

SIMON ENIKŐ

REIKI

Universul te iubește

Cuprins

Prefață	13
Mulțumiri	16
CAP. I. NOȚIUNI GENERALE DESPRE REIKI	17
1.1. Definiția REIKI	17
Definiția Reiki	17
<i>Cum pot influența energiile? Fizica/ mecanica cuantică</i>	18
1.2. Istoria REIKI	23
1.2.1. Istoria Usui Shiki Ryoho și linia de inițiere	23
1.2.2. Puțină istorie a ramurilor Reiki	29
<i>Cum aflu dacă maestrul și cursul Reiki este autentic?</i>	31
1.2.3. Experiența din Japonia	32
1.3. Caracteristicile REIKI în școala autentică Usui Shiki Ryoho	38
1.3.1. Reiki este energia Iubirii (neconținute)	38
<i>Îmi pot face eu sau altcineva rău cu Reiki?</i>	38
1.3.2. Reiki este energie Universală, adică Nelimitată	39
<i> Dacă este energie nelimitată, pot cere Reiki să prelungească viața unui om? Dar a unui animal?</i>	39
1.3.3. Reiki este energie atrasă, nu trimisă	40
<i>Pot să-mi pierd capacitatea de a atrage Reiki?</i>	41
1.3.4. Reiki este energie inteligentă	41
<i>Cum pot fi sigur că Reiki știe unde are nevoie corpul de echilibrare?</i>	41
1.3.5. Reiki este o energie fără contraindicații	43
<i>Am citit că nu am voie să folosesc Reiki în cazul virozelor sau cancerului pentru că susține dezvoltarea virusilor și a celulelor canceroase. Este adevărat?</i>	43
1.3.6. Reiki este o energie care stimulează organismul	45
1.3.7. Reiki este o energie nepolarizată	45
<i>Cum pot fi sigur, într-o lume duală, că Reiki este o energie nepolarizată</i>	45
<i>Ce înțelegi mai exact prin armonie/ echilibru?</i>	45
1.3.8. Reiki nu are culoare, miros, sunet	47
1.3.9. Reiki este o tehnică energetică simplă	48

1.3.10. Reiki poate fi practicat oriunde, oricând și de oricine care are inițiere	48
<i>De ce este nevoie de inițiere pentru a putea practica Reiki?</i>	48
1.3.11. Tehnica Reiki poate fi aplicată în paralel cu alte terapii și cu menținerea tratamentului medical	49
<i>Este Reiki acceptată de lumea medicală?</i>	49
<i>Poate avea Reiki efect placebo sau poate fi rezultatul unei autosugestii?</i>	49
1.3.12. Tehnica Reiki nu are interdicții sau condiții	50
1.3.13. Reiki este o tehnică care redă libertatea individului	50
<i>De ce nu practică Reiki mai mulți?</i>	50
1.3.14. Reiki este o tehnică naturală	51
1.4. Ce nu este REIKI?	51
1.4.1. NU este dogmă	51
1.4.2. NU este religie	51
1.4.3. NU este medicină	52
1.4.4. NU este magie	53
<i>Am citit pe internet păreri conform cărora Reiki este magie.</i>	
<i>Care este părerea ta?</i>	54
CAP. II. BENEFICIILE REIKI	55
Beneficiile Reiki	55
<i>În ce situații nu este eficientă energia Reiki?</i>	61
<i>Există situații când Reiki nu are efect?</i>	61
<i>A accepta prin liber arbitru Reiki înseamnă să credem în Reiki?</i>	62
CAP. III. BENEFICIARII REIKI	63
Bebeluși și copii	63
<i>Se realizează inițiere Reiki și copiilor?</i>	63
Adulți	64
Muribunzi	64
Animale	64
Plante	65
Alimente și apă	65
Cristale	66

靈 REIKI	7
氣 Universul te iubește	
Obiecte vechi	66
Spații	66
<i>La ce nu pot aplica Reiki?</i>	67
<i>Cum se îmbină spiritualitatea cu materia ce include și partea financiară a lucrurilor?</i>	67

CAP. IV. DOBÂNDIREA REIKI. GRADELE/ NIVELELE ÎN USUI SHIKI RYOHO. PURIFICAREA 69

4.1. Dobândirea Reiki	69
<i>Cum se realizează inițierea?</i>	69
<i>Este posibil ca anumite persoane să acceseze Reiki singure?</i>	70
<i>Cum pot evita maestrul fals?</i>	71
4.2. Gradul I	72
Definiție, scopul acestui grad și conținutul cursului	72
<i>Mă pot proteja de atacuri și furt de energie prin Reiki?</i>	73
<i>Ce să facem cu vampirii energetici?</i>	74
<i>Reiki este suficientă sau este necesar să o combinăm cu alte tehnici?</i>	75
<i>Cunosc persoane care au inițiere în Reiki dar nu folosesc această tehnică.</i>	
<i>De ce?</i>	76
<i>Există riscuri în Reiki? Pot prelua problemele altora?</i>	76
<i>Poți să-mi faci inițiere de la distanță?</i>	76
4.3. Gradul al II-lea	77
Definiție, scopul acestui grad și conținutul cursului	77
<i>Sună frumos, dar eu cunosc practicanți Reiki care nu aplică acest lucru, chiar dimpotrivă. De ce?</i>	78
<i>Doresc ca soțul meu să se lase de un viciu. Pot interveni cu Reiki?</i>	78
<i>Pot fi periculoase simbolurile Reiki?</i>	79
<i>Am văzut pe internet afișate multe simboluri Reiki. De ce ne predai doar trei?</i>	79
4.4. Gradul al III-lea	80
Definiție și scopul acestui grad	80
<i>Cum poate ști un maestru ce este bine pentru mine?</i>	82
<i>Sunt persoane care au gradul I și II de mai mult de 5 ani;</i>	

<i>ei pot primi gradul III automat?</i>	82
<i>Cum pot ști că cineva este într-adevăr maestrul potrivit pentru mine?</i>	84
<i>De ce ai rămas doar la două școli Reiki?</i>	85
<i>Nu te plafonezi dacă rămâi la Reiki tradițional?</i>	85
<i>De ce unii fac multe inițieri?</i>	86
<i>Ce înțelegi prin conștientizare?</i>	87
<i>De ce mi-aș dori gradul III și cum îl pot obține?</i>	88
<i>Cum știu că sunt pregătit pentru gradul III?</i>	89
<i>Eu vreau să îi ajut pe ceilalți cu Reiki și gradul III!</i>	89
4.5. Purificarea cu ajutorul Reiki la gradul I și II	90
<i>Este adevărat că alimentația vegetariană ridică vibrațiile?</i>	91
4.6. Purificarea cu ajutorul Reiki la gradul III	92
4.7. Paralelă între nivelele în Reiki occidental și Reiki japonez	94
CAP. V. PRINCIPIILE REIKI	105
Doar azi/ întocmai astăzi	106
Nu fi furios/ nu fi nervos/ nu fi mânios	107
Nu te stresa/ nu-ți fă griji	108
Exprimă-ți recunoștința/ respectă-ți părinții, profesorii și pe cei mai în vârstă	109
<i>Cum pot să nu judec când văd lucruri care nu-mi plac?</i>	110
Preocupă-te de karma/ fii harnic/ câștigă-ți existența prin muncă cinstită	110
<i>Ce este karma și cum se creează?</i>	111
Fii amabil cu toată lumea/ să simți respect și dragoste față de tot ceea ce este viu	112
CAP VI. PRACTICA REIKI	113
Pregătirea pentru aplicarea Reiki	113
Recomandări pentru energizarea cu Reiki	113
Percepțiile Reiki	114
<i>Cum pot fi sigur că ceea ce simt este Reiki și nu este o senzație</i>	

