

Usui Reiki

Livello 3a

Ispirazione d'amore e Fondazione Maitri



Master Healing Practices:
Dr. Mikao Usui e
Hawayo Takata Lineages

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione



Love Inspiration

Learn • Heal • Awaken

A beneficio infinito di tutti

Possano tutti gli esseri essere liberati dalla sofferenza.



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Assicurati che prima di iniziare questo corso Usui Reiki Master Healer 3a tu:

- 1) Avere completato i livelli uno e due di Usui Reiki come prerequisito.
- 2) Ti sei concesso il periodo di tempo (minimo) di 3 mesi dalla data della tua sintonizzazione di Livello Due prima di iniziare il Livello 3a.
- 3) Ti sei concesso un minimo di 21 giorni dal completamento di: - qualsiasi [Percorso di Ascensione](#) sintonizzazione e/o - qualsiasi ebook di ispirazione d'amore (ad es. Luce Divina, Kundalini Reiki ecc.)
(Nota che qui a questo punto, il completamento di un ebook significa che hai completato l'intero ebook incluse tutte le attivazioni, i tempi di attesa e le pratiche giornaliere / di autoguarigione obbligatorie, mentre il completamento di un'attivazione significa che hai completato l'attivazione e non necessariamente qualsiasi tempi di attesa o pratiche associate.)
- 4) Aver attivato (sbloccato) le energie e la sintonizzazione Usui Reiki di Livello Tre usando il codice di attivazione e istruzioni nella pagina successiva.

Dopo aver sbloccato le energie, sei pronto per iniziare.

Con affetto, ti auguriamo ogni bene per il tuo viaggio di Usui Reiki Master Healer!

Se non l'hai già fatto, sentiti libero di fare una o tutte le seguenti azioni per aiutarti nel tuo viaggio Usui Reiki:

- [Iscriviti per la guarigione mensile gratuita dell'Ascensione \(inviata l'11 del mese\)](#)
- [Iscriviti alla pagina Facebook Love Inspiration Community](#)
- [Scarica il manuale Love Inspiration come accompagnamento a questo ebook](#)
- [Iscriviti per un Ascension Healing Booster](#)

Nota aggiuntiva: poiché i livelli Advanced Usui Reiki (dal livello 4 in poi) richiedono il [percorso dell'ascensione](#) prerequisiti che richiedono circa 12-18 mesi per essere completati, se non hai già iniziato un percorso di ascensione si consiglia di iniziare il prima possibile. *(I prerequisiti richiesti per il Livello 4 si trovano a Pagina III dell'ebook Advanced Usui Reiki Livelli 4,5 e 6).*



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Attivare (sbloccare) le energie del Maestro Guaritore Usui Reiki: Prima di aprirti a queste

meravigliose energie del Maestro Guaritore Usui Reiki, è molto importante che tu attivi o "sblocchi" le energie e la sintonizzazione in questo ebook. Una volta completato, sarai pronto per iniziare!

L'attivazione è un processo molto semplice, fatto da te, utilizzando un codice di attivazione appositamente incorporato per "sbloccare" le energie in questo ebook. Il processo in quattro fasi è descritto di seguito e dovrebbe richiedere solo circa cinque minuti per essere completato.

(Per ulteriori informazioni sui codici di attivazione o sul processo di attivazione, visitare le [Domande frequenti sui codici di attivazione](#)).



■ 1) Preparazione:

Siediti o sdraiati, a seconda di quale sia più comodo per te, e assicurati di non essere disturbato per almeno 5 minuti circa. Forse desideri suonare qualcosa o musica rilassante, accendere delle candele o bruciare dell'incenso per creare un'atmosfera piacevole.

■ 2) Invocazione:

Invoca l'attivazione ("sblocco") unendo le mani, toccando le punte delle dita in posizione di preghiera e dicendo quanto segue:



**“Con infinita grazia, chiedo umilmente e chiaramente di
attivare le energie e la sintonizzazione per Usui Reiki Master Healer Level 3a
Con il codice di attivazione univoco 8423371 sia così.
Possa questa attivazione beneficiare tutti gli esseri.
Grazie, grazie, grazie.”**

■ 3) Ricevere:

Se lo desideri, ora puoi semplicemente sederti per alcuni minuti mentre le energie vengono sbloccate per te. Dopo questo periodo di tempo, quando ti senti pronto, potresti voler ringraziare. L'attivazione è ora completa!

■ 4) Comprensione:

Una volta completata l'attivazione, ti chiediamo di leggere i ["Codici di attivazione e tempi suggeriti"](#). Questo richiederà solo circa un minuto e ti aiuterà a ricevere i massimi benefici da tutte queste energie curative, attivazioni e pratiche. Dopo questo, ora sei pronto per iniziare ad aprirti e ricevere queste bellissime energie Usui Reiki Master Healer!

Possa tu goderteli con molto amore e luce e con l'intenzione di beneficiare tutti gli esseri.



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Prefazione: è con

tanto amore e luce che ti diamo un caloroso benvenuto a questi insegnamenti di Livello 3a e ci congratuliamo con te per aver fatto questo prossimo passo avanti nel tuo viaggio Usui Reiki.

Finora, hai imparato a fare le mani sulla guarigione (Livello 1) e hai anche imparato a praticare il Reiki con una gamma di tecniche di guarigione avanzate (Livello 2). E per quelli di voi che stanno seguendo i nostri suggerimenti, ora potreste anche aver ricevuto le vostre attivazioni Celestine e Prophestine Reiki o esservi aperti alle energie Pathway To Light.

Quindi qui, come parte di questa formazione Usui Reiki Livello 3a, ora approfondiremo sia gli aspetti teorici che gli aspetti pratici del Reiki, al fine di completare il tuo percorso di ascensione e anche ampliare i tuoi orizzonti e le tue prospettive dell'Usui Reiki pratiche e guarigione basata sull'energia più in generale.



Per cominciare, è importante che tu abbia atteso almeno 3 mesi dalla tua attivazione Usui Reiki Livello 2. Questo lasso di tempo consente al Livello 2 di stabilirsi nella tua coscienza e ti aiuta ad acquisire una pratica preziosa con le nuove tecniche e le energie di guarigione introdotte a questo livello. Una volta che ti sei concesso questo tempo prezioso, ti invitiamo amorevolmente a trasferirti in queste bellissime energie Usui Reiki Master Healer di Livello 3a.

Come parte del corso di Livello 3a, c'è ancora un **periodo di 21 giorni di pratica di autoguarigione** che aiuta a completare il materiale di apprendimento fornito qui in questo ebook. Come con tutti i nostri corsi, ti introdurremo a queste pratiche in modo molto semplice e facile mentre ci muoviamo attraverso questo ebook.

Avendo ora insegnato Reiki per un certo numero di anni attraverso un formato "di persona", siamo stati ancora una volta sicuri di progettare questo corso Usui Reiki Master Healer per te in modo da coprire tutto il materiale del corso in un modo che sia semplice e facile da capire. Come parte di questo, abbiamo anche incluso una serie di tutorial video per mantenere parte di questo stile di insegnamento "pratico".

Soprattutto, il nostro obiettivo qui è quello di fornirti una comprensione molto approfondita e completa del livello Usui Reiki Master Healer. Speriamo di ispirarti verso una pratica Reiki più "onnicomprensiva" e inclusiva mentre ti forniamo nuove prospettive, nuove tecniche di guarigione e molta flessibilità in modo che tu possa crescere ed espandere la tua pratica Reiki a nuovi livelli!

Per quelli di voi che hanno già completato la formazione Reiki di Livello 1 o Livello 2 con Love Inspiration, conosceranno già molto bene il nostro stile di insegnamento "a distanza". Saprai che la tua sintonizzazione di livello 3a ti viene messa a disposizione qui come parte di questo ebook attraverso un formato "a distanza" e capirai perché Love Inspiration offre questi insegnamenti qui liberamente e con amore.

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Per quelli di voi che sono nuovi a Love Inspiration, desideriamo darvi il benvenuto qui con i nostri cuori aperti e pieni di amore. Confidiamo che tu abbia trovato la tua strada qui attraverso la "guida divina" e che ora ti muoverai molto facilmente attraverso questo e-corso con molto amore e luce. Come per tutti i nostri corsi ed ebook, il contenuto qui è molto semplice e facile da seguire, quindi speriamo che apprezzerai queste energie e questi insegnamenti curativi!

Per quelli di voi che hanno appena terminato le attivazioni di Celestino e Profestino Reiki o forse le attivazioni del Sentiero verso la Luce, sappiate che queste energie del Sentiero dell'Ascensione sono del tutto complementari alle energie Usui Reiki e ora contribuiranno a migliorare anche le vostre esperienze Usui Reiki (e soprattutto mentre continui a progredire verso livelli più alti).

Il corso di Livello 3a continuerà dall'apprendimento fatto durante la formazione di Livello 2. Riteniamo che, come parte di qualsiasi apprendimento, sia importante rafforzare delicatamente alcuni dei concetti fondamentali più importanti appresi in precedenza, introducendo una varietà di nuove tecniche e fondamenti teorici per permetterti di approfondire la tua pratica.

Detto questo, se ritieni che trarresti beneficio da una rapida lettura del nostro ebook Reiki Livello 1 o Reiki Livello 2, magari per fare un rapido aggiornamento, puoi scaricare la tua [copia gratuita qui](#). In alternativa, per [quelli di voi che vorrebbero iniziare](#) a muoversi attraverso il proprio viaggio nel Sentiero dell'Ascensione come prequel di queste energie, visitare la nostra [pagina web Percorsi dell'Ascensione](#) e seleziona il [percorso di ascensione appropriato](#) per te.

Per ora, speriamo davvero che apprezzerai questi insegnamenti di Livello 3a e che queste nuove energie ti aiutino a portare più amore, gioia e guarigione nella tua vita!



Ottieni la versione più aggiornata dell'Ebook Usui Reiki Livello 3a!

Tieni presente che questo ebook viene aggiornato man mano che vengono alla luce ulteriori informazioni, pertanto prima di iniziare e periodicamente durante questo ebook, se lo desideri, [visita il nostro sito Web](#) per verificare di avere la versione più recente. Il numero di versione e la data sono elencati nell'angolo in basso a destra di ogni pagina del libro e solo la versione sul sito web sarà sempre la più aggiornata.

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Contenuti:

Contenuto	Pagina
Dedizione	II
Nota di attivazione	III
Attivare (sbloccare) le energie del guaritore Usui Reiki Master	IV
Prefazione	v
Contenuti	VII
Una panoramica di Usui Reiki	VIII
Informazioni importanti su Usui Reiki Livelli 3a e 3b	XIII
Impara Usui Reiki Livello Tre in Cinque Semplici Passi	XIV
Capitolo 1: Fondamenti teorici	1
1. Benvenuti a diventare un maestro di Reiki!	3
2. Presentazione dei simboli del Reiki Master	4
3. Una comprensione più profonda del "Reiki"	18
4. I vantaggi di coltivare l'altruismo	24
Capitolo 2: Ricevere la tua sintonizzazione	33
1. Introduzione al processo di sintonizzazione	35
2. Istruzioni per ricevere la tua sintonizzazione	36
Capitolo 3: Le pratiche Reiki (Livello 3a)	39
1. Panoramica e introduzione	42
2. Tecniche di guarigione Reiki contemporanee 3.	43
Tecniche di guarigione Reiki tradizionali giapponesi	70
4. Le pratiche di autoguarigione per il livello 3a 5.	81
Fare lavoro di guarigione per gli altri (livello 3a)	90
6. Apprendimento dell'Usui Reiki avanzato	92
7. Commenti finali	95
Capitolo 4: Appendici	98
Appendice 1: Comprendere l'Unità	99
Appendice 2: Joshin Kokyu Ho	110
Appendice 3: Materiale utile aggiuntivo	116

Usui Reiki - Livello 3a
Padroneggia le pratiche di guarigione

Una panoramica di Usui Reiki:

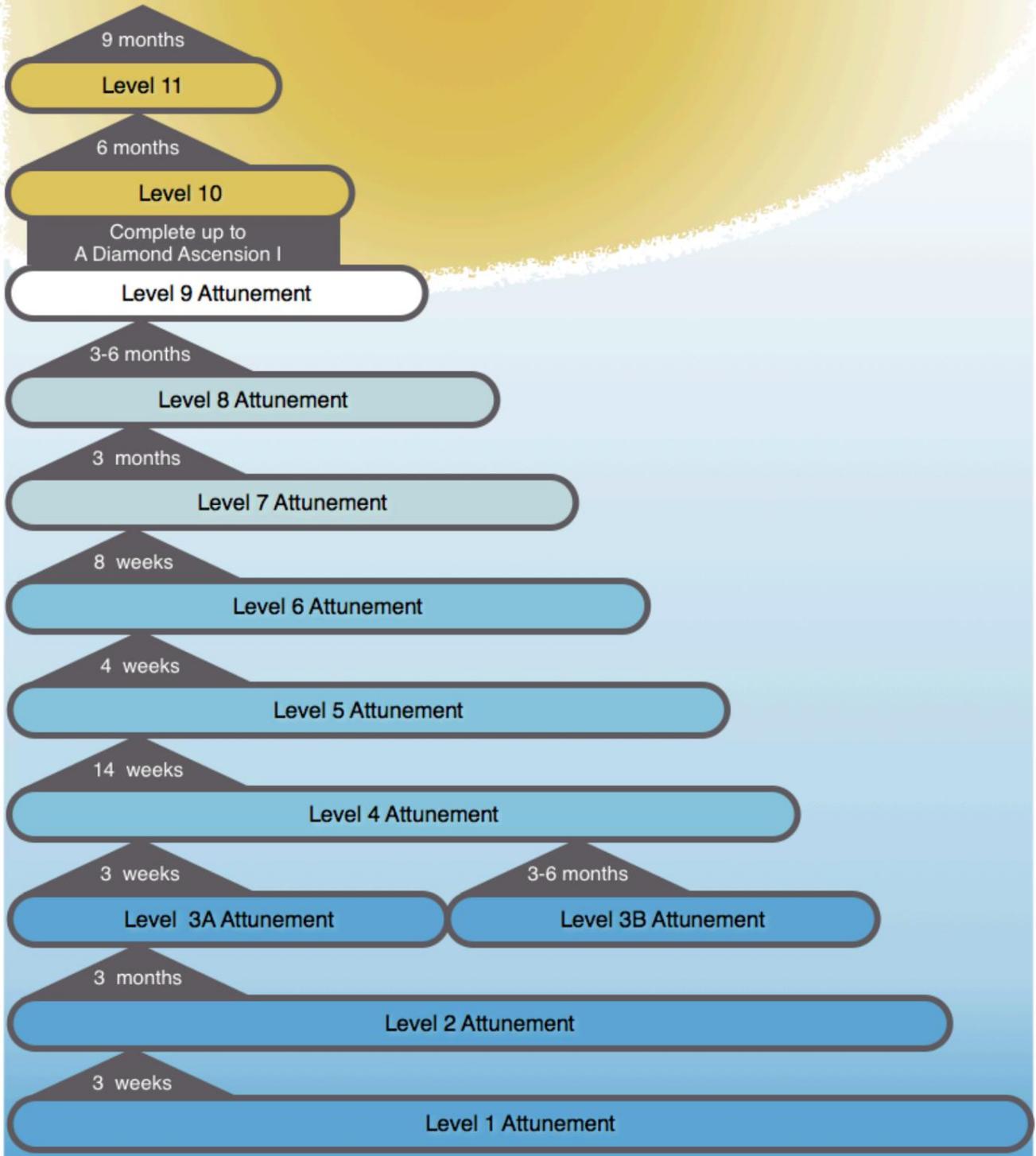
Si prega di trovare di seguito uno schema tabellare del sistema di guarigione Usui Reiki di Love Inspiration:

Il Sistema di Guarigione Reiki Usui Ispirazione d'Amore

Ebook	Livello	Informazione	Tempi di completamento
UsuiReiki	Livello 1	Pratiche pratiche di guarigione	21 giorni * Pratica minima suggerita 21 giorni
	Livello 2	Guarigione avanzata	3 mesi * Pratica minima suggerita 21 giorni
	Livello 3a	Maestro Guaritore	21 giorni * Pratica minima suggerita 21 giorni
N / A	Livello 3b	Maestro Maestro	Non offerto da Love Inspiration
Avanzate UsuiReiki	Livello 4	<u>Isbyo</u> : consolidamento ed espansione delle energie Usui Reiki	14 settimane * Pratica minima suggerita 21 giorni
	Livello 5	<u>Kotoko</u> : Energie per aiutare la facilità "La crisi di guarigione"	4 settimane * Pratica minima consigliata 14 giorni
	Livello 6	<u>Rokaito</u> : un afflusso di novità Luce e guarigione	8 settimane * Pratica minima consigliata 3 giorni
Avanzate UsuiReiki Maestro	Livello 7	<u>Usui Blue Thunder</u> : Significativo Espansione nella coscienza	3 mesi * Pratica minima suggerita 3 - 5 giorni
	Livello 8	<u>Usui Golden Dome</u> : Il Fioritura della pura coscienza	3 - 6 mesi * Pratica minima consigliata 3 giorni
Avanzate UsuiReiki Maestro Insegnante	Livello 9	<u>Kohito</u> : espansione e Consolidamento di tutto il Reiki Pratiche (incluso come donare Sintonizzazioni)	1 - 3 mesi * Pratica minima consigliata 30 giorni
UsuiReiki Oro	Livello 10	<u>Diamante Reiki Oro</u> : Lo strato diamantato di Usui Reiki	15 mesi
	Livello 11	<u>Diamante Reiki Oro Infinito</u> : Lo strato di diamante ascenso Di Usui Reiki	6 mesi
	Livello 12	<u>Usui Reiki Gold Master+</u> : Il livello Master Plus Dell'oro Di Usui Reiki	11 mesi

Minimum Timeframes Between Levels 1 - 12 For The Love Inspiration Usui Reiki Healing System

Level 12



Usui Reiki - Livello 3a

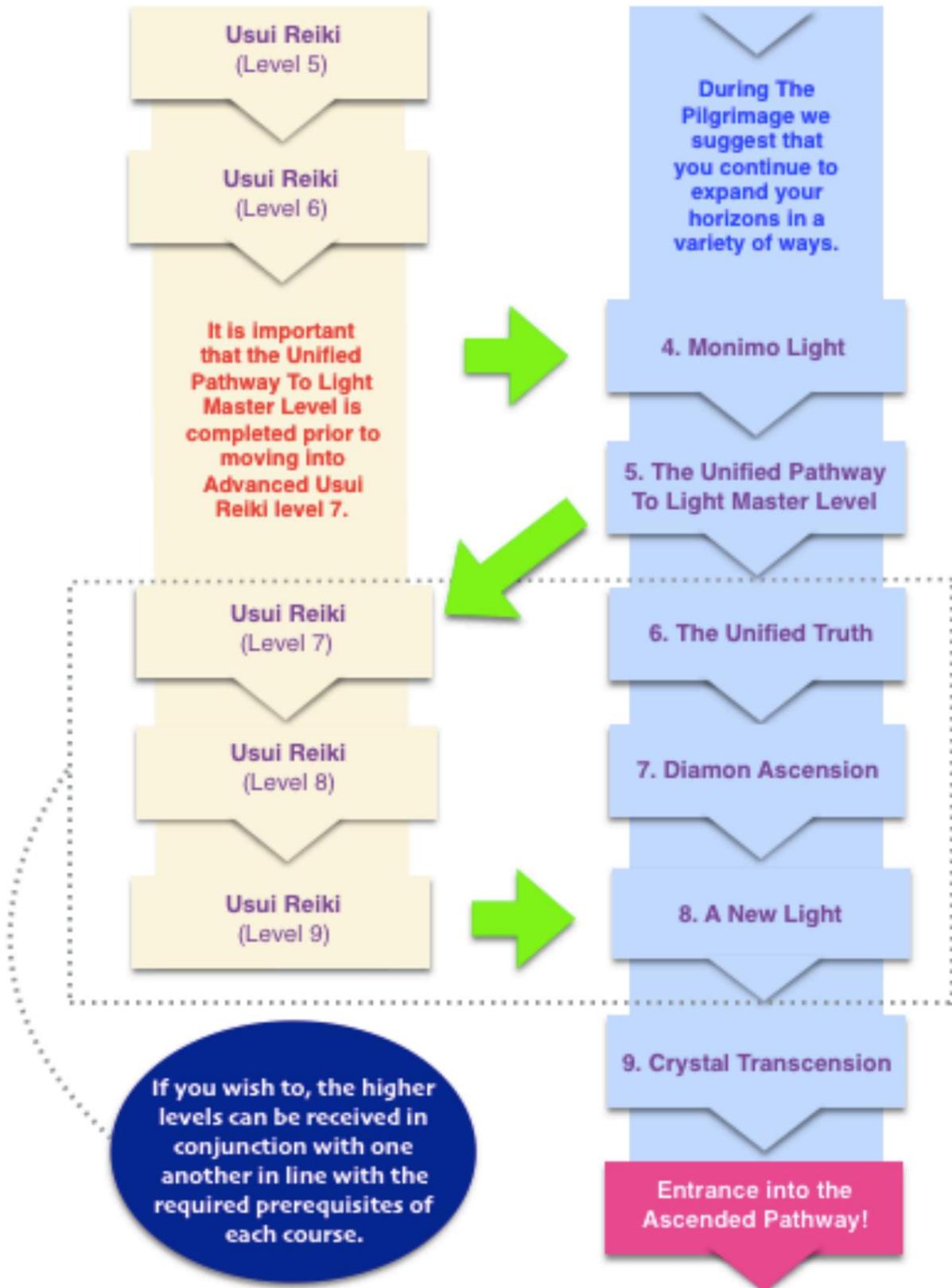
Padroneggia le pratiche di guarigione

IL PERCORSO DI APPRENDIMENTO USUI REIKI PIÙ RAPIDO

Questo diagramma mostra il modo "più veloce" per muoversi attraverso le energie Usui Reiki, ovvero scegliere Il Sentiero Unificato verso la Luce. Sentiero dell'Ascensione. Si prega di notare che questo non è l'UNICO modo; è semplicemente il più veloce. È possibile completare le energie Usui Reiki con Pathway To Light Ascension Pathway, ci vuole solo un po' più di tempo (e non è mostrato in questo diagramma).

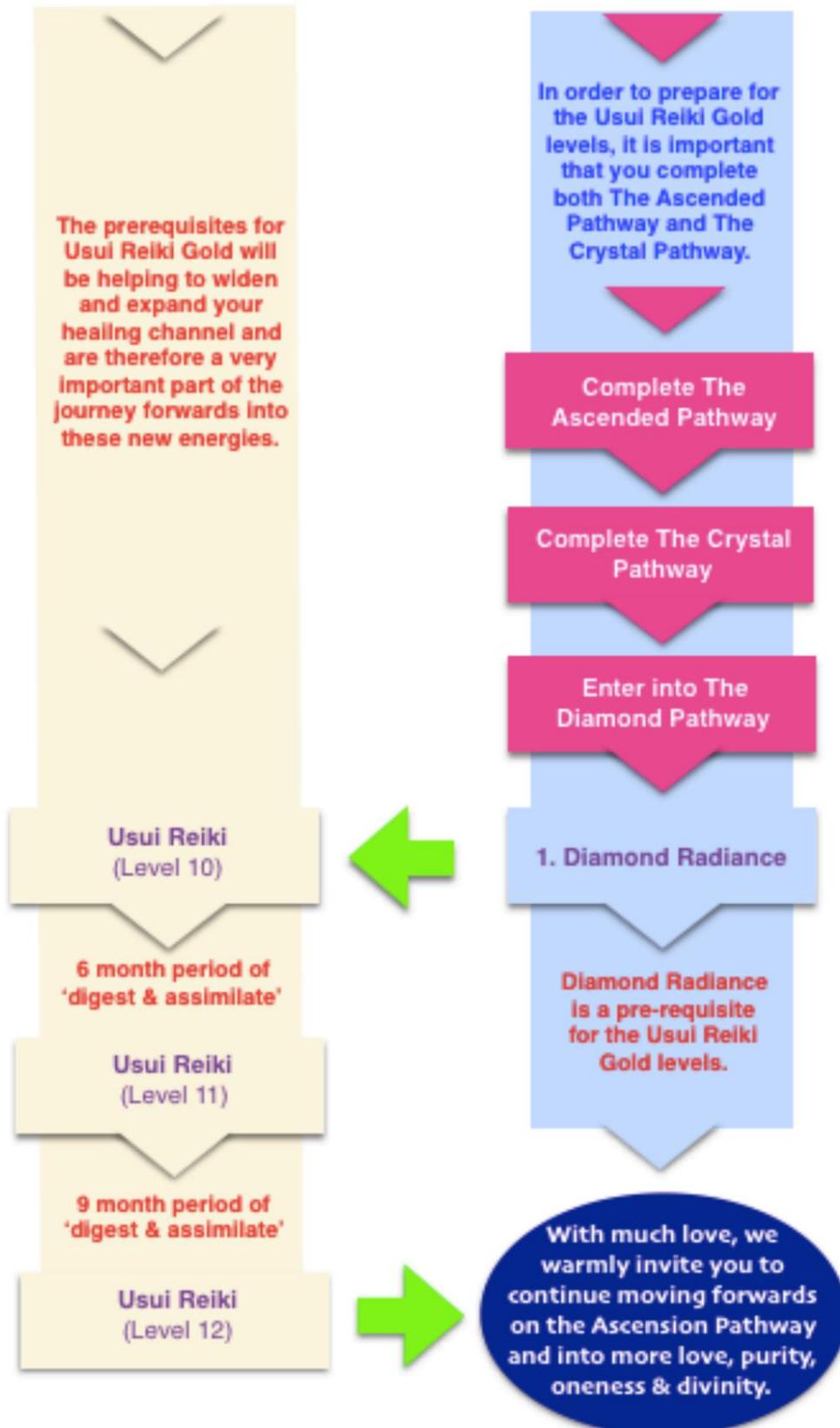


IL PERCORSO DI APPRENDIMENTO USUI REIKI PIÙ RAPIDO (CONTINUA)



IL PERCORSO DI APPRENDIMENTO USUI REIKI PIÙ RAPIDO

(CONTINUA)



Informazioni importanti su Usui Reiki Livelli 3a e 3b:

Come abbiamo menzionato nei nostri corsi precedenti, è molto comune che il livello Usui Reiki Master venga insegnato su due sotto-livelli, cioè *Reiki Master Healer (3a)* e *Reiki Master Teacher (3b)*.

♥ Usui Reiki Master Healer (3a): In

genere, il corso Usui Reiki Master Healer si concentrerà su tutte le pratiche di guarigione del livello Master e introdurrà i simboli Usui Reiki Master Healer. In qualità di Usui Reiki Master Healer, ora sarai in grado di aprirti e utilizzare queste meravigliose frequenze di guarigione e tecniche di guarigione nelle tue varie pratiche.

♥ Usui Reiki Master Teacher (3b):

Durante il livello Usui Reiki Master Teacher, quindi, l'apprendimento è focalizzato specificamente su come insegnare Reiki agli altri. Come parte di questa formazione, l'obiettivo principale tende ad essere quello di dare l'attivazione Reiki per i livelli 1, 2 e 3. Come parte di questo, in genere ti verranno dati uno o più simboli aggiuntivi qui che ti aiuteranno a sintonizzarti persone alle frequenze Usui Reiki. È importante sottolineare che qui non vengono introdotte nuove pratiche o tecniche di guarigione.

Come parte del nostro approccio didattico, Love Inspiration ha scelto di adottare lo stile di insegnamento più comune che separa i livelli 3a + 3b. Riteniamo che questo approccio ci aiuti a coprire adeguatamente tutto ciò di cui abbiamo bisogno come parte della formazione Usui Reiki Master Healer e consenta a ogni studente di cogliere più a fondo le nuove idee e tecniche introdotte a questo livello.

Per quelli di voi che desiderano diventare Usui Reiki Master Teachers, Love Inspiration offre questa opportunità attraverso il livello *Advanced Usui Reiki Master Teacher* (Livello 9). E come tale, Love Inspiration non offre gli insegnamenti Usui Reiki Master Teacher Level 3b qui in questo formato online.

Durante l'*Advanced Usui Reiki Master Teacher*, imparerai tutto su come insegnare Usui Reiki nel formato tradizionale e come puoi insegnare Usui Reiki e *Advanced Usui Reiki* in un formato più moderno.

In qualità di *Master Teacher Advanced Usui Reiki*, sarai anche in grado di raggiungere una vibrazione energetica molto più elevata e come tale, sarai in grado di offrire i tuoi insegnamenti Reiki e attivazioni in diversi modi. Ad esempio, il processo di sintonizzazione diventerà molto più semplice a questo livello più avanzato man mano che acquisirai la capacità di dare più sintonizzazioni (se lo desideri) oltre a dare sintonizzazioni a distanza (come sta facendo attualmente Love Inspiration). Imparerai anche lo stile tradizionale di sintonizzare le persone a Usui Reiki per i livelli 1, 2 e 3 durante questi insegnamenti di livello 9.

Per Marty e Gerry, avendo ora aperto e ricevuto queste nuove energie Usui Reiki avanzate, capiscono che queste frequenze energetiche sono di una frequenza dimensionale superiore rispetto all'attuale sistema Usui Reiki. C'è una quantità significativa di purificazione e guarigione in ciascuno di questi livelli avanzati e, come tale, questo ti aiuterà a muoverti verso più amore, luce e purezza nella tua vita. E questo è uno dei motivi principali per cui Love Inspiration ha scelto di offrire gli insegnamenti in questo modo, cioè per aiutare quanti più esseri possibile a raggiungere una vibrazione più alta e più armoniosa nella loro vita.



