una especie de láser que atraviesa el bloqueo y lo deshace.
- También podemos utilizar tres dedos unidos (pulgarcillo, corazón e índice) para abarcar una zona un poco más amplia
- Igualmente podemos canalizar con los cuatro dedos de la mano uniéndolos en pala, haciendo pequeñas presiones y movimientos ligeros en la zona.

PROCESO

- 1 Aplicar con los dedos en la zona que hayamos decidido hacerlo.



2.6.7. Técnica *Seiheki Chiryō*: Curación de Costumbres

- La palabra japonesa *Seiheki* significa “costumbre” y *Chiryō* “tratamiento”.
- Esta técnica se utiliza para el tratamiento de costumbres, especialmente de aquellas que podríamos denominar “malas” y tiene los efectos de una “desprogramación”.
- Si quieres trabajar contigo mismo, entonces haz una afirmación. Si quieres trabajar con un paciente, ayúdale a pensar en una afirmación.
- Ten en cuenta que las afirmaciones deben ser breves, precisas y positivas. Deben estar escritas en tiempo presente y no deben ser limitantes en ningún sentido.
- El Dr. Usui también utilizaba esta técnica para reafirmar los cinco principios de vida del Reiki.

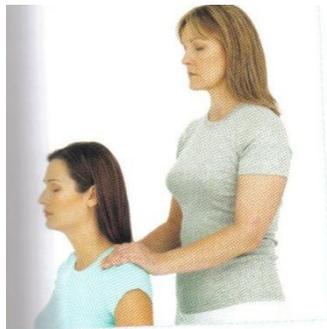
PROCESO



- 1** Alisa el aura del receptor desde la cabeza y hombros hacia abajo por todo el cuerpo



- 2** Activación de las diferentes energías utilizando los signos en el siguiente orden HSZSN, SHK y CKR.



- 3** Coloca ambas manos sobre los hombros aprox 30 segundos para tomar contacto con el receptor



- 4** Establece un ritmo de respiración para que cuando tomes aire te llenes de luz, amor y energía; y cuando lo expulses llenes al receptor.

Haz esto durante 2-4 minutos.

Formula ahora tu afirmación.

Este método es muy eficaz y fácil de aplicar.

Lo normal es realizarlo seguido de un tratamiento normal durante las veces que sea necesario, hasta que el hábito disminuye o desaparece

2.6.8. Meditación Todo Amor®

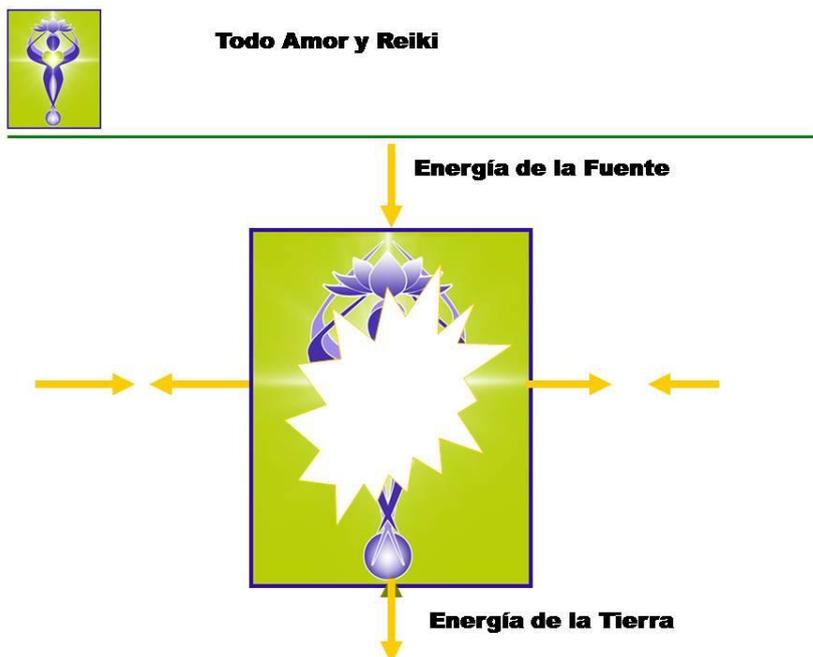
- La energía del Amor es una energía que proviene de una *Fuente* inagotable a la que podemos conectarnos para conseguir que nuestra vida esté en un estado permanente de alegría y disfrute.
- A lo largo de la historia, han existido ejemplos de procesos iniciáticos de iluminación espontánea experimentados por personas que lograron la conexión con esa *Fuente*.
- Patrick Ziegler en los años ochenta redescubrió esa energía en una experiencia de autoiniciación que tuvo en una noche que pasó en La Gran Pirámide en Egipto



- Patrick llamó a esa energía ALL LOVE ó también SKHM (pronunciado Seikim)
- Todo Amor® es un método desarrollado por la *Fundación Sauce* tomando el concepto original de Patrick, y convirtiéndolo en un camino de sanación emocional profunda.
- Todo Amor® es un sistema que busca la unión y el equilibrio de la energía del cielo y la de la tierra en tu corazón.
- Cuando conseguimos ese equilibrio, logramos la conexión entre nuestra parte física y nuestra parte espiritual y podemos abrirnos a compartir el amor puro que somos con el resto de los seres del planeta
- La energía del Amor ocupa un espacio físico en el Universo, de tal forma que cuando tu cuerpo se llena de esta energía, ocupa un espacio físico en él.
- Así, si hay otra energía dentro de tí que no sea Amor, es decir, si estás lleno de

energías como odio, dolor, ira, etc. Todo Amor® te ayudará a ‘sacar’ esa otra energía y dejará espacio para que el Amor se expanda por todo tu ser.