<i>creată de mine?</i>	114
<i>Reiki este o energie foarte fină. Totuși cum pot avea dovada manifestării ei?</i>	114
Practica Reiki la Usui – Hayashi – Takata	115
6.1. Practica REIKI la gradul I	116
6.1.1. GASSHO	116
<i>Cum să-mi îndrept atenția către o zonă a corpului fără să mă concentrez?</i>	118
6.1.2. Pozițiile mâinilor folosite de dna Takata	120
<i>Ce fac în situația în care nu știu în ce zonă a corpului să aplic Reiki?</i>	120
A. Pozițiile pentru cap, chakra coronară	122
1. Aplicarea palmelor pe ochi, chakra ”al treilea ochi” - centrul intuiției	122
2. Aplicarea palmelor pe tâmpile	124
3. Aplicarea palmelor pe urechi	125
4. Aplicarea palmelor pe ceafă și mai sus de ceafă	125
B. Pozițiile pentru corp-față	126
1. Aplicarea palmelor pe chakra gâtului și zona gâtului, chakra gâtului	126
2. Aplicarea palmelor pe chakra inimii și torace, chakra inimii	127
3. Aplicarea palmelor pe plexul solar, ficat și splină, plexul solar	129
4. Aplicarea palmelor pe chakra ombilicului și/sau a sexualității	131
Chakra ombilicului, Tanden	131
5. Aplicarea palmelor pe zona inghinală	133
C. Pozițiile pentru corp-spate	134
1. Aplicarea palmelor pe umeri și omoplați	134
2. Aplicarea palmelor pe rinichi	134
3. Aplicarea palmelor pe coccis și chakra rădăcinii, chakra rădăcinii	134
4. Aplicarea palmelor pe coloană, zona cervicală și coccis	136
<i>Cum pot ști ce culoare au chakrele și aura mea?</i>	136
<i>Este nevoie de compatibilitate între mine și cel căruia îi efectuez energizarea Reiki?</i>	137
<i>Pentru a practica Reiki pe alții, este necesar ca eu să fiu sănătos?</i>	137
6.1.3. Exercițiul de dezvoltare al intuiției (<i>Byosen</i>)	138
6.1.4. Exercițiul de realizare a dorinței, de transmitere a intenției și de eliberare de ”programe” vechi (<i>Nenatsu-Ho</i>)	140
6.1.5. Pozițiile folosite de sensei Usui pentru cap și abdomen/ intestine	141
6.1.6. Curățarea obiectelor de energii negative (<i>Jakikiri Joka-Ho</i>)	141

6.1.7. Energizarea/ purificarea încăperii cu gradul I	142
6.1.8. Baia uscată Reiki (<i>Kenryoku Ho</i>)	142
6.1.9. Exerciții de grup care se pot efectua atunci când sunt mai mulți practicanți Reiki	143
Comprimarea Reiki sau trenulețul (<i>Shuchu Reiki</i>)	143
Cercul/ Curentul Reiki (<i>Mawashi Reiki</i>)	143
6.1.10. Metoda (auto)dezintoxicării (<i>Tanden Chiryō-Ho</i>)	143
6.1.11. Energizarea mâinilor și a picioarelor prin bateri ușoare și rapide (<i>Uchi Te</i>)	144
6.1.12. Gimnastica Reiki (<i>Reiki Un-Do</i>)	145
6.2. Practica REIKI la gradul II	145
Simbolurile Reiki	145
<i>Am văzut pe internet același simbol desenat în mai multe feluri, care este cel care funcționează?</i>	146
<i>Am văzut pe internet simbolul puterii desenat în sens invers</i>	147
<i>Trebuie să vizualizez simbolurile într-o anumită culoare?</i>	147
<i>Este bine să chem și îngerii sau să fac channelling atunci când lucrez cu simbolurile Reiki pentru probleme/ situații mai grele?</i>	147
6.2.1. Armonizarea spațiului/ încăperii	148
6.2.2. Energizarea Reiki cu ajutorul simbolurilor a obiectelor sau persoanelor care se află în câmpul nostru vizual, pentru timpul prezent	149
6.2.3. Energizarea Reiki cu ajutorul simbolurilor a obiectelor sau persoanelor care se află în afara câmpului nostru vizual și/ sau în alt timp, numită și Metoda transiterii la distanță (<i>Enkaku Chiryō-Ho</i>)	151
<i>Cum pot fi sigur că la formularea mesajului nu încalc liberul arbitru?</i>	152
Formularea mesajelor	153
Transmiterea la distanță prin aplicarea simbolurilor pe fotografii (<i>Shashin Chiryō ho</i>)	154
<i>Cum realizez transmiterea energiei Reiki când nu știu unde se află o persoană?</i>	154
<i>Cum procedez când nu știu data exactă la care s-a declanșat o problemă în trecut?</i>	155
6.2.4. Purificarea sângelui (<i>Ketsueki Kokan Ho</i>)	155
A. Tratamentul pe spate, de-a lungul coloanei (<i>Hanshin Koketsu Ho</i>)	155
B. Tratamentul complet pentru corp (<i>Zenshin Koketsu Ho</i>)	155
Tratamentul parțial al corpului	156

靈 REIKI	11
氣 Universul te iubește	
6.2.5. Metoda de invocare a Reiki, meditația Reiki (<i>HatsuRei Ho și ShuYo Ho</i>)	156
6.2.6. Tratarea înclinațiilor și viciilor/ Tratatamentul emoțional-mental cu simboluri (<i>Seheki Chiryō-Ho</i>)	156
6.2.7. Metoda energizării cu ajutorul respirației (<i>Koki-Ho</i>)	157
6.2.8. Transmiterea Reiki cu degetele, care acționează ca un Laser (<i>Oshite Chiryō Ho</i>)	157
6.2.9. Transmiterea Reiki cu privirea, care acționează ca un Laser (<i>Gyoshi-Ho</i>)	159
6.2.10. Tratatamentul ombilicului (<i>Heso Chiryō Ho</i>) <i>Cum ajută acest exercițiu o persoană care a avut pierderi repetate de sarcină?</i>	158
6.3. Practica REIKI la gradul III	159
CAP VII. EXEMPLE DE PRACTICI REIKI FOLOSITE PENTRU ECHILIBRARE, INTEGRARE ȘI ELIBERARE	161
7.1. Integrarea agresivității prin Reiki	161
7.2. Crearea prin Reiki a armoniei dintre mental și emoțional	163
7.3. Eliberarea prin Reiki de șabloanele mentale negative și de limitări	166
7.4. Rezolvarea indeciziei prin Reiki și responsabilizarea noastră prin manifestarea liberului arbitru	168
7.5. Eliberarea prin Reiki a fricilor (inclusiv a fricii de moarte), fobiilor, temerilor și traumelor psihice	171
7.6. Dezvoltarea prin Reiki a acceptării/ toleranței și integrarea ”umbrei” noastre.	175
7.7. Eliberarea de sentimentul de vinovăție prin iertare, cu ajutorul Reiki	178