Ciascuno dei livelli Advanced Usui Reiki è stato approvato e benedetto sia dal dottor Mikao Usui che dalla signora Hawayo Takata (in collaborazione con una serie di entità di "Coscienza Superiore") e siamo davvero lieti di condividere queste energie con voi liberamente e con amore. Possano beneficiar

Impara il livello 3a in cinque semplici passaggi!



Passaggio 1

Scarica e inizia a leggere il tuo ebook di Livello 3a

Passaggio 2

Attiva/sblocca le energie Usui Reiki Master Healer 3a
(Vedi pagina IV)

Passaggio 3

Ricevi la tua sintonizzazione di livello 3a
(Vedi il Capitolo 2 "Ricevere la Tua Sintonizzazione" - Pagina 33)

Passaggio 4

**Impara l'autoguarigione con i simboli principali
e poi completa 21 giorni di pratica di autoguarigione**
(Vedi il capitolo 3 "Le pratiche di autoguarigione per il livello 3a" - pagina 81)

Passaggio 5

Impara le principali tecniche di guarigione e inizia a guarire gli altri!
(Vedi Capitolo 3 'Le Pratiche Reiki' - Pagina 39)



**Benvenuto a
Usui Reiki
Livello 3a**



**Capitolo 1:
Teorico
Fondazioni**



Love Inspiration

Learn • Heal • Awaken

UsuiReiki

Livello 3a - Maestro di Guarigione

Capitolo 1: Fondamenti teorici

Contenuti:

Contenuto	Pagina
1. Benvenuti a diventare un maestro di Reiki!	3
2. Presentazione dei simboli del Reiki Master	4
2.1 Simboli inclusi come parte di questo corso di livello 3a	6
2.2 Dai-Ko-Myo (versione Usui)	7
2.3 Dai-Ko-Myo (versione tibetana)	10
2.4 Raku (Il fulmine)	14
2.5 Sintesi finale	17

Contenuto	Pagina
3. Una comprensione più profonda del "Reiki":	18
3.1 Esplorare la guida divina:	18
3.2 Introduzione alla Nuova Coscienza	20
3.3 Comprendere l'Unità	22
4. I vantaggi di coltivare l'"altruismo"	24



1. Benvenuti a diventare un maestro di Reiki!

Siamo lieti di darti nuovamente il benvenuto qui a questo livello di Usui Reiki Master Healer dove imparerai una serie di nuove tecniche di guarigione e acquisirai una connessione più profonda con le energie Reiki tramite i simboli Reiki Master. E con questo, ora sarai in grado di utilizzare questi nuovi strumenti di guarigione divina per guarire a un livello molto profondo e profondo!

E questo è ancora il motivo per cui è importante per noi prescrivere il periodo di 21 giorni di pratiche di autoguarigione che accompagneranno questo corso, al fine di aiutarti ad assimilare, digerire e crescere dalla tua nuova connessione a queste bellissime frequenze Reiki Master!

In qualità di Reiki Master Healer, ti verrà anche data la possibilità di ampliare le tue prospettive di Reiki mentre discutiamo alcuni dei significati più profondi della coscienza e alcuni dei vantaggi di lavorare con un'intenzione altruistica. Questo è un grande preludio alle energie Advanced Usui Reiki in cui l'intensità e la frequenza dimensionale delle energie curative è anche fortemente connessa con questi nuovi principi e insegnamenti e con questo sarai in grado di aumentare e rafforzare in modo significativo le tue connessioni con amore, compassione & saggezza.

E per iniziare qui, dato che ora ci stiamo muovendo verso il titolo di "Reiki Master Healer", parliamo ora di cosa intendiamo quando usiamo il termine "Reiki Master" - poiché questo è un ruolo molto importante (e molto comune) domanda che viene posta spesso durante questo livello.



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

In molte delle tradizioni orientali, la parola "Maestro" può essere usata spesso per descrivere qualcuno che è "illuminato" o "pienamente realizzato". Questo è un termine usato in molte diverse tradizioni spirituali ed è spesso associato alla parola 'Guru' o 'Maestro Spirituale'. Questi termini normalmente si riferiscono a qualcuno che ha ottenuto un livello molto profondo e significativo di realizzazione spirituale e che può aiutarti a raggiungere stati più elevati di consapevolezza, amore e vibrazione energetica.

In Reiki, tuttavia, il concetto di "Maestro" è un po' diverso. Mentre Reiki ti aiuta davvero a muoverti verso più amore, luce e purificazione, il termine Reiki Master è più comunemente pensato nel contesto di essere come un "maestro artigiano".



Ad esempio, durante questi ultimi mesi, hai imparato come fare il lavoro di guarigione per te stesso e per gli altri in vari modi. Hai imparato come eseguire la guarigione manuale, la guarigione a distanza, la guarigione per obiettivi e visioni ecc. Di conseguenza, ora sei in grado di offrire queste energie Reiki per aiutare con una varietà di situazioni e circostanze diverse e da questa prospettiva, diventa davvero un 'Maestro Artigiano' di Reiki.

In qualità di Reiki Master Healer, sarai in grado di praticare una varietà di meditazioni Reiki e ora sarai in grado di condividere la guarigione Reiki con gli altri con l'intero spettro delle energie di guarigione Reiki. E dopo aver completato questo addestramento, avrai davvero un meraviglioso cesto di guarigione divina, pieno di molti strumenti e tecniche di guarigione divina che ora puoi portare in una varietà di situazioni diverse.

Congratulazioni per aver iniziato il tuo percorso per diventare un Reiki Master Healer!

2. Presentazione dei simboli Reiki Master:

Avendo ora definito il termine 'Reiki Master', tuffiamoci ora direttamente in una discussione sui simboli Reiki Master - in quanto questa è una parte molto importante di qualsiasi formazione Usui Reiki Master Healer. Purtroppo però, questa è anche un'area degli insegnamenti Reiki in cui c'è molta confusione e molti diversi stili di insegnamento nei vari lignaggi Reiki.

Per cominciare, ci sono alcune "variazioni" diverse degli stessi simboli principali. Ci sono alcuni modi diversi per disegnare questi simboli e per insegnare questi simboli e come tali, c'è un po' di contraddizione all'interno dei vari lignaggi Reiki su una serie di punti differenti.

Come parte della nostra formazione Reiki Master Healer, quindi, desideriamo presentarti quello che consideriamo il punto di vista più accurato e informato su ciascuno dei simboli Reiki Master. Come parte di questo, includeremo alcune informazioni di base aggiuntive su ciascun simbolo, nonché i suoi usi, benefici e alcune discussioni aggiuntive sulle differenze o variazioni in ciascuno degli insegnamenti Reiki (in modo che tu possa comprendere alcuni diversi punti di vista).

Presentando le informazioni in questo modo, speriamo di fornirti una comprensione informata, completa e completa dei simboli Reiki Master, oltre a fornire ulteriori informazioni su alcune delle differenze e variazioni di questi simboli insegnati attraverso i diversi lignaggi Reiki .



Simboli principali di livello 3 (3a e 3b combinati)

Quindi, con questo, iniziamo ora guardando tutti i simboli Reiki Master che riceveresti se prendessi entrambi i livelli Master insieme, cioè Livello 3a + Livello 3b. In totale, ci sono quattro simboli Reiki Master a cui avresti accesso (a seconda del tuo lignaggio Reiki) quando completi il Livello 3a e il Livello 3b. Questi simboli sono i seguenti:

1. **Dai-Ko-Myo** (versione Usui)
2. **Dai-Ko-Myo** (versione tibetana)
3. **Raku** (Il fulmine)
4. **Sarpagini** (Il serpente di fuoco)



In molti lignaggi Reiki, i due simboli Dai-Ko-Myo ti verranno insegnati come due varianti dell'unico simbolo. Alcuni insegnanti di Reiki useranno quindi questi simboli in modo intercambiabile e ti incoraggeranno a provare entrambe le varianti per te stesso e vedere quale ti piace di più.

Per i nostri scopi, crediamo che questi due simboli provengano da origini molto diverse e quindi insegneremo questi simboli individualmente. Questo ci darà anche la possibilità di spiegare di più su ciascuno di questi simboli di guarigione e su come potresti desiderare di usarli nelle tue pratiche.

Oltre a questo, anche i simboli Raku e Sarpagini sono comunemente insegnati come variazioni dello stesso simbolo. Ad esempio, alcuni insegnanti di Reiki disegneranno entrambi i simboli e diranno che queste sono entrambe variazioni di Raku / Il fulmine / Il serpente di fuoco (il nome che scelgono di usare spesso dipende anche dal lignaggio Reiki).

Per noi, crediamo ancora una volta che questi due simboli siano meglio insegnati individualmente come due simboli separati. Siamo quindi in grado di descrivere questi simboli individualmente e di fornire una spiegazione approfondita degli usi e dei vantaggi di ciascun simbolo.

Quindi, riassumendo, ora puoi vedere qui che se dovessi imparare insieme i Reiki Master Levels (livelli 3a + 3b) - potresti ricevere due simboli, tre simboli o quattro simboli a seconda di come il tuo insegnante di Reiki "definisce" ognuno di questi diversi concetti sopra descritti.

Simboli principali di livello 3 (3a e 3b separati)

Avendo ora compreso i simboli più in generale, consideriamo ora cosa succede quando dividiamo il livello Master in due livelli separati (3a e 3b). E ancora, ci sono alcune differenze qui all'interno dei vari lignaggi Reiki su quale sia l'approccio migliore.

Più comunemente, però, come Usui Reiki Master Healer (Livello 3a), avrai almeno accesso alle energie di Dai-Ko-Myo. E ancora, il modo in cui ricevi questi insegnamenti dipenderà dal tuo lignaggio, ad esempio potresti ricevere un simbolo con due diverse varianti o solo due singoli simboli. Ci sono alcuni lignaggi in cui riceverai un solo simbolo Reiki Master durante il Livello 3a, che è Dai-Ko-Myo (versione Usui).

Gli altri due simboli Reiki Master (Raku e Sarpagini) sono più frequenti associati al livello di Master Teacher (Livello 3b) in quanto questi verranno utilizzati come parte del processo di attivazione Reiki. E mentre ci sono alcuni usi di questi simboli nella guarigione e nella meditazione, questi in genere non ti vengono insegnati come Usui Reiki Master Healer.



2.1 Simboli inclusi come parte di questo corso di livello 3a:

Come parte della nostra formazione Usui Reiki Master Healer, desideriamo fornirti quante più energie, tecniche di guarigione e pratiche possibili pur insegnando in linea con i formati tradizionali di Usui Reiki.

È sempre nostra intenzione con questi corsi ed ebook gratuiti aiutarti a sbocciare, crescere ed elevare la tua vibrazione energetica nel modo più bello e magico possibile. E con questa idea in mente, siamo ora molto felici di offrirti tre dei simboli Reiki Master come parte della tua formazione di livello 3a. I simboli che saranno inclusi qui come parte di questo corso sono i seguenti:

1. Dai-Ko-Myo (versione Usui *version*)
2. Dai-Ko-Myo (versione tibetana *version*)
3. Raku (Il fulmine *Lightening Bolt*)



(Il simbolo Sarpagini ti verrà offerto durante il livello Advanced Usui Reiki Master Teacher come strumento importante per dare attivazioni).

Il motivo per cui abbiamo scelto di proporvi tre simboli Reiki Master qui è molto semplice. In primo luogo, desideriamo fornirti tutto ciò che possiamo per aiutarti ad aumentare il più possibile la tua vibrazione d'amore.

Questo è molto importante per noi!

In secondo luogo, siamo dell'opinione che ciascuno di questi tre simboli Reiki Master possa essere molto utile nelle tue pratiche di meditazione e guarigione. Crediamo che ciascuno dei simboli Reiki possa fornirti diversi tipi di opportunità di guarigione o meditazione e, come tale, è importante per noi condividerli con te qui in modo che tu possa muoverti verso più amore e luce.

E questo sarà particolarmente vero per i due simboli Dai-Ko-Myo che sono un modo super potente per purificare, guarire o purificare qualsiasi tipo di disturbo! Noterai qui che il simbolo Raku è più un simbolo di radicamento ed è quindi utilizzato principalmente per circostanze di guarigione più specifiche (come discuteremo più dettagliatamente più avanti).

Quindi, per riassumere questo in termini molto basilari, i due simboli Dai-Ko-Myo saranno i principali simboli di guarigione. Il simbolo Raku è un dono aggiuntivo che ti aiuterà a radicare le energie durante la guarigione e la meditazione. E il simbolo Sarpagini ti verrà offerto durante il livello Advanced Usui Reiki Master Teacher come strumento importante per dare attivazioni.

Per facilitare l'apprendimento dei simboli del Livello 3a, c'è un foglio di "Riepilogo" dei simboli Reiki di Livello 3a nell'Appendice 3 di questo ebook che contiene tutti e tre i simboli e come disegnarli. Potresti volerlo stampare ora e usarlo come richiesto.



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

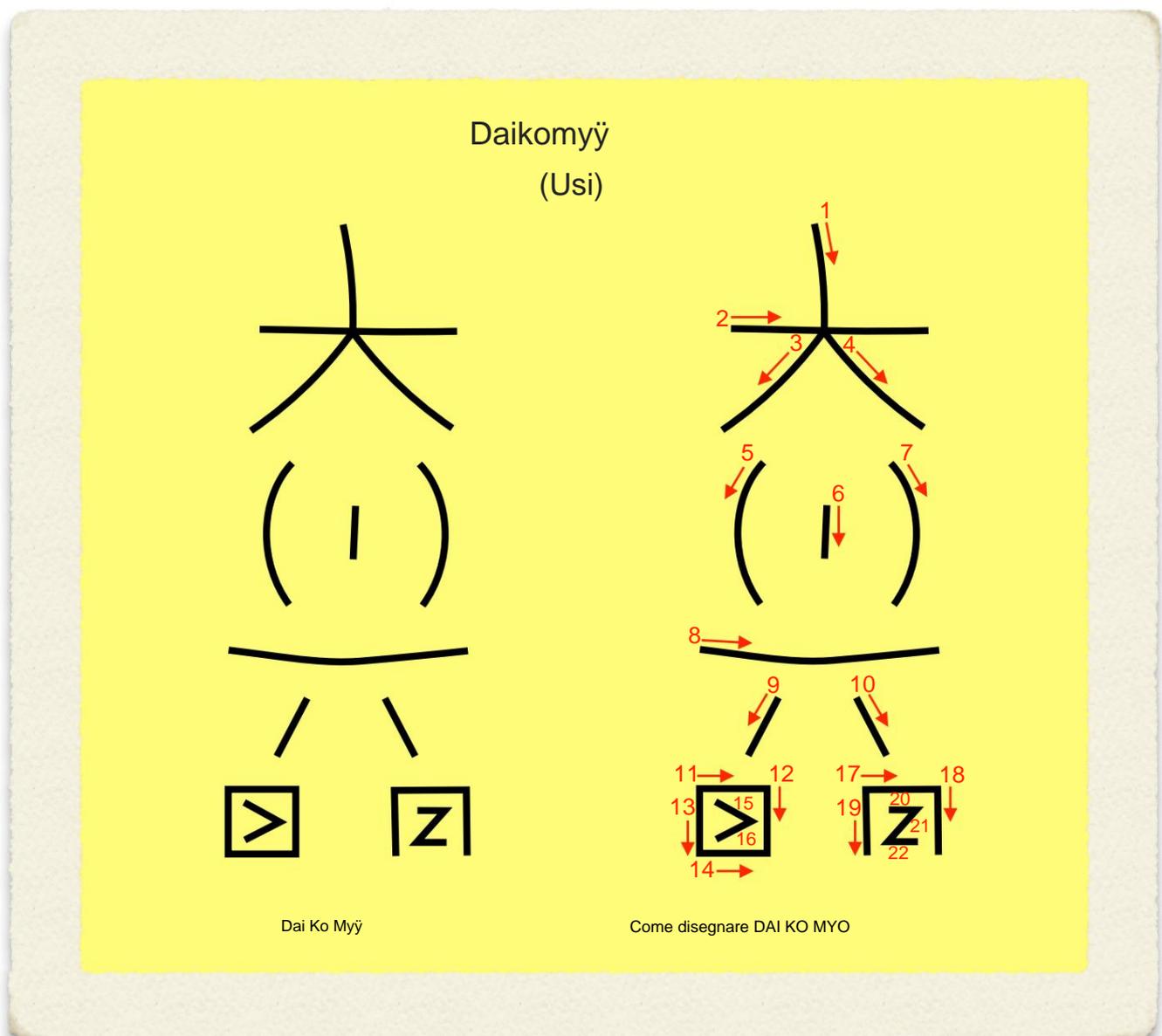
2.2 Dai-Ko-Myo (versione Usui):

Il simbolo Usui Dai-Ko-Myo (*pronunciato Dye-Ko-Mee-O*) è un simbolo potenziante e profondamente purificante che può aiutarti a realizzare una guarigione spirituale molto profonda e profonda. La traduzione letterale di 'Dai-Ko-Myo' è 'Grande Luce Splendente' e da questa definizione molto basilare, ora ci sono un'ampia gamma di definizioni date a questo simbolo di guarigione all'interno della comunità globale del Reiki.

Ad esempio, la stessa signora Takata ha definito il simbolo Dai-Ko-Myo come:

"Sia lode alla Grande Luce Universale della Saggezza Trascendentale"

Ed è attraverso questa definizione più elaborata della signora Takata che possiamo iniziare a comprendere la vera bellezza e il potere di questo simbolo di guarigione del Maestro.



Il simbolo Dai-Ko-Myo (versione Usui) è un simbolo di Master Healing molto significativo. Ti aiuterà a guarire un gran numero di diversi disturbi e condizioni e, soprattutto, ti aiuterà a guarire a un livello spirituale molto profondo. Ti aiuta a raggiungere più chiarezza, comprensione e saggezza e ti aiuterà a liberare molti tipi di impurità, imperfezioni e oscurità dall'interno.

E come tutti i simboli, è importante per noi ribadire che questo simbolo ti aiuterà anche a ricordare la tua vera essenza divina mentre riacquisti la comprensione della tua "Grande Luce Splendente".

Questo simbolo può aiutare a sbloccare il nucleo del tuo essere; la parte di te che è profondamente interconnessa con le energie Reiki e che non è diversa dall'unità e dall'amore dell'intera creazione!

Sciogliendo, fondendo, assorbendo e aprendoti a queste bellissime frequenze Dai-Ko-Myo, aiuterai ad elevare la tua vibrazione energetica verso questa vibrazione profondamente sacra e, quindi, sarai in grado di guarire, purificare ed evolvere con amore e saggezza!

Come puoi vedere dall'immagine nella pagina precedente, il simbolo Dai-Ko-Myo (versione Usui) è sicuramente di origine giapponese. I tre caratteri Kanji giapponesi sono chiaramente identificabili nel disegno e aiutano a descrivere questa bellissima frequenza energetica della 'Grande Luce Splendente'. Questo è uno dei motivi per cui ora faremo riferimento a questo simbolo come "Usui Dai-Ko-Myo" - a causa delle sue origini giapponesi / Usui Reiki.

Se dovessi fare una rapida ricerca di immagini su Google per Usui Dai-Ko-Myo, vedrai molto chiaramente che ci sono due modi principali in cui si può disegnare il simbolo Usui Dai-Ko-Myo. E come molte persone hanno ora studiato e capito, le diverse variazioni di questi simboli rappresentano semplicemente i cambiamenti nei caratteri kanji nel tempo.

Come abbiamo spiegato durante gli insegnamenti di Livello 2, queste piccole variazioni nell'aspetto dei simboli Reiki sono spesso paragonate a persone diverse che hanno una calligrafia diversa. Come parte della tua imminente sintonizzazione, avrai accesso al simbolo di cui sopra e, come tale, ti incoraggiamo a lavorare con questa esatta tecnica di rappresentazione/disegno durante i tuoi primi 21 giorni di pratiche di autoguarigione. Da qui, ti invitiamo quindi a provare altri modi di disegnare questo simbolo e vedere come ci si sente!

L'uso principale del simbolo Dai-Ko-Myo è incoraggiare una profonda guarigione spirituale. Può essere usato e chiamato per connettere qualsiasi destinatario (incluso noi stessi) a una bellissima gamma di frequenze di guarigione divine che poi potenziano, risvegliano e illuminano. Ti aiuterà a portare un'ulteriore profondità o intensità a qualsiasi lavoro di guarigione che fai e, come tale, i suoi usi e benefici sono a dir poco di vasta portata. Spesso scopriamo che queste energie sono anche molto rilassanti, pacifiche e calmanti e, come tali, possono essere utilizzate per portare il tanto necessario rilassamento, guarigione e luce nella propria vita.



Il simbolo Dai-Ko-Myo è anche molto spesso descritto come un meraviglioso simbolo di purificazione o un simbolo purificante e come tale, potresti anche desiderare di usarlo insieme alle energie Cho-Ku-Rei per cose come benedire il cibo, pulire le case, o sigillare sessioni di guarigione (come ti senti guidato).

Come sempre, vi suggeriamo qui di acquisire prima una buona comprensione vibrazionale del simbolo Usui Dai-Ko-Myo (attraverso le vostre pratiche di autoguarigione) e poi aprirvi a lavorare con queste meravigliose energie in accordo con la vostra intuizione divina.



Sequenza dei simboli:

un altro punto importante che vorremmo sottolineare qui sul simbolo Usui Dai-Ko-Myo è che è un simbolo di Master Healing. E come tale, viene spesso insegnato che questo simbolo vibra ad una frequenza energetica più alta rispetto ai simboli Reiki di Livello 2. E a causa di questa importante distinzione, molti insegnanti di Reiki ti insegneranno a **lavorare con questo simbolo all'inizio o alla fine delle tue sequenze di simboli.**

Ad esempio, vedere le seguenti sequenze di simboli che descrivono l'uso di Dai-Ko-Myo prima all'inizio OPPURE alla fine della sequenza di simboli.

1. Dai-Ko-Myo + 2. Cho-Ku-Rei + 3. Sei-Hei-Ki + 4. Hon-Sha-Ze-Sho-Nen

○

1. Cho-Ku-Rei + 2. Sei-Hei-Ki + 3. Hon-Sha-Ze-Sho-Nen + 4. Dai-Ko-Myo

A seconda del tuo insegnante di Reiki, ci possono essere pro e contro di entrambi gli approcci. Tuttavia, ti suggeriamo sempre di seguire la tua intuizione divina e di essere aperto alla guida divina quando lavori con le energie Dai-Ko-Myo.

Alcuni di voi potrebbero naturalmente sentirsi più inclini a lavorare verso l'alto nella frequenza energetica, mentre in altre occasioni, potreste sentire di voler invocare prima la frequenza vibrazionale più alta nelle vostre sessioni di guarigione, ad esempio per aiutare a rompere forti blocchi o interruzioni nel flusso di energia.

È nostra umile convinzione che questo tipo di decisioni sia meglio lasciare a ciascun individuo ea ogni momento e, ancora una volta, ti suggeriamo di aprirti alla guida divina e ai tuoi sentimenti intuitivi per ulteriori "informazioni".



Usui Reiki - Livello 3a

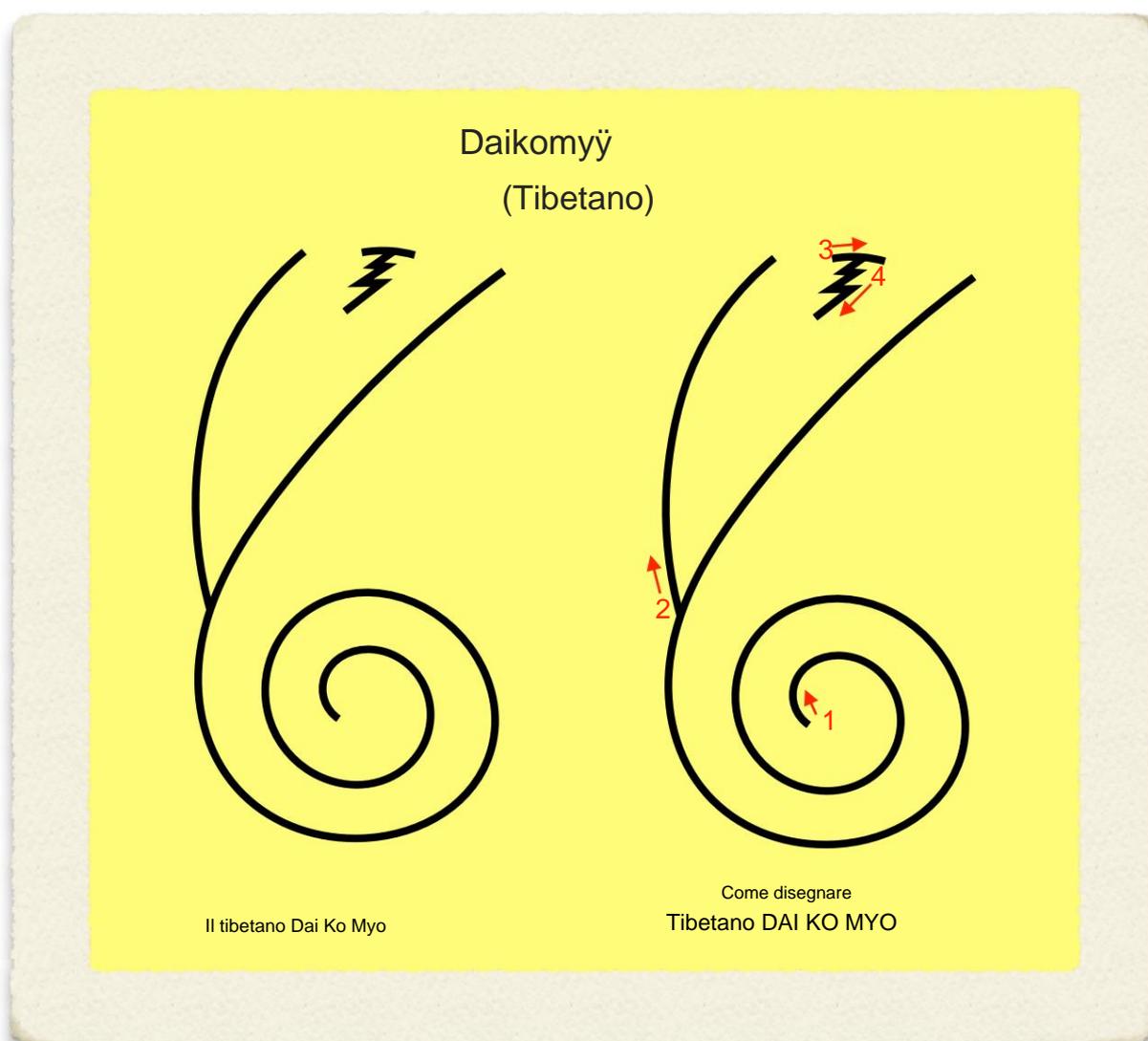
Padroneggia le pratiche di guarigione

2.3 Dai-Ko-Myo (versione tibetana): Il simbolo tibetano Dai-Ko-

Myo è un simbolo di guarigione del Maestro veramente meraviglioso e divino che può aiutare a portare una straordinaria gamma di guarigione, purificazione e purificazione nel proprio campo energetico. Come accennato in precedenza, ci sono molti insegnanti di Reiki che insegnano che il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo e l'Usui Dai-Ko-Myo sono in realtà due diverse varianti dello stesso simbolo. In questi lignaggi Reiki, imparerai che puoi usare una di queste variazioni nelle tue pratiche Reiki e scambiarle come desideri.

Si riferiscono al disegno Usui Dai-Ko-Myo come al simbolo "tradizionale" e al disegno tibetano Dai-Ko-Myo (mostrato sotto) come alla versione "contemporanea" o "moderna". In questi lignaggi, è anche abbastanza comune apprendere che i sentimenti di questi due simboli sono molto diversi. Pertanto, il tuo insegnante di Reiki ti suggerirà spesso di usare la tua intuizione nelle tue sessioni di guarigione e di invocare qualsiasi simbolo che ritieni funzioni meglio per te e il tuo destinatario.

Per Love Inspiration, tuttavia, scopriamo che è semplicemente più facile insegnare i simboli separatamente come due simboli. Sentiamo che ogni simbolo ha origini molto diverse e come tale manterrà una vibrazione energetica molto diversa. Ma prima di entrare in questa differenza di origine, vi presentiamo ora il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo:



La ricerca suggerisce che il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo di cui sopra mostra una sorprendente somiglianza con quello del simbolo tibetano "Dumo" (pronunciato e talvolta scritto "Tummo"). La parola Dumo può essere approssimativamente tradotta per significare "Riportaci a Dio" e nella sua forma più semplice, la pratica Dumo spesso aiuta un praticante a sottoporsi a una quantità molto significativa di pulizia e purificazione mentre viene ricondotto al proprio infinito & natura divina.



Si dice anche che la parola "Dumo" rappresenti la fiamma sacra che si trova dentro ognuno di noi - un termine che è più comunemente indicato come "energia Kundalini" o "la fiamma Kundalini". Queste energie Kundalini sono spesso rappresentate da un serpente che giace dormiente dentro o intorno al nostro Chakra della radice. Una volta risvegliata, si dice che la nostra energia Kundalini salga verso l'alto attraverso ciascuno dei nostri chakra mentre si fonde e si scioglie nella coscienza divina di tutte le cose.

