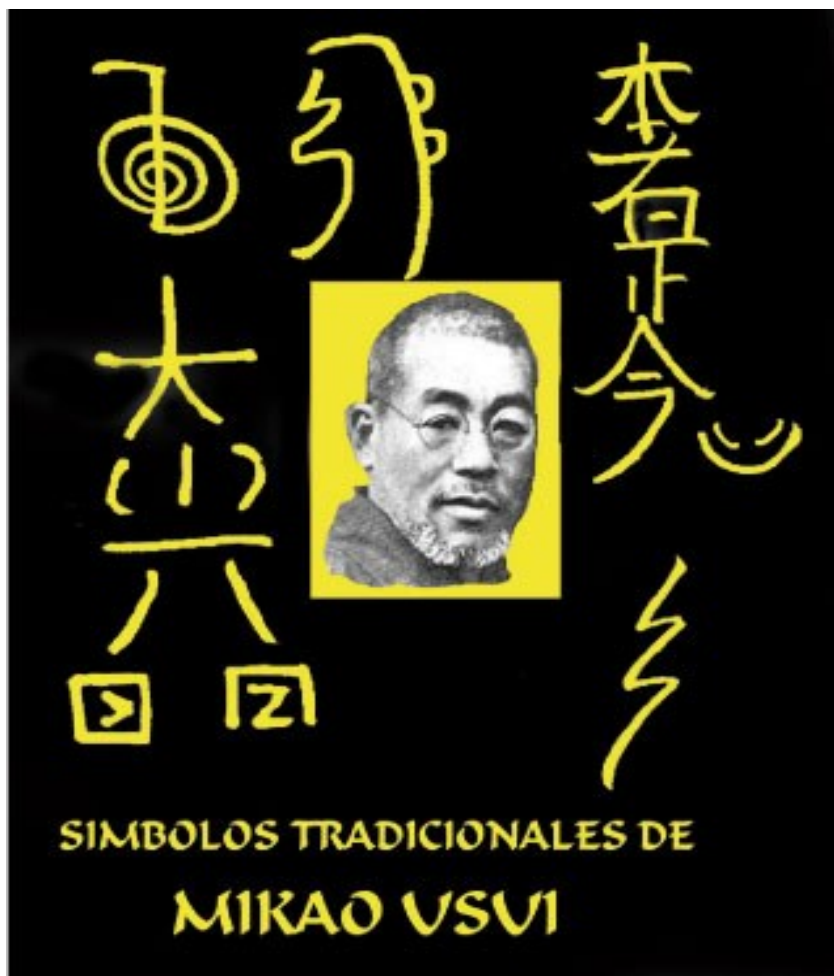


REIKI TRADICIONAL

USUI



Diseño de la portada del libro Autor y escritor:

“El Monje Ermitaño PARADHARMAdas”

REIKI USUI TRADICIONAL

12 MESES, 12 CAUSAS REIKI: 31/AGOSTO/2010

CUARTILLA REIKI Nº (XXVII)

6º DÍA MUNDIAL DEL REIKI GRATUITO

**DESBLOQUEANDO CON REIKI Y
ALINEANDO LOS CAKRAS**

**1ª EDICIÓN 31 de AGOSTO 2010 EN
BARCELONA ESPAÑA**

**FORMATO DE LA CUARTILLA 13,50 x 20,50
grapado**

Depósito Legal: B - 36.111 - 2010

PÁGINAS DEL MANUAL 46 PÁGINAS

DISTRIBUCIÓN GRATUITA POR INTERNET.

Depósito Legal: B - 36.112 - 2010

Copyright

El monje ermitaño PARADHARMAdas

ladyjazmin@hotmail.com

**TEMARIO DE ESTA CUARTILLA
DESBLOQUEANDO CON REIKI Y
ALINEANDO LOS CAKRAS**

4

**INFORMACIÓN PARA EL REIKI Y
CAKRAS**

6

**TOMANDO CONCIENCIA CON CADA
UNO DE LOS CHAKRAS**

11

**RESPIRANDO CON EL o LOS
CHAKRAS (Prana-Chakre)**

14

**¿QUE EFECTOS NOS PUEDEN DAR
DURANTE EL DÍA?**

20

**CONducir LAS ENERGÍAS REIKI EN
NUESTRO INTERIOR Y EN LOS
CHAKRAS.**

21

**LA LUZ Y LAS ENERGÍAS REIKI
SIEMPRE PRESENTES EN EL CUERPO**

25

**INFORMACIÓN FINAL PARA EL
DESBLOQUEO DE LOS CHAKRAS**

28

**EL AUTO DESBLOQUEO DE
NUESTROS CHAKRAS CON REIKI.**

31

NOTA SOBRE LA DÁDIVA

36

**DESBLOQUEANDO LOS CHAKRAS
CON REIKI EN LAS OTRAS
PERSONAS**

39

AGRADECIMIENTO.

NOTAS.

44-45

**97º CK. DESBLOQUEANDO CON
REIKI Y ALINEANDO LOS CAKRAS**

MIS SALUDOS Y MIS RESPETOS (De
PARADHARMAdas vuestro sirviente)

INTRODUCCIÓN:

**Esto que aquí expongo, es solamente una
brevísima explicación, de lo que ya hay descrito en**

el manual **REIKI**, “**CHO KU REI -LUZ**” Para el propósito del **6º** día mundial del **REIKI** gratuito.
Alineando

Los **Chakras** son en esencia ruedas o centros energéticos, son centros donde allí existe una gran cantidad de energía vital. **U**na energía que és la que nos permite estar sanos, evolucionar y ser felices. **T**iene otro potencial de el activar ciertos poderes místicos. **C**ada poder místico está relacionado con un **Chakra** en especial el amor el verdadero amor e un potente poder místico hablando del amor encontramos dos tipos de amores: **U**n tipo de amor es: **E**l amor centralizado. **A**mor centralizado es cuando uno ama y lo da todo por su familia, hijos, pareja padres, etecé. **H**ay otros amores centralizados que no siendo tan fuertes serían: **L**as de las amistades, hablando de amistades genuinas.

El otro tipo de amor **PREMA**, es aquel que está presente en los maestros espirituales, en las personas santas y devotas procede del corazón del **Cakra ANAHATA**. **S**on grandes personalidades que aman al mundo estas personas amorosas no son fáciles de encontrar aunque hay miles de ellas y son difíciles encontrar entre: **C**incuenta y ocho mil millones de personas que somos en este diminuto planeta.