7.8. Integrarea Iubirii în viața noastră prin Reiki	184
7.9. Eliberarea de nevoia perfecțiunii, respectul de sine și integrarea egoului nostru	188
7.10. Vindecarea destinului/ karmei	192
7.11. Eliberarea de stres și presiunea timpului, prin Reiki	194
7.12. Dreptul la fericire și împlinire prin Reiki	196
Concluzii	199
Mărturie de final	203
Bibliografie	204
Testimoniale	205

CAP. I. NOȚIUNI GENERALE DESPRE REIKI

1.1. Definiția REIKI:

靈
氣

Expresia Reiki este o combinație a două kanji (silabe japoneze):

- REI – universal, iubire, divin, cosmic, vital;
- KI – energie, mișcare, vibrație.

Combinând aceste două silabe, putem înțelege sensul adevărat al Reiki: Energie Universală, Energie Spirituală, Forță Vitală Universală, Energia Iubirii Necondiționate etc. **Chiar dacă cuvântul Reiki este**

靈
氣

japonez, energia Reiki este Universală. Știința modernă a ajuns la concluzia că Universul constă din vibrații și unde, iar Reiki este una dintre acestea, fiind vibrația Iubirii și Armoniei.

REIKI este o tehnică energetică japoneză, bazată pe naturalețe, care folosește mâinile pentru canalizarea energiei, ca punte de legătură cu energia Vitală a Universului. Scopul acestei metode energetice este să ne redea vitalitatea, să ne relaxeze, să reducă stresul și să îmbunătățească calitatea vieții noastre prin dezvoltarea personalității și prin echilibrarea noastră pe plan energetic, fizic, emoțional, mental și spiritual.

Toate viețuitoarele dispun de capacitatea nativă de refacere a sănătății într-un mod natural. Inclusiv corpul uman, prin procesele fiziologice, prin sistemul imunitar, hormonal etc., dispune de toate resursele necesare funcționării, protecției și regenerării organismului, precum și pentru remedierea problemelor de sănătate. Strămoșii noștri au observat legile Universului și au trăit în armonie cu acestea. Cunoșteau și foloseau înțelepciunea corpului și a legilor naturii, iar aceste informații s-au întipărit și s-au transmis generațiilor următoare. Noi, oamenii, în anumite situații, acționăm în mod instinctiv, în baza acestei înțelepciuni native și ancestrale. De exemplu ducem din instinct mâna pe locul dureros, ca un reflex care ne-a mai rămas de la strămoși. Reiki este o metodă naturală, care ne re-învață folosirea mâinilor pentru atragerea vitalității și echilibrul în corpul nostru prin accesarea energiei Universale, a Iubirii (necondiționate).

Oamenii și toate ființele vii primesc Reiki pentru viață prin trei aspecte ale sale:

- Reiki, ca energie care impulsionează viața (vitalitate naturală),
- Reiki, ca activitate spirituală (puterea sufletului),
- Reiki, ca mod de autovindecare (puterea corpului fizic).

Reiki funcționează deoarece este o forță primită din Ceruri; se numește energie Universală și este radiantă. Deși este o energie invizibilă, practicantul Reiki poate ajunge să o simtă și să o vadă câteodată.

Energia Reiki ajută toate vietățile să trăiască în echilibru. Atât timp cât vorbim despre o energie naturală, ea ajută viața și evoluția, pe când cele „artificiale” (roentgen, cobalt, izotopi), în exces, pot dăuna organismelor vii. Omul este creația supremă beneficiind de conștiință individuală, deci are acces la mai multe energii/ informații decât alte vietăți și le poate folosi pentru starea sa de bine. Doar datorită dorințelor iluzorii, materialismului, supărărilor și fricilor avem tendința de a uita de darurile primite de la Univers.

Dacă vrem să știm cum putem deveni transmițători de Reiki, trebuie să ne îndepărtăm de gândirea limitată, să fim deschiși spre Natură și Univers, care ne acceptă în mod natural, fără rezerve și ne dăruiesc puterea Reiki. Acest lucru este important pentru a fi sănătoși și pentru a ne echilibra pe toate planurile. Ca practicanți Reiki, chiar dacă simțim puțină nesiguranță la început, vom vedea rezultatele pe parcurs, oferind Reiki, fără frică și fără ezitare, persoanelor bolnave.

Observație cursant: "Eu nu cred în energii și auri. Cum pot influența energiile?"

A fost o întrebare la care, cu 22 ani în urmă, răspunsul meu era foarte simplist, pentru că informațiile la care aveam acces la acea vreme erau puține. Explicam cu noțiunile de fizică învățate la școală: materia este formată din atomi, care au nucleu (protoni și neutroni cu sarcină pozitivă) în jurul căruia se deplasează electronii. Deci și aici vorbim de deplasare/ mișcare/ gravitație/ vibrație; am concluzionat astfel că există o formă de mișcare, deci, implicit, de energie.

La biologie am învățat că, la nivel celular, mitocondriile transformă în energie alimentele ingerate.

De asemenea, știam, tot din fizică, că nimic nu se pierde, totul se transformă. Deci, dacă există vibrație și transformare, atunci există și căi prin care acestea pot fi influențate și armonizate. În prezent, avem acces la multe informații și cercetări despre ce înseamnă energia, câmpul energetic, conștiința și Divinitatea. Altul este scopul cărții și nu-mi propun să realizez aici o lucrare științifică despre acestea. Dar pentru curioși, sceptici și cei care sunt ca mine și nu se mulțumesc cu afirmații, ci au nevoie de informații, prezint pe scurt puntea de legătură către aceste abordări științifice, urmând ca apoi fiecare să-și continue căutările în mod individual.

Cartea cuprinde referiri cu privire la atingerea stărilor de echilibru pe toate planurile și mai puține argumentații științifice, deoarece Reiki echilibrează comunicarea dintre cele două emisfere cerebrale și dezvoltă inteligența emoțională. Astfel citiți cartea atât cu mintea cât și cu sufletul, pentru a-i înțelege pe deplin mesajul.