Possiamo vedere le energie del serpente arrotolato raffigurate qui nel simbolo tibetano Dai-Ko-Myo come il cerchio in senso orario che si sviluppa a spirale verso l'alto. E con le due braccia di Dai-Ko-Myo che sembrano "protendersi" verso l'alto verso il cielo, questa potrebbe anche essere una rappresentazione dell'apertura del praticante a ricevere questa "comprensione" della propria divinità.

Sulla base di questa analisi quindi e sulla base della strana somiglianza tra il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo e il Dumo tibetano, sembrerebbe che le origini del simbolo tibetano Dai-Ko-Myo siano davvero molto diverse da quelle dell'Usui Dai - Simbolo Ko-Myo. Ulteriori ricerche suggeriscono che il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo sia stato introdotto nel sistema di guarigione Usui Reiki in un secondo momento - forse da Maestri Reiki che avevano una comprensione di alcune delle pratiche tibetane più segrete?

Questa idea sembrerebbe avere un senso logico e spiegherebbe anche perché alcuni lignaggi si riferiscono a questo simbolo come alla versione "moderna" o "contemporanea" di Dai-Ko-Myo. E con le meravigliose meraviglie di Internet, siamo giunti a capire che la versione più "moderna" del simbolo Dai-Ko-Myo è stata introdotta nel sistema di guarigione Usui Reiki attraverso l'International Center For Reiki Training. Siamo quindi molto grati a William Lee Rand ea tutti gli altri Maestri di Reiki che ci hanno aiutato a introdurci a queste energie curative davvero straordinarie!

Di per sé, il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo ha un effetto purificante e curativo immensamente potente sul corpo e, come tale, ha una vasta gamma di usi e benefici che possono essere applicati a quasi ogni area della tua vita. Data la storia e le origini del simbolo, sembra anche probabile che queste energie possano aiutarci a rafforzare e stimolare le nostre energie Kundalini e, come tali, possono essere molto

strumento meraviglioso per il risveglio spirituale e divino che avvenga dall'interno di se stessi.

Da una prospettiva curativa e meditativa, questo simbolo può essere molto efficace nell'aiutare a eliminare molti tipi di blocchi interni o interruzioni nel nostro flusso di energia. Ed è particolarmente utile per eliminare molti tipi di ostacoli o barriere karmiche che potresti incontrare nella tua vita.

Mentre invociamo queste meravigliose energie attraverso il simbolo, possiamo sentire pace, amore, potere, purezza e, di conseguenza, molta guarigione, luce e purificazione. L'intensità dell'energia che si sente quando si invoca questo simbolo è davvero meravigliosa e speriamo sicuramente che apprezzerai la tua connessione con queste energie davvero impressionanti!



Sequenza dei

simboli: il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo è un altro "Simbolo di guarigione principale" da aggiungere al tuo repertorio di guarigione e come tale, puoi scegliere nuovamente se desideri lavorare con questo simbolo all'inizio o alla fine del tuo simbolo sequenziamento (come ti senti guidato).

Ad esempio, vedere le seguenti sequenze di simboli che descrivono l'uso del Dai-Ko-Myo tibetano prima all'inizio OPPURE alla fine della sequenza di simboli.




**1. Dai-Ko-Myo tibetano + 2. Usui Dai-Ko-Myo + 3. Cho-Ku-Rei
+ 4. Sei-Hei-Ki + 5. Hon-Sha-Ze-Sho-Nen**

○

**1. Cho-Ku-Rei + 2. Sei-Hei-Ki + 3. Hon-Sha-Ze-Sho-Nen +
4. Usui Dai-Ko-Myo + 5. Dai-Ko-Myo tibetano**

In alternativa, se stai trattando un'area del corpo in cui puoi sentire un blocco molto ostinato, potresti voler invocare il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo all'inizio E alla fine della **tua** sequenza di simboli.

Invocando il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo in questo modo, potresti essere in grado di sentire che ti sta aiutando a rompere un blocco energetico in modo che gli altri simboli possano penetrare e guarire la causa principale del problema particolare. Una volta che hai aperto il blocco ad altre guarigioni, potresti voler usare di nuovo il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo alla fine per aiutare a portare ulteriore pulizia, guarigione o purificazione in quest'area. In questo caso, la tua sequenza di simboli sarebbe così:




**1. Dai-Ko-Myo tibetano + 2. Cho-Ku-Rei + 3. Sei-Hei-Ki +
4. Hon-Sha-Ze-Sho-Nen + 5. Usui Dai-Ko-Myo + 6. Dai tibetano -Ko-Myo**

○

**1. Dai-Ko-Myo tibetano + 2. Usui Dai-Ko-Myo + 3. Cho-Ku-Rei
+ 4. Sei-Hei-Ki + 5. Hon-Sha-Ze-Sho-Nen + 6. Dai tibetano -Ko-Myo**

Tieni presente che queste sequenze di simboli sono intese come linee guida per la tua pratica, tuttavia, soprattutto, ti chiediamo di usare sempre la tua intuizione divina per aiutarti a guidarti verso ciò che ti sembra giusto. Ad esempio, forse potresti provare l'approccio di cui sopra scambiando il simbolo Usui Dai-Ko-Myo con il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo e viceversa - come ti senti?

Usui Reiki - Livello 3a
Padroneggia le pratiche di guarigione

Per come lo comprendiamo, ciascuno dei simboli Reiki aiuta a richiamare una varietà di diverse frequenze di coscienza superiore e, come tale, ciascuno dei simboli aiuterà il destinatario a guarire su una varietà di livelli diversi.

Come sempre, ti suggeriamo di usare la tua intuizione quando dai sessioni di guarigione (e nelle tue pratiche di meditazione personali) in modo che tu possa sentire quali simboli sono necessari per il miglior risultato di guarigione possibile. In alcuni casi, potresti non ritenere che nessuno dei simboli principali sia necessario!

Usui Dai-Ko-Myo contro Dai-Ko-Myo tibetano È

certamente vero che il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo può essere utilizzato in un'ampia varietà di circostanze diverse, ma soprattutto è un meraviglioso insieme di energie per aiutare per pulire e purificare a un livello molto profondo e profondo. E da questa prospettiva, i due simboli Dai-Ko-Myo sono davvero abbastanza simili in quanto possono essere entrambi chiamati e invocati per portare più pulizia, purificazione e guarigione spirituale nel campo energetico di un ricevente.

Date queste somiglianze, ci possono essere momenti in cui potresti essere guidato a scegliere da solo quale frequenza di guarigione si sente più rilevante per te (o per un ricevente) in un dato momento. Potresti scoprire che in alcuni casi ti senti più attratto dall'invocare le energie tibetane Dai-Ko-Myo per la purificazione, mentre altre volte ti senti più strettamente allineato alle energie Usui Dai-Ko-Myo. E va benissimo.

Sia che tu abbia bisogno di queste energie per purificare il cibo, pulire le case, eliminare i blocchi energetici o per una profonda guarigione e purificazione spirituale, ti chiediamo ancora umilmente di seguire la tua intuizione divina e di aprirti al tuo splendore divino!

Spesso sono gli aspetti "sentimenti" del Reiki che sono il nostro miglior indicatore di come e quando usare e richiamare ogni serie di energie. E mentre Internet è un fenomeno davvero meraviglioso che può aiutarti a imparare e capire di più su questi simboli - è sempre la tua "rete interiore" che ti aiuterà a trovare le giuste energie, l'equilibrio e le tecniche che funzionano meglio per te (e il destinatario)!



Contenuto	Pagina
2.3 Orbita microcosmica	53
2.4 Posizioni avanzate delle mani	58
2,5 Sfera Di Luce	66
3. Tecniche di guarigione Reiki tradizionali giapponesi	70
3.1 Gedoku Chiryō Ho (Pulizia dell'Hara)	70
3.2 Tanden Chiryō Ho (Pulizia dell'Hara)	72
3.3 Seishen Toitsu (respirazione Reiki)	73
3.4 Koki Ho (Inviare Reiki con il respiro)	76
3.5 Gyoshi Ho (Inviare Reiki con i tuoi occhi)	78
3.6 Jaki Kiri Joka Ho (Purificare gli oggetti)	79
4. Le pratiche di autoguarigione per il livello 3a	81
4.1 Preparazione per la pratica	82
4.2 Invitare l'energia e impostare la tua intenzione	82
4.3 Meditazione Joshin Kokyū Ho (versione adattata)	83
4.4 Meditazioni sui Simboli Reiki	84
4.5 Concludere con gratitudine	88
5. Fare lavoro di guarigione per gli altri (Livello 3a)	90
6. Apprendimento dell'Usui Reiki avanzato	92
7. Commenti finali	95



1. Panoramica e introduzione:

Dopo aver coperto le basi teoriche per la formazione di Livello 3a e aver ricevuto la tua sintonizzazione di Livello 3a, sei ora pronto per progredire negli aspetti pratici di questo corso Usui Reiki Master Healer.



E come abbiamo già accennato, questa parte del corso includerà un **periodo di 21 giorni di pratiche di autoguarigione** per aiutarti ad assimilare meglio le energie dei simboli del Reiki Master. Ove possibile, suggeriamo che è meglio se puoi iniziare i tuoi 21 giorni di pratiche di autoguarigione dalla data della tua attivazione.

Come parte di questa sezione, ti forniremo quindi una serie completa di istruzioni scritte per le pratiche di autoguarigione e, in aggiunta a questo, ti forniremo anche il nostro link al video "**Usui Reiki Master Healer Guided Self Healing Meditation**". In genere, troviamo che questa versione guidata delle pratiche di autoguarigione può essere molto utile, specialmente durante le prime pratiche di autoguarigione mentre impari a connetterti con queste nuove tecniche ed energie di guarigione.

Detto questo, prima di entrare nelle vere e proprie pratiche di autoguarigione, vorremmo innanzitutto fornirti una gamma completa di tecniche di "Master Healing" in modo che tu possa comprendere e digerire meglio queste nuove tecniche Usui Reiki Master Healer prima di trasferirti nei tuoi 21 giorni di pratica di autoguarigione.

Come sempre, è nostra intenzione qui fornirti un'ampia gamma di tecniche di guarigione in modo che tu possa poi metterle in pratica da una prospettiva meditativa e da una prospettiva di guarigione degli altri. Fornendoti un'ampia varietà di pratiche di guarigione Reiki, speriamo che troverai una serie di tecniche di guarigione che risuonano con te e ti aiutano ad accedere alle energie Reiki per un'ampia varietà di circostanze di guarigione.



Per aiutare a introdurre queste tecniche di Master Healing nel modo più facile e semplice possibile, abbiamo scelto di delineare queste tecniche di Master Healing in due categorie principali:

- a) **Tecniche contemporanee** - Queste tecniche di guarigione sono state introdotte principalmente da tradizioni spirituali che cadono al di fuori dello spettro diretto del Reiki. Questi sono stati introdotti progressivamente nel tempo da un'ampia varietà di Maestri Reiki e da altre tradizioni spirituali / di guarigione e ora si sono riuniti per formare una parte importante del sistema di guarigione Usui Reiki.
- b) **Tecniche Reiki giapponesi** - Queste tecniche di guarigione rappresentano un insieme più tradizionale di tecniche di guarigione Reiki che sono state tramandate attraverso i lignaggi Reiki "orientali" o "giapponesi", cioè attraverso organizzazioni come l'Usui Reiki Ryogo Gakkai (Usui Reiki Healing Method Società che apprende). Queste sono un'aggiunta molto importante al nostro corso Master Healer e possono aiutarti ad ampliare la tua prospettiva sul Reiki e su come invochi queste meravigliose energie curative nella tua vita.

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Introducendo entrambi questi tipi di tecniche, riteniamo che questo sia il modo migliore per fornirti una comprensione molto completa e ampliata delle pratiche di guarigione Reiki. Queste tecniche provengono da una vasta gamma di diversi lignaggi Reiki e come tali, queste tecniche possono aiutarti a comprendere le molte diverse varianti delle pratiche di guarigione Reiki da tutto il mondo.

Quando aggiunto alle pratiche di guarigione Reiki di Livello 1 e Livello 2, questo diventa ora un insieme molto completo e approfondito di insegnamenti Usui Reiki. Da qui, questo ora aiuterà a formare una meravigliosa piattaforma per continuare nel sistema di guarigione Usui Reiki Avanzato (se lo desideri) dove ora sei in grado di consolidare, costruire ed espandere queste energie in frequenze dimensionali più elevate!

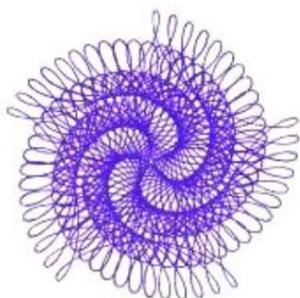


2. Tecniche di guarigione Reiki contemporanee:

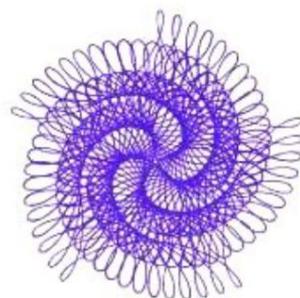
Una delle cose più meravigliose del Reiki è che è una forma d'arte in continua evoluzione e qualcosa che è altamente complementare a un gran numero di diverse discipline e pratiche spirituali. Pertanto, nel corso degli anni, molti tipi di tecniche di guarigione aggiuntive hanno iniziato a entrare nel sistema di guarigione Usui Reiki e questo è qualcosa di ancora più bello!

Mentre questo mondo continua ad avanzare nel 21° secolo e mentre sempre più persone si aprono alle meravigliose delizie del Reiki, questa sarà probabilmente un'area che continua ad evolversi e fiorire con più tempo e interesse per questo tipo di pratiche.

In questa sezione, quindi, desideriamo presentarti cinque nuove tecniche Reiki, notando che la maggior parte di queste può essere utilizzata sia nella meditazione che nel tuo lavoro di guarigione per gli altri.



- ★ 2.1 Diventare Uno
- ★ 2.2 Reiki Chirurgia Psicica
- ★ 2.3 Orbita microcosmica
- ★ 2.4 Posizioni avanzate delle mani
- ★ 2,5 Sfera Di Luce



Man mano che presentiamo ciascuna di queste tecniche, delineeremo le basi di ciascuna pratica e ti forniremo anche alcuni approfondimenti aggiuntivi sui principi alla base di ciascuna di queste pratiche. Ci auguriamo che queste nuove tecniche ti piacciono e che possano aiutarti a portare più amore, luce e pace nella tua vita!

2.1 Diventare Uno:

Come parte della nostra formazione Reiki di Livello 2, abbiamo delineato una varietà di modi diversi in cui potresti lavorare con i simboli Reiki sia nella guarigione che nella meditazione e mentre alcuni di voi potrebbero aver optato per un semplice approccio "disegna e tocca", potrebbero esserci altri tra voi che potrebbero aver scelto di sperimentare altri tipi di tecniche simboliche.

Una di queste tecniche a cui abbiamo fatto riferimento durante queste pratiche di Livello 2 era la "tecnica del grande simbolo" e come abbiamo discusso durante l'addestramento di Livello 2, le basi di questa tecnica sono molto semplici e dirette. Disegna semplicemente o immagina che ci sia un simbolo Reiki molto grande che abbraccia tutto il tuo corpo. Il simbolo risplende, irradia e risplende intensamente verso l'esterno affinché tutti possano beneficiarne. Mentre immagini o ti connetti con questa idea, sei in grado di invocare più fortemente le energie del simbolo ripetendo il suo nome sacro più e più volte, proprio come faresti con un mantra. In alternativa, potresti concentrarti solo sugli aspetti di visualizzazione di questa tecnica.

Comunque tu decida di connetterti con questa tecnica, ora sei in grado di sederti con questa intenzione e permettere a ciascuno dei simboli Reiki di risplendere in tutto il tuo corpo (e poi verso l'esterno per tutti) per tutto il tempo in cui ti senti guidato. E mentre lo fai, ci sono molte cose davvero belle che accadono qui. In primo luogo, intendendo che le energie risplendano verso l'esterno per tutti, siete veramente in grado di sentire il potere e l'intensificazione che derivano da questa intenzione espansa di cui abbiamo parlato nella sezione dei fondamenti teorici.

In secondo luogo, come risultato della tua intenzione benevola - le frequenze del simbolo risponderanno a questa intenzione di guarigione ampliata e come tale, sarai in grado di ricevere una gamma meravigliosa di energie curative mentre il Reiki risplende attraverso di te - verso l'esterno per il beneficio di tutti. E infine, mentre ti rilassi e ti siedi in questo spazio di guarigione e meditazione, sarai in grado di sentire tutti gli effetti della frequenza energetica del simbolo combinati con la meravigliosa gamma di meriti karmici che saranno generati dal tuo grande desiderio di condividere questi Reiki energie con 'tutti gli esseri'.

E come abbiamo accennato nelle sezioni introduttive di questo corso, ***questo è ora un modo meraviglioso per aiutarti a combinare le energie edificanti del Reiki della "coscienza superiore" con la tua nuova comprensione della potentissima intenzione altruistica.***

Quindi, mentre l'attuale tecnica dei simboli qui è più un rinforzo delle pratiche di Livello 2, riteniamo che questa sia un'aggiunta importante alla formazione Usui Reiki Master Healer dato che ora stiamo lavorando con i simboli Reiki Master e dato che ora abbiamo coperto l'importanza dell'intenzione altruistica. Lavorando con questa tecnica molto semplice, sarai guidato dalle energie Reiki verso una transizione più facile e fluida verso questo concetto espanso di 'splendere per tutti'!

Man mano che avanzi con questa tecnica, sappi anche che puoi sempre espandere ulteriormente le tue intenzioni mentre fai appello a visualizzazioni o affermazioni per aiutarti a coltivare questo tipo di intenzioni altruistiche nella tua pratica. E per assicurarti di acquisire un po' di esperienza con questa pratica molto semplice, includeremo questa tecnica simbolica come parte dei nostri 21 giorni di pratiche di autoguarigione (nella Sezione 4).



2.2 Chirurgia psichica Reiki:

La Chirurgia Psichica è una pratica che può aiutare a creare una serie davvero meravigliosa di risultati di guarigione per una vasta gamma di diversi problemi e circostanze di guarigione. Nel vero senso della parola, è una pratica che si dice sia particolarmente efficace per il trattamento di disturbi più gravi come cancro, tumori, cisti, insufficienza d'organo ecc.

E per essere sicuri, ci sono moltissimi modi in cui puoi eseguire la Chirurgia Psichica e come tale, ci sono anche molte tecniche diverse per eseguire la Chirurgia Psichica Reiki (sì, c'è una piccola differenza tecnica qui tra questi due termini).

Quindi qui, in questa breve sezione, desideriamo ora fornirti due tecniche di chirurgia psichica Reiki che possono aiutarti a trattare una varietà di aree problematiche in modo che tu possa incorporarle nelle tue sessioni di guarigione / pratiche di meditazione.

Soprattutto, però, la cosa fondamentale da ricordare per Reiki Psychic Surgery è che è sempre la tua intenzione ad essere così importante. Come accennato durante l'allenamento di Livello 2, anche le diverse tecniche utilizzate nel Reiki sono importanti, tuttavia è sempre l'intenzione dietro la tecnica che è della massima importanza.



Intenzione Intenzione Intenzione!



La prima tecnica di chirurgia psichica Reiki sarà quindi molto semplice: può essere utilizzata in qualsiasi momento durante la meditazione o la sessione di guarigione per aiutarti a rimuovere dall'interno una varietà di impurità energetiche e problemi di guarigione profonda. Ci vorranno circa 5-10 minuti per completarlo ed è una pratica di Chirurgia Psichica Reiki più semplice o basilare.

La seconda tecnica che tratteremo quindi è una versione molto più completa di Reiki Psychic Surgery. Questa pratica si concentrerà su un modo più approfondito per eseguire la chirurgia psichica Reiki in modo che tu possa fare appello a queste tecniche per aiutare con disturbi molto specifici, ad esempio cancro al fegato, tumore al cervello, insufficienza renale ecc.

Entrambe queste tecniche possono essere utilizzate in sessioni di autoguarigione e di guarigione per gli altri e, come per tutte le pratiche Reiki, ti suggeriamo di provare entrambe le tecniche per te stesso e poi decidere come e quando applicare ciascuna di queste tecniche nelle tue varie pratiche di guarigione.

E per darti l'opportunità di praticare queste tecniche di Chirurgia Psichica Reiki, abbiamo incorporato una pratica di Chirurgia Psichica Reiki nei nostri 21 giorni di pratiche di autoguarigione suggerite come un modo per trattare la tua area problematica. Questa è una grande opportunità per sperimentare e familiarizzare con le pratiche di Chirurgia Psichica Reiki.

► **Tecnica 1 - Reiki Chirurgia Psicica (Semplice)**

Questa semplice versione di Reiki Psychic Surgery è particolarmente rilevante per il trattamento di una parte del corpo in cui è possibile avvertire alcuni blocchi energetici, interruzioni o in cui un ricevente può avvertire dolore o qualsiasi altro tipo di disturbo all'interno del proprio corpo.

Questa tecnica si concentrerà sull'estrazione e sul rilascio delle impurità/oscurità energetiche dall'interno e, come tale, può essere usata per trattare moltissimi disturbi fisici, mentali, emotivi e spirituali.

Rimuovendo l'impurità o l'oscurità dall'interno, aiuta a guarire la causa alla radice dietro il problema e come tale, siamo quindi maggiormente in grado di muoverci verso più amore, luce e purezza nella nostra vita. Per eseguire questa versione base di Reiki Psychic Surgery, segui i passaggi seguenti:



♥ **Passaggio 1: porta la tua consapevolezza nell'area problematica**

In qualsiasi fase della tua sessione di guarigione o meditazione (preferibilmente dopo aver effettuato un trattamento completo del corpo), concediti qualche momento per connetterti con l'area del corpo che desideri trattare. Forse sei in grado di sentire alcune delle impurità che vibrano dentro? Prenditi tutto il tempo di cui hai bisogno qui per ammorbidire la tua mente mentre ti apri e *stabilisci la tua intenzione di rimuovere tutte le impurità da quest'area con Reiki Psychic Surgery.*

♥ **Passaggio 2: disegna e tocca i simboli Reiki**

Uno dei motivi principali per cui stiamo facendo Reiki Psychic Surgery è rimuovere le impurità dall'interno del campo energetico del ricevente e uno dei modi più efficaci per aiutarci a raggiungere questo obiettivo è lavorare con i simboli Reiki.

Estraendo e toccando ciascuno dei simboli Reiki, sei in grado di promuovere una guarigione profonda e una rimozione delle impurità dall'interno dell'area che desideri trattare. E ancora, sono queste impurità energetiche sottostanti o modelli di pensiero distruttivi che spesso si manifestano come tossine, parassiti, funghi, dolori, disturbi o altri squilibri e malattie fisiche, mentali o emotive.

Quando collochiamo ciascuno dei simboli in quest'area, intendete semplicemente che questi simboli vi aiuteranno a rimuovere tutte le impurità del destinatario in modo che il destinatario possa essere guarito dal suo particolare disturbo. Come parte di questo, sentiti libero di lavorare con i simboli nell'ordine che ritieni più adatto al destinatario in quel momento.

♥ **Passaggio 3: immagina la luce (se fatto attraverso la mediazione) o invia Reiki (se fatto per sessioni di guarigione)**

Se fai questa pratica attraverso la meditazione: mentre estrai e picchietti ciascuno dei simboli nella tua area problematica, ora puoi immaginare che questo spazio stia iniziando a riempirsi di una luce bianca brillante. Le energie Reiki ti stanno aiutando a smuovere e dissotterrare le tue impurità in preparazione per la tua estrazione di Chirurgia Psicica Reiki. Quando ti senti guidato, normalmente entro un minuto o due, sarai in grado di iniziare la tua chirurgia psicica Reiki come descritto nel passaggio 4.

Quando usi questa tecnica di Chirurgia Psicica Reiki nelle tue sessioni di guarigione per gli altri: Dopo aver estratto e battuto ciascuno dei simboli Reiki, potresti voler dedicare un minuto o giù di lì per inviare Reiki a quest'area con le tue mani. Ancora una volta, l'idea qui è di permettere alle energie Reiki di portare alla luce o sradicare quei problemi profondamente radicati che rimuoverai con la tua pratica di Chirurgia Psicica Reiki nel passaggio 4.



Inviando Reiki in quest'area per alcuni minuti (o immaginando che la luce riempra l'area), potresti anche essere in grado di ricevere informazioni più intuitive sulla vera natura di queste energie e, come tale, rendere più efficace la tua chirurgia psichica Reiki. Potresti anche sentirti guidato a parlare con il destinatario durante questo periodo mentre lo guidi verso il rilascio o il lasciar andare i suoi problemi profondi prima di eseguire l'effettivo "intervento chirurgico" nel passaggio 4.

♥ **Passaggio 4: eseguire la chirurgia psichica Reiki**

Dopo aver fatto tutti i preparativi necessari, ora sei pronto per eseguire la tua procedura di Chirurgia Psichica Reiki per rimuovere la negatività e l'impurità che causano i problemi. I simboli hanno gettato le basi e ora sei pronto per estrarre queste impurità usando la Chirurgia Psichica.

Da una prospettiva mediativa, quindi, sposta semplicemente la tua mano dominante sulla tua area problematica mentre ti prepari a "estrarre" o rimuovere le impurità dall'interno di quest'area. Per i trattamenti di persona, l'idea è la stessa, tuttavia in questo caso le tue mani saranno già posizionate sopra/sopra l'area problematica del ricevente.

Per eseguire la "procedura" di Chirurgia Psichica Reiki, immagina semplicemente di raggiungere il campo eterico del ricevente (o te stesso) con la tua mano dominante, ad es. raggiungendo letteralmente il loro fegato eterico. Mentre raggiungi l'area del fegato, ora puoi afferrare l'impurità con le dita e il pollice e poi estrarla molto lentamente e delicatamente con un lungo colpo.



La migliore analogia per questo tipo di azione sarebbe se dovessi trovare un capello nel tuo cibo. Rimuoveresti i capelli raccogliendoli con le dita e il pollice e rimuovendoli con un movimento lento e delicato. Essere lenti e gentili è la chiave del successo qui pur essendo sicuri di **sentire davvero** la tua strada attraverso questa procedura.

Quando "allunga la mano" per raccogliere l'impurità, abbastanza spesso puoi sentire una sostanza appiccicosa o densa. Quando inizi a estrarlo, spesso puoi sentire questa impurità che quasi si allunga mentre la estrai dall'interno del campo energetico. Ancora una volta, è sempre la tua intenzione che è così importante qui, quindi intendendo rimuovere l'impurità dall'interno di quest'area (in combinazione con la tua azione fisica di rimozione) - così sarà.

Come parte di questa tecnica, ti suggeriamo di rimuovere un minimo di 3 o 7 strati di impurità (come ti senti guidato) e nei casi più gravi, ti suggeriamo di ripetere questo processo fino a 21 volte può essere utile. Come sempre, per favore lascia che il tuo intuito ti guidi attraverso questa pratica.

Se provi questo metodo e non senti una forte connessione, un altro modo per rimuovere le impurità è usare un movimento di scavatura. L'idea qui è che stai letteralmente raccogliendo le impurità (sempre con la tua mano) dall'interno di quest'area. (Questa tecnica si sentirà spesso molto diversa dalla tecnica precedente descritta sopra).

Come sempre, ti suggeriamo di provare entrambe queste tecniche durante il tuo Reiki Psychic Surgery e vedere cosa ti sembra giusto - potresti persino trovare una tecnica ancora migliore che funzioni davvero bene per te! E ricorda che la tua intenzione è la chiave indipendentemente dalla tecnica che usi!

♥ **Passaggio 5: riempi lo spazio con amore**

Avendo ora rimosso molti strati di impurità energetica e oscurità dall'interno del ricevente, è molto importante che ora riempiate questo spazio vuoto con amore e luce. Ciò contribuirà a portare l'amore, la luce e l'armonia tanto necessari nell'area che hai trattato e contribuirà a riempire il vuoto che è stato lasciato dal tuo lavoro di guarigione.

Questo è il passaggio finale di questa tecnica di Chirurgia Psichica Reiki e, se lo desideri, ora puoi ringraziare e dare eventuali benedizioni aggiuntive a cui ti senti guidato. Da qui, puoi continuare con la tua sessione di guarigione / meditazione o terminare e sigillare il tuo lavoro di guarigione.

Quando si esegue qualsiasi tipo di lavoro di guarigione profonda e specialmente dove ci sono impurità che vengono rimosse, questo inviare amore e luce nell'area è un ultimo passo molto importante e aiuterà a garantire che il ricevente sia ora pieno di amore, luce e energie curative per facilitare meglio il loro risultato di guarigione desiderato.

Molto spesso, potresti anche scoprire che il destinatario avrà bisogno di alcuni giorni per adattarsi a questo nuovo equilibrio energetico all'interno del suo corpo e, quando ti senti guidato, puoi andare avanti e fissare un altro appuntamento in modo da poter approfondire il suo problema area durante la sessione successiva.

Come tutte le pratiche Reiki, probabilmente otterrai migliori risultati di guarigione se sarai in grado di lavorare sul campo energetico del ricevente un certo numero di volte e se lo ritieni necessario, potresti voler fornire al destinatario una versione più completa di Reiki Chirurgia psichica come descritto di seguito.