El amor patrio: Es el amor peor canalizado de todos, porque una cosa es amar a la patria, y otra cosa más espiritual es amar al planeta. Cuando hay amor patrio suceden las conquistas, las guerras y los enemigos. El amor patrio es el mayor de los desastres y las desgracias habidas y por haber. Cuando el amor es egoísta o interesado no trae nada bueno y, está siendo también mal canalizado.

NOTA: Nos estamos refiriendo al amor explicado y expresado en los **VEDAS** entonces se denomina **PREMA**. Que es cuando amamos de corazón, con devoción, con entrega, etecé. Este tipo de amor **PREMA** solo se puede encontrar en las buenas y sinceras amistades. En los padre sobre todo madres hacia sus hijos. En las parejas cuando ese amor es genuino. En las personas santas, y en algunas personas y niños que adoran a sus mascotas.

Claro que del amor **PREMA** al que nos referimos es un amor donde no existe el egoísmo, ni el interés. Un amor, que cuando se ama nunca de los nunca, se hace sufrir ni se daña, a la persona o a lo que se ama. Eso es amor **PREMA**. Cuando es amor **PREMA-BHAKTI**, es cuando se adora de verdadero corazón a la Suprema Personalidad de **DIOS**, póngasele el nombre que se le ponga. **PREMA**

quiere también decir que se ama sin temor, sin que nos obliguen o por el miedo al castigo.

INFORMACIÓN PARA EL REIKI Y CAKRAS

Toquemos otro de nuestro **Chakra** que sería el **AJÑA**, denominado también el del tercer ojo, que serían donde están presentes los potenciales místicos de la telepatía, la clarividencia etcé. Solamente quiero tocar estos tres **Chakras**, el **PANIM**, el **ANAHATA-CAKRA** y el **AJÑA-CAKRA**. De esta manera nos podamos dar cuenta, que cada uno de los **Chakras** y sub-**Chakras** que tenemos en el cuerpo, tiene en sí, un potencial místico, y, por ejemplo en los reikistas: Podemos activar y ampliar algunos poderes místicos, tales como: El poder místico del buen amor, el poder místico de la sanación y otros más para no enumerar la lista.

Tenemos el **Sub-Chakra PANIM** que es el **Chakra** palmar, que con ella podemos sanar, enviar bendiciones y purificar con las energías que salen de nuestro **Chakra PANIM**. Los reikistas honestos y evolucionados pueden hacer grandes sanaciones, con las energías que les salen de sus **Chakras**: Tales como el (**ANAHATA-CAKRA**), el (**NETRA-CAKRA** los ojos), el (**PANIM-CAKRA**, palma de la mano) el (**AJÑA-CAKRA**, el tercer ojo como

vulgarmente algunos lo llaman) **T**ambién pueden hacer sus sanaciones mediante, sus palabras de conocimiento y amorosas que en sanscrito se describe como “**SABDERA**” y de los **M**antras, **D**ecretos y **B**endiciones.

El buen reikista está capacitado para el despertar de estos poderes místicos mediante estos **C**hakras y actividades mencionadas. **P**ero ¡**C**laro! **H**ay que ser realistas, no cualquiera puede hacerlo porque para ello hay que ir cambiando poco a poco el estilo de vida alimentación y pensamientos del ayer, en otras palabras podríamos decirlo cuando se desarrolla el arte del amor, de la honestidad, de la sinceridad, de la sencillez, de la alimentación natural y genuina, de los pensamientos elevados y positivos y sobre todo el arte del servicio.

Pero gracias a **D**IOS, **R**EIKI nos está dando esa oportunidad sin necesidad de ser grandes eruditos, universitarios ni personalidades. **R**EIKI nos está dando pautas y nos enseñan a canalizar correctamente nuestras energías, pensamientos, palabras, sentimientos, deseos, acciones, actividades y etecé. **S**olamente se están dando estas pautas **R**EIKI porque dentro de casi algo más de dos semanas nos vamos a encontrar con el día **18** de septiembre del **2010** que son las iniciaciones mundiales de **R**EIKI gratuito.

Queremos este gracioso grupo de **Masters REIKI** que tienen esa meta de poder expandir el **REIKI** por doquier y hacer del **REIKI** asequible a todas persona que mínimamente quieran conocer saber algo del **REIKI** e iniciarse en **REIKI**. Entonces este pequeña **CUARTILLA REIKI** junto con las demás que han salido como preparación al final encontrará los accesos directos a las **CUARTILLAS REIKI** y todos los demás manuales **REIKI**. La idea de esta **CUARTILLA REIKI** es para que podamos conocer algunas cosas más sobre nuestras energías y sobre el porqué del **REIKI** y el por estar algo más preparados para recibir nuestras iniciaciones y vivir un fantástico día maravilloso.

La definición de cada uno de los **Chakras**, si debiéramos mirarlo bajo el prisma del **Yoga** y de la **Kundalini**, se nos complicaría muchísimo la vida y sobre todo la mente si tuviéramos que ir aprendiendo los mantras de cada uno de los **Chakras**. Los colores y los pétalos de cada uno de los **Chakras**. **En** qué parte del cuerpo actúa y cuáles son sus potenciales, virtudes y etecé y más etecé. **No** es esta nuestra finalidad pues lo que no queremos hacer es complicar las cosas con una información excesiva, sino hacerlo todo lo más sencillo y simple, así como lo es nuestro **REIKI**. por lo tanto la información que se da acá es solo muy básica, genuina y divertidamente divertida.

Después ya tendremos mucho tiempo, con el tiempo de que si queremos profundizar más sobre los **Chakras**, ya se buscarán información más profunda y detallada.

Aunque si quieren que les sea sincero, el estudio profundo de los **Chakras** es tan, tan complicado, que para un reikista no se lo aconsejo. **E**l reikista ya sabe cómo se llama cada uno de los **7 Chakras** superiores y algunos **Sub-Chakras** que ponemos descritos aquí.

No se necesita mucho intelecto ni universitarismos, solo se necesita que si queremos desbloquearnos o desbloquear nuestros o los **Chakras** solamente debemos saber dónde están localizados cada uno y poner luz y energías **REIKI** y eso es lo que nos protegerá por encima de todas las cosas de la especulación **Chákrica** y del cometer errores con los **Chakras** y nuestro cuerpo. **S**e trata en esta cuartilla de trabajar los **Chakras** con nuestro **REIKI** de una forma muy básica, sencilla y como un juego para niños. **P**orque es importante que primero antes de aprender quebrados y raíces cuadradas mejor aprendamos bien pero que muy bien el tema de las sumas, saber sumar correctamente.