Fizica/ mecanica cuantică oferă o abordare interesantă și descrie comportamentul materiei la nivelul atomic și subatomic, explică procese pentru care nici fizica newtoniană și nici teoria electromagnetismului nu oferă explicații suficiente și complete.

Fizica clasică newtoniană se baza pe observarea obiectelor, pe experimentele de zi cu zi, verificate, testate și dovedite în mod repetat, ajutând la înțelegerea comportamentului fizic. Din punct de vedere biologic, corpul fizic se analizează ca fiind un ansamblu de organe, fiecare organ având funcțiile sale separate și bine determinate; corpul ar trebui să funcționeze ca „un ceas elvețian, precis și exact”, totul să meargă perfect conform unui mecanism prestabilit. În realitate lucrurile sunt altfel, atât în natură, cât și în corpul uman. Se neglijează informația/ energia pe care o are celula, nu se recunoaște importanța și inteligența celulei care stă la baza corpului și a organelor.

Când fizicienii au început să analizeze nivelul subatomic al materiei, legile și teoriile newtoniene s-au dovedit limitate. Între 1926 și 1935 au început să fie dezvoltate conceptele mecanicii cuantice. Menționez nume de referință din domeniul fizicii cuantice, ale celor care au dezvoltat mai departe aceste concepte până la integrarea noțiunii de conștiință în fizica cuantică: Max Born, Erwin Schrödinger, Werner von Heisenberg (principiul de incertitudine, stabilește limitele dintre teoriile fizicii clasice și cele ale mecanicii cuantice),

Pascual Jordan, Wolfgang Pauli, Niels Bohr (teoria Bohr-Bohm), Paul Dirac, John von Neumann, Stephen Hawking, Nassim Haramein, Amit Goswami.

Mecanica cuantică este bazată pe formalismul matematic care descrie fenomenele fizice prin intermediul vectorilor și operatorilor spațiului, iar măsurătorile sale nu sunt bazate pe determinism. De exemplu particulele nu se mișcă pe orbite bine determinate, ci sunt caracterizate de probabilitate. De-a lungul timpului, au fost dezvoltate o serie de interpretări, în principal în privința procesului de măsurare a unei particule subatomice, deoarece în lumea reală există tot timpul incertitudini adiționale, generate de probabilități. Niels Bohr spunea: “Putem ști doar poziția probabilă a unei particule în mișcare, de aceea, prin extensie, putem ști destinația ei probabilă; nu putem ști cu certitudine unde se va duce.”

Prima mare sciziune în fizica cuantică a apărut prin disputa dintre Albert Einstein și Niels Bohr. În teoria relativității generale, prin formula ecuației relativiste $E = mc^2$, Albert Einstein a surprins comunitatea științifică a epocii sale, dovedind că spațiul și timpul nu sunt entități separate și nu sunt legate doar între ele, ci fac parte dintr-un tot numit continuum-ul spațio-temporal. Cele mai multe dintre contribuțiile sale în fizică sunt legate de teoria relativității restrânse, care unește mecanica cu electromagnetismul, și de teoria relativității generalizate, care extinde principiul relativității mișcării neuniforme. Foarte multe cărți care se ocupă de fizica cuantică amintesc faptul că Albert Einstein a susținut ideea conform căreia “câmpul este sufletul guvernator al particulei materiale”. Acesta este un fapt pe care concepțiile, cultura și filozofiile orientale le afirmă de mii de ani: ”spiritul modelează materia”. Printre contribuțiile lui Einstein se numără și teoria cuantelor pentru gazul monoatomic, și, deși teoria cuantelor constituia una dintre consecințele imediate ale contribuțiilor sale științifice, Einstein nu a fost niciodată de acord cu interpretarea adusă acestei teorii de către Niels Bohr și Werner Heisenberg. Einstein a purtat discuții aprinse cu marele fizician Niels Bohr în legătură cu principiul de nedeterminare, ce ar rezulta din caracterul probabilistic al descrierilor matematice din mecanica cuantică. În 1926, într-o scrisoare adresată fizicianului Max Born, Einstein, referindu-se la principiul incertitudinii afirmate de N. Bohr, scria: “Sunt pe deplin convins că Dumnezeu nu se joacă cu zarurile”, la care a primit replica lui Bohr: “Atunci nu-i mai spune lui Dumnezeu ce să facă cu ele”. Aceasta deoarece, conform teoriei relativității (teorie deterministă), zarul pare imprevizibil, dar cunoscându-se

detaliile privind mișcarea zarului ar trebui să se poată determina cum urmează să cadă. Einstein s-a stins din viață fără să accepte teoria cuantică a lui Bohr, dar prin munca sa a contribuit la dezvoltarea ei.

Niels Bohr, fizician danez, a fost cel care a realizat primul model de natură cuantică al atomului (care îi poartă numele) și a avut contribuții interesante în înțelegerea structurii subatomice și a mecanicii cuantice.

Fizicianul și neuropsihologul David Bohm introduce abordarea holistică conform căreia lumea nu poate fi analizată ca subunități separate și, astfel, viziunea fragmentată a fost înlocuită cu o viziune unificatoare ce integrează observatorul (conștiința) în realitatea fizică a lumii. În Univers totul este parte dintr-un continuum imens. Bohm precizează că, în Univers, fiecare lucru face parte din Tot, păstrându-și calitățile unice. Bohm a mai afirmat că Universul este doar energie și potențial.

Stephen Hawking, fizician și director de cercetare în cadrul Department of Applied Mathematics and Theoretical Physics al Universității Cambridge, a adus o interpretare nouă originii și evoluției Universului. A elaborat un model matematic asupra originii și evoluției Universului în expansiune, reușind să ducă interpretarea până la o apropiere de o fracțiune de secundă de la Big-Bang-ul inițial al evoluției universale. A comis o singură greșeală: a exclus Divinitatea din ecuație.

În paralel, Nassim Haramein, un savant cu lucrări în domeniul fizicii, a propus teoria unificată a câmpului, teorie care a venit în întâmpinarea eforturilor altor savanți de uniformizare a interpretării tuturor fenomenelor din Univers. A susținut ideea naturii energetice infinite a Universului și a texturii holo-fractale a acestuia. Se abandonează două dintre ipotezele fundamentale pe care se bazau teoriile care aveau la bază supremația materiei și relativitatea, în favoarea principiilor mecanicii cuantice. Corpul fizic ar fi și el o hologramă vizibilă a unui câmp invizibil, numit ”corp” de către diferite tradiții. Astfel se poate explica puterea de vindecare a spiritului și controlul acestuia asupra corpului fizic în general.