▶ **Tecnica 2 - Chirurgia psichica Reiki (Completa)**

Come abbiamo già detto, ci sono molti modi diversi in cui puoi fare Reiki Psychic Surgery nelle tue sessioni di guarigione Reiki e meditazioni e come esempio di ciò, ti abbiamo appena presentato un modo molto semplice e facile di fare Reiki Psychic Surgery. Tuttavia, per scopi più completi, descriviamo ora per voi questa seconda tecnica di Chirurgia Psichica Reiki che è un approccio più 'chirurgicamente letterale'.

Noterai anche qui che questa tecnica è molto più dettagliata per quanto riguarda i tipi di visualizzazioni e intenzioni che vengono create. Come vedrai, gran parte di questa tecnica deriva dalla tua idea che stai davvero cercando di creare una procedura chirurgica adeguata e completa per la particolare area problematica che stai trattando.

Ad esempio, supponiamo che un cliente venga da te con un cancro al fegato. Desiderano ricevere la guarigione Reiki e, a causa della gravità del problema, ritieni che la chirurgia psichica Reiki sia un'ottima opzione per aiutare a pulire e purificare quest'area del corpo.

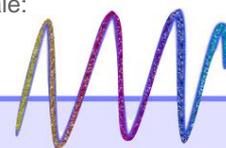
Per cominciare, andresti avanti e daresti una sessione di guarigione di tutto il corpo al ricevente e poi, una volta che ti sentirai pronto, useresti Reiki Psychic Surgery per curare il fegato. (In alcuni casi, piuttosto che eseguire una sessione di guarigione di tutto il corpo, potresti ritenere che un semplice formato di sessione di guarigione di 7 chakra sia più appropriato in modo da poter dedicare più tempo al trattamento dell'area del fegato).



E poiché il tuo destinatario soffre di un disturbo molto grave (qualcosa che probabilmente si è manifestato dopo un lungo periodo di problemi energetici in quest'area), fare Chirurgia Psicica Reiki sembra sicuramente l'opzione giusta per te. Decidi che una tecnica di Chirurgia Psicica Reiki più completa è appropriata e come tale decidi di dedicare almeno 10 - 15 minuti al trattamento di quest'area con Chirurgia Psicica (o più se ti senti guidato).



L'idea di base qui è molto semplice. **Immagina semplicemente o intendi che stai effettivamente eseguendo un intervento chirurgico** sul fegato del ricevente mentre stabilisci chiaramente la tua intenzione che le energie Reiki ti aiutino e ti aiutino a eliminare e guarire questo particolare problema. E per aiutare a evidenziare i passaggi qui, diamo ora un'occhiata a un rapido esempio (utilizzando il cancro del fegato) di come potresti desiderare di farlo come procedura generale:



Per cominciare, allora, potresti voler iniziare questa procedura chirurgica rimuovendo qualsiasi sporcizia o impurità dall'area intorno al fegato proprio come l'area verrebbe pulita in una normale procedura chirurgica. La differenza principale qui è che la tua "pulizia" in questo contesto significherebbe che intendi eliminare qualsiasi energia vecchia o impura che potrebbe circondare quest'area.

Quando finisci questa pulizia preliminare dell'area generale, sei ora pronto per fare una "incisione eterica" nell'area del fegato e raggiungere delicatamente il corpo eterico del ricevente e rimuovere il fegato del ricevente, cioè in modo da poter rimuovere qualsiasi impurità da questo vitale organo.

Tenendo in mano il fegato eterico, ora sei in grado di prenderti un po' di tempo qui per ripulire tutte le tossine, le impurità, lo sporco, il catrame e altre tenebre mentre concentri ora la tua intenzione e le tue energie di guarigione sulla rimozione del nodulo canceroso e di altre cellule cancerose e tessuti dall'interno del fegato.

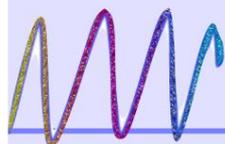
Ci sono molte tecniche che puoi invocare qui, tuttavia la cosa più importante da ricordare è che è la tua intenzione e le energie guidate divinamente che fluiscono attraverso di te che creeranno sempre la guarigione necessaria. Focalizzando la tua intenzione sulla rimozione dei tessuti cancerosi dall'interno del fegato, riceverai sempre l'assistenza divina per questo obiettivo.

Una volta che senti che questo processo di purificazione è stato completato, potresti ora desiderare di pulire l'area da cui è stato rimosso il fegato. Per fare ciò, puoi semplicemente immaginare di appoggiare il fegato eterico su una superficie pulita (proprio come farebbero in una normale procedura chirurgica) e iniziare a pulire l'area, rimuovendo nuovamente tossine, sporcizia, impurità e qualsiasi tessuto canceroso in quest'area.

Se lo desideri, puoi utilizzare alcuni strumenti medici "immaginari" per farlo o forse ricorrere alla tecnica che abbiamo delineato nella tecnica precedente, ma soprattutto - è di nuovo la tua intenzione che è così importante qui. Per favore, assicurati di aprirti e permettere alle energie divine di guarigione di fluire attraverso di te mentre intendi ripulire tutte le cellule tumorali, le impurità interconnesse e altri cattivi energetici dall'interno di quest'area.

Una volta che senti che l'area è stata completamente ripulita e ripulita, ora puoi riportare il fegato eterico nella sua posizione originale e immaginare che ora risplenda di luce e radiosa salute e benessere.

Se lo desideri, sei quindi in grado di inviare Reiki nell'intera area del fegato per aiutarlo a riallinearsi e ricongiungersi per un risultato di guarigione di successo. Mentre finisci questo lavoro, ora dovrai "cucire" l'incisione originale che hai fatto e intendere che quest'area si stia ora riempiendo dell'amore e della luce del Reiki e venga guarita da tutte le impurità e problemi cancerosi.



Con la tua chirurgia psicica Reiki ora completa, potresti desiderare di trascorrere un po' di tempo in più qui trattando quest'area e quando ti senti pronto, puoi ringraziare e portare a termine la tua sessione di guarigione come ti senti guidato.



Ci sono alcuni praticanti di Chirurgia Psichica Reiki che credono che per ottenere i migliori risultati, sia importante eseguire la tua Chirurgia Psichica Reiki esattamente nello stesso modo in cui lo farebbe un normale chirurgo. Prima di eseguire la chirurgia psichica Reiki, questi praticanti faranno ricerche e prenderanno appunti su come eseguire questa chirurgia e seguiranno quindi questi passaggi esatti nella loro chirurgia psichica Reiki.

Questi stessi praticanti hanno riportato alcuni risultati di guarigione molto drammatici con questa tecnica e, pertanto, ti incoraggiamo a esplorare queste opzioni mentre ti senti guidato.

Per noi, generalmente crediamo nel potere dell'intenzione. Riconosciamo che eseguire una procedura chirurgica più approfondita può finire per produrre i migliori risultati (dato che la tua intenzione viene definita più chiaramente lungo il percorso), tuttavia per qualsiasi sessione di guarigione Reiki, siamo sempre e solo in grado di lavorare nei parametri karmici di ogni destinatario e per ogni problema di guarigione.

Pertanto, suggeriamo che il tuo approccio per le tue pratiche di Chirurgia Psichica Reiki rimanga lo stesso delle tue altre pratiche Reiki in quanto rimani sempre aperto alla guida divina. Segui il tuo intuito e fai ciò che ritieni sia meglio per il destinatario in un dato momento.

Per il trattamento di problemi specifici (per quelli di voi che non vogliono ricercare le effettive procedure chirurgiche coinvolte per ogni singolo disturbo curativo) desideriamo ora includere qui un processo molto semplice per eseguire una chirurgia psichica Reiki più completa che è possibile utilizzare su quasi tutte le 'aree problematiche'. Questo è un approccio più generico e può fornirti una buona base per questo tipo di Chirurgia Psichica Reiki completa.

♥ Passaggio 1: pulizia preliminare e incisione necessaria

Come parte di qualsiasi intervento chirurgico, è importante eliminare qualsiasi negatività dall'area che stiamo trattando e, naturalmente, ci sono diversi modi in cui possiamo farlo. Una tecnica molto semplice qui è quella di "raccogliere e colpire" le impurità dal corpo del ricevente in modo che le energie negative possano essere radicate in modo sicuro e rilasciate dal campo energetico del ricevente.

Quando finisci questo passaggio, sei quindi in grado di fare la tua incisione mentre ti prepari per il passaggio 2. Ad alcuni chirurghi psichici Reiki piace usare un cristallo curativo per aprire le energie in modo che tu possa approfondire la procedura chirurgica mentre altri semplicemente immaginano che stanno usando un bisturi eterico per fare questo. Come sempre, sarai guidato!



♥ Passaggio 2: pulire a fondo la "zona problematica".

Nell'esempio sopra, abbiamo suggerito di rimuovere e pulire a fondo il fegato. Se trattassi il cervello, potremmo ugualmente rimuovere il cervello eterico e purificarlo. Per un ginocchio, immagineresti che stai estraendo l'articolazione del ginocchio, magari usando uno speciale materiale per la pulizia per rimuovere eventuali residui non necessari e quindi rimettere un'articolazione del ginocchio bella e incontaminata nella gamba.

Questo è forse uno dei passaggi più importanti e, come tale, vi suggeriamo di prendervi un po' di tempo qui per visualizzare davvero e intendere che le impurità, i cancri, i tumori o altri problemi vengano adeguatamente rimossi dall'organo, dall'articolazione o da altra parte del corpo che stai curando.

Se lo desideri, puoi anche aggiungere qui 'inviare luce' all'articolazione/organo rimosso in quanto potrebbe sembrare giusto per te mentre procedi con il tuo lavoro di pulizia. Ancora una volta, tutto si riduce alla tua intenzione e alle energie guidate divinamente che stanno lavorando attraverso di te. (Se ti senti guidato, questo passaggio può comportare alcuni passaggi secondari come la pulizia, il trattamento, l'invio di luce e il lavoro completo su questa particolare parte del corpo prima di passare al passaggio 3).

♥ Passaggio 3: pulizia intorno all'area

Dopo aver tolto la parte del corpo e averla pulita a fondo, sarà anche importante pulire a fondo l'area intorno a dove si trova la parte del corpo. E con questo passaggio, stai efficacemente eliminando qualsiasi altro problema energetico in questa parte del corpo del ricevente che potrebbe contribuire o causare il problema reale.

Per farlo in modo efficace, dovrai "appoggiare" la parte del corpo su una superficie pulita in modo che le tue mani possano essere libere ed è importante che te ne occupi proprio come faresti se stessi davvero tenendo la parte del corpo della persona vivere nella tua mano.

Trattando qui l'interno del corpo per un po' di tempo in più con le energie curative del Reiki (magari usando alcuni strumenti medici aggiuntivi per pulire e ripulire le impurità), ora sei in grado di passare in sicurezza al passaggio 4.

♥ Passo 4: Concludere con

amore Dopo aver ripulito e ripulito la parte del corpo interessata, l'organo, l'articolazione, il tessuto, il muscolo o un'altra parte del corpo e dopo aver ripulito l'interno dell'area problematica del ricevente, ora sei in grado di rimettere tutto insieme come visualizzi che tutto è perfettamente allineato e funziona come nuovo.

Questi due elementi del corpo ora si uniscono in perfetta armonia e con tanto amore e luce che circondano l'area. Le energie divinamente guidate del Reiki ora ti hanno aiutato a eliminare tutte le difficoltà, le impurità e i disturbi all'interno di quest'area e ora puoi dedicare qualche minuto qui (mentre ti senti guidato) per inviare molto amore, luce e guarigione Reiki in questo la zona.

Quando finisci, ora puoi sigillare nuovamente quest'area, magari visualizzando la cucitura dell'incisione originale e facendo tutto ciò che ritieni sia meglio per portare a termine questa procedura. In alcuni casi, potresti sentire che il ricevente ha bisogno di più guarigione e amore, mentre in altri casi potresti sentirti a tuo agio nel portare a termine questa procedura di Reiki Psychic Surgical.

Inoltre, potresti sentire che ci sono alcuni blocchi energetici associati in un'altra area del corpo - forse hai bisogno di trattare o sbloccare altri meridiani energetici in modo che questo organo possa ora ricevere i nutrienti energetici di cui ha bisogno per continuare a guarire nel migliore dei modi modo possibile che può. Quindi puoi anche completare questo ora se lo desideri.



♥ Step 5: SII SEMPRE CREATIVO!

Sarà di grande beneficio per la tua pratica di Chirurgia Psicica Reiki se puoi **credere** e **avere fiducia nei** processi chirurgici che stai completando e come parte di questo, ti incoraggiamo ad essere il più creativo possibile quando completi la tua Chirurgia Psicica Reiki. Ad esempio, puoi immaginare di utilizzare una gamma di unguenti, pinze, creme detergenti, bisturi, pacemaker, macchine per la pulizia degli organi, dispositivi per sbloccare l'energia o qualsiasi altra cosa tu possa evocare nella tua mente per aiutarti a curare e guarisci completamente il tuo cliente.

Nella nostra esperienza, più focalizzi la tua intenzione di guarigione e più attenzione poni sui problemi o disturbi reali, più le energie della "coscienza superiore" del Reiki possono essere effettivamente guidate in queste aree o problemi con amore e luce.

Oltre a questo, più fede hai e più credi che il processo stia guarendo e purificando completamente il ricevente, migliore è spesso il risultato. Ricorda anche che anche il destinatario svolge un ruolo vitale in tutte le sessioni di guarigione. In genere, si dice che se hai una buona combinazione di "mittente chiaro e aperto" con un "ricevitore chiaro e aperto", allora questo è ottimale per la guarigione.

Soprattutto, sono sempre le tue convinzioni e le tue intenzioni a rendere vincente la Chirurgia Psicica. Con l'intenzione di rimuovere e pulire chirurgicamente il rene di qualcuno durante la sessione di guarigione Reiki, le energie guidate divinamente saranno proprio lì con te aiutandoti a pulire, purificare e rimuovere le energie tossiche dal loro corpo eterico. Questo è un punto molto importante.

Come medium chiaroveggente, Gerry ha avuto molte esperienze di prima mano con entità di "coscienza superiore" che le hanno eseguito interventi chirurgici psichici in forma eterica. In molte occasioni viene portata in una speciale "stanza di guarigione" eterica in modo che un certo numero delle sue Guide possa eseguire interventi chirurgici psichici o energetici sul suo corpo. Durante queste esperienze visionarie, Gerry li sentirà usare strumenti meravigliosi per aprirsi in modo che possano migliorare la sua energia o eseguire lavori di pulizia come ritenuto necessario.

Oltre a questo, quando Gerry stessa sta dando sessioni di guarigione ad altri, a volte vedrà le sue Guide passare attraverso di lei e iniziare a eseguire interventi di chirurgia psichica sul ricevente. In questi casi, può di nuovo sentirli usando una gamma di diversi strumenti eterici per aprire, purificare e ripulire molti tipi di impurità che sono bloccate all'interno del ricevente.

Comprendiamo che per alcuni di voi queste informazioni possano sembrare un po' "là fuori", tuttavia abbiamo scelto di includerle qui per aiutarvi a comprendere meglio questa tecnica di guarigione importante e spesso trascurata. A nostro modesto parere, la chirurgia psichica Reiki può essere un modo molto efficace per trattare una serie di disturbi diversi e, come tale, ti incoraggiamo a provare queste tecniche per te stesso e vedere come risuonano con te.



Riteniamo che la Chirurgia Psicica avverrà sempre secondo la guida divina, con i risultati di questa pratica legati al **karma** del ricevente. Per favore, quindi, consenti a te stesso di aprirti a queste pratiche senza alcuna pressione o sensazione di bisogno di guarire, ma piuttosto semplicemente essere aperto a consentire alle energie divine di guarigione di fluire attraverso le tue procedure chirurgiche in modo da ottenere il miglior risultato di guarigione possibile.



Usui Reiki - Livello 3a

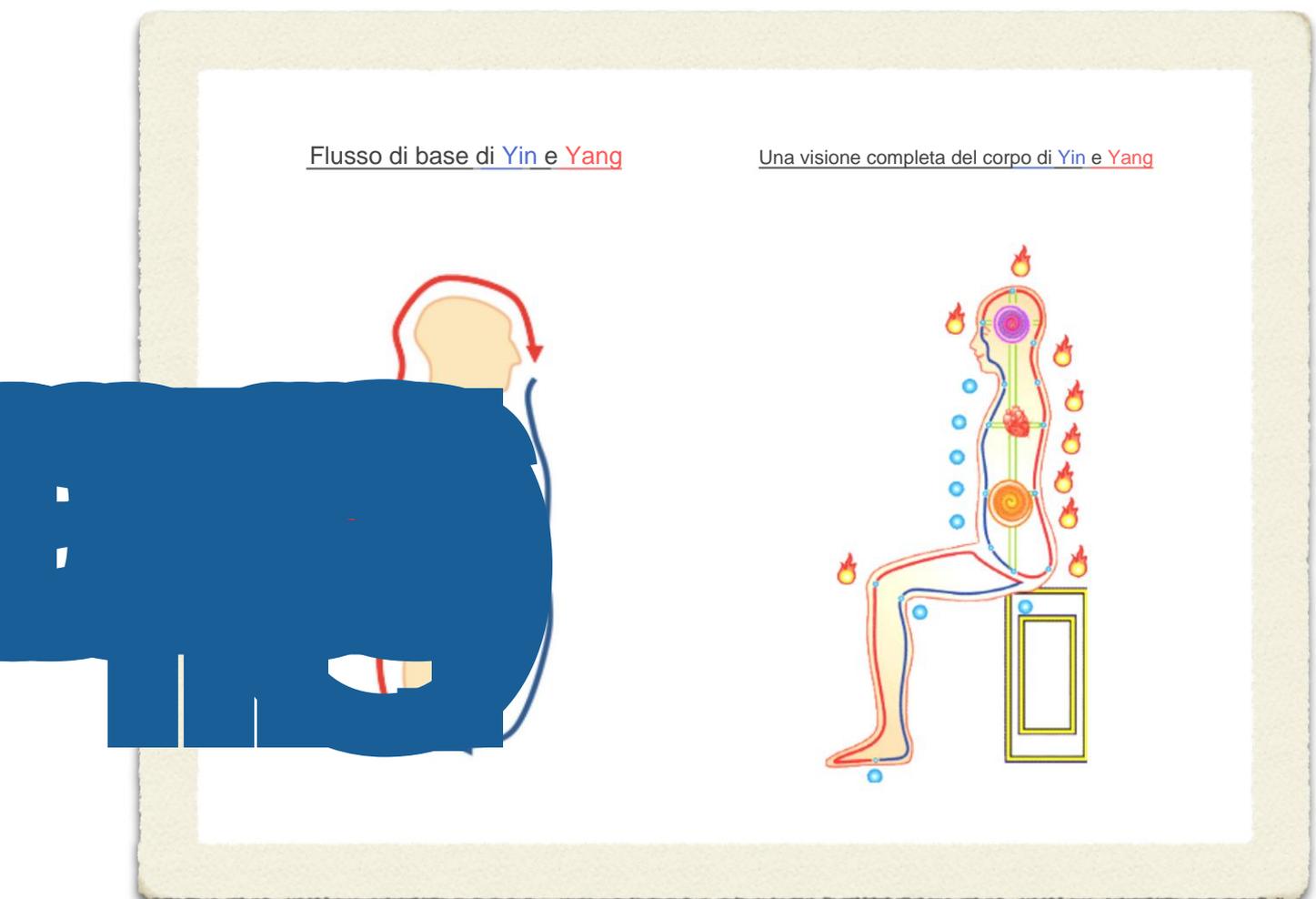
Padroneggia le pratiche di guarigione

2.3 Orbita Microcosmica:

Il termine "Orbita microcosmica" è qualcosa che è spesso associato alla medicina cinese, al Qi Gong e alla filosofia taoista e viene spesso insegnato come parte di una pratica meditativa per migliorare il flusso di energia Chi all'interno del tuo corpo. Come praticante basato sull'energia, una comprensione dell'Orbita Microcosmica interna può essere molto vantaggiosa per te come canale di guarigione e come meditatore e quindi stiamo includendo questa pratica aggiuntiva qui nel livello Reiki Master.

Come già saprai, il tuo corpo è costituito da una serie di canali energetici o meridiani che aiutano a fornire al tuo corpo in modo sicuro ed efficiente l'energia vitale di cui ha bisogno per svolgere le sue funzioni quotidiane. All'interno di questa complicata serie di percorsi e canali energetici, si ritiene (attraverso la tradizione medica cinese) che ci siano due canali principali di natura molto speciale. Questi sono noti come "vaso di governo" e "vaso di concezione".

Si dice che entrambi questi canali siano i "fiumi" principali in cui **lo Yin** (acqua/energia femminile) e **lo Yang** (fuoco/energia maschile) scorrono all'interno del nostro corpo. E come tali, si dice che questi canali siano molto importanti per aiutarci a mantenere l'equilibrio e l'armonia dentro di noi.



E come puoi vedere dalle immagini di cui sopra, si dice che l'energia Yang venga attratta attraverso la regione spinale del nostro corpo attraverso il "meridiano del vaso di governo" e l'energia Yin fluisca verso il basso attraverso la parte anteriore del nostro corpo attraverso il "vaso della concezione". meridiano'.

L'immagine a sinistra è spesso usata per descrivere l'esercizio meditativo di base per connettere e sentire la nostra Orbita Microcosmica. Questo è uno dei modi più popolari per fare questa pratica meditativa e aprendoti all'energia Yin e Yang che scorre all'interno di questi due meridiani, si dice che puoi sperimentare molti tipi di guarigione e beneficio mentre permetti lo Yin e lo Yang energia per entrare in equilibrio l'uno con l'altro.

La maggior parte delle persone inizierà le proprie meditazioni sull'Orbita Microcosmica con questo formato di base. Una volta che si sentono più a loro agio, sono quindi in grado di iniziare a sperimentare facendo una meditazione completa sull'Orbita Microcosmica mentre immaginano le energie Yin e Yang che si estendono verso il basso nella regione delle gambe (come puoi vedere dall'immagine a destra).



Spesso pensiamo che per i praticanti di Reiki sia una buona idea praticare l'Orbita Microcosmica di base per almeno alcune settimane prima di passare alla versione più avanzata di questa pratica. La pratica di base ti permetterà anche di sentire e connettere le tue energie interne e può anche aiutare a promuovere la salute generale e il benessere dall'interno. Ti invitiamo quindi a leggere rapidamente questa pratica di base in modo da poter acquisire un'esperienza completa e completa della tua orbita microcosmica!



✧ **Esercizio dell'Orbita Microcosmica**

Come parte di qualsiasi mediazione dell'Orbita Microcosmica, è di vitale importanza che vi prepariate adeguatamente per questo esercizio per permettere alle energie di essere collegate tra il vaso governante e il vaso concezione. Questo viene fatto molto facilmente seguendo i due passaggi seguenti:

☀ **1) Posiziona la punta della lingua sul palato** Secondo la medicina

tradizionale cinese, il vaso del concepimento inizia sulla punta della lingua e il vaso di governo termina nel palato superiore o sul tetto della bocca. Appoggiando la punta della lingua sul palato, sei quindi in grado di collegare insieme questi due principali meridiani energetici in modo che ci sia un flusso di energia regolare e coerente tra i due.

Questa posizione molto semplice è anche prescritta in molte tradizioni yogiche come una forma di "mudra" che può aiutare a connettere e far circolare le tue energie in modo più efficace all'interno del corpo. Collegando questi due meridiani principali, ora sei in grado di percepire o sentire le energie che circolano in modo più efficace tra il vaso di governo e il vaso di concepimento.

☀ **2) Stringere leggermente il punto del perineo**

All'estremità opposta del corpo, permettendo a te stesso di stringere molto dolcemente il punto del perineo, sarai in grado di collegare il vaso del concepimento con il vaso di governo all'estremità inferiore del tuo corpo che ora aiuta per completare il circuito. La compressione del punto del perineo è normalmente qualcosa a cui ci vuole un po' di tempo per abituarci all'inizio, tuttavia con un po' di tempo e pratica, puoi imparare a farlo con facilità.

Il punto del perineo si trova tra i tuoi genitali e l'ano e per "flettere" questo muscolo farai qualcosa che viene comunemente chiamato "kegel" o contrazioni del PC. Si prega di notare qui, tuttavia, che per i nostri scopi qui, in realtà eseguirai solo una compressione e la terrai invece di eseguire un movimento costante di compressione e rilascio come faresti con i kegel.



Per aiutarti a identificarti un po' di più con questa contrazione muscolare, è il muscolo PC (muscolo pubococcigeo - *pronunciato pew-bo-cok-see-gee-us*) che dovresti "flettere" per fermare il flusso della tua urina. Ma ancora una volta, per i nostri scopi qui, desideriamo ribadire l'idea che non è necessario stringere forte il muscolo PC per riunire i due principali canali energetici, ma piuttosto tenere insieme questo muscolo molto delicatamente per aiutare a creare questa connessione tra il tuo vaso di governo e il tuo vaso di concezione.

Una volta che vi siete adattati a questa sensazione di aver collegato entrambi questi punti, ora potete portare la vostra consapevolezza o focalizzarvi sull'immaginare, sentire o percepire le energie che fluiscono attraverso l'Orbita Microcosmica.

Le energie si stanno muovendo verso l'alto attraverso il tuo vaso di governo, sopra la tua testa e giù attraverso il vaso della concezione. Le energie quindi girano intorno al punto del perineo e si spostano nuovamente verso l'alto attraverso il vaso di governo ancora una volta. Questo processo si ripete più e più volte fino a quando non puoi iniziare a sentire e connetterti con la tua Orbita Microcosmica interiore in modo più tangibile.

Anche come praticante di Reiki, questo esercizio di base richiederà probabilmente del tempo per abituarsi. Queste energie Yin e Yang dentro di te stanno lavorando a un livello molto sottile, quindi per favore permetti a te stesso di essere un po' paziente con questa pratica. Dopo esserti sentito a tuo agio con la pratica di base, ora puoi passare all'esercizio meditativo dell'Orbita Microcosmica più avanzato.



➤ **Esercizio avanzato sull'Orbita Microcosmica**

Come abbiamo appena accennato in precedenza, vi suggeriamo di iniziare con alcune settimane del Microcosmico di base. Esercitati in orbita in modo che tu possa sentirti a tuo agio nel mantenere queste nuove posizioni e in modo che tu può sentire il sottile flusso di energia all'interno del corpo.

E come puoi vedere dalle illustrazioni sopra, quando ti sentirai pronto per entrare in questa meditazione più avanzata, ora estenderai questa Orbita Microcosmica completando un giro superiore completo e poi permettendo a te stesso di sentire il flusso di energie muoversi verso il basso nel tuo regione delle gambe.



Il formato e il processo di questa meditazione saranno esattamente gli stessi della tecnica di base, tranne per il fatto che per questo esercizio suggeriamo di sederti in posizione eretta su una sedia o di sdraiarti in modo che le energie possano essere facilmente percepite e collegate attraverso il gambe (al contrario di dire seduto a gambe incrociate).

Fase

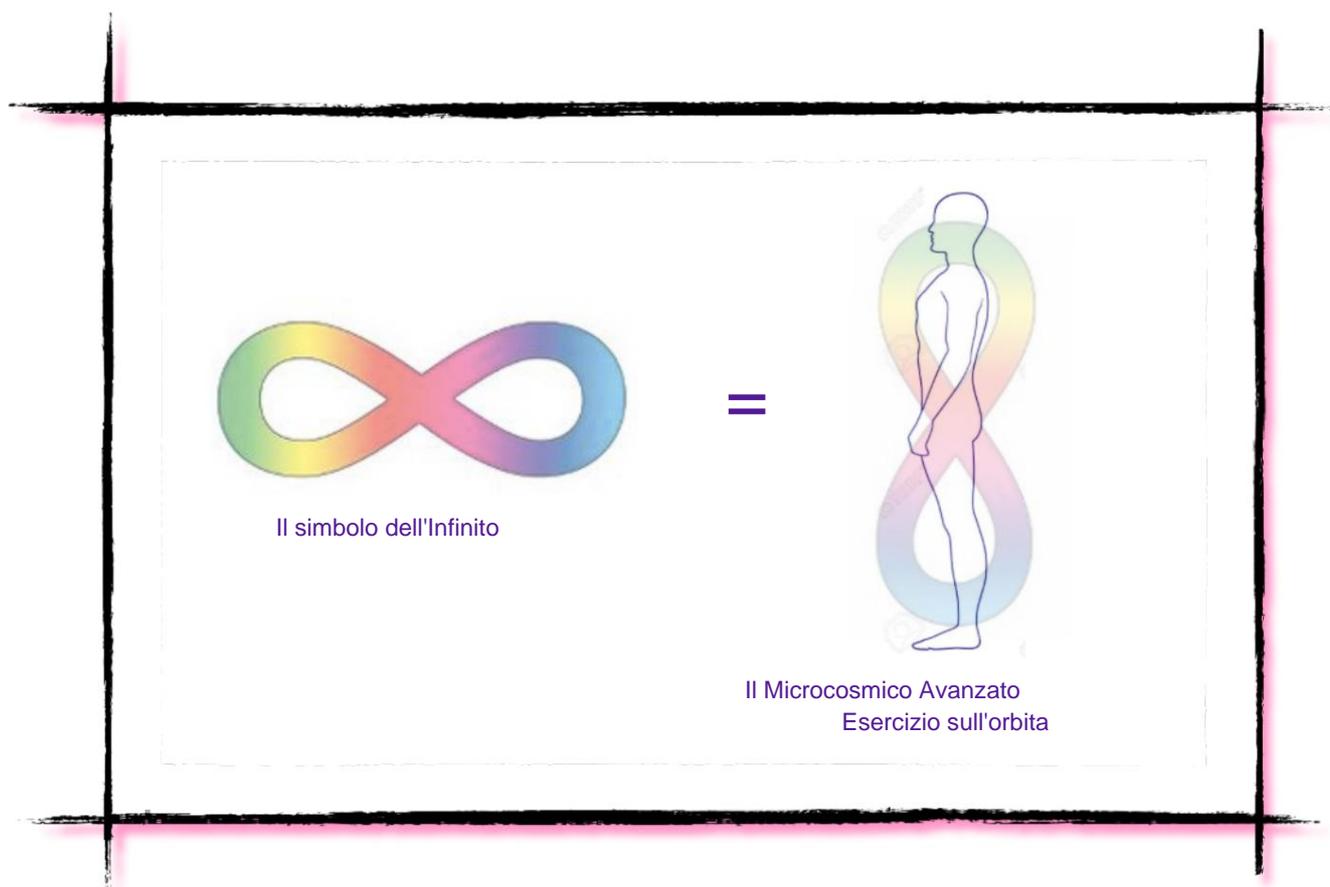
uno: potresti essere seduto in un luogo di pace e quiete mentre ti prendi alcuni minuti per chiudere il punto del perineo. Metti la punta della lingua sul palato e ora trovi il tuo ritmo nell'esercizio dell'Orbita Microcosmica superiore.