Y lo que enseña nuestro **REIKI** es lo más básico de lo básico. **E**ntonces si nuestras bases **REIKI** y

nuestro poco y pequeño conocimiento e información es fuerte y sólido, podremos sobre esta base edificar nuestro mejor y más grandioso y gigantesco **REIKI** con éxito de auto sanación, sanación y superación.

Los Chakras se volquean cuando.....

O séase que lo nuestro es solo conciencia luz y energías **REIKI** en cada uno de nuestros **Chakras**. **Luego** no se preocupen que con el tiempo la intuición nos permitirán actuar de forma guiada.

Vuestro sirviente y amigo **PARADHARMA**das

FIN DE LA INTRODUCCIÓN

**TOMANDO CONCIENCIA CON CADA
UNO DE LOS CHAKRAS**

Mis saludos y mis respetos, ¿Ves esta imagen?



GIF.1

Se está en meditación mediante el **REIKI** poniendo luz y el **CHO KU REI** en cada uno de sus **Chakras** y de esta forma se está haciendo el mayor de los mayores auto-**REIKI** y auto-sanación. **Porque** al poner luz y energías **REIKI** en cada uno de los **Chakras**, estimulamos sus movimientos y sus funciones. **Además.....**

Cuando ponemos luz en cualquiera de nuestro **Chakra** lo que hacemos es con la fuerza, la meditación, la luz y las energías es desbloquearlo, si es que lo tenemos desbloqueados, si desbloqueamos nuestros **Chakras** como resultado de empatía o simpatía, también desbloqueamos nuestros meridianos, es por ello que cuando el reikista hace **REIKI** a los demás o se hace auto-**REIKI** o iniciaciones **REIKI** las energías se mueven

dentro del terapeuta como de la persona que lo reciba. **Y** es por eso que al quedar desbloqueados la vida es más fácil y la salud del cuerpo queda manifestada poco a poco. **Siempre** les he decidido que el **REIKI** es algo pero algo mucho más profundo que un simple y sencillo método de sanación.

Lo que cada alumno obtiene con las iniciaciones **REIKI** no tiene precio. **Ni** tan siquiera nadie de los nadie puede ponerle precio a un arte divino tan profundo como es el **REIKI**. si algo tendríamos que pagar por lo recibido sería de dos formas, **1º** con tu propio servicio y trabajo es el mejor pago que puedes darle al **REIKI** porque es eso lo que más recibes tú mismo en cuanto das el **REIKI**, salud, conciencia amor y sabiduría. **Esto** es lo que tu das y lo que tú recibes.

Por favor no es necesario que sepas mucho ni poco de **Chakras** pues si pones luz, cariño y energías **REIKI** ya basta como para disfrutar de tus propios logros. **Si** tu avanzas, **DIOS**, el planeta y el universo, avanza contigo.

La esencia misma de lo que aquí en esta primera figura, lo que se está dando y diciendo.....

NOTA MUY IMPORTANTE: el trabajo **Chákrico** deben siempre empezar desde abajo con el **1º**

Chakra del MULADHARA. El MULADHARA es la base y sobre las bases es donde tenemos que construir todo lo demás. **Hay** quien empieza siempre por el **Chakra del SAHASRARA. Pero** cada quien tiene sus formas de trabajar ya que a mí me gusta y comprendo que los templos y las casas y castillos no se empiezan a construir desde el techo sino desde la base.....

Además es que puedes poner luz y energías en cualquier parte de tu cuerpo y este se mejora ¿**Por qué?** **Porque** el cuerpo tiene muchas más de miles de **Chakras** grandes, pequeños y pequeñitos. **Unos 72.000** la misma suma que los meridianos y además queda eso quintuplicado por las cada una de células que tenemos que: **Si** somos capaces de imprimir esa misma energía en cada una de nuestras células, que cada célula no es otra cosa que un diminuto **Chakra** con una gran información en su interior.

Para nuestro bien y para nuestra salud, no te cuesta nada poner a la mañana unos solo menos de **5** minutos luz en cada uno de tus **Chakras** y a la noche también, se duerme buenísimo.

Tu sirviente y tu amigo **PARADHARMA**das.

RESPIRANDO CON EL o LOS CHAKRAS (Prana-Chakre)

MIS SALUDOS Y MIS RESPETOS ¿Ves esta segunda figura?

Cuando ya llevemos como mínimo una semana haciendo el trabajo meditativo y sanador con los ejercicios expuestos en la **1º** figura. Podremos entonces pasar a la segunda figura.



GIF.2

El proceso es muy sencillo

NOTA: Que sepan que los ejercicios que se dan aquí no tienen peligro alguno. Los trabajos serios que tienen que ver con la kundalini y el despertar

de los chakras ha de ser supervisado por un buen maestro entendido en este arte. **Lo** que se da aquí es sencillamente para reikistas y principiantes que cuando alguien quiera de verdad trabajar seriamente con los **Chakras** y la **Kundalini** esto es que le sirve de adelantamiento de trabajo ya realizado. **Son** ejercicios de niños muy sencillos y fáciles de comprender y practicar. **Aunque** abusos, nunca de los nunca, puede pasarte nada. **Por** favor no agregues nada a estos ejercicios que se exponen, si no es bajo la tutela de un buen yogui, maestro de **Hatha-Yoga** o **Pranayámico**. **Enséñale** esta **CUARTILLA-REIKI** para que sepa a que es a lo que te refieres.

Así que podemos pasar la siguiente semana haciendo el ejercicio siguiente de la siguiente clase del (**Prana-Chakre**) o **Pranayama** con los **Chakras**. **Entrarás** en meditación como ya bien todos sabemos hacerlo. **Después** solamente pones luz en tu **Chakra** del **MULADHARA**, después imagina que es allí donde tienes la nariz y después inhalas suave, profundo, lento, armonioso y sin prisas. **Inhala** desde el exterior todo el **Prana** o el aire y lo introduces dentro del **Chakra** del **MULADHARA**. **Al** exhalar lo expandes por toda la zona **Chákrica**. **Si** la imaginación no nos lo permite, pues podemos hacer lo siguiente:

Solamente llevas la atención en el **Chakra** del **MULADHARA** y respiras como ya indicado todo el

tiempo que necesites durante la meditación. **Ó** bien: **P**uedes poner la naricita en la zona del **Chakra** y respirar desde ahí. **S**olamente nada más, ya que habemos personas que no somos capaces a imaginar que el **P**rana inhalado, podamos expandirlo en nuestro interior.