Fizicianul Amit Goswami propune o schimbare de paradigmă bazată pe întâietatea conștiinței, prin teoria sa inspirată de fizica cuantică, de ideile filozofice din Advaita Vedanta (filozofie tradițională indiană) și de teozofie. Conform acesteia conștiința este fundamentul întregii existențe și toate obiectele și experiențele noastre (simțiri, gândire, sentimente și intuiție) sunt doar posibilități cuantice dintre care conștiința poate alege,

transformându-le în realități palpabile. De asemenea, subliniază faptul că, dacă noi pornim de la ceea ce ne este deja cunoscut, adică de la ce este condiționat în noi, prin experiențele anterioare, alegem din așa-numita conștiință a ego-ului, dar, dacă alegem din necunoscut, din ceva ce nu s-a manifestat în experiențele noastre anterioare, atunci alegem din ceea ce tradițiile spirituale numesc Conștiința Divină (Conștiința Cuantică). Un alt mesaj al fizicii cuantice este evoluția conștiinței, care ne va conduce la o capacitate tot mai sporită de procesare a sensurilor vieților noastre și ale lumii înconjurătoare. O viață frumoasă înseamnă să facem salturi cuantice, prin deschiderea către existența unei Conștiințe Divine nelocalizate, care să se manifeste în toate acțiunile conștiinței egoului nostru și în dorința de a schimba principiul dualității cu o viziune holistică și integrată.

După această scurtă incursiune în teorie, aș dori să rețineți **un aspect fundamental susținut de fizica cuantică: noi suntem cei care creăm, prin observare și alege, propria realitate.**

Fizica cuantică ilustrează modul în care tot ceea ce există în Univers este format din cuante/ energie/ vibrație. Energia este recunoscută drept natura fundamentală a existenței, dar este și Conștiința Superioară. La nivel cuantic, totul este non-local, adică dincolo de spațiu și timp: totul poate exista simultan ca număr infinit de realități paralele. Modelul holografic al Universului explică realitățile paralele și cum existăm simultan ca aspecte ale tuturor realităților, fiind una cu Universul.

Biologia convențională nu recunoaște puterea câmpului de energie asupra materiei. Totuși, realitatea arată că atunci când în structura câmpului de energie apar dezechilibre, mai repede sau mai târziu, vor apărea dezechilibre și în corpul fizic. Astfel căutăm inutil cauzele bolilor doar la nivel de organe, țesuturi sau celule; nu vom găsi rezolvarea finală, pentru că soluția este în câmpul energetic. Chiar Einstein susținea că originea dezechilibrelor este în câmpul energetic, care este ”gubernator al materiei”.

În acest context, pot afirma că **Reiki** (practicată în școlile autentice) reprezintă **o abordare holistică** și integrată a ceea ce reprezintă ființa umană, cu toate aspectele sale. Reiki este o tehnică care ne dă posibilitatea să observăm, să alegem și să ne dezvoltăm relația cu această energie Universală, cu această vibrație care stă la baza lumii văzute și nevăzute. Corpul uman, gândurile și emoțiile au la bază vibrația/ energia care oscilează pe frecvențe

variate. Cu cât vibrația este mai îngrădită și densă, cu atât sunt mai multe șanse să ne simțim ”neplăcut”. Cu cât vibrația este lipsită de îngrădiri, cu atât vor crește șansele de a avea parte de sănătate, abundență și fericire.

1.2. Istoria REIKI

1.2.1 Istoria Usui Shiki Ryoho și linia de inițiere

S-au scris multe despre istoria Reiki. În principal există două versiuni consacrate, ai căror susținători afirmă uneori mult prea vehement părerea lor. **În mod tradițional informațiile se transmit verbal de la maestru la discipol** și se oferă puține informații în scris. Istoria Reiki se bazează în general pe transmiterea orală a informațiilor apărând astfel mai multe versiuni.

Prefer să am o abordare integratoare a istoriei, explicând istoria documentată despre sensei Mikao Usui și povestind ”legenda” Reiki din care extrag câteva exemple, în varianta prezentată de dna Takata, cu modificările care i-au fost atribuite.

Chiar dacă în majoritatea culturilor străvechi au existat practici de vindecare cu mâinile, Reiki a fost elaborat de către **Mikao Usui sensei**, care s-a născut în Japonia în 1865 în satul Taniai (acum orașul Mijama). Tatăl, Uzaemon Cunetane, a fost comandant militar; mama era din familia Kavaai. Usui a studiat diferite practici spirituale, fără să fi devenit călugăr și fără să fi practicat Calea Budo. În consens cu valorile familiale japoneze, Usui sensei a fost modest și discret referitor la informațiile personale și legate de familie, astfel avem puține informații scrise referitoare la aceste aspecte personale.

Trecând prin diferite experiențe de viață, Usui a căutat și a descoperit scopul vieții „**Anshin Ritsumei**”, adică ”*Spiritul tău să fie în stare de pace totală, fiind conștient de ceea ce ar fi potrivit să faci cu viața ta, neperturbat de nimic*”. Pentru aceasta a meditat și a postit 21 de zile, în februarie și martie 1922 pe muntele Kurama, aflat la 12 km de Kyoto.

Muntele Kurama este deosebit din punct de vedere energetic; se spune că una dintre meditațiile preferate a lui Usui era sub o cascadă, lăsând apa să i se scurgă în creștet. În ultima zi Mikao Usui atinge „*satori*”, respectiv pacea



interioară absolută, descoperind rezonanța cu vibrația Reiki.

Coborând în grabă de pe munte, Usui sensei s-a rănit la o unghie de la picior și din instinct a dus mâna la locul dureros. S-a mirat că i-a trecut durerea. Această întâmplare este prima menționată în scris (1922, anul 11 al perioadei Taisho). În anumite cărți/ istorii, se menționează că Usui, inițial, a început să predea metoda denumită TEATE, însemnând ”vindecarea cu mâinile”. Numele venea de la ceea ce făcea și nu de la învățăturile predate. Această metodă avea fundamente spirituale și a fost premergătoare metodei USUI REIKI RYOHO.

În aprilie 1922, Mikao Usui întemeiază la Tokyo organizația Usui Reiki Ryoho Gakkai. Inițial, pentru a practica Reiki, discipolii stăteau aproape de maestru și sistemul Reiki era împărțit în 6 nivele, începătorii având nivelul 6 (care începea cu Shoden sau Prima Învățătură), iar practicanții avansați nivelul 1 (numit Shinpiden).

Mikao Usui a deschis la Tokyo acest așezământ unde trata cu ajutorul Reiki. În practica Reiki au fost introduse cinci principii Reiki care stau la baza evoluției și armoniei din viața noastră. Voi reveni asupra acestora în Cap. V, Principiile Reiki.

Inițierile nu se efectuau în forma pe care o cunoaștem astăzi. Chiar și simbolurile Reiki au fost introduse ulterior de către Mikao Usui, cu scopul de a ușura practica Reiki; în Gakkai nici astăzi nu sunt folosite toate simbolurile folosite de școlile Reiki Occidentale.