Fase due:

quando ti senti pronto, forse dopo alcuni "circuiti superiori" (per aiutarti a connetterti con la tua energia e calmare la tua mente), ora ti senti pronto per estendere questo esercizio al circuito inferiore. Permettendo ora alle energie di fluire verso il basso attraverso il punto del perineo e lungo la parte posteriore delle gambe. Le energie circolano sotto i piedi e risalgono attraverso le gambe. Le energie si muovono verso l'alto attraverso il punto del perineo e fluiscono attraverso il tuo vaso di governo e quindi il circuito continua.



Quando osserviamo questo esercizio in modo schematico, possiamo anche vedere qui un'interessante correlazione tra l'Orbita Microcosmica e il simbolo dell'infinito. Per noi, questo è un suggerimento meravigliosamente sottile che la vostra Orbita Microcosmica è anche parallela a un fenomeno veramente infinito e divinamente vasto. Un luogo in cui il maschile e il femminile possono incontrarsi per essere unificati nell'unità. Questa è la tua meravigliosa orbita microcosmica in piena fioritura!



➤ Un esercizio dell'Orbita Microcosmica Reiki

Una delle cose migliori del Reiki è che è una pratica altamente complementare che può aiutarci a richiamare e fonderci con una gamma di energie di "coscienza superiore". E come esempio di ciò, discutiamo ora di come possiamo usare il Reiki insieme ai nostri esercizi dell'Orbita Microcosmica.



Per entrambe le tecniche descritte sopra, puoi provare a visualizzare o intendere che uno qualsiasi dei simboli Reiki si muova attorno alla tua orbita microcosmica. Forse desideri iniziare con questo esercizio di base dell'Orbita Microcosmica e introdurre uno dei simboli Reiki per vedere come ti senti?

Per esempio:

Chiudendo il punto del perineo e appoggiando la lingua sul palato, ti concedi un po' di tempo qui per visualizzare lentamente e delicatamente il bellissimo simbolo Reiki scelto che si muove intorno alla tua orbita microcosmica; su per il vaso governante e giù per il vaso concepimento.

Apri gli aspetti dei sentimenti di questa pratica mentre permetti al simbolo Reiki di portare guarigione, amore e luce ovunque sia necessario. Aprendo i tuoi meridiani principali in modo che possano sbloccarsi mentre permetti alle energie Yin e Yang di fluire dolcemente e meravigliosamente intorno alla tua orbita microcosmica in combinazione con le energie curative del Reiki.

Potresti voler introdurre un altro simbolo Reiki in questa pratica ora (mentre ti senti guidato) mentre ti apri a ricevere un'ampia varietà di energie curative aggiuntive nella tua Orbita Microcosmica. Se lo desideri, puoi usare la tua intenzione qui per consentire un flusso più libero di energia e forza vitale.

"Possa una delle mie energie, dei meridiani e dei percorsi energetici essere fluente, indisturbata e sana!"

Quando ti senti pronto, puoi anche adottare questo stesso approccio per l'esercizio dell'Orbita Microcosmica più esteso/avanzato o semplicemente continuare con l'approccio di base (come desideri). Come sempre, questi bellissimi simboli Reiki e le energie curative ti aiuteranno sempre a ripulire e guarire a un livello molto profondo in accordo con la tua intenzione mentre visualizzi ciascuno dei simboli Reiki che viaggiano intorno alla tua orbita microcosmica.

Questo è un modo davvero meraviglioso per dimostrare come il Reiki può essere utilizzato con quasi tutti gli stili di meditazione e guarigione personale per aiutare a migliorare e promuovere l'efficienza della guarigione. Come sempre, gli aspetti divinamente guidati di questo bellissimo sistema di guarigione ti assicureranno di ricevere esattamente ciò di cui hai bisogno in un dato momento e ti aiuteranno sempre a ottenere il miglior risultato di guarigione possibile.

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

2.4 Posizioni avanzate delle mani:

Durante la formazione Reiki di Livello 1, ti abbiamo presentato una serie di posizioni di base delle mani per dare Reiki (per l'autoguarigione e per guarire gli altri). Queste posizioni di base delle mani assicurano che le energie Reiki vengano inviate a ciascuno dei chakra principali, agli organi principali e all'area problematica pertinente in un formato molto semplice e facile da imparare.



E mentre questo è spesso il modo più efficace di trattare una persona con il Reiki, ci possono essere altre volte in cui si sente il bisogno di usare un tipo molto specifico/diverso di posizione della mano per permettere alle energie del Reiki di essere distribuite per un particolare disturbo o blocco energetico.

In qualità di Usui Reiki Master Healer, desideriamo ora parlarne un po' di più in quanto suggeriamo alcune posizioni aggiuntive delle mani che potrebbero esserti di aiuto mentre procedi con le tue varie pratiche di guarigione.

Ma prima di iniziare, ribadiamo qui che non desideriamo sostituire *nessuna* delle posizioni di base delle mani, ma piuttosto, desideriamo semplicemente aggiungere al tuo repertorio di posizioni delle mani se dovessi sentire il bisogno di invocarle durante le tue sessioni di guarigione.

Ormai avrete capito che ci sono così tanti diversi tipi di malattie fisiche, mentali, emotive e spirituali che possono verificarsi all'interno del corpo. Ci sono così tanti tipi di disturbi, blocchi e altri problemi di guarigione che possono sorgere dall'interno. E come tale, è sempre importante per noi essere aperti alla guida divina in accordo con la nostra intuizione divina in modo da poter distribuire le energie curative Reiki dove sono più necessarie in un dato momento.

Mentre ci muovevamo attraverso ciascuno di questi corsi Reiki, ti abbiamo incoraggiato ad essere il più creativo possibile con le tue pratiche Reiki mentre ti apri alla bellezza della guida divina e alla tua intuizione divina. Vi abbiamo incoraggiato a provare cose nuove e a lavorare con le energie a modo vostro, quindi forse alcuni di voi si sono già aperti ad alcune delle cose che faremo ora

copertina.

In ogni caso, esaminiamo ora alcune situazioni di guarigione in cui potresti sentire il bisogno di utilizzare alcune di queste posizioni aggiuntive delle mani nella tua pratica per un migliore risultato di guarigione complessivo.

♥ 1) Liberare energia negli arti In

determinate circostanze, forse quando il destinatario soffre di dolori o disturbi alle braccia o alle gambe, potrebbe essere appropriato usare il Reiki per eliminare queste impurità. E, naturalmente, ci sono molte diverse opzioni che hai a tua disposizione qui attraverso le posizioni delle mani e attraverso l'uso della tua intenzione.

Ad esempio, potresti trattare un ricevente che soffre di una serie molto vaga di dolori al braccio destro. Potrebbero descriverti che sentono costantemente una rigidità o un dolore che corre lungo il braccio.



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Per cominciare, potresti voler eseguire il Byosen Scanning come una forma di diagnosi energetica sul corpo o in alternativa, quando inizi a dare loro una sessione di guarigione Reiki, potresti semplicemente sentire intuitivamente che ci sono alcuni problemi o blocchi energetici in quest'area di il loro corpo (per questo esempio, forse dal polso fino alla spalla).

In questo caso, potresti sentire che vorresti provare a liberare o rilasciare alcune di queste energie più dense o bloccate durante la tua sessione di guarigione, tuttavia trattare ogni parte del braccio attraverso un normale approccio di "posizioni delle mani" richiederebbe probabilmente un po' di tempo. sessione di guarigione completa da solo!

Pertanto, un ottimo modo per avvicinarsi a questo tipo di lavoro di guarigione è quello di mettere una mano sulla spalla e una mano sul polso (o palmo della mano) e permettere alle energie Reiki di fluire su e giù per il braccio, cioè tra entrambi delle tue mani.

Mentre mantieni questo tipo di posizione della mano, sei anche in grado di richiamare e proiettare ciascuno dei simboli Reiki in questa zona del corpo. Ad esempio, potresti immaginare o intendere che i simboli Reiki fluttuino su e giù per il braccio e portino sollievo al dolore e aiutino a sbloccare tutte le energie più oscure o più dense in quest'area.

In questo esempio, potresti desiderare di dedicare più tempo al trattamento di quest'area e, in molti casi, questo tipo di posizione della mano "estesa" potrebbe effettivamente essere un modo davvero meraviglioso per trattare l'"area problematica". E come con tutte le tecniche Reiki, ci saranno alcuni modi in cui puoi farlo. Ad esempio, quando tratti il braccio, potresti voler adottare 2 diverse posizioni delle mani mentre ti senti guidato:



Posizione della mano 1: una mano sul polso + una mano sul gomito (5 - 10 minuti) (inutes)

Posizione delle mani 2: una mano sul gomito + una mano sulla spalla (5 - 10 minuti) (minutes)

Come puoi vedere da queste variazioni sopra, queste diverse posizioni delle mani possono essere particolarmente rilevanti per te se stai trattando un problema della parte inferiore del braccio o un problema della parte superiore del braccio. In alternativa, un altro ottimo modo per trattare questo tipo di problemi è inviare l'amore e la luce del Reiki nel Chakra del palmo mentre si proiettano queste energie direttamente nella zona delle spalle. E se lo desideri, puoi alternativamente utilizzare ciascuna delle seguenti posizioni delle mani per trattare il braccio:

Posizione della mano 1: una mano sul palmo + una mano sul gomito (5 - 10 minuti) (inutes)

Posizione della mano 2: una mano sul palmo + una mano sulla spalla (5 - 10 minuti) (minutes)



Qualunque opzione tu scelga per trattare questo tipo di disturbi agli arti, è sempre importante usare la tua intenzione in modo saggio e creativo in modo da poter aiutare il ricevente a ottenere il miglior risultato di guarigione possibile. L'uso dei simboli Reiki ti aiuterà anche a trattare questo tipo di problemi notando che essi fluiranno sempre dove sono necessari secondo la tua intenzione.

Questo approccio può anche essere applicato allo stesso modo per trattare l'area delle gambe con il Reiki. Scambia semplicemente la spalla con l'anca, il gomito con il ginocchio, il polso con la caviglia e il Chakra del palmo con il Chakra del piede. Lo stesso identico pensiero può essere applicato in entrambi i tipi di situazioni.

♥ 2) Trattare la colonna vertebrale

In molte tradizioni spirituali, la colonna vertebrale è considerata una parte molto importante del corpo umano. Ad esempio, nel Kriya Yoga, viene insegnato che la "Coscienza di Dio" viene ricevuta attraverso il nostro chakra della corona e nel nostro cervello. Queste energie sono quindi in grado di fluire verso il basso attraverso la nostra regione spinale, i nostri chakra e attraverso tutti i nostri numerosi percorsi energetici.

Come disse una volta il grande Paramhansa Yogananda:

“La spina dorsale e il cervello sono gli altari di Dio”

Come praticanti di Reiki quindi, è giusto dire che il trattamento della colonna vertebrale è molto importante. E, naturalmente, siamo in grado di farlo durante la nostra sessione di guarigione di tutto il corpo seguendo la serie base di posizioni delle mani che sono state insegnate attraverso le pratiche di Livello 1.

Tuttavia, in alcune sessioni di guarigione, potresti sentire che c'è un'ulteriore necessità di trattare la colonna vertebrale. Ad esempio, potresti sentire la necessità di bilanciare le energie nella regione della colonna vertebrale o liberare alcune energie bloccate in questa regione. Forse vorresti terminare la tua sessione di guarigione di tutto il corpo portando equilibrio e armonia nella regione della colonna vertebrale?

In tutti questi casi, potrebbe essere opportuno che tu pensi di introdurre le seguenti posizioni delle mani nelle tue varie pratiche di guarigione:



- Posizione A):**
Mano sulla parte bassa della schiena + mano sul chakra del cuore.
- Posizione B):**
Mano sulla parte bassa della schiena + mano sul collo
- Posizione C):**
Mano sulla parte bassa della schiena + mano sul chakra del terzo occhio

Si prega di trovare le immagini per queste posizioni delle mani di seguito:



Area spinale Posizioni delle mani

Posizione A):

Chakra della parte bassa della schiena e del cuore



Posizione B):

Parte bassa della schiena e del collo



Posizione C):

Chakra della parte bassa della schiena e del terzo occhio



Come parte del nostro addestramento Reiki di Livello 1, la nostra posizione finale della mano ti ha incoraggiato ad aprirti a questo stile di posizione della mano mentre portavi più equilibrio e centratura alle energie curative, cioè nel cuore e nei chakra sacrali prima di trattare l'area problematica. E questo è un modo molto carino di pensare a questa posizione delle mani: centrare e bilanciare le energie.

Un altro scopo di questa posizione della mano è però quello di liberare energie nella colonna vertebrale e di aiutare a garantire che tutte le energie scorrono senza intoppi attraverso ciascuno dei percorsi energetici. E in questo modo, questo stile di posizionamento delle mani può essere molto utile per rilasciare e sbloccare le impurità.

Come puoi vedere dalle immagini sopra, ci sono diversi modi in cui puoi avvicinarti a questo tipo di posizione delle mani e, come tale, vorremmo sempre incoraggiarti ad aprirti e chiamare queste posizioni delle mani mentre ti senti intuitivamente guidato.

Questo stile di posizionamento delle mani può spesso aiutare a migliorare il flusso di energia e, se lo desideri, puoi migliorarlo ulteriormente proiettando o intendendo che i simboli Reiki scorrano su e giù per la regione della colonna vertebrale. Le frequenze curative dei simboli Reiki ti aiuteranno anche a eliminare eventuali impurità o blocchi all'interno del campo energetico del ricevente in modo più efficace secondo la tua intenzione. E ancora, ti incoraggiamo a essere il più creativo possibile! Ad esempio, quando usi queste posizioni delle mani, potresti voler dire qualcosa del tipo:



“Possano le energie Reiki aiutare a bilanciare, centrare e portare armonia in tutti i chakra e nella regione della colonna vertebrale. Possano queste energie liberarsi e liberare tutte le impurità dall'interno di quest'area in modo che tutta l'energia all'interno del corpo possa fluire liberamente e con amore. Grazie, grazie, grazie.”

Per il nostro allenamento di Livello 1, abbiamo suggerito di utilizzare questo tipo di posizione delle mani al *termine* della sessione. Riteniamo che questo sia spesso un momento meraviglioso per dare un ultimo chiarimento finale all'interno di questa regione e soprattutto dopo aver già trattato tutti i singoli chakra con il Reiki.

Ad esempio, se dovessi iniziare la tua sessione di guarigione con questa posizione della mano, potresti scoprire che è troppo difficile trattare l'intero spettro della colonna vertebrale. Tuttavia trattando prima ciascuno dei centri energetici attraverso ciascuna delle posizioni delle mani, puoi quindi aiutare più facilmente le energie a fluire su e giù per la colonna vertebrale durante le fasi finali della tua sessione di guarigione.

È ancora per questo motivo che l'abbiamo inclusa come posizione finale delle mani durante l'allenamento Reiki di Livello 1 - per aiutarti a centrare, equilibrare e portare un flusso di energia regolare al sistema energetico del ricevente. E come tutte le pratiche Reiki, potrai anche immaginare o intendere che le energie circolino e si muovano nel modo che desideri.



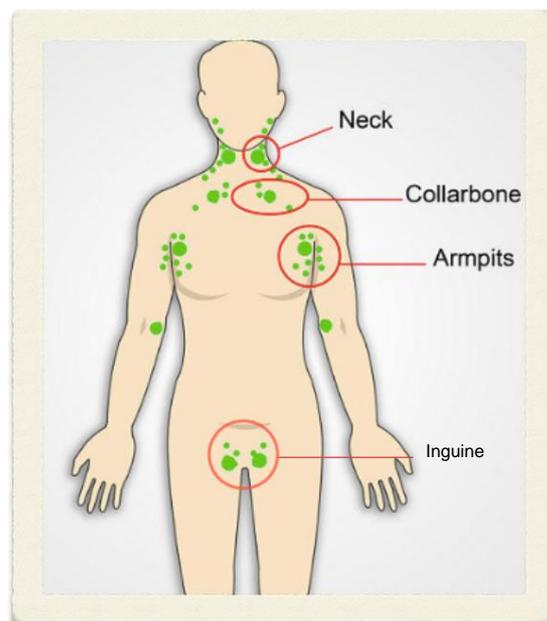
Ad esempio, spesso ci piace immaginare che le energie circolino attraverso l'intero corpo con un movimento a forma di 8, proprio come abbiamo discusso nella sezione precedente sull'Orbita Microcosmica. E mentre lo fai, puoi immaginare o intendere che le energie circolino meravigliosamente attraverso ciascuno dei canali energetici in modo che il destinatario possa godere di salute e benessere genuini e duraturi nella loro vita!

♥ 3) Trattare il sistema linfatico

Nell'arena dell'assistenza sanitaria alternativa, viene spesso insegnato che in caso di malattie gravi o malattie croniche, ci sarà inevitabilmente una serie di impurità, tossine e altri microbi che vivono all'interno del nostro sistema linfatico e specialmente all'interno della nostra linfa linfonodi (ghiandole linfatiche). E come tale, riteniamo che sia importante qui discutere un po' su come possiamo affrontare questo da una prospettiva Reiki.

Come puoi vedere dal diagramma, molte delle principali ghiandole linfatiche saranno già coperte e trattate con Reiki attraverso il set base di posizioni delle mani che sono state fornite (cioè il chakra della gola, la regione della clavicola e la regione pubica). Tuttavia, un'area importante che potrebbe mancare in un tipico formato di sessione di guarigione di tutto il corpo (che può anche essere una parte importante del trattamento di malattie o malattie gravi) è sotto le braccia e le ascelle.

Dal diagramma vediamo che questa zona del corpo ospita molti linfonodi e come tale, questa è un'altra zona del corpo in cui il Reiki può essere particolarmente efficace. Per trattare quest'area (come ti senti guidato), puoi scegliere una delle seguenti due posizioni:



Principali ghiandole linfatiche / Linfa
Nodi nel corpo umano

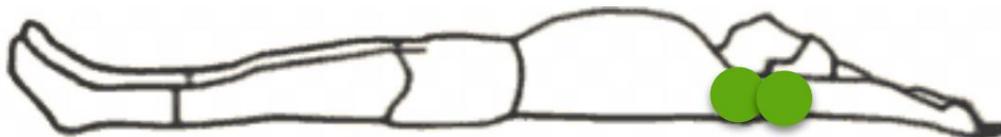
♥ **Posizione A):** *posizionare una mano sulla parte anteriore dell'ascella e una mano sul retro dell'ascella mentre il destinatario continua a sdraiarsi con le braccia appoggiate lungo i fianchi.*

♥ **Posizione B):** *sollevare il braccio del ricevente e posizionare le mani direttamente sopra i linfonodi*

Posizioni delle mani per il trattamento dei linfonodi sotto le ascelle



Posizione A):
Una mano davanti e una
Mano dietro l'ascella



Posizione B): sollevare il braccio e posizionare entrambe le mani sulla zona delle ascelle



Come sempre, sarai guidato dove sono necessarie le tue mani durante la tua sessione di guarigione, quindi è semplicemente importante aprirsi e condividere le meravigliose energie Reiki con amore!

Desideriamo ribadire qui che l'idea di trattare i linfonodi durante la sessione di Reiki è spesso più rilevante quando si trattano malattie croniche o malattie gravi, tuttavia in altri momenti, il destinatario può anche avere una serie di blocchi energetici in quest'area anche senza sperimentare gravi disturbi.

È nostra intenzione condividere queste informazioni aggiuntive con te in modo che tu possa diventare un canale di guarigione più abile e speriamo davvero che possa aiutarti a portare più amore, luce e guarigione nelle tue pratiche a beneficio di tutti!



♥ 4) Trattare un'area problematica (con intuito)

Avendo ora coperto alcuni dei modi in cui puoi aggiungere all'attuale serie di posizioni di base delle mani nei tuoi trattamenti Reiki, parliamo ora di come puoi trattare l'area problematica con una sensazione più intuitiva. Durante questi corsi, abbiamo sempre sostenuto di aprirci alla guida divina e di "sentire" la tua strada attraverso una sessione di guarigione e con questa tecnica, ora desideriamo presentarti un'altra tecnica che può aiutarti a farlo più facilmente.

L'idea di base qui è molto semplice: posiziona semplicemente una mano sull'area problematica e ora sintonizzati e connessi ai tuoi sentimenti interiori per capire dove altro il destinatario ha bisogno di cure. Cosa puoi sentire? Dove senti di dover essere? Riesci a sentire blocchi energetici da qualche altra parte? Ci sono ulteriori informazioni sul problema?

Quello che stai effettivamente facendo qui è aprirti per ricevere informazioni intuitive sul problema specifico che stai vivendo e per chiedere all'universo divino dove sei necessario per mettere le mani per il miglior risultato di guarigione possibile.

Come parte di questa tecnica, ti suggeriamo di chiedere amorevolmente e umilmente l'assistenza divina qui e poi aprirti all'ascolto (attraverso il tuo cuore) per qualsiasi informazione, sentimento o conoscenza interiore che possa sorgere.



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

In qualità di Usui Reiki Master Healer, sarai senza dubbio consapevole del fatto che un dolore fisico alla gamba potrebbe non sempre significare che c'è un blocco energetico in questa specifica area. Molto spesso, un dolore in una zona del corpo è in realtà dovuto a un blocco energetico che risiede in una zona del corpo totalmente diversa.

Pertanto, facendo appello a questa tecnica più intuitiva, ora consenti a te stesso di essere guidato verso dove si trova veramente il blocco energetico in modo da poter fornire più amore, luce e guarigione anche in quest'area.

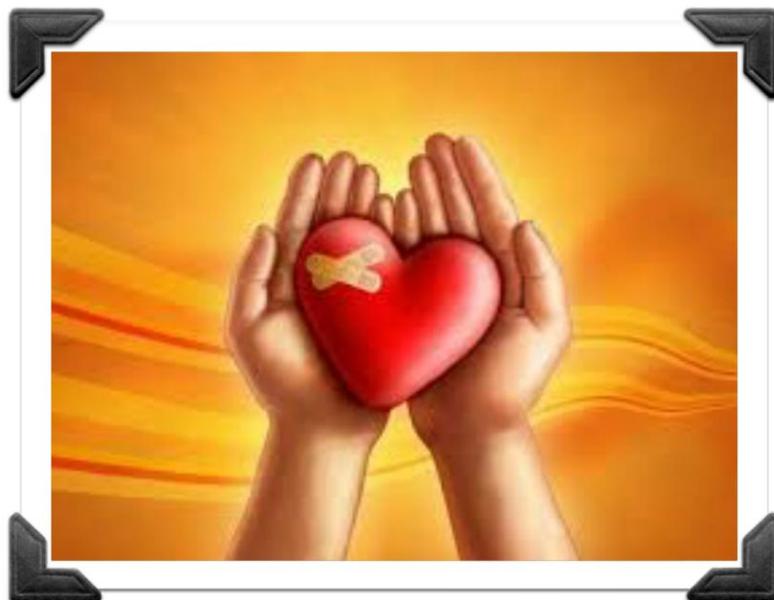
Ad esempio, potresti scoprire che il gomito doloroso di un ricevente potrebbe derivare da blocchi energetici nella regione della spalla o nel chakra del cuore. Un disturbo alla gola può effettivamente essere collegato a blocchi nel primo o nel secondo chakra e così via. In queste situazioni, potresti essere in grado di trattare il dolore o la malattia con una mano mentre con l'altra invii il Reiki alla vera causa del problema.

E con questa idea di base, ora ti sei aperto completamente alla tua intuizione divina e, così facendo, sei in grado di inviare Reiki direttamente nelle parti del corpo del ricevente dove è più necessario!

Naturalmente comprendiamo qui che potresti aver già trattato quest'area durante la tua sessione di tutto il corpo (e quindi non sentirti come se avessi bisogno di trattarla di nuovo) o in altri casi, il tuo intuito potrebbe dirti che hai bisogno di entrambe le mani su l'area dolorosa o problematica che va anche bene!

Ancora una volta, per favore sii sempre guidato dalla tua divina conoscenza interiore in tutte le fasi della tua sessione di guarigione.

Mettere una mano sull'area problematica e poi aprirsi alla possibilità di poter trattare un'altra area del corpo è in realtà un approccio sorprendentemente insolito per trattare un'area problematica con il Reiki. Riteniamo che questa sia anche una buona tecnica per trattare un'area problematica e come Usui Reiki Master Healer, stiamo ora cercando intenzionalmente di aprire e ampliare i tuoi orizzonti qui su alcuni dei modi in cui ora puoi iniziare a condividere queste energie Reiki nella tua guarigione lavoro.



Con amore e luce, speriamo che queste nuove tecniche e pratiche vi siano di aiuto e che vi aiutino a fornire una meravigliosa gamma di bellissime energie curative e amore a tutti i vostri destinatari (incluso voi stessi).

Che possiamo essere felici e non soffrire!

2.5 Sfera di luce:

La tecnica della sfera di luce è una tecnica di guarigione/meditazione molto semplice e versatile che ti consente di inviare Reiki a una grande varietà di cose diverse. Che si tratti di inviare guarigione per te stesso, un gruppo di persone, un obiettivo, un'idea, un evento futuro, un evento passato, un tratto della personalità indesiderato, la terra o persino l'intero universo, questo esercizio con la sfera di luce è perfetto!

E per quelli di voi che hanno ricevuto la loro formazione di Livello 2 con Love Inspiration, questa è ora un'estensione molto naturale di una delle tecniche di guarigione a distanza delineate nel Livello 2 (dove avete disegnato un triangolo e posizionato ciascuno dei simboli Reiki di Livello 2 intorno a ciascun punto per inviare guarigione a qualsiasi numero di situazioni diverse).

A questo livello di Usui Reiki Master Healer, quindi, la tecnica della sfera di luce ora estende questa pratica di base in modo che tu sia ora in grado di inviare luce di guarigione Reiki (e qualsiasi numero di simboli Reiki) a una meravigliosa varietà di circostanze di guarigione. E mentre ci sono molti modi diversi in cui potresti pensare di introdurre questa tecnica nelle tue varie pratiche di guarigione, ora evidenzieremo tre modi molto comuni per usare la tecnica della sfera di luce nelle sessioni di meditazione e/o di guarigione.

● 1. Sfera di luce - Tecnica di guarigione a distanza

Come tecnica di guarigione a distanza, la tecnica della sfera di luce è una tecnica meravigliosamente flessibile e molto semplice che può essere utilizzata per inviare Reiki a un gran numero di problemi e situazioni di guarigione differenti. Ad esempio, potresti trovare utile questa tecnica quando invii la guarigione a distanza a gruppi di persone, la terra, l'universo, i tratti della personalità, gli eventi futuri o qualsiasi altra cosa che ritieni sia leggermente astratta o al di fuori del normale spettro di guarigione a distanza.

Per utilizzare questa tecnica per la guarigione a distanza, inizia semplicemente impostando chiaramente la tua intenzione e preparandoti a dare una sessione di guarigione a distanza. Mentre ti senti pronto per iniziare, ora immagina che il problema di guarigione, il disturbo, il destinatario o un'altra situazione si trovi all'interno di una sfera di luce.



Ora sei in grado di aprirti come canale Reiki e inviare la guarigione Reiki alla sfera di luce, sia attraverso la tua intenzione che trasmettendo la guarigione Reiki attraverso le tue mani. Come tutte le cure a distanza, ti consigliamo di iniziare utilizzando il simbolo di guarigione a distanza (per aiutarti a rafforzare la tua connessione di guarigione) e quindi utilizzare uno o tutti i simboli Reiki (come ti senti guidato) per aiutare a portare più amore e luce a il problema che stai trattando.

Come ogni normale sessione di guarigione a distanza, potresti voler inviare la guarigione Reiki per circa 10 - 20 minuti o per tutto il tempo che ritieni necessario, notando che sarai in grado di fare questo tipo di guarigione come faresti normalmente (cioè usando affermazioni, visualizzazioni, tecniche simboliche aggiuntive e altri ausili per aiutarti a migliorare il tuo lavoro di guarigione).