Pruébalo como ejemplo práctico ahora solamente por el tiempo de tres minutos y verás qué sensaciones solamente por favor tienes que tener la mente y la atención en el **Chakra** del **MULADHARA**. **S**i te entran emociones tales como la de reír o llorar, para miras atentamente tu dedo pulgar que lo pondrás a una distancia de tan solo dos o tres centímetros de tus ojos.

Este ejercicio del **DRSTIH-ANGUSTHA** (la mirada del dedo pulgar) **ANGUSTHA** = pulgar y **DRSTIH** =mirada, visión. **M**uchos yoguis lo utilizan como el trípode. **S**e utiliza para cuando las personas está mareadas o parecen que están a punto de perder el equilibrio entonces se les pone el dedo pulgar muy cerca de los ojos y entonces todo se estabiliza. **A**sí mismo también se puede esto lograr exactamente como el mismo éxito si cuando bueno **¿P**or qué no lo pruebas tú?

Da vueltas sobre ti y cuando y a los pocos segundos, detienes las vueltas, verás que el mundo está continuando como que dando vueltas, entonces busca un punto o cualquier cosa y lo miras fijamente, la sensación del mareo desaparece con rapidez. **El DRSTIH-ANGUSTHA** sirve para detener muchas sensaciones y emociones suelen usarlo los **Kundalínicos**. Los monjes **Zen** el **DRSTIH** sobre la blanca pared o un punto fijo para controlar la mente. **El DRSTIH** tiene otras y otras virtudes y trabajos más, que se puede hacer con el **DRSTIH**

Si no te vienen eso sentimientos pues entonces puedes continuar adelante el tiempo que creas conveniente. **Cuando** hayas una semana terminado con este proceso del **PRANA-CAKRE** sigues con el siguiente proceso que viene explicado en la figura **3º**

NOTA: La palabra sanscrita **BHAKSAH** que viene descrita en la figura **2** **Prana-bhaksah-cakre-muladhara**, tiene la definición de respirar y alimentarse. **Alimentarse** o bebiendo del **Prana**



FIG.3

Esta figura lo que nos está indicando más bien es le sacro que tiene otros principios y místicas las cuales no es cuestión de referirla acá. **P**ero cuando termines de hacer el ejercicio puedes durante el día meditar en tu sacro visualizando lo de luz así que puedes si lo deseas para poder ayudarte a la imaginación visualizar en varias ocasiones la figura **4** que muestra el sacro lleno de luz y refulgente.



FIG.4

Solo durante el día puedes mantener ocasionadamente esta visión cuando tu tiempo te lo permite. **R**ecuerda que el sacro es básicamente el punto medio del cuerpo de tu universo si eso lo tienen bien centralizado tu mundo está bien estabilizado

¿QUE EFECTOS NOS PUEDEN DAR DURANTE EL DÍA?

Podemos sentir un efecto de calor y energías incluso hasta una sensación del sacro y del perineo como una espacia de agujetas, eso es totalmente normal que desaparecerá prontamente pero es mucho agradable tener esa sensación todo el día: **A** mí, gusta. **E**sto es exactamente como cuando vas por primera vez al gimnasio. **A**l levantar pesas por primera vez o al hacer según qué ciertos

ejercicios o gimnasias, pueden al día siguiente provocar ciertas agujetas.

Cuando ya lleves una semana trabajando con un solo **Chakra** puedes hacer lo mismo con cada **Chakra**. **Un Chakra** en cada ocasión. **Un** perfecto trabajo de sanación, superación evolutivo y desbloqueantes, nó solo de los **Chakras** y meridianos sino.....

NOTA: Se ha omitido alguna información que ya está exponida en el manual **CHO KU REI-LUZ**. Solo que como excusa del **18** de septiembre día mundial del **REIKI** estamos ofreciendo esto para dar trabajo, mantener y llegar con mejor conciencia y preparados.

CONDUCIR LAS ENERGÍAS REIKI EN NUESTRO INTERIOR Y EN LOS CHAKRAS

Mis saludos y mis respetos este ejercicio que viene a continuación ya es propio del después del haber pasado por los ejercicios previos semanas antes. **Aunque** también para yoguis experimentados en los **Chakras**, **Pranayamas** y **Kundalinis**. **Pero** los ejercicios que aquí se dan son muy básicos sencillos y sin peligro algunos. **Pero** eso sí sigan por favor los ejercicios anteriores para poder

obtener buenos resultados porque ¿Es posible ponerse a hacer quebrados, mistos o ecuaciones si primero no hemos aprendido bien y correctamente el saber sumar y loas otras tres reglas restantes? Así que por favor si no empiezan desde su base, ya les aseguro que no van a conseguir nada ni aunque quieran ir mucho más rápido del tiempo establecido, no pasará nada para tampoco conseguirán nada. Así que nos encontramos ahora con al **FIG.5**



FIG.5

El proceso es muy sencillo y facillongo. Solo tiene que visualizar los **Chacras** y comenzar a inhalar el **Prana** desde el chakra del **MULADHARA** y mientras inhalas, vas subiendo el **Prana**, el aire chakra por **Chakra** hasta llegar al **SAHASRARA-CAKRA**, Chakra coronario. Solo quiero hacerles recordar que este **Chakra** está un palmo por encima de nuestra cabeza y debe ser considerado dentro de nuestra imaginación como principiantes como este **Chakra** como el centro o el corazón mismo del universo donde está almacenada y es el naciente de todas las energías y el origen de la creación. **Quienes** sean devotos de **DIOS** pueden poner en ese lugar a la **Suprema Personalidad de DIOS**, entonces los resultados serán mil millones de veces con más éxitos.