- La liberación de esta “otra energía” puede ser dolorosa para algunas personas, pero hay que entender que es un paso necesario para que se pueda conseguir la sanación a través del Amor
- La meditación Todo Amor® combinada con Reiki permite trabajar simultáneamente con las energías del Reiki y del Amor.
- Diferencias entre las energía Reiki y Todo Amor®:
 - Reiki está más enfocado en canalizar energía a través de las manos para sanar, mientras Todo Amor® trabaja más nuestra parte emocional para desbloquear nuestro sistema energético de energías que no deseamos.
 - Todo Amor® además trabaja con nuestra conexión con la tierra, con el amor de la madre, que te permite sentirte más "enraizado", más conectado con el amor del planeta que nos sustenta.
 - Todo Amor® puede llegarse a sentir más que Reiki porque está más conectada al corazón, a las emociones humanas y al modo en el que sentimos o percibimos el Amor.



PROCESO:

- 1) Coloca tus manos sobre el chakra corazón y activa la energía Reiki utilizando mentalmente los símbolos.**
- 2) Concéntrate en tu respiración y lleva tu atención al centro de tu Corazón Espiritual.**
- 3) Intenta llevar tu respiración a ese lugar y siente que hay en el mismo un poderoso astro que brilla con luz propia, que se va expandiendo con cada respiración.**
- 4) Pide mentalmente una conexión con la Fuente y con la energía del Amor, para que vaya directamente a tu Corazón Espiritual.**
- 5) Lleva ahora tu atención a la coronilla y pide mentalmente la conexión con la energía del Padre Cielo, y nota que, guiado por la respiración, eres capaz de dirigir dicha energía hasta tu Corazón Espiritual**
- 6) La energía del Padre Cielo, siempre guiada por la respiración, continúa su recorrido por el cuerpo, llega hasta tus pies y penetra con cada inspiración hacia el centro de la Madre Tierra.**
- 7) Pide ahora mentalmente la conexión con la energía de la Madre Tierra, y nota que, guiada por la respiración, percibes su energía, que retorna por el cuerpo alcanzando el Corazón Espiritual.**
- 8) Siente la fusión, en el centro de tu Corazón Espiritual, de las energías del Padre Cielo, de la Madre Tierra y de tu propio Chakra Corazón.**
- 9) Envía ahora mentalmente esta energía de fusión hacia fuera a través de tu brazos a los corazones de cada ser viviente, que asimismo te es retornada.**
- 10) Empieza a sentir como, en tu Corazón Espiritual, se funde la energía del Cielo, la energía de la Tierra, la energía de tu Chakra Corazón y la energía del Amor de cada ser viviente**
- 11) Has creado una conexión entre el Universo o el TODO (arriba) y la Tierra o el AMOR (abajo). Es decir, una conexión 'vertical'.**
- 12) También has creado una conexión entre tú y el resto de los seres vivos**

del Universo. Se da una conexión 'horizontal'.

- 13) El resultado es una cruz perfecta: la columna vertical de luz entre el TODO superior y el AMOR inferior y la energía que se expande desde tus brazos hacia fuera y hacia todo el Universo.
- 14) Estas conexiones 'vienen unidas' en el Centro de tu Corazón Espiritual y eres capaz de verte a ti mismo como el centro de esta unión perfecta.
- 15) En este momento, tienes la oportunidad de saber quién eres y a donde te diriges. Puedes encontrar muchas respuestas a tu vida.

2.6.9. Meditación Línea de Tiempo

- Un paseo luminoso por cada uno de los años de nuestra vida nos hace llegar al origen, a la Fuente, a ese lugar sin espacio ni tiempo del que provenimos.
- Adquirir ese conocimiento con cada célula de tu cuerpo, recordar de donde provienes, cuál es tu esencia, sin duda te hará disfrutar más intensamente la vida
- Esta meditación se recomienda que la hagas una vez que hayas hecho la meditación Todo Amor® para que puedas combinar las energías Reiki y Todo Amor®.
- La meditación consiste en enviar Reiki y energía Todo Amor® a toda tu vida tratando de sanar y envolver con amor viejos traumas sin que sea necesario conocerlos.
- Para ello vas a dividir tu pasado en bloques de tiempo de un año, añadiendo el momento de la concepción, el periodo del embarazo y el momento del parto.
- El tiempo de aplicación de la energía combinada para cada periodo puede ser variable de 1 a 15 minutos, por lo que la sanación completa de tu pasado puedes hacerla en varias sesiones en diferentes días.
- Comenzarás la primera sesión por el año actual y seguirás haciendo un recorrido cronológico año por año hasta el momento de tu concepción.

- En cada sesión puedes incluir los periodos de tu vida que te parezcan oportunos. Cuando llegues al final, harás el recorrido a la inversa desde la concepción hasta el año actual.
- Es muy importante que prestes atención a lo que sientes en cada sesión.
- Emociones o sensaciones (agradables o desagradables) que puedan surgir son claves para entender el proceso.
- Si aparecen emociones desagradables, NO sigas hasta el siguiente bloque hasta que hayan desaparecido dichas sensaciones. Sigue repitiendo ese bloque cada sesión, hasta sanar ese periodo, durante el tiempo que consideres necesario.

PROCESO

- 1) Crea un espacio de tranquilidad con una luz indirecta, inciensos y música de relajación
- 2) Acuéstate o siéntate sobre una silla en forma relajada con los ojos cerrados
- 3) Con manos en posición Gassho ruega el apoyo de la Fuente.
- 4) Establece la petición “para sanar (momento de vida)”
- 5) Coloca la mano izquierda (no dominante) en posición receptora en forma de cuenco y la palma hacia arriba.
- 6) Con la mano derecha (dominante) traza, nombra mentalmente e introduce en la izquierda los símbolos HSZSN, SHK y CKR en este orden.
- 7) Pide la conexión a la energía de TodoAmor
- 8) Aplica Reiki y TodoAmor con tus manos en forma de cuenco y juntas, a los periodos de tu vida y durante el tiempo que hayas decidido.
- 9) Al acabar la sesión cierra con CKR y agradece en posición Gassho
- 10) Es recomendable hacer el seguimiento de las sesiones a través de la siguiente tabla:

MEDITACION LINEA DEL TIEMPO

PERIODO	Observaciones	Hecho
Concepción		
Embarazo		
Parto		
0 a 6 meses		
6 meses – 1 Año		
1º Año		
2º Año		
3º Año		
4º Año		
5º Año		
6º Año		
7º Año		
8º Año		
9º Año		
10º Año		
11º Año		
12º Año		
13º Año		
14º Año		
15º Año		

16º Año		
17º Año		
18º Año		
19º Año		
20º Año		
21º Año		
22º Año		
23º Año		
24º Año		
25º Año		
26º Año		
27º Año		
28º Año		
29º Año		
30º Año		
31º Año		
32º Año		
33º Año		
34º Año		
35º Año		
36º Año		
37º Año		
38º Año		

3. REIKI 3: “LA REALIZACION”

- ❖ **Reiki 3: La evolución de la Conciencia**
- ❖ **Los símbolos de Reiki 3:**
 - ✓ **Dai Koo Myo: el símbolo de la maestría interior**
- ❖ **Tratamientos con Reiki 3**
- ❖ **Reiki y Cristales**
- ❖ **Ejercicios y prácticas avanzadas de Reiki**
 - ✓ **Meditación con los símbolos**
 - ✓ **Técnica Jiko Joka: Sanación de Autolimpieza**
 - ✓ **Técnica Los Tres Lotos**
 - ✓ **Técnica Nuca - Mandíbula**
 - ✓ **Equilibrado de Chakras**
 - ✓ **Iniciación Reiju**
 - ✓ **Cirugía Kahuna**



3.1. Reiki 3: La evolución de la Conciencia

- Desde el punto de vista espiritual, la vida es un viaje en dirección a nosotros mismos, que una vez alcanzada la meta, nos hace sentirnos en plenitud llenos de paz, armonía y felicidad.
- Hay infinidad de caminos. Cada uno debe escoger el suyo.
- En general, cualquier camino nos obligará
 - A introducir cambios importantes en nuestra forma de ver la vida
 - A abrir las puertas de nuestra sabiduría interior
 - A vaciarnos interiormente de prejuicios, emociones y pensamientos; para poder estar disponibles para una nueva realidad
- El método Reiki puede ser un camino seguro de autodescubrimiento, cuya práctica perseverante lleva a la persona a una profunda transformación y a la expansión de la conciencia
 - ✓ Los niveles de Reiki no se reflejan en la madurez y espiritualidad del iniciado.
 - ✓ Los niveles de Reiki solo crean la posibilidad de canalizar diferentes tipos de energía Reiki, que proporcionan a la persona herramientas para poder transformarse a sí misma, meta que logrará si persevera en la práctica.
 - ✓ La armonización a través del Reiki, se dá de abajo hacia arriba.
 - ✓ La primera transformación ocurre en el nivel físico (primer Chakra) tras la iniciación del Nivel 1.
 - ✓ Los primeros efectos son una mejora importante del funcionamiento de nuestro cuerpo físico. Rejuvenecemos.
 - ✓ Las dificultades ligadas a nuestra supervivencia se aclaran. Notamos que no necesitamos tanto para vivir bien y en paz.

- ✓ Después, tras la iniciación del Nivel 2 y como consecuencia del equilibrado del segundo Chakra, notamos un aumento de la alegría y una mejor gestión de la influencia de nuestras emociones.
- ✓ Se deshacen nuestros miedos, ansiedades y preocupaciones: Nos sentimos capaces de crear y experimentar paz fácilmente
- ✓ La armonización continúa en el tercer Chakra, aumentando nuestra capacidad de disfrutar de la vida y de relacionarnos con nuestro entorno.
- ✓ Con el equilibrio del cuarto Chakra, desarrollamos nuestra capacidad de amar, fuerza espiritual muy potente que nos posibilita introducir cambios importantes en nosotros mismos y en nuestro entorno.
- ✓ A partir del quinto Chakra, nuestra percepción comienza a transformarse, que nos permite percatarnos de cosas que antes nos pasaban desapercibidas.
- ✓ Con la iniciación del nivel 3, se nos habilita la capacidad de conexión directa a la Fuente, que actuando sobre los Chakras quinto, sexto y séptimo, nos permite el encuentro con nuestra verdad más real, nuestro Yo interior.
- ✓ Somos conducidos a lo más profundo de nuestro Yo, que nos lleva a aprender más de nosotros mismos: virtudes, debilidades, limitaciones....
- ✓ Estamos más despiertos, y vemos con más claridad lo que pasa a nuestro alrededor.
- ✓ Retomamos antiguas situaciones que habíamos archivado sin solucionar y las reinterpretemos a la luz de la nueva energía; aportándoles amor, comprensión y aceptación.
- ✓ Se mejora la fusión de nuestro cuerpo con nuestra mente y con nuestro espíritu, y también la comprensión y la coordinación entre nuestro consciente e inconsciente.
- ✓ Empezamos a recibir señales sobre las mejores decisiones a tomar en nuestra vida cotidiana.

- ✓ El Nivel 3, además, nos permite tratar a distancia simultáneamente a varias personas, cosas, o situaciones.

3.2. Simbolos de Reiki 3

3.2.1. *Dai Koo Myo*

- Es conocido como símbolo Maestro, maestro de los símbolos, o símbolo de la Realización.
- Es un símbolo ancestral de origen incierto, estrechamente relacionado con el budismo Shindon, el budismo esotérico Mikkyo y las artes marciales japonesas.
- El significado del símbolo es “La Gran Luz Brillante”. *Dai* significa Grande, *Ko* significa Luz y *Myo* significa brillante
- Cada uno de los símbolos Reiki es indicativo del nivel de vibración energética del practicante, de tal manera que a medida que vamos trabajando con símbolos más avanzados, nuestro nivel de vibración energética aumenta y nuestro nivel de comprensión de la realidad se expande.

Dai Ko Myo



- Existen diferentes maneras de dibujar el símbolo. Todas las versiones funcionan bien, y lo más importante es la intención en su utilización.
- El DKM va directo a la energía fuente, y nos permite una conexión inmediata entre el “Yo físico” y el “Yo superior”
- La esencia del DKM es la iluminación y la persona que lo recibe tiene la posibilidad de superar la dualidad y Ser Uno con el Universo. Se convierte en La Gran Luz Brillante, que le aporta sabiduría y poder, que le permite llevar una vida llena de paz y armonía.