2. Sfera di luce - Tecnica di meditazione

In qualsiasi fase di qualsiasi pratica di meditazione, puoi anche invocare questa tecnica della sfera di luce per inviare guarigione a tutto ciò che desideri. Per fare questo, visualizza semplicemente o immagina che una piccola sfera di luce bianca si libra da qualche parte davanti al tuo Chakra del Cuore. Se sei sdraiato, potresti desiderare di vedere questa sfera di luce sospesa appena sopra la zona del tuo petto (chakra del cuore).

Questa bellissima sfera di luce bianca è traslucida e ora sei in grado di posizionare tutto ciò che desideri all'interno di questa bellissima sfera di luce curativa per inviarle guarigione.



Ad esempio, potresti desiderare di immaginare che la tua rabbia si trovi all'interno di questa sfera di luce curativa. E mentre metti questo problema di guarigione nella tua sfera di luce, ora sei in grado di inviare guarigione Reiki, amore e luce a questo problema attraverso la tua concentrazione meditativa.

Il modo in cui desideri "inviare la guarigione" dipende interamente da te. Comprendiamo e riconosciamo che in questa fase del tuo viaggio Reiki, avrai senza dubbio una buona comprensione delle tue preferenze personali. E come tale, con questa tecnica, ora ti invitiamo a connetterti con le energie curative del Reiki a modo tuo.



Alcuni di voi potrebbero desiderare di aprire il proprio cuore e permettere all'amore e alla luce del Reiki di fluire in modo molto naturale attraverso di voi nella vostra bellissima sfera di luce. Potete connettervi con l'idea che la vostra luce d'amore stia ora riempiendo questa palla e permettendo al vostro 'problema' o 'disturbo' di essere guarito e purificato con tanto amore.



Quando ti senti pronto, potresti anche desiderare di proiettare o posizionare mentalmente i simboli Reiki nella tua sfera di luce e consentire alle meravigliose energie curative del Reiki di illuminare, schiarire e portare ancora più amore, guarigione e purificazione in quest'area della tua vita. Puoi di nuovo aprire il tuo cuore e permettere alle energie Reiki di fluire in modo molto naturale nella tua splendente sfera di luce radiosa mentre diventi un canale per il flusso delle energie Reiki.

Mentre ti senti guidato, ora potresti semplicemente desiderare di sederti in questo spazio di pace, quiete e amore mentre le energie Reiki continuano a fluire attraverso di te o, se lo desideri, potresti desiderare di nuovo invocare nuovamente i simboli Reiki per intensificare il energie curative e/o la tua esperienza meditativa.

Mentre sedete in questo spazio di amore e beatitudine, per quelli di voi che vogliono sperimentare l'idea di coltivare un'intenzione altruistica, ora potreste desiderare di estrapolare questi sentimenti d'amore verso l'esterno 'a beneficio di tutti gli esseri'. Per fare ciò, puoi ribadire qui la tua intenzione che tutti gli esseri siano liberi da questo particolare "problema" o "disturbo". (invece che solo te stesso o il singolo destinatario) Possano tutti essere felici e possano essere tutti liberi da questo tipo di sofferenza.

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Con questa nuova intenzione, ora potresti desiderare di portare "tutti gli esseri che soffrono per lo stesso problema" nella tua sfera di luce, assicurandoti di impostare chiaramente la tua intenzione in modo che le energie Reiki sappiano che ora invierai guarigione a tutti di questi esseri.

Forse desideri fare un ulteriore passo avanti e inviare semplicemente energie di guarigione verso l'esterno a "tutti gli esseri", indipendentemente da ciò di cui soffrono. Possano le energie Reiki fluire dove sono più necessarie in linea con le intenzioni individuali di ognuno, in modo che possano trovare felicità, gioia, pace, amore e luce nella loro vita.

Questi tipi di intenzioni sono un'estensione davvero meravigliosa di questa tecnica meditativa/guarigione e possono aiutarti a sentire una meravigliosa pace, amore e luce che fluiscono attraverso il tuo canale di guarigione Reiki.

Mentre ti apri a questo tipo di pratiche meditative, ti renderai presto conto che qui c'è una sovrapposizione tra l'idea di fare "guarigione a distanza" e fare meditazione mentre ti apri a più altruismo e più espansione nel tuo campo energetico. E quando inizi a portare questo nel contesto dell'unità o dell'interconnessione, inizierai sicuramente a vedere la bellezza e la profonda interrelazione tra fare il lavoro di guarigione su "te stesso" e fare il lavoro di guarigione sul "collettivo".

Perché al livello più alto - c'è davvero qualche differenza?

● 3. Sfera di luce - Tecnica di preparazione

Avendo ora coperto alcuni dei modi più comuni per lavorare con una serie di pratiche di guarigione ed esercizi meditativi della "sfera di luce", esaminiamo ora un'ultima tecnica che forse non è così comunemente insegnata. E qui, ti forniremo una pratica di preparazione molto semplice e facile che puoi adottare nelle tue sessioni di guarigione, se ti senti guidato.

Comprendiamo che ognuno è sempre molto diverso nel modo in cui gli piace prepararsi per dare sessioni di guarigione e con quest'ultima pratica, desideriamo quindi evidenziare qui un'altra opzione per te, se desideri fare appello a questa tecnica per il formato delle tue sessioni di guarigione. Durante la tua formazione di Livello 2 (dopo aver introdotto i simboli Reiki), ti abbiamo suggerito che la tua preparazione interna per dare sessioni di guarigione potrebbe essere simile a questa:



♥ **Passaggio 1:** *invita l'energia e imposta la tua intenzione (in posizione Gassho)*

♥ **Passaggio 2:** *caricati di Reiki*

♥ **Passaggio 3:** *proteggerti (facoltativo)*

♥ **Step 4:** *Invoca le energie Reiki*

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

E ora, se lo desideri, puoi aggiungere un quinto passo a questo processo qui con una palla di preparazione leggera. Questo passaggio finale richiederà circa 15 - 30 secondi e consentirà semplicemente una focalizzazione finale delle tue energie Reiki in una sfera di luce bianca in modo da sentirti centrato e aperto al flusso di Reiki.

(Inoltre, a seconda di come desideri caricarti con il Reiki, potresti voler proiettare simboli nella tua sfera di luce che avranno l'effetto aggiuntivo di "riscaldare" i tuoi palmi in preparazione per dare le mani sulla guarigione).



Come puoi vedere dall'immagine sopra, per questo esercizio preparatorio, le tue mani vengono unite con i palmi leggermente a coppa. Mantenendo questa posizione, ora sei in grado di immaginare che le energie Reiki fluiscano nello spazio tra i tuoi palmi e contribuiscano a creare una bellissima sfera di luce bianca.

Concediti solo un po' di tempo qui per connetterti con le energie Reiki e per consentire a queste energie di fluire molto agevolmente e con calma dalle tue mani e dai palmi. Se lo desideri, puoi anche immaginare o intendere che i simboli Reiki vengano portati nella tua sfera di luce - forse il simbolo tibetano Dai-Ko Myo è un modo semplice ed efficiente per connettersi qui...

In alternativa, se desideri fare un ulteriore passo avanti, puoi anche immaginare che il destinatario sieda all'interno della tua sfera di luce bianca mentre invii loro un dolce e gentile benvenuto alla loro sessione di Reiki, permettendo loro di rilassarsi e aprirsi a ricevendo guarigione, amore e luce per la loro sessione.

E come altra opzione, puoi anche permetterti di sintonizzarti con le energie del ricevente qui in modo da essere maggiormente in grado di ricevere qualsiasi informazione importante prima di iniziare la sessione di guarigione.

Dopo esserti connesso con questo rapido esercizio preparatorio con la palla di luce, ora sei pronto per dare le tue mani sulla sessione di guarigione con amore e luce!

Si prega di notare qui che quest'ultima tecnica è un altro modo per cercare di aprire le vostre prospettive sulla guarigione e Reiki più in generale e come tale, per favore pensate a queste come "idee creative" per il formato della vostra sessione di guarigione piuttosto che rigidi insegnamenti Reiki. Come per tutti i nostri corsi Reiki, è nostra intenzione qui fornirti molte opzioni diverse per le tue pratiche di guarigione Reiki in modo che tu possa decidere cosa ti sembra giusto per le tue pratiche di guarigione.



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

3. Tecniche di guarigione Reiki tradizionali giapponesi:

Dopo aver coperto alcune delle tecniche più "contemporanee" per questo corso di Usui Reiki Master Healer, spostiamoci ora in una forma più tradizionale di insegnamento del Reiki mentre introduciamo una gamma di diverse tecniche di guarigione che sono venute attraverso i lignaggi del Reiki giapponese e orientale .

Più comunemente, scopriamo che queste tecniche aggiuntive non sono normalmente incluse come parte di un corso di Reiki "di base" e sono più tipicamente offerte come corsi di formazione specializzati. Tuttavia, per i nostri scopi, riteniamo che questi siano un altro passo importante per farti capire di più sulla diversità e la profondità del Reiki mentre ti apri all'apprendimento di altre sei tecniche di guarigione Reiki.

E per aiutarti a rendere le cose un po' più facili qui, abbiamo scelto di mettere insieme un tutorial video di 15 minuti molto semplice per questa sezione che ti aiuterà a spiegare *tutte* queste tecniche di guarigione tradizionali giapponesi.

Questo video tutorial dimostrerà anche tutte queste tecniche di guarigione una per una (ove necessario) e può quindi aiutarti a comprendere queste pratiche da una prospettiva più pratica.



Questo video tutorial coprirà le stesse informazioni scritte nelle prossime pagine, quindi se hai voglia di fare una pausa qui dalla lettura, ti invitiamo a guardare questo video di YouTube ora facendo clic sul link sottostante:

[Tecniche Reiki tradizionali giapponesi - Tutorial video](#)



Per quelli di voi che non hanno guardato il video, ora esamineremo queste stesse informazioni qui in formato scritto in modo da poter delineare chiaramente le origini, gli scopi e i benefici di ogni tecnica. Ci auguriamo che apprezzerai queste prossime sezioni e che possano aiutarti ad espandere e diversificare le tue pratiche di guarigione Reiki!

3.1 Gedoku Chiryō Ho (Pulizia dell'Hara):

Questa prima tecnica ci offre una meravigliosa opportunità per ripulire e drenare le impurità dall'interno della regione di Hara. Le parole hanno i seguenti significati:



'Gedoku' = *purificare*

'Chiryō' = *cure mediche*

'Ho' = *metodo*

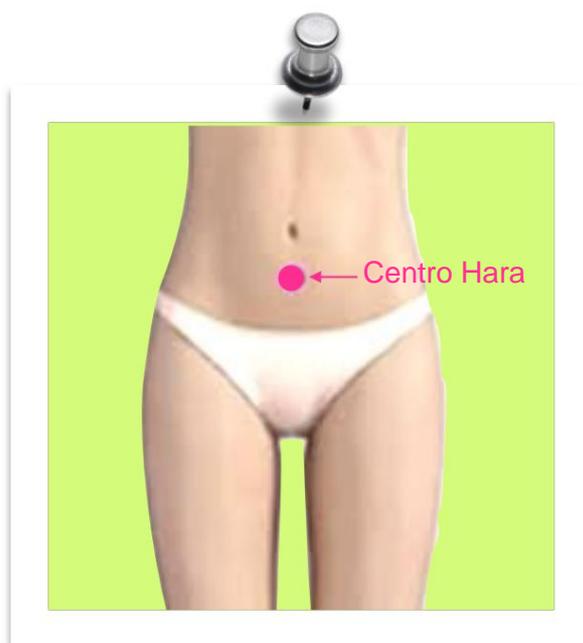


Quindi, mettendo insieme tutto questo, puoi vedere che il termine Gedoku Chiryō Ho è un metodo o una tecnica che viene utilizzata per dare un trattamento di pulizia.

In genere, dato il posizionamento delle mani insegnato per questa pratica, il Gedoku Chiryō Ho è più una pratica di guarigione di altri tipi e grazie alle sue meravigliose capacità di pulizia, può quindi essere un'aggiunta molto preziosa al tuo formato di sessioni di guarigione Reiki.

Come forse già saprai, la regione di Hara può spesso immagazzinare molti tipi di vecchie emozioni ed esperienze di vita passata e, come tale, la pratica di Gedoku Chiryō Ho può aiutarti a ripulire molti di questi tipi di impurità (e molto altro) da all'interno di questa area chakra molto emotiva.

Nella tradizione giapponese (e nelle tradizioni asiatiche più in generale), si dice che il centro Hara sia anche il centro del nostro campo energetico e come tale si insegna che purificando quest'area si sarà anche in grado di ripulire e rilascia molti tipi di tossine e altri detriti dall'interno del tuo intero sistema energetico.



La pratica per Gedoku Chiryō Ho è molto semplice e facile da fare e richiederà di posizionare le mani su entrambi i lati del Chakra Sacrale (cioè con una mano posizionata appena sotto l'ombelico e l'altra posizionata sulla parte bassa della schiena). In alcuni casi, potresti trovare più facile chiedere al tuo destinatario di stare seduto in posizione eretta mentre esegui questa tecnica Gedoku Chiryō Ho.

Mentre posizioni le mani sulla regione dell'Hara, imposta semplicemente la tua intenzione che questa sarà una pratica Gedoku Chiryō Ho e chiedi che le energie Reiki ti aiutino a drenare tutte le impurità dall'interno del centro Hara del ricevente e del suo intero campo energetico in generale .

Una volta stabilita questa intenzione, puoi aprirti e permettere alle energie Reiki di fluire attraverso il tuo canale divino di guarigione mentre le impurità iniziano a drenare dall'interno del campo energetico del ricevente.

Mentre lo fai, probabilmente sentirai alcune sensazioni qui mentre le impurità vengono drenate via o potresti sentire le energie rilassanti e calmanti che fluiscono attraverso di te. Durante questa pratica, potresti anche avere un'idea di quanto tempo potresti aver bisogno di tenere le mani in questa posizione e, in genere, questo varierà tra 5 e 20 minuti.

Mentre senti le energie fluire attraverso di te, potresti desiderare di immaginare che le impurità vengano drenate dal ricevente attraverso le sue gambe e nella terra.

Questa è una tecnica molto semplice e facile, tuttavia, in alternativa, potresti desiderare di immaginare che queste impurità vengano rilasciate in tutto il loro corpo (come desideri). Quasi come se le impurità fossero come una "nebbia" nera che viene rilasciata da ogni poro del corpo del ricevente. Questa è un'altra tecnica molto semplice e facile per praticare Gedoku Chiryō Ho.



E come abbiamo appena detto, ci sono una serie di sensazioni diverse che potresti provare o meno durante questa stessa pratica di purificazione. Come sempre, ti suggeriamo di seguire i tuoi sentimenti intuitivi mentre ti apri a questa tecnica di purificazione e, come sempre, per favore fai ciò che ti sembra giusto per te e per il tuo destinatario in quel momento.



Una volta terminato questo trattamento Gedoku Chiryō Ho, dato che ci sono state molte impurità drenate all'interno del campo energetico di un ricevente, è spesso una buona idea trascorrere del tempo aggiuntivo qui per inviare alcune energie ringiovanenti, piene di amore e luce nella regione di Hara per pochi minuti. Questo è sempre un passo importante dopo qualsiasi tipo di lavoro di pulizia profonda e aiuterà a riequilibrare le energie all'interno di questa regione mentre riempi questo spazio vuoto con amore e luce.

3.2 Tanden Chiryō Ho (Pulizia dell'Hara): Tanden Chiryō Ho è un

altro modo meraviglioso per fornire pulizia e purificazione alla regione dell'Hara. Questa tecnica è anche comunemente chiamata **Hara Chiryō Ho** e, ancora una volta, la definizione di questi termini è molto simile alla tecnica Gedoku Chiryō Ho come metodo per fornire un trattamento di pulizia alla regione di Hara.

Tuttavia, una delle cose meravigliose di Tanden Chiryō Ho, e uno dei motivi principali per cui l'abbiamo inclusa qui, è che questa tecnica può essere utilizzata per scopi di autoguarigione così come per guarire altre pratiche. E oltre a questo, ti fornirà anche un'altra tecnica molto utile per dare pulizia e purificazione sia a te stesso che ai tuoi destinatari.

Per praticare la tecnica Tanden Chiryō Ho, inizierai di nuovo qui impostando la tua intenzione che questa sarà una pratica 'Tanden Chiryō Ho'. Ora posiziona la tua mano sinistra sul centro Hara del destinatario e la tua mano destra sul Chakra del Terzo Occhio.

Con le mani posizionate in questo modo, ora puoi aprirti e permettere alle energie Reiki di fluire attraverso di te per 1 - 2 minuti per consentire una sensazione di equilibrio energetico all'interno del ricevente. Durante questo periodo potresti sentire che le energie iniziano ad allinearsi, correggere o riequilibrarsi mentre le energie curative iniziano a fluire su e giù per il corpo; creando una sorta di equilibrio in preparazione per la purificazione che verrà.

Dopo questi 1-2 minuti, quando senti che le energie si stabilizzano un po', sei ora pronto per entrare nell'aspetto purificante di questa pratica Tanden Chiryō Ho. Spostando ora la mano destra verso il basso nella regione di Hara, ora hai entrambe le mani posizionate sopra la regione di Hara in uno dei due modi:



Mani l'una accanto all'altra



Mano nella mano

Usui Reiki - Livello 3a

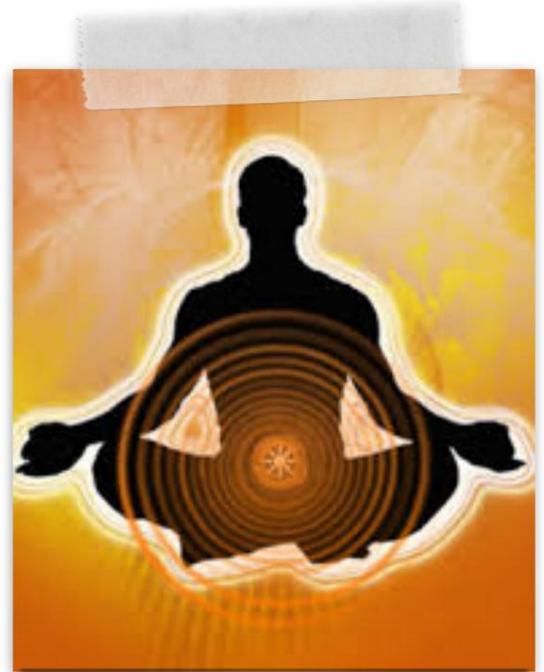
Padroneggia le pratiche di guarigione

Tenendo questa posizione della mano (una o l'altra) ora per 10-20 minuti, come ritieni necessario, sei ora in grado di intendere che tutte le impurità, le tossine e altri detriti vengano rilasciati in modo sicuro dal corpo del ricevente. Mentre questo processo sta avvenendo, ti suggeriamo ancora una volta di aprirti alla guida divina e di seguire i tuoi sentimenti intuitivi.

Ad esempio, potresti nuovamente desiderare di immaginare che le impurità vengano drenate dalle gambe del ricevente mentre senti o vedi questo processo accadere attraverso la tua intuizione divina. In alternativa, puoi immaginare che le impurità vengano rilasciate in ogni singola parte del corpo del ricevente - di nuovo come se ci fosse una "nebbia" nera che viene rilasciata attraverso tutti i pori della pelle del ricevente.

In alcuni casi, 5 - 10 minuti possono sembrare sufficienti per un trattamento, mentre altre volte, potresti sentire che il destinatario ha bisogno di più tempo (ovvero ovunque fino a 20 minuti). Come sempre, i tempi e le sensazioni prodotte durante questa pratica dipenderanno sempre dalle circostanze karmiche del destinatario e anche dalla facilità con cui è in grado di lasciar andare queste impurità.

Mentre finisci la tua pratica Tanden Chiryō Ho, ti suggeriamo di nuovo qui di dedicare alcuni minuti qui per inviare amore, luce e guarigione nella regione di Hara, intendendo che queste energie curative aiutino a riempirsi e portare luce a tutte le aree che hanno stato purificato dalla tua opera di purificazione. Ciò contribuirà a portare più equilibrio nel campo energetico del destinatario e può quindi aiutare il destinatario a sentirsi rinfrescato, ringiovanito e nutrito dopo che il trattamento di pulizia è terminato.



Entrambe le pratiche di purificazione Gedoku Chiryō Ho e Tanden Chiryō Ho possono essere utilizzate come tecniche di guarigione autonome o, in alternativa, potresti anche incorporarle nel formato delle tue sessioni di guarigione. Ancora una volta, per favore segui sempre il tuo intuito e fai appello a qualsiasi tecnica a cui ti senti attratto in quel momento.



3.3 Seishen Toitsu (respirazione Reiki):

Il termine Seishen Toitsu può essere definito in molti modi con una semplice definizione che è **"unificazione dell'anima"**. Un'altra definizione più letterale di questo termine è **"riunire la mente o l'anima pura"**. E mentre ci addentriamo più profondamente negli aspetti definitivi di Seishen Toitsu, possiamo cominciare a capire che questo termine è molto sinonimo del termine 'meditazione' o 'concentrazione rilassata'.

Come praticanti di Reiki, è quindi spesso più facile per noi pensare al Seishen Toitsu come a una forma di *meditazione* che può aiutarci ad allineare la nostra mente, il nostro corpo e la nostra anima. E come altre tecniche Reiki, le pratiche Seishen Toitsu sono state introdotte nello spettro Reiki attraverso le pratiche più antiche e consolidate del buddismo giapponese e del judo.

Come parte di questo corso, desideriamo presentarti un modo molto comune di praticare Reiki Seishen Toitsu e questa tecnica si concentrerà sul ritmo del nostro respiro mentre circoliamo e ci connettiamo con le energie Reiki attraverso Gassho (posizione di preghiera).

Questa semplice pratica Seishen Toitsu può essere completata in circa 5-10 minuti e, a causa della natura di questa pratica, è normalmente considerata una pratica di autoguarigione o meditativa che ci aiuta a connetterci più profondamente con le energie Reiki.

Questa pratica può essere completata sia come meditazione autonoma che come meditazione preparatoria (quando ti senti guidato). Per aiutarti a connetterti con questa pratica meditativa molto semplice, ecco una serie di istruzioni molto semplici per praticare il Reiki Seishen Toitsu:

Reiki Seishen Toitsu

- ✿ **Step 1:** Preparazione personale: imposta la tua intenzione e invita in energia.
- ✿ **Passaggio 2:** porta le mani in Gassho (posizione di preghiera).
- ✿ **Passaggio 3:** inspira le energie Reiki nei palmi delle mani e attira le energie Reiki nella tua regione di Hara
- ✿ **Passaggio 4:** espira le energie Reiki dalla tua regione di Hara e torna indietro attraverso i palmi delle mani
- ✿ **Passaggio 5:** ripeti questo ciclo continuamente (mentre ti senti guidato) permettendoti di sentire una connessione gentile e amorevole con le energie Reiki.



Come puoi vedere, questa semplice tecnica Seishen Toitsu basata sulla respirazione può anche essere utilizzata come un'ottima mediazione preparatoria e soprattutto per qualsiasi tipo di pratica di guarigione delle mani, in quanto aiuta a riscaldare le mani e i palmi per dare la guarigione Reiki.

Per quelli di voi che hanno ricevuto la formazione di Livello 1 con noi, forse ricorderete che abbiamo incluso una versione molto simile di questa tecnica Seishen Toitsu nella vostra meditazione "Gassho" di Livello 1. Ai nostri occhi, qui c'è una sovrapposizione tra queste due pratiche meditative e alcuni praticanti di Reiki si riferiranno persino a queste tecniche Reiki Seishen Toitsu come a una "meditazione del respiro Gassho".



Come tutte le pratiche di meditazione, ci sono molti modi diversi in cui puoi aiutare a portare la tua mente, il tuo corpo e la tua anima puri in allineamento, quindi ti incoraggiamo a esplorare e provare molti tipi di tecniche che funzionano per te in questa arena meditativa.

Come semplice esempio di ciò, introduciamo ora una variazione molto semplice della suddetta pratica Seishen Toitsu basata sulla respirazione che può aiutarti a centrarti nel tuo Chakra del cuore (piuttosto che nel tuo centro Hara).

È nostra ferma convinzione che le energie dell'amore aiuteranno sempre ad aprire molte porte nel tuo viaggio verso la luce e mentre riconosciamo che anche la regione di Hara è un importante centro energetico, ci piace sempre infondere qualsiasi pratica Reiki con le energie dell'amore. Quindi, è con molto amore e luce che ora vi presentiamo questa variazione del Reiki Seishen Toitsu:



Una variazione del Reiki Seishen Toitsu (Chakra del cuore)

- ✿ **Step 1:** Preparazione personale: imposta la tua intenzione e invita in energia.
- ✿ **Passaggio 2:** porta le mani in Gassho (posizione di preghiera).
- ✿ **Passaggio 3:** Inspira le energie Reiki nei palmi delle mani e attira le energie Reiki nel **Chakra del cuore**.
- ✿ **Step 4:** Espira le energie Reiki dal tuo **Cuore Chakra** e torna indietro attraverso i palmi delle mani
- ✿ **Passaggio 5:** ripeti questo ciclo continuamente (mentre ti senti guidato) permettendoti di sentire una connessione gentile e amorevole con le energie Reiki.



Come puoi vedere qui, piuttosto che far circolare le energie attraverso la regione di Hara, ora stiamo inspirando le energie Reiki dentro e fuori dal nostro Chakra del cuore. E allo stesso modo della nostra meditazione Gasho (e della nostra pratica Joshin Kokyu Ho del Livello 2), questa variazione di Seishen Toitsu ti aiuterà ad aprire il tuo chakra del cuore con il Reiki.



Aprire e ricevere energia nel tuo chakra del cuore significa ricevere queste benedizioni Reiki meravigliosamente divine con molto amore. Quindi aprirsi e condividere queste energie Reiki dal proprio cuore è condividere queste meravigliose energie curative a beneficio di tutti. E ormai ti renderai sicuramente conto che ci sono molti tipi di benefici energetici nel fare una tale pratica!

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

3.4 Koki Ho (Invio di Reiki con il tuo respiro): Koki Ho è una pratica Reiki molto semplice

che ti permetterà di inviare energie di guarigione Reiki attraverso il tuo respiro. E sebbene questa non sia una tecnica molto comunemente usata, la pratica del Koki Ho può essere molto utile in situazioni in cui non sei in grado di usare le mani per guarire, ad esempio con ustioni o ferite aperte, ecc.

A causa della natura semplicistica di questa tecnica, la maggior parte dei lignaggi Reiki insegnerà questa pratica allo stesso modo e come parte di questo corso, ti forniremo la pratica più comunemente insegnata per Koki Ho seguita da una versione più avanzata.



♥ Koki Ho (base)

Per cominciare, esaminiamo ora la tecnica di base per Koki Ho in modo che tu possa iniziare a inviare Reiki attraverso la tua respirazione. Il processo è molto semplice e diretto:

Koki Ho (base)

- **Passo 1:** Preparati calmando la mente mentre porti un focus meditativo al destinatario della guarigione Reiki. Per favore, stabilisci chiaramente la tua intenzione e chiedi qualsiasi assistenza divina come desideri.
- **Passo 2:** Prenditi qualche momento per coltivare i sentimenti di amore e compassione per l'essere vivente che sei in grado di curare e per il disturbo che desideri curare.
- **Passo 3:** **INALA:** Inspira le energie Reiki (attraverso il Chakra della Corona o del Terzo Occhio) fino al Chakra del Cuore o al centro Hara (quando ti senti più a tuo agio).
- **Fase 4:** **ESPIRA:** contrai leggermente le labbra e ora espira le energie Reiki mentre immagini o intendi che il tuo respiro contenga tutti i poteri curativi o Reiki.
- **Passaggio 5:** continua a ripetere i passaggi 3 e 4 mentre ti senti guidato.

Uno degli aspetti più importanti di Koki Ho è la tua convinzione o fede nel processo di guarigione. E per aiutarti in questo, potresti immaginare o visualizzare che stai espirando una luce meravigliosa e divina. Questa luce sta guarendo tutte le impurità dall'interno dell'area che stai trattando e sta aiutando a portare amore, luce e purificazione in quest'area.



Un altro modo di pensare al processo di guarigione è anche immaginare di essere circondato da molti Grandi Esseri Divini che stanno lavorando con il tuo respiro come un modo per completare il proprio lavoro divino di guarigione. Ricorda, solo perché non stai imponendo le mani sul destinatario non significa che non stia lavorando su una varietà di Spiriti Guida, Guide Reiki o qualsiasi numero di Assistenti Divini che potresti aver chiamato per la tua sessione di Reiki.

♥ Koki Ho (avanzato)

Ora che abbiamo discusso una pratica Koki Ho di base, esploriamo ora come puoi introdurre i simboli Reiki in questa pratica per aiutare a dare più intensità alle energie curative. E la prima opzione qui è semplicemente immaginare che i simboli Reiki vengano proiettati nell'area che stai trattando ad ogni espirazione.



Ad esempio, potresti voler iniziare facendo alcuni giri della pratica di base di Koki Ho descritta sopra. Quando ti senti pronto, con la tua prossima espirazione, potresti ora desiderare di proiettare o intendere che il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo fluttui verso il basso con il tuo respiro e nell'area che stai trattando. Potresti vedere o immaginare che questo simbolo fluttui verso il basso nella luce bianca che è la tua espirazione e che questo ora aiuti a guarire il problema/disturbo all'interno del ricevente.