Después de la inhalación, cuando llegues al **Chakra SAHASRARA**, detienes tu respiración unos segundos y acto seguido comienzas a bajar el aliento con la imaginación por delante del cuerpo interno hasta de nuevo el coxis como viene descrito en la **FIG.5** con las líneas de color naranja. Las líneas del color naranja son para quienes tienen buena imaginación y también para aquellos que ya son mas expertos en estos trabajos yóguicos. Para quienes somos menos menos pues podemos una vez que llegamos al **Chakra SAHASRARA** bajarlo por delante como está indicando las flechas amarillas en la **FIG.5**

NOTA: El seguimiento de las flechas amarillas en cuanto al circular el **Prana** o el aire inhalado es para nosotros los principiantes es bastante más positivo y con capacidad de mover más energías por lo sencillo que es. **Solo** ahora para demostrarlo es sencillamente probarlo sin poner en mente los **Chakras**, que el proceso sencillo como de pruebas es el siguiente:

Inhalas donde más o menos crees que está localizado el **Chakra** del **MULADHARA** pero sin visualizar el **Chakra**. **Y** mentalmente piensa que una bolita de luz y energía sube por tu columna vertebral, hacia arriba y la haces descender por delante como creando una media luna o un arco observa en la **FIG.5** como las líneas amarillas crean el arco y cómo las líneas naranjas en la columna forma la cuerda del arco **DHANUH** = arco, **DHYANA** =meditación. **Esta** es la meditación del arco **DHYANA-DHANUH**. Verán como a los pocos minutos, la sensación es agradable e incluso esa sensación como el de flotar o levitar. **Esto** está descrito con detalles en el libro de los **108** poderes místicos de la sacerdotisa **AOMÍ**” aun por salir.

No tiene ni qué acompañar este ejercicio ni con los **Chakras** ni con la respiración, sencillamente solo tienen que hacer circular la bolita de luz y energética como las flechas naranjas y amarillas

indican. **Es** increíble cuando ya comienzas a estar a los dos minutos. **Es** una preciosa manera de canalizar multiplicar las energías y el desbloqueo de los chakras y meridianos.

NOTA: Siempre y después de cada ejercicio que conlleve el trabajo de **REIKI** en cualquiera de sus modalidades o de las energías, cuando den por terminado hagan estas dos últimas cosas **1º** recoger las energías y enviarla a distancia a quienes lo necesiten o bien hacer una sesión o auto-sesión de **REIKI** presencial y **2º** dar las gracias por lo vivido y obtenido a la **Suprema Personalidad de DIOS.**

Pasamos entonces a la figura y último ejercicio representado en la **FIG.6**

Vuestro sirviente y amigo **PARADHARMA**das

LA LUZ Y LAS ENERGÍAS REIKI SIEMPRE PRESENTES EN EL CUERPO

¿**Ves** la **FIG.6**?



FIG.6

Este es el culmine de los ejercicios que solo se llega en la práctica de los ejercicios anteriores. **P**ara algunos gimnastas llegar a saltar un metro y medio con gran facilidad significa un reto solucionado y conseguido que ha llevado mucho tiempo de prácticas y más prácticas. **P**rimero mucho tiempo saltando medio metro y van superando diariamente centímetros a centímetros hasta que alcanzan superar, saltar más e metro y medio. **E**sto es lo que les quiero decir que cuando ya han pasado por el proceso del trabajo duro divertido y contante de los restantes representados entre las **FIG.1** y **5º** entonces ya a partir del ese entonces en nuestras meditaciones y durante el día visualizaremos mentalmente la

columna vertebral en luz y energías **REIKI** y luego todo lo demás llega por añadidura.

Luego si quieres por tu propia cuenta aprender y estudiar algo mas sobre los chakras y demás pues puedes buscar un buen yogui o maestro del tema y le preguntas, aunque a decirte verdad si miras nuestros manuales y sobre todo si buscas por internet y escribes en tu buscador “ejercicios para el despertar de los chakras” **Cierra** la frase entre comillas. **Podrás** encontrar varias páginas web sobre el tema.

Encontrarás todos los demás temas sobre las **CUARTILLA REIKI** que se han editado para la preparación a este sexto día mundial del **REIKI** en el siguiente acceso directo

<http://librosreiki.multiply.com/journal>

Las últimas **CUARTILLAS REIKI** desde los enumerados (**XV**) hasta la número (**XXVII**) Todas tienen que ver con el tema de la preparación para el **6º** día mundial del **REIKI** gratuito. **Bájatelas** y prepárate que aún nos quedan más de **17** días. **Buf** qué poco. **Quiero** dar por terminado esta información porque ya voy a dedicar toda la energía posible a la preparación tan cercana del día mundial del **REIKI** solo ahora que ahora les pido con cariño **¿Podrían** dar sus bendiciones y un minuto de buenas energías para que en todos los puntos de **LUZ-REIKI** se tenga un buen día llenos de energías y armonía? **Vuestro** sirviente y amigo **PARADHARMA**das.

**INFORMACIÓN FINAL PARA EL
DESBLOQUEO DE LOS CHAKRAS**

En primer lugar lo que si podemos aprender, a partir del ahora, que son las cosas o situaciones que provocan los bloqueos de los chakras. **B**ueno sé, que la mayoría de ustedes ya lo saben, pero aún así déjenme explicarlo para aquellas persona que apenas lo sabemos. **H**ay bloqueos de chakras que somos nosotros mismos quienes nos lo provocamos. **E**l **90%** los bloqueos cháríkos son más bien provenientes de nuestra mente.

Es por eso que muchas veces cuando se va al médico, estos buscan el origen del problema sin encontrarlo, y en ocasiones ni los médicos pueden encontrar el problema de el porqué el paciente está sufriendo y lo cierto, es que están de verdad sufriendo.

Los médicos solo pueden encontrar los problemas de salud del cuerpo físico, pero difícilmente pueden encontrar los desordenes que tienen relación con los **C**hakras y los meridianos. **L**os japoneses y los chinos si que tienen esos conocimientos que superan a los médicos modernos de nuestra época. **P**ero yo no estoy refiriéndome sobre la información médica, japonesa o china porque de estos tres no se ni papa. **L**a información que yo pobrementé estoy dando es metafísica y yógica y védica, ya

que en esta ocasión tampoco tiene que ver con la medicina **Ayurvédica**.

Todo está basado en lo que proyecta nuestra mente y en este caso es, perfectamente personal e individual. **L**os bloqueos de los **C**hakras pueden darse de diversas situaciones tales como: **L**a auto estima. **L**os nervios y el estrés. **L**os disgustos. **C**uando los pensamientos destructivos hacia los demás o hacia nosotras mismas, tienen una constancia de mucho tiempo, es entonces cuando uno o algún que otro chakra queda bloqueado. **E**n varias ocasiones si un chakra se bloquea es para protegernos de hacer o hacernos mucho más desastres y desgracias. **O**tras de las cosas que provocan los bloqueos son el temor, el miedo, la inseguridad, la ansiedad. etecé.