Îmi place să amintesc următoarele povestiri din “legenda” transmisă de dna Takata. Am crescut și m-am format cu aceste istorisiri, astfel îmi face plăcere să le povestesc, deci îmi asum responsabilitatea și riscul introducerii acestor elemente în istoria de la cursurile Reiki pe care le predau:

a. Când Mikao Usui a decis să urce pe muntele Kurama, a luat cu el doar 21 de pietricele, câte una pentru fiecare zi. În fiecare zi, la răsărit, arunca câte o piatră. În ultima zi, când mai avea doar o singură piatră, fiind în meditație, Mikao Usui, a fost cuprins de lumină și de o stare de fericire. Când și-a revenit, a conștientizat că a primit ceea ce căuta de atâta vreme, și că a intrat pe vibrația energiei Reiki. Coborând muntele, Mikao Usui, s-a rănit la un picior și instinctiv a dus mâna la locul rănit; a observat că mâna i s-a încălzit puternic, că sângerarea a încetat și că a început procesul de vindecare. Acesta a fost pentru el primul semn că ceea ce a primit de la Univers funcționa.

b. La poalele muntelui era un adăpost pentru pelerini unde s-a oprit să mănânce. În acest adăpost, femeia care îl servea avea o puternică durere de dinți. Usui a cerut permisiunea de a-și apropia palmele de fața ei, în dreptul dinților. A primit aprobarea și, după câteva minute de apropiere a palmelor sale de fața femeii, durerea s-a diminuat.

Revin la istoria certă. În septembrie 1923 în Japonia a fost un cutremur foarte mare, mii de clădiri au fost distruse. Usui sensei oferă Reiki răniților împreună cu elevii săi. Astfel, Usui și Reiki devin cunoscuți. Ofițerii din marina japoneză află despre Reiki și Usui, invitându-l pe acesta să le predea Reiki. Dintre ofițerii practicanți Reiki câțiva au fost pregătiți pentru nivelul de Shinpiden.

În 1925 Mikao Usui începe să călătorească în întreaga Japonie pentru a ține cursuri, considera că Reiki trebuie să fie la dispoziția tuturor. Mikao Usui ajunge să aibă peste 2 000 de practicanți Reiki, dintre care 21 au ajuns la nivelul Shinpiden. Se cunosc numele a 12 Shinpiden formați de Usui (conform notițelor date de Doi sensei la întâlnirea maștrilor Gendai Ho de la Madrid din 2015) printre care: Juzaburo Ushida, Kan'ichi Taketomi, Tetsutaro Imaizumi, Hoichi Wanami, Gizo Tomabechi, Toshihiro Eguchi, Chujiro Hayashi.

Usui a trecut în neființă în 9 martie 1926, dar ceea ce a creat el a fost dus mai departe de practicanții Reiki. În 1927 Gakkai construiește monumentul funerar a lui Mikao Usui la Tokyo, în cadrul Saiho-ji Temple. Gakkai este singura organizație abilitată să construiască monumente sau plăci comemorative pentru Usui. Ea funcționează și în prezent, fiind o organizație cu acces limitat și cu un număr restrâns de doar 500 membri.

Usui Reiki Ryoho, numit în prezent Dento Reiki, este practicat doar în Japonia, iar liniile Reiki din afara Japoniei au fost numite Reiki Vestic/Occidental.

Chujiro Hayashi, conform celor povestite de dna Takata, a fost ofițer de marină și medic militar, absolvent al Academiei Navale Japoneze, s-a întâlnit cu Reiki prin Amiralul Taketomi care era discipolul lui Usui. În anul 1925 Hayashi l-a întâlnit pe Mikao Usui. Anumite versiuni din istoria Reiki menționează



că Usui l-a rugat pe Hayashi să efectueze cercetări cu privire la Reiki și să dezvolte tehnica și practica Reiki. După moartea lui Usui, Hayashi a ieșit din Gakkai și a format institutul Hayashi Reiki Kenkyukai, unde și-a continuat activitatea de cercetare și practică. Dna Takata a povestit că C. Hayashi a deschis o clinică unde practicanții Reiki lucrau, în grup, ca voluntari, timp de un an, tratând pacienții ce erau găzduiți în clinică. Aceasta era practica obligatorie pentru trecerea la un nivel avansat în Reiki (Okuden). La această clinică a ajuns ca pacientă și Hawayo Takata, în 1935.

Chujiro Hayashi părăsește această lume în data de 11 mai 1940.



Hawayo Takata s-a născut în 24 decembrie 1900 în insula Kauai, în Hawaii. A rămas văduvă de tânără. Având probleme de sănătate, a plecat din Hawaii la Tokyo, unde s-a internat pentru o intervenție chirurgicală. Înainte de pregătirile pentru operație, având un vis, a discutat cu medicul chirurg dacă poate fi evitată operația. Acesta i-a recomandat clinica lui Hayashi unde dna Takata s-a și însănătoșit după câteva luni. Văzând binefacerile acestei tehnici, a dorit să o învețe și ea. A rămas la clinică pentru instruire timp de un an. În 1937 a obținut gradul II și s-a întors în

Hawaii, în Kauai, unde și-a deschis o clinică pentru practica Reiki. În 1938 Chujiro Hayashi a vizitat-o în Hawaii, a stat șase luni, și, văzând rezultatele obținute de ea, i-a acordat gradul de maestru în data de 21 februarie 1938.

Dna Takata este considerată fondatoarea Reikiului Occidental și datorită ei Reiki a devenit cunoscut în SUA. Aceasta se întâmpla în condiții istorice potrivnice, în care Japonia și SUA erau în conflict și oricine/ orice avea origine japoneză era privit cu suspiciune. După bombardarea Pearl Harbor, din decembrie 1941, americanii aveau sentimente anti-japoneze. În aceste condiții este de înțeles motivul pentru care dna Takata a “adaptat” Reiki pe placul occidentalilor, introducând elemente legate de creștinism în istoria Reiki și renunțând la anumite exerciții practice.

Ea începea cursurile Reiki prin prezentarea energiei Universului, pe care o definea ca o energie infinită, ca o forță venită de la Sursă/ Creator care ne înconjoară peste tot. A denumit această metodă USUI SHIKI RYOHO (înseamnă ”Metoda de vindecare stilul Usui”). Datorită condițiilor din acea

vreme, dna Takata a simplificat anumite exerciții Reiki predate de Usui și Hayashi și, pentru a putea practica anumite exerciții Reiki, tehnică necunoscută până atunci în occident, a obținut o diplomă în masaj. După bombardamentele Japoniei de către SUA, din august 1945, dna Takata nu a mai avut legături cu Japonia.

Hawayo Takata a ținut cursuri Reiki timp de peste 40 de ani, în S.U.A. și Canada, iar în ultimii ani de viață a instruit 22 de maestri. Termenul “maestru” nu era atribuit în Japonia decât persoanelor care au atins Iluminarea. Totuși, Hawayo Takata a început să folosească acest titlu în 1970, când a început să acorde inițieri de gradul profesor Reiki. Trebuie deci precizat că în Vest un maestru Reiki nu este, în mod obligatoriu, o persoană care a atins Iluminarea.

Dna Takata a părăsit această lume la 80 de ani, în data de 25 decembrie 1980. Am un respect deosebit pentru dna Takata, care a avut curajul să promoveze și să practice Reiki într-o perioadă istorică foarte dificilă.