- Existen prácticas, como la que se describe más adelante “Los Tres Lotos”, que nos pone en conexión con los enormes beneficios del símbolo.
- El DKM debe utilizarse siempre antes que los demás símbolos para amplificar los efectos de los mismos, y para potenciar cualquier tipo de trabajo con Reiki.

3.3. Tratamiento con Reiki 3

- Los tratamientos presenciales, tanto a uno mismo como a otros, son idénticos a los que se realizan con el Nivel 2, con la única diferencia que en la utilización de los símbolos se pone el Dai Koo Myo en primer lugar:
 1. Day Koo Myo
 2. Hon Sha Ze Sho Nen
 3. Sei He Ki
 4. Cho Ku Rei
- En los tratamientos a distancia (a personas, a situaciones del pasado y/o futuro, relaciones..etc) el procedimiento es el mismo que para el nivel 2, introduciendo el DKM como se ha descrito antes, pero ahora con el nivel 3, además es posible tratar a la vez varias personas, situaciones .. etc.

3.4. Reiki y Cristales



- Los Cristales tienen una energía propia con efectos curativos, que incide directamente en el aura.
- Reiki potencia los efectos y la energía de los Cristales, y a su vez los cristales, canalizan con mayor intensidad la energía Reiki que pasa a través de ellos.
- La conjunción de ambas terapias amplifica y concentra el caudal de la Energía Universal, siendo Reiki recibido con más intensidad y eficacia.
- En general todos los Cristales se complementan muy bien con Reiki
- Pero especialmente la familia del Cuarzo es la que mejor combina tanto en autotratamiento como en tratamiento a otros, debido a la perfección de sus estructuras moleculares,

3.4.1. *Cristal de Roca*



- Dentro de la familia del Cuarzo, el Cristal de Roca es el más utilizado en la sanación por sus muchas propiedades terapéuticas: disuelve bloqueos, absorbe energías negativas...
- El Cristal de Roca representa la energía primordial del Universo cristalizada en materia y conciencia.
- El Cristal de Roca es el maestro de toda iluminación espiritual.
- Muchas culturas antiguas le conocían como luz solidificada y como piedra de los Dioses.

- **En la Edad Media, los Cristales de Roca llegaron a ser tan caros y codiciados como los diamantes.**
- **El Cristal de Roca tiene acción armonizadora en todos los Chakras y especialmente en el Chakra Corona**

3.4.2. Limpieza de los Cristales

- **Un Cristal es como una pila, que se carga con cualquier tipo de energía que haya en el ambiente.**
- **Según esto, tu cristal debe ser personal e intransferible y conviene practicar una adecuada higiene a la hora de usarlo.**
- **LIMPIEZA PROFUNDA:** La primera vez después de comprarlo, o periódicamente, cuando percibes que está cargado de energía negativa del ambiente.
 - **24 horas en un vaso con una solución de sal gruesa marina**
 - **Después se enjuaga, se seca y está listo para el uso**
- **LIMPIEZA PERIODICA:** Después de cada uso.
 - **Poner el Cristal bajo el grifo dejando correr el agua por unos minutos**
 - **Aplicar sobre él energía Reiki, utilizando el signo del Maestro DKM**

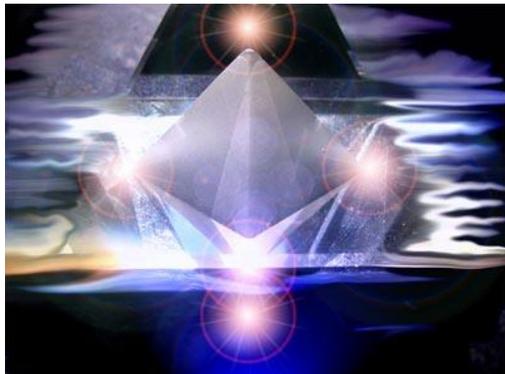
3.4.3. Carga y Programación de los Cristales

- **Una vez limpio, cargar el Cristal mediante una exposición al Sol o a la Luna.**
- **La frecuencia y el tiempo con que hemos de cargar un Cristal, dependerá del uso que se le dé, y del ambiente en el que esté trabajando.**

Nuestra intuición será la mejor guía para saber cuando tenemos que cargar de nuevo un Cristal.

- Para programar el Cristal, utilizaremos la Energía Reiki:
 - Tomaremos el Cuarzo entre las manos, y comenzaremos con una oración a nuestros Guías Reiki y a Los Devas de los Cristales para que nos ayuden a sintonizar con la frecuencia y vibración del Cristal
 - Le introduciremos los símbolos Reiki que queremos utilizar, y después le daremos Reiki durante unos minutos.
 - Terminaremos dando gracias a nuestros Guías y a los Devas del Cuarzo..

3.4.4. *Tratamiento de Reiki con Cristal de Roca*



- Realizaremos una sesión completa de sanación, a otros o bien a uno mismo, poniendo el Cristal de Roca entre nuestras manos, y utilizándolo en el tratamiento de cada uno de los Chakras.
- El Cristal de Roca, por sus especiales características, es aplicable para todos los Chakras:
 - Tiene una estructura molecular perfecta
 - Vibra en armonía con la energía magnética del núcleo terrestre
 - Comparte el magnetismo de la polaridad planetaria y la radiación energética solar