Continuando ora a farlo per i prossimi cicli di respirazione, puoi scegliere se desideri utilizzare il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo continuamente (cioè per 3 cicli) o forse desideri ruotare i simboli ad ogni espirazione. Per favore sperimenta questa tecnica e vedi cosa ti sembra giusto.



E questo è ora un modo molto semplice per rafforzare la tua pratica Koki Ho Reiki attraverso i simboli. La seconda opzione quindi è un processo leggermente più complesso e per aiutarci a spiegarlo, torniamo ora al processo di base per Koki Ho, ma dove i passaggi 3 e 4 sono stati ora modificati per introdurre i simboli in questa tecnica:

Koki Ho (avanzato)

- **Passo 1:** Preparati calmando la mente mentre porti un focus meditativo al destinatario della guarigione Reiki. Per favore, stabilisci chiaramente la tua intenzione e chiedi qualsiasi assistenza divina come desideri.
- **Passo 2:** Prenditi qualche momento per coltivare i sentimenti di amore e compassione per l'essere vivente che sei in grado di curare e per il disturbo che desideri curare.
- **Fase 3: INALA:** Inspira le energie Reiki attraverso il Chakra della Corona e consenti a queste energie di portare luce bianca nei polmoni e nella zona dell'addome. Quando la tua inspirazione inizia a giungere al termine, visualizza o intendi che il simbolo si trovi nei polmoni e nell'area dell'addome dove infonde il tuo respiro con il Reiki.
- **Fase 4: ESPLORA:** Ora che il tuo respiro è stato infuso con il simbolo Reiki, le energie curative possono ora essere rilasciate attraverso la tua espirazione. Stringi leggermente le labbra e senti che il simbolo Reiki fluisce dai tuoi polmoni e dalla zona dell'addome con il tuo respiro. La tua espirazione scorre fuori dalla tua bocca e nel disturbo del destinatario - trattandolo con amore, luce e Reiki.
- **Passaggio 5:** continua a ripetere i passaggi 3 e 4 mentre ti senti guidato.

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione



Ancora una volta, ti incoraggiamo a lavorare con qualsiasi simbolo a cui ti senti guidato per la tua pratica di Koki Ho e sentiti libero di provare entrambi questi metodi per te stesso e sceglierne uno che ti sembra giusto. O forse puoi creare un'altra tecnica più adatta alla tua pratica?

In genere, Koki Ho può essere eseguito in circa 5 minuti circa, il che può includere 10-20 cicli di respirazione. E per quelli di voi che stanno incorporando simboli nella pratica del Koki Ho, questo significa che potete intendere e proiettare circa 10-20 simboli nell'area problematica che state trattando. E, naturalmente, questi 5 minuti sono solo una linea guida approssimativa per te; potresti desiderare di trattare qualcuno per 10 o anche 20 minuti con questa tecnica!

In altri casi, in cui hai il permesso di fare un lavoro di guarigione continuo su qualcuno, questa tecnica Koki Ho può anche essere utilizzata per la guarigione a distanza! Come sempre, ti incoraggiamo qui ad essere il più creativo possibile nelle tue pratiche di guarigione Reiki e a fare sempre ciò che ritieni giusto per contribuire a ottenere il miglior risultato di guarigione possibile per il tuo destinatario. Ci auguriamo che questa pratica Koki Ho ti piaccia e che possa aiutarti a diversificare la tua pratica Reiki a beneficio di tutti!

3.5 Gyoshi Ho (Inviare Reiki con i tuoi occhi): La pratica Gyoshi Ho è un

altro meraviglioso modo di condividere Reiki con gli altri senza la necessità di usare le "mani sulla guarigione". La parola Gyoshi può essere tradotta con "**sguardo o fissazione**" e Ho ovviamente significa "**metodo o tecnica**". Quindi, da questo, puoi vedere che una definizione accettabile di Gyoshi Ho è "una tecnica per inviare Reiki attraverso lo sguardo". La pratica del Gyoshi Ho è un'altra tecnica meravigliosamente semplice con alcuni praticanti di Reiki che si riferiscono a questa pratica come "**lo sguardo dell'amore**". Per praticare Gyoshi Ho, segui semplicemente i passaggi seguenti:



Gyoshi Ho

- **Passo 1:** Preparati calmando la mente mentre porti un focus meditativo al destinatario della guarigione Reiki. Per favore, stabilisci chiaramente la tua intenzione e chiedi qualsiasi assistenza divina come desideri.
- **Passo 2:** Prenditi qualche momento per coltivare i sentimenti di amore e compassione per l'essere vivente che sei in grado di curare e per il disturbo che desideri curare.
- **Passaggio 3:** guarda delicatamente l'area che desideri trattare e concediti di rimanere fissato su questo punto per alcuni istanti. Facendo alcuni respiri lenti e profondi, ora sei in grado di intendere che le energie Reiki vengono inviate attraverso ciascuno dei tuoi occhi nell'area che stai trattando.
- **Passaggio 4:** continua a inviare cure Reiki per tutto il tempo che desideri.

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Mentre invii le energie Reiki con i tuoi occhi, in realtà stai solo "intendendo" che il Reiki venga inviato dai tuoi occhi. Queste energie riempiono il destinatario di amore e luce e lo aiutano a guarire da tutti i disturbi fisici, mentali, emotivi e spirituali.

E mentre questa è una forma più sottile di guarigione Reiki, desideriamo ancora ricordarvi qui che la vostra guarigione Reiki è sempre accompagnata da molti tipi di Assistenti di Coscienza Superiore. Invocando questa tecnica Gyoshi Ho, sappi che anche le energie dell'"Assistente" vengono "portate attraverso" il tuo canale di guarigione divino e aiutano a fare la differenza nel campo energetico del ricevente.



Ricordando che la tua mente svolgerà un ruolo chiave in questo tipo di lavoro di guarigione, questo tipo di pensiero positivo e orientato alla fede spesso aiuterà con un buon risultato di guarigione generale.

E per aiutarti in questo, puoi aiutare questo processo di guarigione usando una semplice tecnica di visualizzazione mentre immagini che la luce Reiki risplenda dai tuoi occhi e riempia il campo energetico del ricevente.

Se lo desideri, puoi anche accompagnare questo con alcune affermazioni aggiuntive (se ritieni che ciò contribuirà a rafforzare la tua connessione con le energie Reiki) o in alternativa puoi anche immaginare che una serie di simboli Reiki venga inviata anche alla persona in questo flusso di luce Reiki.



Come abbiamo accennato per la tecnica Koki Ho, utilizzando i simboli Reiki in combinazione con questa pratica Gyoshi Ho, spesso puoi aiutare a intensificare il lavoro di guarigione svolto e migliorare i risultati di guarigione che si possono ottenere.

Speriamo davvero che ti piaccia questa tecnica Gyoshi Ho. Sentiti libero di usare questa tecnica nel tuo giardino, nella tua stanza dei bambini, quando guardi una bella vista o anche quando "le persone guardano" in modo da poter condividere la tua luce d'amore con gli altri attraverso il tuo "sguardo d'amore".

3.6 Jaki Kiri Joka Ho (Purificare gli Oggetti): Finora, abbiamo introdotto una

serie di diverse tecniche di guarigione che possono essere usate sia nella guarigione che/o nella meditazione per condividere il Reiki con una vasta gamma di 'esseri viventi'. E con questa tecnica finale, desideriamo ora presentarvi una tecnica di purificazione molto efficace che vi aiuterà a eliminare la negatività anche dagli oggetti inanimati. In giapponese, le parole Jaki Kira Joka Ho hanno i seguenti significati:

'jaki' = *'negativo'*

'kiri' = *'tagliare'*

'joka' = *'pulire o purificare'*



Quindi, mettendo insieme tutto questo, Jaki Kiri Joka Ho significa letteralmente:

"Un metodo per eliminare la negatività o le impurità dagli oggetti"

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

A causa della natura energeticamente dura di questa tecnica Reiki, è comunemente accettato che Jaki Kiri Joka Ho non debba essere usato su esseri viventi come animali, alberi, natura, piante ecc. Questa tecnica deve essere usata solo su oggetti che sono considerato "inanimato".



Ad esempio, potresti voler utilizzare questa tecnica di pulizia e purificazione per qualsiasi nuovo acquisto che hai acquistato da un negozio al dettaglio. Cose come vestiti, elettrodomestici da cucina, utensili, biancheria da letto, mobili, cellulari, computer portatili, automobili, strumenti, case, libri, regali ecc. La tecnica Jaki Kiri Joka Ho sarebbe molto applicabile a tutte queste cose per aiutare a rimuovere le energie negative da queste elementi.

Ci sono due modi principali in cui si può praticare Jaki Kiri Joka Ho. Il primo è per oggetti più piccoli e il secondo per oggetti più grandi. In entrambi i casi, la tecnica è esattamente la stessa ed è molto semplice e facile. Quindi, con questo, per prima cosa delineamo come puoi fare una pratica di Jaki Kiri Joka Ho per oggetti più piccoli e poi possiamo adattare questa tecnica per fare Jaki Kiri Joka Ho su oggetti più grandi.

Ogni pratica può essere completata in circa 30 - 60 secondi come segue:

Jaki Kiri Joka Ho

- ▶ **Passaggio 1:** prendi e tieni l'oggetto di fronte a te con la mano non dominante.
- ▶ **Passaggio 2:** Alzando la mano dominante, ora farai tre movimenti di "taglio" sull'oggetto (senza toccarlo) per eliminare ogni negatività dall'interno. Ogni volta che "elimini" la negatività dall'oggetto, espirerai bruscamente con la bocca aperta.
- ▶ **Passaggio 3:** invia un po' di guarigione Reiki aggiuntiva all'oggetto mentre ti senti guidato, in modo che la vibrazione si elevi ulteriormente verso l'amore e la luce.
- ▶ **Passaggio 4:** usa e goditi l'oggetto sollevato con amore!

Per vedere una dimostrazione molto semplice di questa tecnica, vi rimandiamo alle nostre [Tecniche Reiki Tradizionali Giapponesi - Video Tutorial](#). Per favore, vai alle 12:50 del video per vedere questa pratica specifica.

Seguendo questi semplici passaggi, la pratica Jaki Kiri Joka Ho può essere applicata a un'ampia varietà di cose diverse e può quindi aiutarti a liberare molti tipi di negatività e impurità dalla tua casa e dall'ambiente circostante. Per lo meno, questa è un'ottima tecnica da usare dopo essere tornati a casa da una giornata di shopping mentre disimballate tutti i vostri vari acquisti!

Per oggetti più grandi (vale a dire tutto ciò che non puoi raccogliere facilmente in una mano), puoi fare appello alla stessa tecnica che abbiamo delineato sopra, tuttavia questa volta, farai appello alla tua tecnica di guarigione a distanza preferita per raggiungere questo obiettivo .

Ad esempio, per esercitarti con Jaki Kiri Joka Ho su un macchinario molto grande, prendi semplicemente in mano un oggetto più piccolo e usalo come sostituto. Eseguirai il movimento di affettatura Jaki Kiri Joka Ho sull'oggetto più piccolo, intendendo che questo sta eliminando tutta la negatività dal macchinario. E così, sei in grado di eliminare tutta la negatività dall'interno di questo grande oggetto.



Avendo ora imparato le due pratiche di base, speriamo sinceramente che apprezzerete queste tecniche e che le userete per contribuire a creare un ambiente circostante pacifico e amorevole per la vostra vita!

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

4. Le pratiche di autoguarigione per il livello 3a:

Finora in questo corso abbiamo coperto una varietà di nuove informazioni, tecniche di guarigione e basi teoriche per espandere e approfondire la tua pratica Reiki. Come parte di questo, vi abbiamo presentato il concetto di interconnessione, unicità e abbiamo anche discusso alcuni dei benefici del coltivare l'altruismo nella vostra pratica.

Per le nostre pratiche di autoguarigione, quindi, siamo stati sicuri di progettare qui una pratica che ti aiuti a incorporare alcune di queste nuove tecniche di guarigione mentre ti aiuti a coltivare questo tipo di intenzioni altruistiche o benevole.



Naturalmente, è anche importante notare qui che queste pratiche di autoguarigione ti aiuteranno ad assimilare e digerire le energie del livello Reiki Master e con questo, vorremmo suggerire qui che queste pratiche di autoguarigione siano completate per un periodo di 21 anni consecutivi giorni (preferibilmente dalla data della tua sintonizzazione). **Tieni presente che sebbene i 21 giorni di pratiche di autoguarigione non siano obbligatori, li raccomandiamo vivamente per il tuo beneficio di guarigione progressiva.** Le seguenti FAQ possono essere di ulteriore vantaggio:

- ["Devo completare tutti i 21 giorni consecutivi di pratiche di autoguarigione \(per Usui Reiki Livello 1, 2 o 3\)?"](#) • ["Posso dare sessioni di guarigione ad altri durante i miei 21 giorni di pratiche di autoguarigione \(per Usui Reiki Livello 1,2 o 3\)?"](#)

Inoltre, potremmo anche suggerirti di lasciarti guidare (tramite la meditazione guidata) attraverso le tue prime sessioni di pratica di autoguarigione in modo che tu possa comprendere meglio la vera natura di queste pratiche mentre ti stai aprendo ad esse per la prima volta. Da qui, puoi quindi basarti su queste pratiche di base mentre inizi a rendere queste pratiche di autoguarigione più rilevanti o forse adattate alle tue preferenze personali.

Per accedere alla meditazione di autoguarigione guidata per il Livello 3a, ti invitiamo a fare clic sul link sottostante e saltare al punto 1:21 del video dove inizieranno le pratiche di meditazione di autoguarigione guidata:

[Usui Reiki Master Healer - Meditazione di autoguarigione guidata](#)



Questa meditazione di autoguarigione guidata ti fornisce un modo molto semplice per aprirti alle pratiche di autoguarigione per il Livello 3a. Inoltre, tuttavia, per aiutarti a comprendere più a fondo ciascuno dei passaggi di questa pratica di autoguarigione, abbiamo anche fornito istruzioni scritte dettagliate di seguito nelle sezioni 4.1 - 4.5.

Per quelli di voi che desiderano includere altri tipi di pratiche nella propria autoguarigione, sentitevi liberi di farlo mentre vi sentite guidati. Ad esempio, potresti sentire che ti piacerebbe connetterti con l'esercizio dell'Orbita Microcosmica come pratica di meditazione aggiuntiva durante le tue pratiche di autoguarigione e questo sarebbe meraviglioso! Forse desideri incorporare qualche ulteriore "guarigione della terra" come parte di queste pratiche per aiutarti a coltivare più altruismo? Forse vorresti estendere alcune delle meditazioni simboliche o delle tecniche di chirurgia psichica che sono state delineate mentre dedichi più tempo a queste?



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Ci sono naturalmente molti modi diversi in cui ora puoi praticare il Reiki; molte tecniche e pratiche diverse che possono essere utilizzate per aiutare a portare più amore, luce e guarigione nella tua vita. Con queste pratiche di autoguarigione, miriamo a fornirti un insieme molto semplice ma completo di pratiche di autoguarigione che ti aiuteranno ad aprirti alle vibrazioni dei simboli del Reiki Master e a guarire te stesso in una varietà di modi diversi. Ci auguriamo davvero che tu abbia una meravigliosa serie di esperienze di guarigione durante i prossimi 21 giorni e che queste nuove energie possano aiutarti a portare molto amore, luce e purificazione nella tua vita!

4.1 Preparazione per la pratica:

Ormai avrai sicuramente le tue preferenze per prepararti all'autoguarigione per prepararti e preparare il tuo spazio. Tuttavia, per questi scopi qui, siamo stati sicuri di integrare alcune preparazioni interne in queste pratiche mentre ti apri all'energia invitante, impostando la tua intenzione e facendo un po' di respirazione Reiki attraverso una tecnica Joshin Kokyu Ho.



Detto questo, se desideri fare altri tipi di esercizi "preparatori" qui, anche questo va bene. Tutto ciò che ti aiuta a calmare la mente, riscaldare il tuo cuore, radicare la tua energia o centrarti fa sempre bene alla tua sessione di autoguarigione!

4.2 Invitare l'energia e impostare la tua intenzione:

Come tutte le pratiche Reiki, inizieremo qui con un invito alla Coscienza Superiore a venire e aiutarci a connetterci con una buona varietà di energie divine di guarigione prima di aprirci alla nostra pratica Reiki. Questo passaggio aiuterà anche a garantire che stabiliamo la nostra intenzione in modo chiaro e saggio in modo da poter ottenere le energie di guarigione necessarie in conformità con questa intenzione. Ad esempio, potresti voler dire qualcosa del tipo:



“Invoco il Creatore in alto, le energie Reiki, tutti i Guru, gli Esseri Divini, gli Ascesi, i Bodhisattva, gli Angeli, gli Esseri Illuminati, le Guide e qualsiasi altra entità di Coscienza Superiore che possa ascoltare questa richiesta d'amore; per favore, vieni ad aiutarmi mentre eseguo questa pratica Reiki di livello 3a. Per favore aiutami ad aprirmi a queste meravigliose energie di guarigione e a purificarmi in modo che io possa risplendere. Grazie, grazie, grazie." "thankyou.”

Oltre a questo, potresti anche voler impostare la tua intenzione in modo più specifico per qualche ulteriore assistenza curativa con un particolare disturbo, tratto della personalità o altro problema che ritieni abbia bisogno di guarigione o purificazione per te al momento.

Per alcuni di voi, solo dicendo questo vi aiuterà a sentirvi più rilassati mentre le entità che state invocando iniziano a guardarvi dall'alto in basso con molto amore e luce curativa. Una cosa che abbiamo imparato dal nostro viaggio Reiki è che questo 'invito' certamente ti aiuta a connetterti con molti amici divini e può quindi essere di grande aiuto per la tua prossima pratica di meditazione.

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

4.3 Meditazione Joshin Kokyu Ho (versione adattata): Ora che hai l'attenzione delle energie

Reiki (e una varietà di altri esseri di Coscienza Superiore), ora sei pronto per infondere questo amore e luce nella tua coscienza. E lo faremo qui attraverso una versione adattata di Joshin Kokyu Ho.

Questa tecnica originale è stata insegnata dal dottor Mikao Usui ai suoi studenti come un modo per rafforzare la loro connessione con le energie Reiki e per noi, questo è un modo davvero meraviglioso per connettersi con le energie Reiki mentre ti permette di fare alcuni bei esercizi di respirazione profonda come la tua preparazione. La pratica del Joshin Kokyu Ho è ottima anche per aiutarti a migliorare la concentrazione, rilassare la mente e aprire il chakra del cuore.

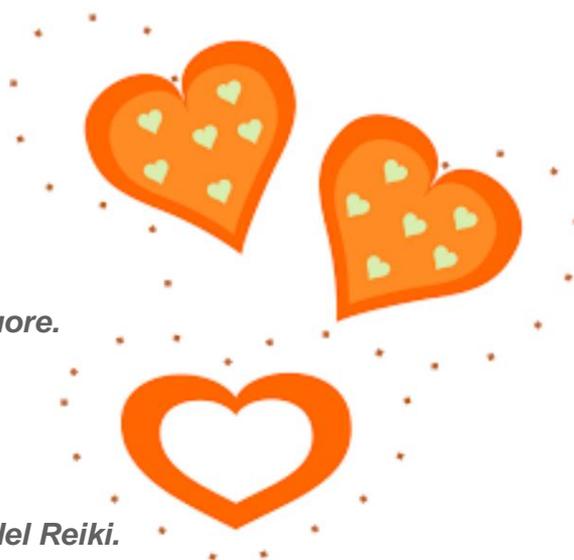
Per quelli di voi che hanno completato la formazione di Livello 2 con noi, avrete già familiarità con questa tecnica di meditazione e abbiamo nuovamente scelto di includerla in questo livello Usui Reiki Master Healer poiché riteniamo che questa meditazione aiuterà ad aumentare il vostro amore vibrazione e impostare adeguatamente la scena per le pratiche di autoguarigione da seguire. Il processo per realizzare questa versione adattata di Joshin Kokyu Ho è il seguente:

♥ **Passaggio 1:** *immagina che le energie della Sorgente/ Reiki ti siano accessibili sotto forma di una luce bianca brillante e bellissima (Sorgente) che si trova a circa 1-2 metri sopra il Chakra della Corona.*

♥ **Passaggio 2:** *Inspira le energie Reiki dalla Sorgente e intendi che queste energie si spostino verso il basso nel Chakra della corona, nel Chakra del terzo occhio, nel Chakra della gola e infine nel Chakra del cuore.*

♥ **Passo 3:** *Mentre espiri, immagina che le energie Reiki si irradiano verso l'esterno dal tuo Chakra del Cuore per il beneficio di tutti gli esseri. Tutti gli esseri stanno beneficiando dell'immenso amore e della luce del Reiki.*

♥ **Passaggio 4:** *ora ripeti i passaggi 2 e 3 per circa 3-5 minuti (o più) mentre ti senti guidato.*



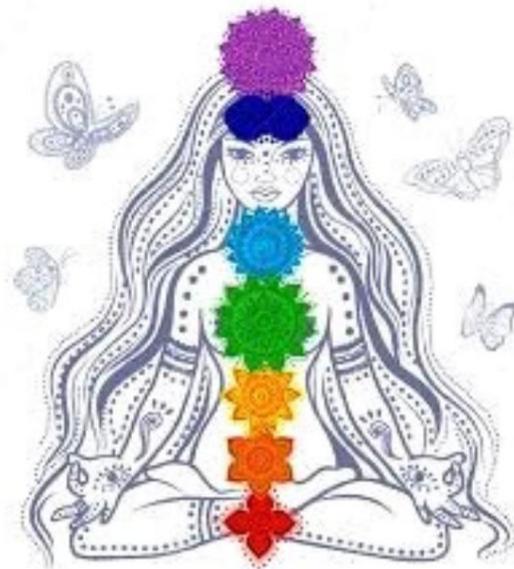
Dopo aver completato la tua pratica Joshin Kokyu Ho, il tuo chakra del cuore è stato ora "riscaldato" e sei pronto per progredire nelle meditazioni simboliche dove ora puoi lavorare con le energie del Reiki Master Healer.

4.4 Meditazioni sui Simboli Reiki:

Per il nostro formato di meditazione sui simboli Reiki, apriremo tre tecniche di guarigione individuali per richiamare i simboli Reiki Master in una varietà di modi diversi. Per cominciare, ti presenteremo una pratica simbolica che è molto utile per affinare la tua concentrazione meditativa e per aprire il tuo terzo occhio e i chakra del cuore.

Durante questa prima meditazione sui simboli, sarai guidato verso la visualizzazione e l'intenzione che ciascuno dei simboli Reiki Master viene ricevuto attraverso il Chakra del Terzo Occhio e fuori attraverso il Chakra del Cuore. Questo processo è una pratica meravigliosamente semplice che è anche molto potente per aiutare a costruire saggezza e fede intuitive mentre si apre il chakra del cuore con l'amore e il calore delle energie di livello Reiki Master.

Da questa prima mediazione simbolica, passeremo ora a una pratica simbolica del "diventare uno" in cui sarai guidato verso la connessione con i simboli Reiki Master per darti una "sessione di guarigione per tutti gli usi". Qui sarai anche guidato verso l'espansione della tua intenzione in modo che tutti gli esseri possano beneficiare della tua connessione con i simboli del Reiki Master.



E infine, avendo ora aperto il tuo chakra del cuore (meditazione simbolica 1) e avendo ricevuto la tua "sessione di guarigione per tutti gli usi" (meditazione simbolica 2), sei ora in grado di trattare l'area problematica con la chirurgia psichica (meditazione simbolica 3). E questa tecnica finale ti aiuterà anche a rimuovere e ripulire molti tipi di detriti energetici e impurità dall'interno di un'area specifica del tuo corpo.

Tieni anche presente che tutte queste meditazioni si costruiranno una sopra l'altra e abbiamo deliberatamente progettato queste meditazioni in questo modo in modo che tu possa sentire il massimo impatto e frequenza vibrazionale per ogni stile di meditazione. Man mano che avanzi nel tuo viaggio di Usui Reiki Master Healer, ti incoraggiamo ovviamente ad aggiungere a qualsiasi di queste pratiche di autoguarigione o ad adattarle in linea con le tue preferenze personali a cui ti senti guidato.

All'inizio, però, questo semplice formato meditativo sarà molto utile per assimilare e connettersi con le energie e le pratiche di guarigione dell'Usui Reiki Master Healer. Come parte di questo livello, ti incoraggiamo a lavorare sempre con le pratiche Reiki che ti aiutano a provare più amore, pace e beatitudine nella tua pratica quindi per favore, se qualcosa non ti sembra giusto o non funziona in alcun modo - sentiti libero di adattare o sostituire invece un'altra pratica.

Detto questo, introduciamo ora queste tre singole mediazioni simboliche in modo più dettagliato in modo che tu possa ora aprirti a queste pratiche seguendo le istruzioni dettagliate delineate all'interno di ciascuna di queste sottosezioni di seguito.



❖ **Meditazione dei simboli 1 - Visualizzazione dei**

simboli Durante la formazione di livello 2, ti abbiamo presentato una varietà di modi diversi in cui potresti lavorare con i simboli Reiki e ormai avrai senza dubbio capito che più comunemente i simboli vengono estratti e inseriti nel campo energetico di un destinatario. Quindi qui, desideriamo ampliare in qualche modo le tue prospettive mentre ci concentriamo sulla visualizzazione e sugli aspetti intenzionali del lavorare con i simboli.

Per questa meditazione, quindi, immagineremo/visualizzeremo che ciascuno dei simboli del Reiki Master stia fluttuando giù da una bellissima fonte di energia da sopra il nostro Chakra del Terzo Occhio. Se lo desideri, puoi vedere questa fonte di energia come una bellissima luce bianca (la luce è una rappresentazione della fonte di tutta l'energia Reiki).



Vedi questa bellissima luce che risplende nel cielo sopra di te, cioè a circa 2 - 3 metri dal Chakra del Terzo Occhio con un angolo di 45°. Mentre ti connetti con questa idea (notando che questa è la stessa luce con cui ti sei connesso attraverso la tua pratica Joshin Kokyu Ho) ora sei pronto per iniziare questa prima meditazione simbolica. A partire dal primo simbolo Reiki Master - Dai-Ko Myo tibetano, completare i seguenti passaggi:



Passo 1: guarda il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo mentre emerge magnificamente dall'energia della fonte Reiki. Il simbolo Dai-Ko-Myo ora inizia a fluttuare verso il basso verso il Chakra del Terzo Occhio lentamente e delicatamente. Tieni fermamente l'immagine di questo simbolo nella tua mente mentre puoi "vedere" il simbolo che continua ad avvicinarsi al tuo Chakra del Terzo Occhio.

Passaggio 2: il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo continua ad avvicinarsi al chakra del terzo occhio e ora entra nel chakra del terzo occhio. Il simbolo si fonde nel chakra del terzo occhio e si muove lentamente verso il basso attraverso il corpo verso il chakra del cuore.

Passaggio 3: Sentendo il simbolo che si muove verso il basso attraverso il tuo corpo, continui a immaginare, intendere o sentire che il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo si sta muovendo verso il basso attraverso il tuo chakra della gola, nel tuo petto e infine nel tuo chakra del cuore.

Passo 4: Prenditi solo alcuni momenti qui per sentire le meravigliose vibrazioni curative del Dai-Ko Myo tibetano mentre queste energie riempiono il tuo cuore di amore e luce. Quando ti senti pronto, il simbolo tibetano Dai-Ko Myo ora lascia il tuo chakra del cuore e risale verso l'energia della fonte Reiki.

Passo 5: Il simbolo tibetano Dai-Ko-Myo continua a fluttuare verso la bellissima luce sopra di te e si assorbe nuovamente nell'energia della Sorgente Reiki.

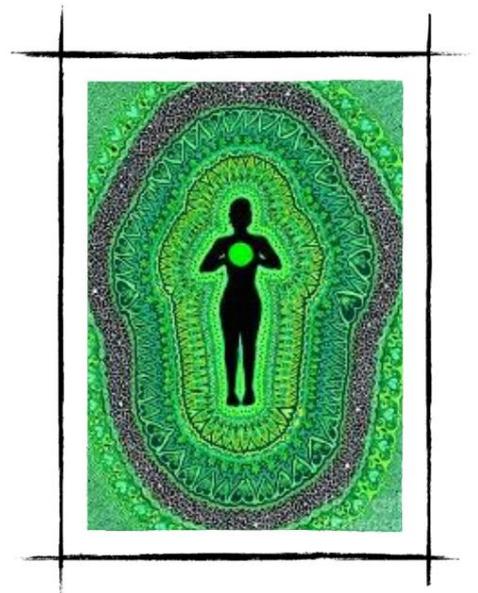


Questo è un giro o un ciclo completato per le energie tibetane Dai-Ko Myo. La nostra meditazione simbolica completerà tre round per ciascuno dei simboli Reiki Master come segue:

1. **Dai-Ko-Myo tibetano** - 3 anelli
2. **Usui Dai-Ko-Myo** - 3 anelli
3. **Raku (Il fulmine)** - 3 anelli

Dopo aver completato tre cicli per ciascuno dei simboli Reiki Master, il tuo Chakra del cuore sarà riscaldato meravigliosamente e amorevolmente con le energie del Reiki Master Healer e con questo, ora sarai pronto per progredire nella prossima meditazione simbolica dove lo farai ricevere una bellissima "sessione di guarigione per tutti gli usi".