Există versiuni diferite în SUA și în Japonia despre ceea ce s-a întâmplat în Reiki după moartea dnei Takata. **Totuși, Reiki, dacă este Reiki, funcționează la fel, atât în Vest, cât și în Est, în Japonia.**

Regăsiți mai jos linia maștrilor prin care am primit accesul la acest dar al Universului numit Reiki, școala Usui Shiki Ryoho:

Mikao Usui
Chujiro Hayashi
Takata Hawayo
Barbara Weber
Maureen O’Toole
Kate Nani
Laxmi Paula Horan
Kun István
Rózsa Loránt
Kormos Géza
Simon Enikő Szeréna



Am cunoscut Reiki acum 22 de ani, la vârsta de 24 de ani, când, în data de 11 iunie 1995, am primit gradul I în Usui Shiki Ryoho. Am avut parte de îndrumarea unui maestru Reiki răbdător și de suflet, care mi-a permis să-l asist șase ani la toate cursurile Reiki. În 01 octombrie 2001 am primit unul dintre cele mai frumoase daruri ale Universului, gradul III, de maestru/ profesor în

Usui Shiki Ryoho. Maestrul mi-a explicat că valoarea acestui grad este de neprețuit și că nu poate fi exprimată în bani. Am primit gradul III gratuit, ca o recunoaștere pentru activitatea și implicarea în Reiki, Kormos Géza lăsând sub îndrumarea mea grupa Reiki formată în România. Aplicând Reiki din tinerețe, am crescut împreună cu această energie și Iubire și am continuat să transmit mai departe această energie a Iubirii Universale.

Sunt o fire curioasă și, cândva, aveam orgoliul destul de mare. Fără să renunț la practica Reiki, în acești ani am făcut cunoștință cu alte 18 tehnici, metode și terapii, inclusiv cu școli diferite de Reiki, având majoritatea formărilor în străinătate. În primii ani de practică Reiki am trecut prin perioade de derivă și încercări, am căutat confirmări și senzații, am testat diferite grade de implicare și am căutat îmbunătățiri. După un timp am observat că energia Universală era mai eficientă și funcționa liber atunci când îi permiteam să acționeze fără să fie constrânsă de ”îmbunătățirile” și implicările mele. A fost nevoie de timp, răbdare și de multă experiență în Reiki până când m-am eliberat de dorința de recunoaștere și am permis Iubirii Universale să se manifeste în acțiunile, gândurile și emoțiile mele. Am înțeles că Reiki/Universul este complet și nelimitat, doar mentalul meu avea limitările sale. Am avut avantajul să cunosc provocările egoului meu înainte de primirea gradului de maestru& profesor Reiki.

După fiecare etapă de cunoaștere și căutare am ajuns la concluzia că Reiki Usui Shiki Ryoho este metoda mea de suflet, prin simplitatea, siguranța și naturalitatea sa. Practic Reiki zilnic, în paralel cu activitatea profesională. Am păstrat practicile Reiki curate de influențele egoului, new-age, fără să amestec diferite metode și fără să introduc elemente personale, pentru că am înțeles că nimic nu poate fi mai presus de comunicarea directă și nelimitată cu energia Universului și orice aș fi modificat ar fi limitat manifestarea Voinței Divine.

Duc mai departe școala Usui Shiki Ryoho, în aceeași formă autentică și tradițională cum mi-a fost predată. Am creat o continuitate în predarea Reiki, având sute de cursanți în mai multe orașe din România. Cursurile se formează de la sine, fără publicitate, reclamă, prezentări, afișe etc., deoarece mulți membri de familie sau prieteni ai celor care au participat la curs, văzând rezultatele Reiki, mă contactează cu dorința de a beneficia de inițiere. Astfel sunt cursanți Reiki și din străinătate. Prin practica și experiența în Reiki, prin

rezultatele obținute asupra sănătății, confirmate de investigații medicale, am câștigat încredere în metoda Usui Shiki Ryoho.

Sunt fondatoarea și conducătoarea unei organizații Reiki non-profit cu sute de simpatizanți, al cărui scop este practica Reiki autentic, pe bază de voluntariat. Acum câțiva ani am avut șansa să-l cunosc pe Fodor György, un maestru Reiki cu un bun simț și o modestie ieșite din comun. Acestuia i s-a permis, cu ocazia stagiului său din Japonia, să ne învețe exerciții Reiki practicate în Japonia, cu rugămintea să le folosim și exersăm la întâlnirile de practică Reiki, fără să transformăm Reiki și exercițiile învățate într-un scop financiar. În anul 2015, cu ocazia pregătire mele Reiki din Japonia și cu ocazia participării la workshopul Dento Reiki susținut de Hiroshi Doi sensei la Madrid, mi s-a reconfirmat că practica Reiki pe care o urmez este una autentică și corectă, prin folosirea energiei Universului fără implicarea voinței personale.

În acești 22 ani de practică am reușit prin Reiki să restabilesc valorile reale din viața mea, să-mi recapăt respectul și iubirea de sine și să găsesc calea spre fericire și împlinire, fără să cad în extremele egoului.

Atunci când îi învățăm pe ceilalți, de fapt, le transmitem ceea ce noi înșine suntem și această emanație îi atrage pe ceilalți către noi și cursurile noastre Reiki.

1.2.2. Puțină istorie a ramurilor Reiki

Mikao Usui a creat USUI REIKI RYOHO, care este o metodă ce ne conduce spre starea de sănătate și de fericire. A predat exerciții Reiki individuale și câteva exerciții de grup și a pus accent pe practica Reiki prin respectarea principiilor Reiki și prin energizarea zonei capului, ombilicului și a coloanei. “Usui Reiki Ryoho Gakkai” a fost fondată la Aoyama, Tokyo în 1922 și este organizația care a păstrat tradiția lăsată de Usui, cunoscută în prezent sub denumirea de ”Dento Reiki”. Scopul Reiki este Anshin Ritsumei, să fim întotdeauna în stare de pace interioară și armonie. Cheia este Rezonanța cu Reiki, stare care poate să apară doar când suntem canale curate. Rezonanța cu Reiki oprește vulnerabilitatea noastră la energiile negative și conform Usui sensei putem întări această rezonanță prin aplicarea celor 5 principii Reiki.

Chujiro Hayashi a dezvoltat exercițiile Reiki și a studiat aplicarea palmelor pe zona organelor vitale și a chakrelor, introducând elemente din

medicina energetică și unele recomandări privind poziționarea mâinilor în anumite afecțiuni. Unul dintre discipolii lui Hayashi, dna Chiyoko Yamaguchi și fiul acesteia au început să predea Reikiul învățat de la Hayashi. Aceasta a devenit metoda JIKIDEN, practică și în prezent în Japonia și Europa.