3.4.5. *Reiki a distancia: Mandala de Cristales*

- Para el envío de Reiki a distancia combinado con Cristales, podemos utilizar también una Mandala de Cristales con el símbolo Antahkarana, que va a permitir mandar Reiki de forma continua las 24 horas del día.
- El Antahkarana es un antiguo símbolo de meditación y terapéutico, que viene siendo usado en China y en el Tibet desde hace miles de años, que cuando se utiliza con la Mandala amplifica la energía transmitida.
- La Mandala se construye poniendo seis cristales de cuarzo con punta sobre un papel con el símbolo Antahkarana, los cuales deben ser más o menos del mismo tamaño y forma, y colocados en círculo alrededor de un séptimo Cristal.
- Este cristal del centro puede ser una pirámide, una bola de cristal o un cristal exagonal con punta, de un tamaño algo mayor que los anteriores.
- La Mandala se completa con otra Punta de Cristal de Roca algo más grande, que llamaremos cristal maestro y puede ser el que utilizemos en nuestros tratamientos de rutina , y que quedará fuera del símbolo Antahkarana.
- Este último Cristal será el que utilizemos para cargar la Mandala cada 72 horas, dándole energía renovada para el propósito de la sanación.
- Todos los Cristales tienen que limpiarse y programarse antes de su utilización.
- Para establecer la petición se pueden utilizar todas las variantes disponibles : verbalización, escritura en papel, fotografía...etc, que según el caso situaríamos en el entorno del Antahkarana.
- La activación de la Mandala se realiza siguiendo el mismo procedimiento que para mandar Reiki a



distancia en el Nivel 3.

- **Se recomienda colocar la Mandala en un área privada de tu casa, a ser posible en una zona donde solo tú tengas acceso.**

3.5. Ejercicios y prácticas avanzadas de Reiki

3.5.1. *Meditación con los símbolos*

- **La meditación con los símbolos crea una extrema armonía, ya que combina los resultados normales de la meditación con el poder transformador y terapéutico de los símbolos del Método Reiki.**
- **Con esta meditación puedes conseguir una profunda relajación y expansión de la conciencia**

PROCESO

- 1) Crea un espacio de tranquilidad con una luz indirecta, inciensos y música de relajación**
- 2) Acuéstate o siéntate sobre una silla en forma relajada con los ojos cerrados**
- 3) Recuerda una situación muy agradable en tu vida, llénate de la emoción de amor que esa situación te produjo, y construye una sonrisa desde tu Chakra corazón. Esta sonrisa la vas a mantener durante toda la meditación.**
- 4) Ahora visualiza el símbolo DKM en color blanco encima de tu cabeza y repite el nombre mentalmente tres veces. Siente como entra la energía procedente del símbolo envuelta en la energía de la sonrisa, a través de tu Chakra de la corona como si fuera una bola luminosa bajando por la columna hasta el Chakra base.**
- 5) Visualiza que todos los Chakras se vuelven más luminosos a medida que el símbolo DKM desciende por tu columna. Siente que su energía se expande.**

- 6) Repite la misma operación con el símbolo HSZSN en color azul, con el símbolo SHK en color verde y con el símbolo CKR en color violeta.
- 7) Al final visualiza que estás envuelto en una gran esfera de color violeta.

3.5.2. Técnica *Jiko Joka*: Sanación de auto-limpieza

- El objetivo de la técnica *Jiko Joka* es la vigorización y purificación de nuestro sistema energético haciendo uso de la energía Reiki guiados por la respiración.
- En esta técnica se va a emplear en la respiración el sonido *Hado*, que consiste en emitir en al exhalación el sonido “haaa..”, como si nos estuviéramos sintiendo aliviados y tratando de alargar el sonido tanto como se pueda.

PROCESO

1 Se realiza de pie en posición natural con los pies situados a l ancho de los hombros, la espalda recta y los hombros relajados.



2 Partimos de la posición en Gassho, con las manos juntas en posición oración, mientras inspiramos.

Al exhalar soltamos el aire haciendo el sonido *Hado*, mientras que con las manos hacemos un movimiento como de empuje hacia abajo, simbolizando que liberamos toda la energía estancada y nociva que está en el cuerpo.

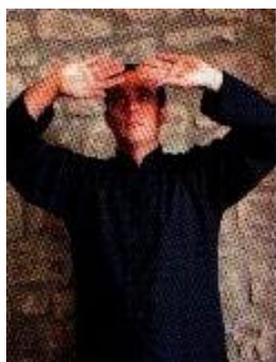
Imaginamos como la energía sale por las plantas de los pies y es aspirada por la Tierra , liberándonos de ella.



- 3** Inspiramos tranquila y profundamente, llevando las manos muy despacio hacia el cielo casi rozando el cuerpo.



- 4** Notamos que estamos subiendo la energía de la Tierra a través de cada una de las partes de nuestro cuerpo hacia el cielo.



- 5** Al llegar las manos a la altura de la cabeza, ponemos las palmas apuntando al cielo

Imaginamos como la energía de la Tierra sale por las palmas de las manos y llega hasta el cielo.

Hacemos una pequeña pausa antes de empezar a soltar el aire.



6 Al mismo tiempo que vamos soltando el aire haciendo el sonido *Hado*, las manos descienden igual que antes, con las palmas casi rozando el cuerpo.

Imaginamos que la energía del Cielo entra por las manos y por el Chakra de la corona, llenando todo el cuerpo y arrastrando la energía de la Tierra hacia abajo.

La respiración debe ser natural, sin forzarla ni exagerarla, incluso silenciosa, escuchándose tan solo el sonido Hado al exhalar.

Debemos sentirnos cómodos haciendo el ejercicio , que podemos realizarlo siempre que queramos realizar una práctica de higiene energética

3.5.3. Práctica “Los Tres Lotos”

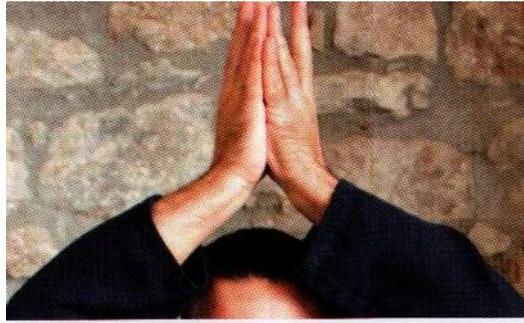
- La práctica “Los Tres Lotos” es la más importante de Reiki III, pues nos ayuda a superar la dualidad y tomar conciencia de que ya somos Uno con el Universo.