La auto estima es lo más que lo más importante de todo esto, hay que evitar por encima de todas las cosas todo pensamientos negativos sobre nuestras cualidades, nuestro cuerpo y nuestras virtudes. **L**as drogas, las bebidas el tabaco. **E**s necesario saber estas cosas y cuando se es terapeuta tratar de evitar estas cosas y tener el o la terapéuta misma, los chakras en la mejor armonía posible porque es entonces que cuando se puede sanar y desbloquear los chakras a otras personas porque si un terapeuta tiene serios conflictos **¿C**ómo puede

pretender sanar a los demás? **U**n médico de la medicina tradicional puede tener una seria enfermedad pero continuar tratando y sanado a otros pacientes. **E**so es totalmente posible porque son medicinas externas, pero el terapeuta sus energías son internas y cuando da y entrega es también parte de su honestidad y su pureza.

Así que las líneas siguientes vamos nosotros lo que somos terapeutas **REIKI** primero conocer y tratar de desbloquearnos de los posibles chakras que aunque no lo sepamos si que podremos tener bloqueados. **N**o estoy hablando solo de los siete ya conocidos **Chakras**, sino también de los sub-chakras y pequeños **Chakras**. **D**ebemos saber que los **Chakras** interviene directamente con los meridianos, ya que el chakra es la una gran fuente de energía que después viaja a través de los meridianos y llegan después a los órganos repartidos por todo el cuerpo.

Es por eso lo importantísimo que sería que utilizáramos bien nuestras propias energías. ya que todos sabemos que si nuestras propias energías son mal canalizadas bloqueamos muchas virtudes y cualidades. **T**ener un **Chakra** armonioso y buen funcionamiento es una gran cualidad y virtud. **A**sí que por favor empecemos primero por nosotros mismos y así lo que después somos, es lo que

demos y proyectamos. **Porque REIKI** no es solo un simple método de sanación, es un modo de vida de auto-superación en todos los niveles habidos y por haber. **Cuando sepamos**, que es tan grande y con tantos milagros latentes en sus energías que podemos primero vivirlo en nosotros. **Vive** aunque sea un solo milagro **REIKI** en ti, y finalmente podrás tener ese potencial y esa fuerza de saber darlo a los demás.

EL AUTO DESBLOQUEO DE NUESTROS CHAKRAS CON REIKI.

Es muy sencillo que además ya hemos dado algunas pautas sobre las figuras que nos hemos encontrado líneas atrás.

Podemos desbloquear nuestras chakras de x formas

1º sentarse y entrar en un estado de meditación o medio meditación quizás de pensamiento consciente y esto puede hacerse tanto en casa, sentada como sobre la cama como estando en un lugar o sala mientras estamos esperando o bien mientras estemos viajando. **Simplemente** llevando la atención y la conciencia al **Chakra básico MULADHARA**, con esto sería más que suficiente: **Recuerda** que: **Donde** estás tú, donde está tu conciencia, donde estás tus pensamientos y dónde está tu atención, es allí

cuando las energías y la actividad se mueven y entran en acción. **Si** a ello le agregas en cada uno de los **Chakras** luz, incrementas el potencial de las energías.

Si además le agregas **REIKI** y el símbolo del **CHO KU REI** incrementas su potencial energético que sin duda a todo esto se efectúa el desbloqueo (**En** caso de que exista bloqueo) **También** sucede que no solo actuamos en el desbloqueo sino que: **Como** estamos moviendo e imprimiendo esas energías en toda la zona donde está localizado en **Chakra** de **MULADHARA**, también ha sanación, transmutación y activación. **Haz** así lo mismo por cada uno de tus **Chakras** sin importar que por el tiempo solo puedas hacérselo a tres o cuatro o bien los **7 Chakras**. **Pero** donde llegues, llegues.

2º **Puedes** hacer exactamente lo mismo siempre antes de acostarte y al levantarte, se duerme muy relajado y bonito con sueños vivos y si lo haces por la mañana empiezas el día bien cargado y con salud, fuerza y vigor. **Solo** hay que practicarlo para creérselo.

3º **Trabajando** solo un **Chakra** en particular: **Esto** es cuando se ha decidido trabajar bien conscientemente un solo **Chakra** por cada día de la semana y semanas tras semanas es tremendamente maravilloso por el efecto del trabajo directo donde puedes utilizar todo el tiempo

que desees. **C**uando por ejemplo se está más de tres minutos en un solo **C**akra así que hoy tomemos por ejemplo el **MULADHARA**: **E**mpezamos por este sencillo ejemplo: contrae toda la zona del perineo y anal. **C**ontráela y deja que la contracción se suelte por si sola no la sueltes tu sino deja que al final el musculo de la contracción se regale que suela suceder a los **15** segundos a los **30** o bien al minuto, dependiendo de la persona.

Luego ya comienzas a poner atención luz, conciencia y **REIKI** durante unos dos minutos, y sentirás esas sensaciones que por lo general dependiendo de las personas suelen ser de movimientos, de calor, hormigueo o sensación de expansión, pero en cualquiera de las sensaciones, se vive y se siente mucho bien estar. **A**sí que si lo hacemos un **C**akra por día será más que suficiente como para que las energías quede así siempre activa.

De esta forma no es posible que dicho **C**akra esté bloqueado. **D**urante el día si podemos tomaremos conciencia del **C**akras unos segundos o un minuto si el tiempo nos lo permite. **S**i eres ama de casa y no te dejan tiempo tus hijos o tu marido jejeje enciértrate en el lavabo, siéntate en la taza del wáter y disfruta de esa intimidad y del ejercicio.

Cuando se tocan los **C**akras del (**ANAHATA 4º** chakra del plexo) o el (**VISUDDHA 5** Chakra de la

garganta) suele el o los primeros días una sensación de dulce ahogo, dulce emoción o el dulce romper a llorar o reír, si eso sucede mejor lo dejamos para otro día estamos empezando y no tenemos prisas. Quizás cuando toques el **Chakra del (SVADHISTHANA 2º Chakra** cuatro dedos más abajo del ombligo) tengas sensación de vómito pero eso no sucederá nunca solo que es la emoción propia de esa zona cuando se trabajan por primera vez o veces.

Cuando sucedan estas situaciones los primeros días lo dejamos, ya les digo que no tenemos prisas algunas porque el éxito y la perfección va llegando solamente con el tiempo y tiempo de prácticas. **C**uando ya eso se ha superado cuando ya quieras dar por terminado ese ejercicio con ese particular **Chakra** los últimos **30** segundos contrae los músculos del ano y del perineo y con los ojos cerrados los entronas al centro del cerebro como si quisieras mirar hacia lo más arriba y hacia atrás posible.