Școala dnei Takata se numește USUI SHIKI RYOHO. Dna Takata nu a avut legături directe cu Gakkai și, după ce Hayashi a murit, nu a avut legături nici cu discipolii acestuia. USUI SHIKI RYOHO este o cale de dezvoltare personală, iar practicarea vindecării și a unor exerciții nu era obligatorie, modificare apărută și din cauza legislației din SUA. Dna Takata a avut o sensibilitate mare în mâini, prin simpla scanare simțea unde este nevoie de Reiki, dar pentru a ușura practica discipolilor a introdus cele 12 poziții ale mâinilor. Takata a inițiat 22 de maestri în care a avut încredere că vor duce școala Reiki mai departe. Am avut onoarea să-l întâlnesc pe Rick Bockner din Canada, ultimul maestru inițiat de dna Takata care a spus „Tot ce faci, fă cu Iubire, din Inimă”.

Este important să amintim metoda GENDAI REIKI HO, fondată de către Hiroshi Doi sensei, cu acordul președintelui Gakkai din acea vreme, doamna Kimiko Koyama (al cincilea președinte al Gakkai). Hiroshi Doi a fost dezamăgit de modul în care occidentalii au ales să transmită Reiki mai departe, de publicitatea agresivă, de faptul că se acordă inițieri pe internet etc. Meritul lui Hiroshi Doi este aducerea la un numitor comun a sistemelor japonez și occidental și clarificarea multor dileme din Reiki. Considerând că el cunoștea mai bine obiceiurile occidentalilor, s-a creat sistemul Gendai, care predă învățăturile liniei japoneze pentru occidentali. Doi sensei definește Gendai Reiki Ho ca fiind o metodă care ”aduce vindecarea corpului și minții și ajută dezvoltarea spirituală”. Mottoul Gendai Reiki Ho este ” Nimic discutabil, nimic ciudat, nimic dificil”.

Există multe tipuri de Reiki sau de terapii energetice care poartă denumirea de Reiki, dar puține sunt cele care au legătură cu energia Reiki.

În prezent, în lume, sunt peste 48 de tipuri/ denumiri Reiki sau școli care pretind că predau Reiki și numărul acestora crește și acum, când scriu această carte. În realitate, sunt recunoscute ca fiind școli Reiki autentice doar câteva, în care maestrii au adus modificări doar în baza unor studii aprofundate privind Reiki, *fără introducerea de practici care implică concentrare/ voință*

personală sau care ar putea încălca liberul arbitru al celuilalt.

Celelalte școli, autointitulate școli de Reiki, sunt o combinație între Reiki și tehnicile new-age sau unele, fără nicio legătură cu Reiki, folosesc pentru promovare (marketing) numele de Reiki care este deja cunoscut și recunoscut în lume. Aceste școli practică altceva decât Reiki. Ele folosesc tehnici care implică voință/ concentrare și pot acționa fără acordul celui cărui i se aplică, încălcând liberul arbitru al acestuia, creând frică și o imagine falsă despre ceea ce înseamnă Reiki. Au apărut versiuni care au pierdut conexiunea cu Reiki, care generalizează și introduc experiențe personale fără legătură cu energia Iubirii necondiționate. Dar au apărut și tehnici care în baza unor experiențe de mai mulți ani, confirmate de lumea medicală, au adus îmbunătățiri în modul de accesare a Reiki și în exercițiile Reiki.

Întrebare cursant: Cum aflu dacă maestrul și cursul Reiki este autentic?

Răspuns: Evoluția spirituală se obține prin calmarea emoțiilor, prin liniștirea minții și prin practică zilnică. Orice modificare venită din mintea noastră, nu din sufletul nostru, este o implicare a voinței noastre care nu are legătură cu Reiki. Pentru a afla dacă un profesor Reiki predă o școală Reiki autentică întrebați dacă:

- transmite mai departe teoria și istoria corectă despre Reiki,
- subliniază ambele aspecte ale Reiki: îmbunătățirea sănătății și calea pentru dezvoltarea spirituală care aduce armonie și fericire;
- predă corect și practică el însuși zilnic exercițiile lui Usui sensei;
- respectă condiția de neimplicare a voinței, nederijare a energiei;
- respectă etica Reiki bazată pe modestie, simplitate, compasiune și respect.

Atunci când urcăm pe un munte, pot exista mai multe cărări de diferite dificultăți. Când dorim să evoluăm spiritual ne căutăm un ”ghid” care să ne îndrume/ ghideze. La poalele muntelui vom găsi mulți care ne promet diferite variante: drumul cel mai scurt, drumul cel mai sigur, drumul cel mai rapid, drumul cel mai simplu.

Înainte să pornim la drum este bine să știm ce ne dorim și să alegem ”ghidul” potrivit nouă.

Reiki este una dintre tehnicile prin care ne putem atinge starea de bine/ de echilibru. Sunt și alte tehnici/ metode autentice și am tot respectul pentru toate aceste școli. Am avut șansa să cunosc diferite școli și le sunt recunoscătoare pentru tot ce mi-au oferit. Am ales Reiki pentru că, prin simplitatea, profunzimea și claritatea sa, este metoda care s-a potrivit cel mai bine felului meu de a fi.

Reiki este o tehnică fără constrângeri, care ne redă libertatea de a fi noi înșine. Astfel consider că este ceva natural ca maeștrii să imprime nota lor de personalitate cursurilor pe care le țin și școlii pe care o conduc. Dar îmi este greu să înțeleg amalgamul și maratonul spiritual care se promovează în ultimii ani, al cărui scop este doar unul material. De asemenea, nu agreez combinarea Reiki cu tehnicile care neagă condiția de a fi canale curate pentru voința/ energia Universului/ Divinității și aceasta este și opinia profesorilor Reiki din Japonia.

Hiroshi Doi sensei spunea că atunci când practicăm Reiki să ne relaxăm și să ne bucurăm de rezonanța cu Iubirea Universului. Ca atunci când urcăm într-un avion, ne relaxăm și ne bucurăm de zbor, nu mergem peste pilot să-i spunem unde să meargă și ce să facă. Energia Luminii știe unde și ce are de făcut, noi doar ne relaxăm, apropiem mâinile și ne bucurăm de rezonanță.

1.2.3. Experiența din Japonia

Țara Soarelui Răsare este una dintre cele mai moderne din lume dar în același timp integrează obiceiuri vechi de sute de ani. **Pentru a înțelege filozofia, principiile, profunzimea, simplitatea și naturalitatea Reiki voi face o scurtă descriere despre întâlnirea mea cu cultura japoneză și cu Reiki în Japonia.**

Mult timp mi s-a spus că ceea ce cred despre lume este o iluzie frumoasă și ea nu există în realitate, astfel am plecat în această călătorie fără așteptări, doar cu curiozitate și deschidere sinceră. Când am aflat că merg la pregătire Reiki în Japonia, am început să caut descrieri și cărți despre Japonia, am citit diferite articole pe bloguri de călătorie. Am aflat informații contradictorii, mulți au scris că japonezii sunt distanți, că totul este scris cu hiragane și kanji și nu te ajută nimeni, astfel am plecat spre „țara de la originea soarelui” ușor