BENEFICIOS

- Aumenta nuestro nivel de vibración, se deshacen los bloqueos energéticos y nos libramos de cualquier tipo de energía o karma negativo que hayamos generado.
- Nuestra estructura energética se recompone, brillando con más fuerza y quedando protegidos frente a cualquier amenaza psíquica.

PROCESO

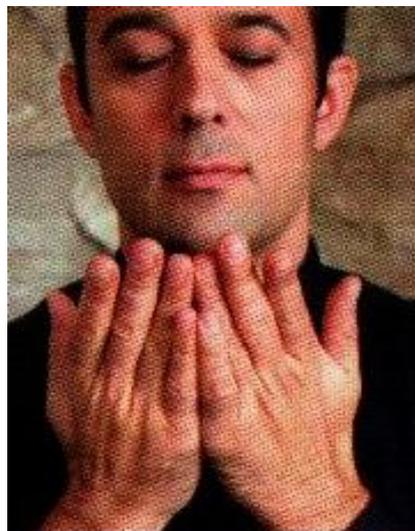
1 Estando de pie o sentado, relaja los hombros y pon la espalda recta.



- 2** Lleva tus manos sobre el Chakra Corona y realiza el mudra “Capullo de la Flor de Loto” con los dedos medio separados (purifica el karma negativo).
- 3** Dibuja mentalmente el símbolo DKM , y haz su invocación diciendo mentalmente tres veces su mantra.



- 4** Baja tus manos por delante del Chakra del Tercer Ojo y realiza el mudra del “Loto Florecido” con los dedos abiertos como una flor (nos libra de los obstáculos que impiden la iluminación).
- 5** Dibuja nuevamente con tu mente el símbolo DKM con el mantra (tres veces).



- 6** Baja tus manos por delante del Chakra de la Garganta y realiza el mudra “La Protección de todos los Budas” con los dedos como un libro abierto

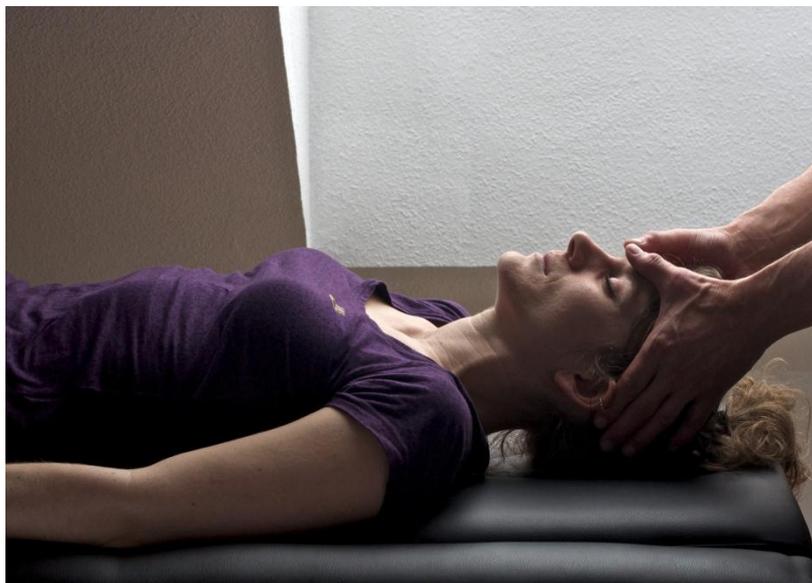
(nos trae la protección y guía de todos los Budas).

- 7** Dibuja nuevamente con tu mente el símbolo DKM con el mantra (tres veces).
- 8** Ahora eleva tus manos sobre la cabeza e imagina que sostienes una gran esfera de Luz. En su interior visualiza el DKM y báñate tres veces en esa esfera, repitiéndote para ti mismo un mínimo de tres veces “yo soy la Luz”

3.5.4. Técnica Nuca-Mandíbula

- Emociones no deseadas como miedo, ansiedad, temor, preocupación ..etc, lamentablemente muy comunes en el mundo actual, provocan nudos energéticos en los chakras superiores que en algunos casos pueden llegar a provocar enfermedades.
- La técnica Nuca-Mandíbula es muy poderosa para ayudar a que el paciente pueda liberar esa energía bloqueada a través de la boca.

PROCESO



- 1 Colocar las manos dejando el chakra corona libre y estimulando el tercer ojo con pequeños golpecitos con los dedos pulgares.**

Se busca que el paciente se relaje , aquietandose su mente, para que pueda conectar con las emociones negativas que le han provocado los nudos energéticos.

Si el paciente es mujer, se recomienda retirar el pelo hacia atrás para dejar la nuca libre



- 2 Colocar cuatro dedos por detrás de la garganta, haciendo correr la energía por la columna y las cervicales.**

Posicionar los montes de venus de sendos pulgares sobre la mandíbula del paciente.

Se pide al paciente que dirija la respiración a la columna indicándole que no debe evitar el abrir la boca.

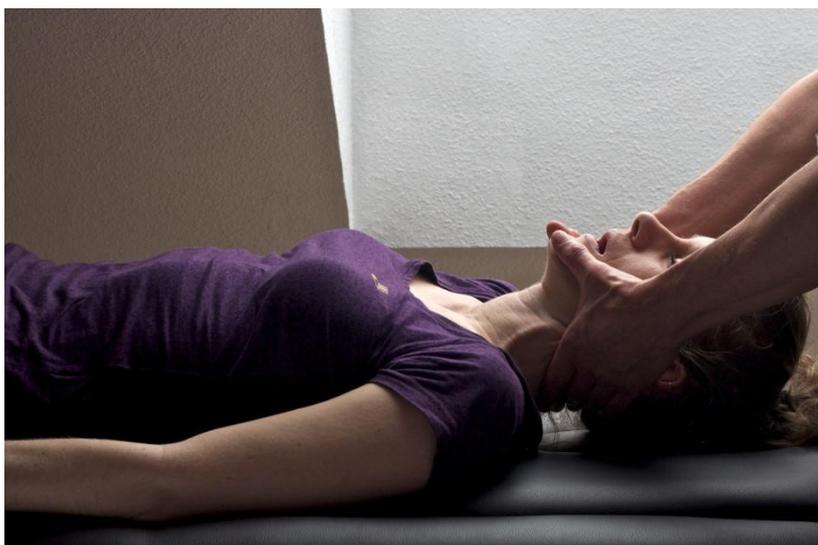


- 3 Se busca que la mandíbula se vaya relajando, esperando que el paciente llegue a abrir la boca.**