Para ello las primeras veces puedes ayudarte poniéndote la mano sobre la coronilla la parte más alta de la cabeza y dirige la mirada hacia ese punto. **E**so hace que eleves las energías y si tu evolución te lo permite subirás día a día y poco a poco la fuerza de la **Kundalini**. **M**ejor ya lo dejamos aquí. **R**ecuerden que los ejercicios que aquí se dan

son propios de juegos de niños para que con el tiempo y una caña quizás podamos ser buenos yoguis.

4º Cuando te vayas a al cama ara descansar o dormir toda la noche deja tus manos ya cargadas con **REIKI** sobre el chakra que quieres trabajar primero ten conciencia de lo que haces, de las energías que estás moviendo e imprimiendo, del **Chakra** que estás trabajando y de tu respiración. **D**espués deja que el sueño y el relax profundo te alcance. **E**l proceso continúa durante buen tiempo durante el descanso y el sueño ya que al trabajar siendo consciente, has puesto la directa o el automático. **P**odrás comprobar esas sensaciones cuando despiertes.

5º Como ya hemos dicho en la página **15** podrías iniciar tu meditación en cualquiera de los **Chakras** y respirar con el **Chakra** por un tiempo de los minutos y el tiempo que tu desees o tengas en disponibilidad.

6º Siempre que des una limosna o una dávida, o una regalo o entregues un donativo o una bendición a una gran persona que utilice bien su vida y su dinero y que lo que haces, lo haces con amor y honestidad, en esos momentos después lleva ese sentimiento y emoción a cualquiera de tus **Chakras**, (**S**olo te da tiempo un solo **Chakra**) **E**sto también repercute beneficiosamente tanto en

ti como por empatía hacia la persona que se lo estás entregando.

NOTA SOBRE LA DÁDIVA: (Dádiva es un donativo, o un regalo totalmente desinteresado que por lo general esto se da a los maestros y grandes maestros espirituales. Los maestros también dan sus dádivas. Las dádivas de los maestros espirituales suelen ser siempre altas bendiciones espirituales) La asociación con estas personas, el escuchar temas espirituales de estos maestros, el leer la información espiritual de estos maestros son también dádivas que nos hacen evolucionar grandemente.

Si encuentras en tu camino estos grandes maestros asóciate un rato con ellos que mientras el mucho o poco tiempo que estés con ellos tu aura se purifica porque su aura es luz y alta vibración. **Enríquécete** con su conocimiento y deja que alguna parte de su cuerpo o su ropa toque tu cuerpo. **Si** el maestro o maestra espiritual dirige su mirada hacia ti y, o te sonrío recibirás muchas bendiciones. **Tal** son los potenciales y la fuerza de las dádivas. La dádiva tiene otra virtud, que lo que tú entregas y ofreces como dádiva a la persona genuina y adecuada, retornará a ti multiplicado y bendecido con la misma fuerza que tú, lo hiciste.

Gracias Padre, porque así es.

Tu sirviente y tu amigo **PARADHARMA**das

7º **Ve** a la página **41** (el **4º**) **Que** está ahí descrito ese auto-desbloqueo como ejemplo de prueba.

8º **Cuando** te sucedan cosas lindas tales como una emoción, que te alaguen, que te den un regalo y eso te emocione de verdad. **Cuando** viendo una escena o viviendo una situación te llene de emoción. cuando escuchas cosas lindas que casi te ponen los pelos de punta o te hacen vibrar la columna. **Si** alguna de estas cosas te suceden, envía esas emociones al **Chakra** que en esos momentos te llegue a la mente. **Cuando** leas temas espirituales y esa información o lectura te llegue muy hondo entonces envía la atención y luz al corazón.

9º **Cuando** hagas una oración, o una mantra de corazón con atención y devoción lleva la atención durante las oraciones o los mantras al **Chakra** que tu destines, o bien por lo general y lo más correcto es, que lo hagas al final de tus mantras u oraciones.

10º **Por** dejar el último: **Cuando** hagas meditación en alguna deidad o la **Suprema** **Personalidad** de **DIOS** invócala e invítala al interior de tu **Chakra**. ¿hacemos esta última prueba? **Centralizamos** nuestra atención al **Chakra**

ANAHATA (Plexo) y meditamos en una deidad y si la deidad tiene su propio mantra u oración mejor que mejor solo por dos minutos y como ejemplo solo de comprobación haremos lo siguiente:

Buscamos por internet la imagen de **KRSNA** que más nos guste la miraremos fijamente unos **30** segundos, cerramos los ojos y recitaremos el mantra previamente memorizado que es el mantra mismo de **KRSNA (KRISNA)** me atrevo con permiso mío y de ustedes a exponer dicho y maravilloso mantra.

HARE KRSNA, HARE KRSNA, KRSNA KRSNA, HARE HARE.

HARE RAMA, HARE RAMA, RAMA RAMA, HARE HARE.

AQUÍ DAMOS POR TERMINADO TODO LO POCO RELACIONADO CON EL AUTO-DESBLOQUEARSE DE LOS CHAKRAS

DESBLOQUEANDO LOS CHAKRAS CON REIKI EN LAS OTRAS PERSONAS

Esto es mucho más sencillito entodavía

1º una vez después que la persona paciente la tenemos relajada en una silla o en la camilla de

terapias entraremos en meditación y nos prepararemos como bien ya sabemos en los casos del antes d empezar una sanación **REIKI** presencial. Pondremos la o las manos a una altura de unos **10** a **20** centímetros por encima de cada uno de los chakras por unos tres minutos por **Chakra**. Si sabemos y descubrimos qué **Chakra** es el que está bloqueado allí es donde empeñaremos más de cinco minutos. Luego seguiremos con la sanación **REIKI** en otras partes del cuerpo y cuando demos por terminada la sesión **REIKI** podemos de nuevo cerrar sanación volviendo de nuevo al chakra que ya hemos desbloqueado o en el caso que no sepamos cual es, pues hacemos el terminar de la sesión empeñando las energías en un minuto por cada **Chakra**. Por favor que la honestidad te permita ser como terapeuta una persona sincera, no nos las demos sabiondillos haciendo ver que ya nos hemos dado cuenta de qué **Chakras** tenías bloqueados, la honestidad, la pureza y la veracidad es muy importante para los terapeutas **REIKI**.