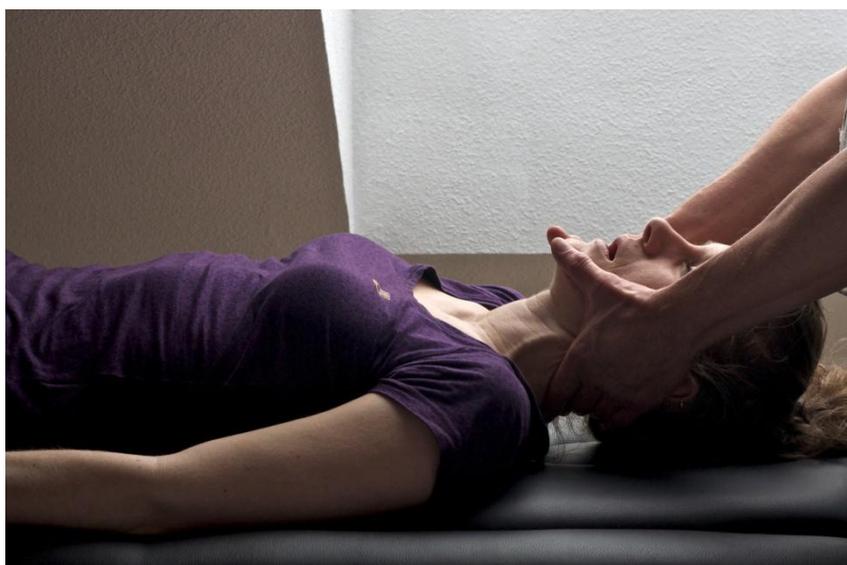
Se puede ayudar al paciente a que abra la boca, empujando suavemente la barbilla con los pulgares



- 4 Se pregunta al paciente si siente algo en la garganta y se le pide que se enfoque en las posibles sensaciones que tenga.**



- 5** Se le vuelve a preguntar al paciente si siente alguna molestia en alguna parte del cuerpo, y en caso de tenerla que lleve su respiración a esa zona, tratando de arrastrar la molestia hacia la boca a través de la respiración.



- 6** Puedes ayudar al paciente a que eche la cabeza hacia atrás, arqueando ligeramente el cuello para que de esta forma se vea obligado a forzar la respiración.
- 7** El paciente pudiera empezar a tener una respiración muy fuerte, incluso llegar a toser. Todo esto sería indicativo que se está liberando energía bloqueada.

Conviene insistir al paciente que deje a su cuerpo actuar ya que el mismo es muy sabio y siempre hace lo que conviene.

Pudieran producirse convulsiones en distintas partes del cuerpo que siempre significarían que se está produciendo una liberación de energía negativa

- 8** Al acabar el proceso, pedir al paciente que se gire hacia su lado izquierdo quedándose en posición fetal un ratito.

Es recomendable en ese momento salir de la sala, para que el paciente pueda recuperarse en total intimidad.

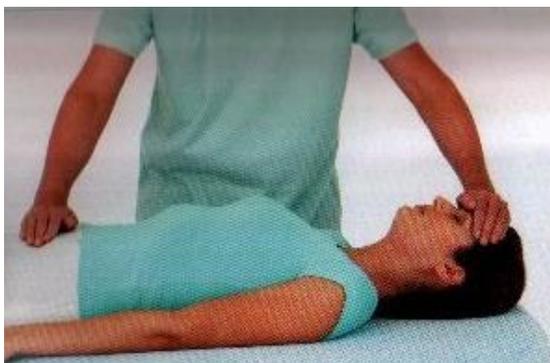
- 9** Después de unos minutos, entrar en la sala y ayudar al paciente a bajar de la camilla.

3.5.5. Equilibrado de Chakras

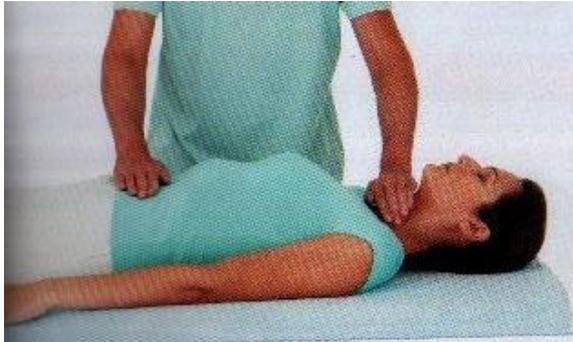
- Es muy recomendable acabar un tratamiento de Reiki con una armonización de todos los chakras.
- En general hay demasiada energía en la cabeza y demasiado poca en la parte inferior del cuerpo, por lo que conviene redistribuir la energía.

PROCESO

Deja que las manos descansen sobre los dos chakras que necesitan equilibrio hasta que sientas la misma energía y notes la misma temperatura en ambos.



1 Primer y sexto chakras.



2 Segundo y quinto chakras



3 Tercer y cuarto chakras

3.5.6. *Iniciación Open Reiju*

- ***Open Reiju*** fue la iniciación original usada por Dr. Usui y permite capacitar al alumno para canalizar la energía Reiki durante un corto espacio de tiempo.
- ***Open Reiju*** eleva el nivel de vibración y vitalidad para mantener la integridad energética en óptimas condiciones. En el caso de personas que ya estén sintonizadas, sirve como resintonización de mantenimiento.
- La principal ventaja del ***Open Reiju*** es su rapidez y que no produce un efecto de depuración intenso tras su práctica, lo que lo hace recomendable para todo el mundo

PROCESO

- 1 El alumno se pone con las manos en la posición Gasho y los ojos cerrados.



- 2 Te colocas delante del alumno y le saludas con una inclinación del cuerpo y tus manos en la posición Gasho.



3 Levantas tus manos hacia arriba (posición K).



- 3 Levantas tus manos hacia arriba (posición Ko). Esto te conecta con la energía de Reiki sin usar símbolos.

- 4 Bajas tus brazos y unes los dedos índices de ambas manos, poniendo el resto de los dedos como en una posición de "disparo".



5 Dibujas una línea de energía que fluye de tus dedos, empezando en la corona de la cabeza del alumno y llegando hasta las rodillas



- 5 Dibujas una línea de energía que fluye de tus dedos, empezando en la corona de la cabeza del alumno y llegando hasta las rodillas

- 6 Abre tus manos y súbelas hacia arriba siguiendo el aura del alumno hasta su cabeza



- 7** Pon una mano encima de la otra arriba de la cabeza del alumno y canaliza Reiki durante 10 segundos.



- 8** Pon tus manos a la altura de la frente del alumno, una cada lado de la cabeza y canaliza Reiki durante 10 segundos.



- 9** Pon tus manos en forma de una ventana delante del sexto chakra del alumno y canaliza Reiki durante 10 segundos a través de la ventana.



- 10** Pon tus manos alrededor de las manos del alumno y canaliza Reiki durante 10 segundos.

- 11** Suelta sus manos, une las tuyas con los meñiques entrelazados, palmas arriba y suba tus manos enviando la energía al Universo.

- 12** Inclínate con tus manos en Gasho para mostrar agradecimiento.

3.5.7. Cirugía Kahuna

- La *cirugía Kahuna* tiene su origen en los indios Kahuna en Hawai y fue estructurada para occidente por el Maestro de Reiki William Lee Rand.
- La *cirugía Kahuna* es una técnica sencilla de realizar y tiene su aplicación para la eliminación de nudos energéticos existentes en el cuerpo del paciente como consecuencia de emociones negativas no liberadas.
- La base del método consiste en:
 - Localizar con la colaboración del paciente las zonas en su cuerpo con energía bloqueada.
 - Recoger entre las manos la energía negativa del paciente y extraerla de su cuerpo.
 - Transmutar dicha energía negativa en energía neutra y enviarla de nuevo al Universo de donde salió.

PROCESO

- 1 El paciente debe tumbarse en una camilla boca arriba y consentir para que le sea aplicada la técnica.
- 2 Se hacen una serie de preguntas al paciente para que concrete sobre cómo siente él el malestar que le aqueja:
 - ¿En qué parte del cuerpo sientes la molestia..?
 - ¿Si puedes poner un color a tu dolor, cuál le pondrías...?
 - ¿Si puedes identificar la forma del dolor, qué forma tendría?



- 3** Así iremos localizando la zona con energía bloqueada para a continuación desarrollar la técnica.

Si bien el paciente nos va a ir guiando, conviene ayudarse de otras técnicas como

- *Byosen* (escaneado)
- *Reiji Ho* (Llamada a la intuición)



- 5** Procede a retirar la energía negativa localizada, inspirando vigorosamente de manera audible, sintiendo que con cada inspiración estás llevando la energía negativa a las manos.

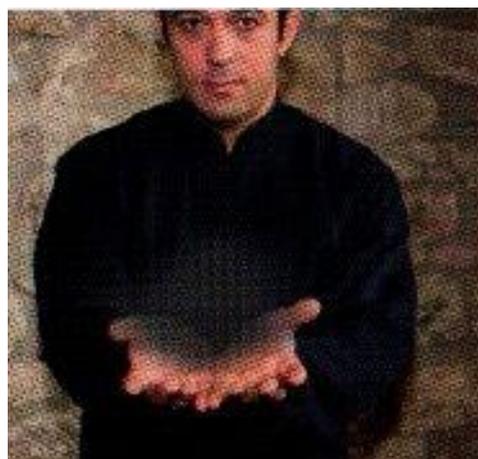
Haz esto por lo menos cinco



- 4** Dibuja los símbolos DKM y CKR en ambas manos y da tres palmadas repitiendo mentalmente tres veces sus mantras.

Se genera mucha energía entre las manos de tal forma que esa energía se extiende por las manos formando una especie de “guante de luz”

Hemos creado unas enormes palas con las que se recogerá la energía negativa.



- 6** Con la energía negativa entre las manos, soplamos haciendo la técnica del *Koki Ho*.

Imaginamos como la energía sucia se disuelve con el Soplido Reiki.

Así nuestras manos quedan limpias

veces en un espacio de uno a tres minutos, y retira el bloqueo desde ángulos diferentes.

y la energía negativa se reintegra al Universo, transformándose en energía pura.



- 7** Continuamos con nuestra labor de autolimpieza utilizando la técnica *Kenyoku*.
- 8** Terminaremos la sesión con un equilibrado de Chakras o bien con un tratamiento normal, para restablecer el equilibrio energético del paciente.

4. BIBLIOGRAFÍA

- ❖ **“Manual de Reiki” de la Federación Española de Reiki**
- ❖ **“ Manual del Terapeuta Profesional” de Johnny D´Carli**
- ❖ **“Reiki esencial I y II” de Diane Stein**
- ❖ **“Reiki y Cristales” del Gabinete Cromer**
- ❖ **“Taller de TodoAmor” de Alicia Carrasco**
- ❖ **“El Espiritu de Reiki” de Walter Lübeck, Frank Arjava Petter y William Lee Rand**
- ❖ **“Curso Completo de Reiki” de Tanmaya Honervogt**
- ❖ **“Reiki sin secretos” de Víctor Fernández**
- ❖ **“Reiki, el camino interior” de Víctor Fernández**
- ❖ **“Reiki, Sistema Tradicional Japonés” de Johnny D´Carli**
- ❖ **“Reiki Do, El camino del Reiki” de Antonio Moraga**