2º Podemos hacerlo a distancia o a través de una fotografía o a través de su nombre. Sencillamente podemos poner la manos sobre la foto o el nombre y enviar desde la distancia las energías **REIKI** al **Chakra** que nosotros deseemos trabajar. En este caso con el trabajo de los chakras si que tenemos que estar en contacto distancial con la persona ya que es ella quien nos dirá la hora y que pedirá el desbloqueo de los **Chakras**.

No escatimemos el tiempo y las oportunidades que nos den porque lo que hacemos hacia los demás es lo que nos hacemos a nosotros también porque hay que recordar que siempre se piden las energías, las energías entran en nosotros y después las enviamos, porque no se puede dar lo que no se tiene ni de lo que no se está convencida.

3º Con la presencia misma del terapeuta **REIKI**. el buen terapeuta **REIKI** tiene ya bastante evolucionada su aura vibrando en alta armonía entonces él, o la terapeuta tendrá en su pensamiento qué chakra ha de trabajar y la persona que está recibiendo al sanación también ha de estar en consonancia y consciente de lo que se está haciendo. **Esto** es una forma muy eficaz de hacer **REIKI** y desbloqueo de los **Chakras**, mientras al mismo tiempo se habla y se escucha linda información **REIKI**.

Esto ya está sucediendo de una forma natural en cada una de las clases y charla que se hacen del **REIKI** porque los escuchantes y el orador o la oradora, se conectan en la misma vibración. **No** tenemos más que ver su certeza del cómo nos sentimos todos en el después de que la charla ha terminado y nos vamos cada uno a nuestras casas.

4º Pon la mano sobre el chakra si puedes ponerla directamente sobre el cuerpo, si la

situación es delicada pues entonces pones la manos unos **10** a **15** centímetros de su **Chakra** y mientras tú como terapeuta **REIKI** haces tu propio trabajo, pídelas a la otra persona que inhale desde su **Chakra** las energías que tu le estás enviando. **Puedes** hacerte tú personalmente la siguiente prueba como primer ejercicio:

1º Ponte un guante de luz en tu mano derecha.
2º centra o dibuja con el dedo el símbolo del **CHO KU REI**. **3º** deja primeo que las energías **REIKI** estén presentes en tu mano. **Es** entonces cuando ya sintiendo las energías, diriges la palma de la mano a un **Chakra** que tú has decidido y haz un movimiento muy sutil y casi imperceptible acercándote y alejándote del **Chakra** solo el movimiento es imperceptible y la distancia de alejamiento y acercamiento es solamente de **30** milímetros. **Verás** como notas esas energías. o séase que si tu ya la estás sintiendo, tendrás total seguridad y convencimiento que eso es lo que estás entregando a los demás. **Por** favor, primero has el **REIKI** y la información y las experiencias primer hazlas tuyas, para que en el después puedas darlo con todo seguridad a los demás.

Bueno mejor dejaré esto aquí y lo retiraré del manual **CHO KU REI-LUZ** y de esta forma haremos maliciosa y divertidamente una conexión entre esta **CUARTILLA REIKI** y el **MANUAL CHO KU REI-LUZ**

con un acceso directo. **Aunque** si allí habrá otra información que de verdad de la buena no puedo exponerla acá porque si no estos reikistas me van a pegar por ser tan abusivo que en **CUARTILLAS REIKI** se superen las **50** páginas.

Eso es por ahora todo cuanto puedo de primeras y por el poco tiempo que nos queda para el día del mundial que les recuerdo nuevamente que será en todo el muncho por más de muchos y muchísimos maestros y maestras **REIKI** el día **18** de septiembre del **2010** créanme que ya aunque estamos más que acostumbrados las mariposillas en el estómago y el dulce están presentes y en creciendo. **Pero** las enviaré y trabajaré sobre mis **Chakras** espero no haberles puesto nerviosos, nerviosas a ustedes.

Sinceramente y con cariño cierro esta última **CUARTILLA REIKI** para poder dirigir toda la energía al día mundial en colaboración a los pies de mis maestros y maestras **REIKI** que están empeñándose en esta entrega del día mundial del **REIKI** donde la unión de la diversidad de todos los **REIKI** están presentes en una misma finalidad.

Gracias Padre, porque así es y porque así por siempre será.

Vuestro sirviente y amigo **PARADHARMAdas**

AGRADECIMIENTO

PARADHARMAdas está inmensamente agradecido a la **MAGNA PRESENCIA** y **SUPREMA PERSONALIDAD** de **DIOS**. A todos los **SANTOS** y **Grandes Maestros Ascendidos**, que le dieron la oportunidad de entregarse al servicio de todos los seres vivientes de nuestra **Madre Tierra**, a través de esta **CUARTILLA REIKI** que trata sobre **PRE-MUNDIAL PRE-INFORMACIÓN REIKI (XXVII)** para nuestra elevación espiritual y para tomar conciencia de **Nuestro Poder** y **Ser Interno**. Si alguna de estas líneas de esta **CUARTILLA REIKI**

te ha servido para ayudarte y superarte, el trabajo invertido en esta **CUARTILLA REIKI. HA SIDO TODO UNO ÉXITO. TÚ** tienes la victoria.

CON PROFUNDO AGRADECIMIENTO A TU TIEMPO, DEDICACIÓN Y ATENCIÓN, SE DESPIDE CON MUCHO CARIÑO, TU SIEMPRE AMIGO, SIRVIENTE Y BIENQUERIENTE, EL MONJE ERMITAÑO PARADHARMAdas

NOTAS:

NOTA: PARA CONTACTAR CON EL AUTOR: ESCRIBIR A:

Email: paradharmadas@yahoo.es o bien al editorial108@hotmail.com

SI DESEAS HACER UN DONATIVO, CONTACTAME:

Email: paradharmadas@yahoo.es editorial108@hotmail.com

Teléfonos de contacto: 653-551-849 ó 657-32-36-34

Número de cuenta del banco “La Caixa”

2100- 1124- -40- 0100495520

ESPAÑA: Ciudad: Barcelona

NOTA ESPECIAL: PARA RECIBIR LOS TEXTOS Y VOLÚMENES DE “LOS 108 PODERES MÍSTICOS DE LA SACERDOTISA AOMÍ” (Se empezarán a corregir y darlos por terminados a partir del año 2011)

QUÉ HASTA NO TENER UNA EMPRESA O EDITORIAL RESPONSABLE PARA SU DISTRIBUCIÓN PUEDES PEDIRLO AL MONJE ERMITAÑO PARADHARMAdas por Email:

**paradharmadas@yahoo.es
Editorial108@hotmail.com**

ó