Se lo desideri, puoi anche includere i simboli Reiki di Livello 2 in questo formato di meditazione di base. Questa può spesso essere una forma più completa di meditazione, tuttavia per i nostri scopi qui, abbiamo appena scelto di introdurre i simboli del Livello Master in modo che tu possa concentrarti più facilmente sulla digestione e sull'assimilazione di queste nuove energie nella tua coscienza.



❖ **Meditazione sui simboli 2 - Diventare**

uno Dopo aver trascorso circa 10 minuti a connetterti con ciascuno dei simboli Reiki Master e aver sentito un piacevole calore nel tuo chakra del cuore (e probabilmente anche alcune impurità all'interno di quest'area), ora sei pronto per aprire e ricevere una sessione di guarigione "per tutti gli usi" con Reiki. E per fare questo, ora invocherai la tecnica molto semplice di "diventare uno" con ciascuno dei simboli Reiki Master in modo da poter:

- a) Ricevi queste energie curative in tutto il tuo corpo, E b) Fai risplendere queste energie curative verso l'esterno per tutti!

E come abbiamo già accennato durante questi corsi Usui Reiki, con l'intenzione di far risplendere queste energie verso l'esterno affinché tutti possano trarne beneficio, riceverai anche più intensità, più guarigione e più purificazione da questa pratica altruistica.

In altre parole:



Ciascuno dei simboli Reiki farà risplendere il proprio potere curativo in proporzione diretta all'ampiezza e alla purezza della tua intenzione.

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Quanto più desideri effettivamente che le energie "risplendano per tutti", tanto più luminosa diventerà la luce.

Pertanto, ora chiameremo ciascuno dei simboli Reiki Master (Tibetan Dai-Ko-Myo, Usui Dai-Ko-Myo e Raku), uno per uno, nello stesso ordine che abbiamo fatto per la meditazione precedente e per ogni simbolo, **impiegheremo circa 2-3 minuti solo per visualizzare e connetterci con ciascun simbolo.** Quando inizieremo a sentire la profondità di queste vibrazioni curative, esanderemo la nostra intenzione nel miglior modo possibile per risplendere verso l'esterno per tutti.



Se lo desideri, puoi ripetere il nome sacro del simbolo più e più volte (come faresti con un mantra) mentre visualizzi la brillante luce bianca del simbolo che risplende verso l'esterno in tutte le direzioni.

Per alcuni di voi, potreste invece voler dire alcune semplici affermazioni che aiutano a incoraggiare una mentalità altruistica o di tipo "altrui". Forse qualcosa del tipo:



- "Possano tutti gli esseri beneficiare, possano tutti gli esseri beneficiare, possano tutti gli esseri beneficiare...."
- "Possa io risplendere per tutti, possa io risplendere per tutti, possa risplendere per Tutto"
- "Siamo tutti uno, siamo tutti uno, siamo tutti uno...."
- "Possa [nome simbolo] risplendere per tutti, possa [nome simbolo] risplendere per tutti, possa [nome simbolo] risplendere per tutti..."



Forse sei qualcuno a cui piace godersi la pace e la serenità del Reiki nel silenzio mentale. In questo caso, potresti desiderare di sentire o vedere il simbolo risplendere attraverso il tuo campo energetico verso l'esterno per l'intero cosmo!

Questa è un'ottima meditazione per aiutarci a connetterci molto facilmente e molto semplicemente con ciascuno dei simboli Reiki. È un formato che è tipicamente preferito per i praticanti più avanzati, ad esempio quando il tuo campo energetico si espande e mentre le tue connessioni con le energie Reiki si approfondiscono.

Questa meditazione è stata inclusa nella nostra [meditazione di autoguarigione guidata](#) quindi, se ritieni che trarrai beneficio dall'essere guidato attraverso questa meditazione alcune volte, sentiti libero di utilizzare questa risorsa gratuita con amore.



❖ **Meditazione simbolica 3 - Chirurgia psichica Reiki**

Come accennato nell'introduzione a questa tecnica di Chirurgia Psichica Reiki, la nostra versione guidata di queste pratiche di autoguarigione si concentrerà sulla versione semplice di Chirurgia Psichica Reiki. E come parte di questa tecnica, sarai guidato a lavorare con ciascuno dei simboli Reiki per aiutarti a rimuovere ed estrarre una varietà di impurità energetiche.

E lo scopo di questa meditazione simbolica finale è di trascorrere del tempo aggiuntivo qui per trattare la tua 'area problematica'. Per un rapido promemoria del processo di guarigione della Chirurgia Psichica Reiki, includeremo i passaggi qui di seguito, tuttavia per un commento più dettagliato su questi passaggi, ti rimandiamo gentilmente alle pagine 46 e 47 dove abbiamo discusso questo processo in modo più approfondito.

- **Passaggio 1:** porta la tua consapevolezza nell'area problematica.
- **Passaggio 2:** disegna e tocca i simboli Reiki nell'area problematica.
- **Passaggio 3:** immagina la luce che circonda l'area problematica e aiuta a liberare le impurità.
- **Passaggio 4:** eseguire la chirurgia psichica Reiki estraendo le impurità lentamente ma deliberatamente.
- **Passo 5:** Riempi lo spazio con amore (con mani, simboli o attraverso una visualizzazione luminosa).



4.5 Concludere con gratitudine:

Mentre finisci le tue procedure di Chirurgia Psichica Reiki, ora sei pronto per finire la tua pratica di autoguarigione con amore e gratitudine. Ad esempio, potresti voler dire qualcosa del tipo:



“Con amore e gratitudine, ringrazio tutte le energie e i Grandi Esseri per avermi aiutato in questa meditazione di autoguarigione. Per favore, continua a inondarci tutti di amore, luce e pace in modo che tutti possiamo muoverci verso più luce, purezza e verità nella nostra vita. Possiamo noi tutti continuare a crescere ed evolvere in modo che questo mondo possa vivere in pace, Grazie, grazie, grazie.”, “thankyou.”

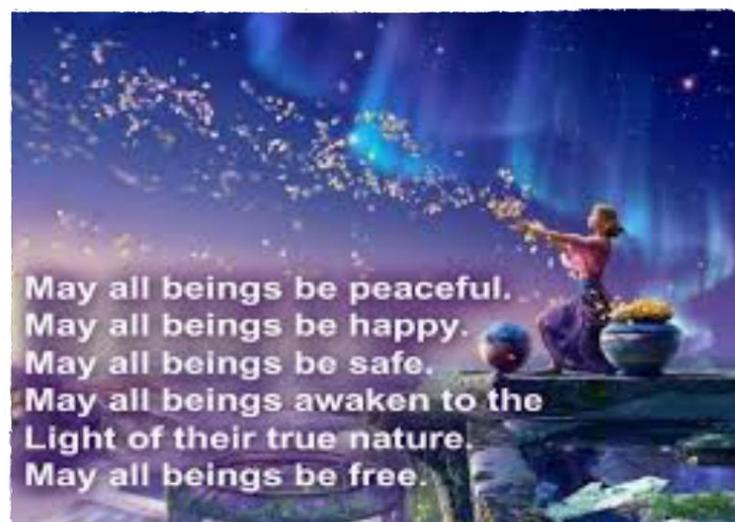
E come puoi vedere da questa dichiarazione di intenti, stiamo ringraziando per le energie che sono state ricevute durante la nostra pratica, ma stiamo anche cogliendo questa opportunità per pregare per l'amore e la pace per tutti gli esseri. Questa è spesso una meravigliosa opportunità per parlare dal tuo cuore e chiedere ciò che desideri nella tua vita. E mentre lo fai, puoi quindi estrapolare questo desiderio o desiderio verso l'esterno in modo che tutti gli esseri siano in grado di soddisfare anche tutti i loro desideri!

Ad esempio, se stavi chiedendo di essere guarito da una condizione cardiaca = possano tutti gli esseri essere curati da questa particolare condizione cardiaca. Se vuoi essere felice = che tutti gli esseri siano felici. Se speri di diventare finanziariamente sicuro = che tutti gli esseri siano finanziariamente sicuri. E così via.

E quando parli di "tutti gli esseri", sappi che questo include sempre anche te. E in questo modo, incorporando questo nuovo stile di pensiero nella tua pratica, non stai solo chiedendo quello che vuoi, ma lo stai anche chiedendo a nome di tutti gli esseri. E ancora, chiedendo 'tutti gli esseri', aiuterai anche te stesso a ricevere tutte queste cose ancora più rapidamente in quella che è una situazione veramente vantaggiosa per tutti da cui 'tutti' trarranno beneficio!

Man mano che iniziamo a portare queste intenzioni nella nostra pratica sempre di più, possiamo comprendere più profondamente l'interrelazione tra la nostra felicità e la felicità degli altri - e l'idea che siamo davvero tutti interconnessi gli uni con gli altri.

Possa tu divertirti a impostare una meravigliosa gamma di intenzioni benevole e altruistiche nella tua pratica e possa questo aiutare a portare incommensurabili benefici alla coscienza collettiva in tutto il tempo e lo spazio!



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

5. Fare lavoro di guarigione per gli altri (Livello 3a): Finora nel tuo viaggio Usui Reiki,

hai imparato un'ampia varietà di tecniche di guarigione e meditazione che ora possono essere applicate nella tua pratica come ti senti guidato. Hai ricevuto un totale di sei simboli Reiki che possono essere tutti utilizzati in una varietà di modi diversi per aiutarti a raggiungere diversi obiettivi di guarigione. Hai imparato a dare le mani nelle sessioni di guarigione, sia di persona che a distanza, e hai anche imparato a usare i simboli per inviare la guarigione Reiki a molti aspetti diversi della tua vita.

Durante questo livello finale di Usui Reiki Master Healer, ti sono state presentate una serie di nuove tecniche di guarigione e meditazione che ora possono aiutarti ad ampliare le tue prospettive del Reiki e che possono aiutarti ad amministrare le energie Reiki in una varietà di modi diversi.

Dal punto di vista della guarigione degli altri, quindi, il livello Usui Reiki Master Healer ti ha ora introdotto a tutti i simboli Reiki Master più importanti che ora aiuteranno a ingrandire e intensificare le energie di guarigione Reiki in modo abbastanza significativo. E oltre a questo, hai anche appreso una serie di nuove tecniche di guarigione che possono aiutarti ad ampliare le tue prospettive sulla condivisione delle energie di guarigione Reiki con gli altri.

Quindi, all'interno di questa sezione, desideriamo semplicemente portare qualche ulteriore chiarimento sulle possibilità e opzioni che hai a tua disposizione qui come Usui Reiki Master Healer e speriamo che queste ulteriori intuizioni ti aiutino a incorporare più facilmente queste nuove energie e tecniche in la tua pratica Reiki esistente.

**Usare i due simboli Dai-Ko-Myo** Uno

degli aspetti più importanti di qualsiasi formazione Usui Reiki Master Healer è che ora sei in grado di accedere alle energie Dai-Ko-Myo. E abbiamo discusso di come puoi affrontare la tua sequenza di simboli in modo più specifico durante le sezioni 2.2 e 2.3.



Per alcuni di voi, potreste sentirvi attratti dall'usare uno (o entrambi) dei simboli Dai-Ko-Myo per caricarvi di Reiki prima di iniziare la vostra sessione o potreste provare a suggellare le vostre sessioni di guarigione con questi simboli. Forse ti piacerebbe usare uno (o entrambi) di questi simboli insieme alle energie Cho Ku-Rei per queste pratiche e vedere come ti senti?

Avendo ora compreso che ciascuno di questi tre simboli è particolarmente buono per la pulizia e la purificazione, ora sei in grado di utilizzare la tua intuizione su come utilizzare al meglio questi simboli nelle tue pratiche. E, naturalmente, qui non c'è una risposta giusta o sbagliata, ma piuttosto ciò che sembra giusto o funziona per te. Come sempre, sarai guidato verso nuove comprensioni su come lavorare con i simboli e ancora - per favore fai sempre ciò che ti sembra giusto in un dato momento!



Utilizzo di

Raku Abbiamo già discusso gli usi e i vantaggi di Raku durante la sezione dei fondamenti teorici e con questo, desideriamo semplicemente rafforzare l'idea che come minimo il simbolo Raku sarà un meraviglioso strumento aggiuntivo per te all'inizio e alla fine di una sessione di Reiki. Può anche essere utilizzato durante la sessione per aiutarti a radicare eventuali energie negative eccessive che potrebbero sorgere e, come tale, può essere uno strumento di guarigione meravigliosamente prezioso se usato correttamente.



Detto questo, ti incoraggiamo e ti invitiamo anche a meditare ora con questo simbolo per esplorare la profondità vibrazionale del fulmine per scoprire nuovi modi di lavorare con questo simbolo per te. Mentre il radicamento è la tecnica più comunemente insegnata per usare il Raku, ci sono anche altri praticanti di Reiki che usano il Raku in modi leggermente diversi, quindi di nuovo, per favore usa la tua intuizione divina quando ti apri a queste frequenze energetiche nelle tue pratiche.



Invocare nuove tecniche

Durante questo corso, ci sono state una serie di nuove tecniche di guarigione che potresti voler iniziare a incorporare nel formato delle tue sessioni di guarigione e altre tecniche che potrebbero essere più appropriate nella vita di tutti i giorni. Come con tutte le pratiche Reiki, ti suggeriamo qui di incorporare queste tecniche nella tua vita mentre ti senti guidato, notando che spesso è attraverso una serie dedicata di lavoro di autoguarigione che può aiutarti a capire e sentire ciò che funziona meglio per te .

Ad esempio, la tecnica del "diventare uno" può essere una pratica davvero meravigliosa che può essere prima sperimentata nella tua pratica di meditazione personale e quando ti senti più progredito, puoi quindi iniziare a introdurre questo stesso tipo di tecnica di pensiero e simboli nella tua sessioni di guarigione.

La tecnica Tanden Chiryō Ho (Hara Cleansing) ne è un altro ottimo esempio. Una volta che hai completato questa pratica un paio di volte nella tua pratica personale, allora sei maggiormente in grado di amministrare questo porcile di guarigione agli altri, cioè poiché ora hai sentito com'è avere le tue impurità drenate dall'interno. Le tecniche di Chirurgia Psicica Reiki sono un altro grande esempio di questo e, ancora una volta, ti incoraggiamo ad aprirti a queste pratiche attraverso il tuo viaggio di autoguarigione come un grande preludio per lavorare con queste tecniche con gli altri.

Come parte di qualsiasi apprendimento, sarà importante per te qui praticare alcune di queste tecniche su te stesso mentre impari e comprendi i significati e i sentimenti più profondi che provengono da ciascuna tecnica. E mentre comprendiamo che i tuoi 21 giorni di pratiche di autoguarigione ti aiuteranno a farlo per alcune di queste tecniche, ci sono state anche molte pratiche introdotte qui che non sono state incluse in queste pratiche di autoguarigione. Vorremmo quindi incoraggiarti ad aprirti e provare le altre tecniche e pratiche di guarigione a cui ti senti guidato, adattando e adattando queste pratiche alle tue preferenze personali. Come sempre, sarai guidato verso una maggiore comprensione, purificazione e crescita dalle stesse energie Reiki e con più pratica.



Una volta che ti senti pronto per progredire ulteriormente nel tuo viaggio Reiki, come Usui Reiki Master Healer sei ora in grado di muoverti verso le energie Advanced Usui Reiki. Tuttavia, raccomandiamo umilmente di prendere tutto il tempo necessario per digerire e assimilare queste nuove informazioni nella tua coscienza prima di avanzare verso questi livelli superiori.

6. Apprendimento avanzato Usui Reiki:

In qualità di Usui Reiki Master Healer, è ora nostro grande onore e piacere presentarti il sistema di guarigione Usui Reiki Avanzato dove, se lo desideri, puoi ora spostarti in una bellissima gamma di frequenze Reiki dimensionali superiori man mano che le tue pratiche Reiki si espandono a un livello completamente nuovo.

Come forse già saprai, il sistema di guarigione Advanced Usui Reiki è offerto su tre livelli principali (come mostrato di seguito) con ogni livello che richiede che vengano soddisfatti determinati prerequisiti prima di iniziare:

Corso	Livello	Prerequisiti
Usui Reiki Avanzato Livello praticante	4, 5 e 6	Il percorso unificato verso la luce (volume 3) OR Pathway To Light (Volume 2)
Usui Reiki Avanzato Livello Master	7 e 8	Il percorso unificato verso la luce (Master) OR Pathway To Light (Volume 4)
Usui Reiki Avanzato Livello Maestro Maestro	9	Il Sentiero Unificato Per Trascendere La Luce (Volume 2) OPPURE Pathway To Light (Volume 6)

I prerequisiti per questi livelli Usui Reiki Avanzati sono stati inclusi qui per aiutare a facilitare una vasta espansione nella frequenza energetica di ciascun ricevente. Questo ovviamente è estremamente vantaggioso per chiunque pratichi con le energie Usui Reiki ed è vitale per coloro che lavorano nei livelli Advanced Usui Reiki.



Ogni livello di Advanced Usui Reiki introdurrà una nuova serie di energie di frequenza più elevata che possono quindi essere assimilate nel tuo campo energetico attraverso una varietà di pratiche di autoguarigione. In questo modo, il formato qui nei livelli avanzati è davvero molto simile al sistema di guarigione Usui Reiki in quanto imparerai una nuova serie di pratiche di guarigione e poi assimilerai una varietà di nuove energie nel tuo campo energetico ad ogni livello di apprendimento.

Da una prospettiva più ampia, siamo lieti di condividere qui che l'elevazione vibrazionale del sistema di guarigione Advanced Usui Reiki (e specialmente quando questo è combinato con i Percorsi dell'Ascensione) ti aiuterà a sentire e sperimentare un cambiamento molto drammatico e significativo in la tua coscienza nei mesi a venire.

Quando riceverete queste nuove energie, sarete in grado di ricevere e invocare una vasta gamma di frequenze molto pure e piene d'amore. Man mano che questo processo continua, sarai anche guidato a lasciare andare e rilasciare molti tipi di impurità, imperfezioni e oscurità dall'interno mentre ascendi nella vibrazione dell'amore incondizionato, della pace e dell'unità.

Man mano che prosegui, raggiungendo il livello Advanced Usui Reiki Master Teacher, risuonerai già a una frequenza vibrazionale molto elevata (grazie a tutto il lavoro di guarigione svolto nei livelli precedenti). Ed è qui a questo livello finale di Advanced Usui Reiki che tutte le energie Usui Reiki ricevute finora saranno consolidate in una pratica molto semplice e amorevole.

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

A questo livello finale di Advanced Usui Reiki, sarai in grado di inviare una sessione di guarigione completa, utilizzando tutte le energie Usui Reiki e Advanced Usui Reiki in circa 5 - 10 minuti. Inoltre, sarai in grado di attivare tutte le attivazioni (per tutti i livelli) in una semplicissima seduta di 5-10 minuti. Tale è la bellezza e la vibrazione del livello Advanced Usui Reiki Master Teacher! E, naturalmente, il sistema di guarigione Advanced Usui Reiki non è che il precursore del meraviglioso e profondo Usui Reiki Gold.

In ciascuna delle sezioni di panoramica presentate finora, abbiamo fatto del nostro meglio per includere una buona istantanea dell'intero sistema di guarigione Love Inspiration Usui Reiki, oltre a offrirti la possibilità di iniziare ad aprirti ai meravigliosi Sentieri dell'Ascensione il prima possibile. Quindi qui, in questa sezione finale, condividiamo rapidamente alcune delle informazioni che sono state canalizzate direttamente a Gerry (sotto forma di domande e risposte) da "Coscienza Superiore" durante il periodo in cui le energie Usui Reiki avanzate sono state portate attraverso:

Perché è vantaggioso continuare fino al livello 4 (e superiore)?

"In questo momento, la coscienza universale ha un disperato bisogno di continua guarigione, crescita ed espansione per il beneficio assoluto di tutti. Completando i livelli 1 - 3, hai acquisito una grande profondità di capacità e comprensione e desideriamo semplicemente offrirti ulteriore progresso a beneficio di tutti gli esseri.



Il tempo e la coscienza sono giusti attualmente per far passare queste nuove energie, quindi con amore e benedizioni divini offriamo questi livelli superiori a tutti. Possa la tua luce Usui Reiki continuare ad espandersi per il beneficio collettivo di tutti."

Perché lo stesso dottor Mikao Usui non ha superato questi nuovi livelli?



"Come sai, il dottor Mikao Usui non risiede più nel tuo regno terrestre. Tuttavia, attraverso la nostra dimensione, è stato coinvolto nel processo di sviluppo di questi nuovi livelli.

Sebbene a volte possa sembrare incomprensibile dal piano terrestre; la coscienza di tutte le dimensioni è eternamente connessa e in questo modo molti esseri di alta energia si sono riuniti per manifestare questi livelli superiori.

Il dottor Mikao Usui e Hawayo Takata hanno offerto le loro benedizioni e il loro appoggio a queste nuove energie e sono ancora molto legati a loro. In questo modo, potresti ancora sentire le loro connessioni quando usi i nuovi simboli. Non vivere nel dubbio, semplicemente arrenditi e tutto sarà svelato."

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Perché il dottor Mikao Usui ha superato solo i livelli 1, 2 e 3?

"A quel tempo, queste erano semplicemente tutte le energie a sua disposizione. Man mano che si sviluppa il bisogno di crescita della coscienza e man mano che le energie più elevate diventano disponibili, sempre più frequenze diventano disponibili per "scaricare" nel vostro regno terrestre. Questo non è stato in alcun modo un difetto del dottor Mikao Usui; ma semplicemente una limitazione fattuale delle energie in questo momento.

Va anche notato, naturalmente, che al momento della ricezione, i livelli 1, 2 e 3 erano frequenze energetiche significative per quel tempo. Offriamo un grande rispetto al dottor Mikao Usui per i suoi sforzi per far superare quei livelli fondamentali, poiché hanno servito intensamente la coscienza della Terra per molti dei vostri anni terreni.



Come puoi vedere dalle informazioni di cui sopra, Love Inspiration ha ricevuto le necessarie benedizioni e approvazioni per poterti offrire il sistema di guarigione Advanced Usui Reiki con amore e luce. Ci è stato anche chiesto di offrire i livelli Advanced Usui Reiki liberamente e con amore in modo da poter raggiungere quanti più esseri possibili in tutto il mondo.

Mentre Marty e Gerry si muovevano attraverso questi livelli, divenne molto chiaro che i livelli più alti del Sistema di Guarigione Usui Reiki Ispirazione d'Amore vibrano davvero ad una frequenza molto significativa. Sembra che queste nuove energie siano state introdotte in questo momento per aiutare ad aumentare la vibrazione energetica di questo pianeta (e di tutti i suoi abitanti) più vicina a quella della [Nuova Coscienza](#). Questo è anche il motivo per cui i prerequisiti sono stati fissati così in alto, al fine di aiutare e guidare tutti gli esseri in questa nuova vibrazione di amore, luce e purezza infinita.



Marty e Gerry sono lieti di aver ricevuto queste benedizioni da un Sensei così illustre e rispettato come il dottor Mikao Usui. Si sentono molto onorati e onorati di poter svolgere la loro piccola parte in questo processo di ascensione e sono lieti di camminare al vostro fianco nel vostro cammino verso la luce.

Per accedere ai tuoi corsi gratuiti per il sistema di guarigione Advanced Usui Reiki, [visita semplicemente la nostra pagina web Usui Reiki](#) dove puoi scaricare gratuitamente il tuo primo ebook Advanced Usui Reiki. Ancora una volta, ti chiediamo gentilmente di completare i prerequisiti necessari prima di passare a questi livelli.



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

7. Commenti finali:

È con tanto amore e luce che desideriamo congratularci ancora con te per questo meraviglioso risultato di diventare un Usui Reiki Master Healer! Ora sei in grado di prenderti un po' di tempo qui per digerire queste energie mentre ti apri alle tue pratiche di autoguarigione e godi di queste nuove energie e tecniche di guarigione a beneficio di tutti.

Siamo lieti di sapere che ora c'è un altro Reiki Master in questo mondo ed è con tanto amore nei nostri cuori che ci inchiniamo calorosamente e umilmente al tuo meraviglioso risultato. Se desideri un certificato per il completamento di Usui Reiki Level 3a, fai clic sul link per accedere al nostro sito web dove puoi [scaricare un certificato](#) per questo corso in formato PDF. Basta stamparlo e compilarlo come preferisci. [Congratulazioni!](#)

Quando ti senti pronto, ora ti invitiamo a entrare nelle energie del Sentiero Unificato (o del Sentiero verso la Luce se preferisci questa opzione) in modo da poter completare i tuoi prerequisiti per il livello Avanzato Usui Reiki Practitioner.

Per quelli di voi che hanno già completato i livelli di Celestine e Prophestine Reiki (in The Unified Pathway), vi chiediamo di **assicurarvi di aver atteso 3 mesi interi dalla data della vostra attivazione finale di Prophestine Reiki prima di iniziare la Luce Eclittica.**

Per quelli di voi che non hanno ancora iniziato il viaggio dell'Ascensione, va benissimo. Sei sempre divinamente guidato perfettamente e con amore! Basta [visitare la nostra pagina del Sentiero dell'Ascensione](#), scegli il percorso appropriato e poi inizia a muoverti attraverso queste energie al tuo ritmo e come ti senti guidato.

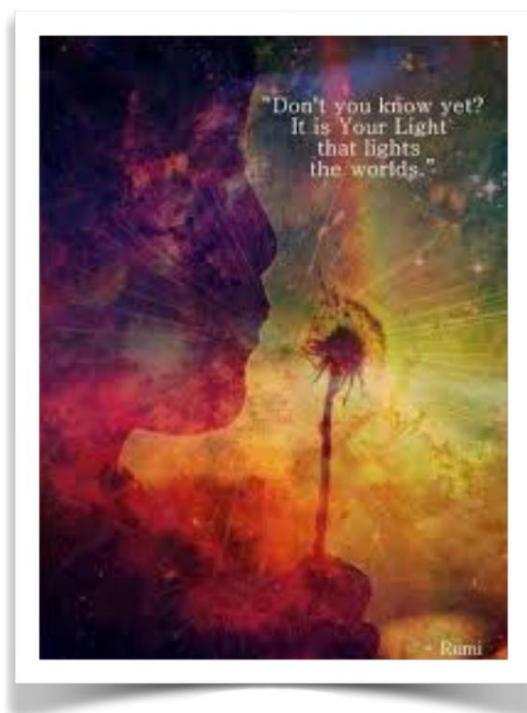
Per coloro che camminano su The Unified Pathway, raggiungerai un punto noto come The Pilgrimage (Unified Pathway To Light - Volume 3) e questo è un momento meraviglioso per iniziare ad aprirsi ai livelli Advanced Usui Reiki Practitioner di 4, 5 e 6. Per coloro che stanno percorrendo il Pathway To Light, chiediamo gentilmente di completare le attivazioni The Silver Line (Pathway To Light - Volume 2) prima di iniziare i livelli Advanced Usui Reiki Practitioner.

Per tutti voi, vi auguriamo ogni bene per il vostro continuo viaggio verso la luce e speriamo davvero che vi sia piaciuto questo corso di Usui Reiki Master Healer con noi. Ci auguriamo che continuerete a godervi i vostri prossimi passi verso la Coscienza Superiore e che questo meraviglioso lavoro di guarigione aiuti a portare molta felicità, gioia e amore all'infinito tutto!

Con benedizioni ispirate dall'amore,

[Ama l'ispirazione e](#)

[Fondazione Maitri](#)





Vorresti aiutare?

Avete ricevuto queste energie e questi insegnamenti gratuitamente e con amore grazie alla grazia umile e altruista dei nostri donatori, sponsor, insegnanti e traduttori. Se hai apprezzato queste energie e vorresti contribuire a renderle continuamente e liberamente disponibili affinché gli altri possano guarire, crescere e risvegliarsi, ti invitiamo amorevolmente ad aiutare nei seguenti modi:

- ♥ [Fai una donazione](#)
- ♥ [Sponsorizza un ebook](#)
- ♥ [Aiutaci a raccogliere fondi](#)
- ♥ [Dona una sessione di guarigione](#)
- ♥ [Dona un evento Reiki](#)
- ♥ [Condividi con gli altri](#)
- ♥ [Traduci per gli altri](#)
- ♥ [Diventare un insegnante](#)
- ♥ [Scrivi una testimonianza](#)
- ♥ [Aiutaci a migliorare](#)

Il tuo aiuto consente a Love Inspiration di continuare a offrire ebook e corsi gratuitamente per l'infinito beneficio di tutti.

Benedizioni e grazie,
Ispirazione d'amore e Fondazione Maitri

**Benvenuto a
Usui Reiki
Livello 3a**



**Capitolo 4:
Appendici**



Love Inspiration

Learn • Heal • Awaken

UsuiReiki

Livello 3A - Maestro di Guarigione

Capitolo 4: Appendici

Contenuti:

Contenuto	Pagina
Appendice 1: Comprendere l'Unità	99
Appendice 2: Joshin Kokyu Ho	110
Appendice 3: Materiale utile aggiuntivo	116



Love Inspiration
Learn • Heal • Awaken

APPENDICE UNO

Comprendere l'Unità

Presentazione dell'Unità:

Per secoli passati, abbiamo visto scienziati, filosofi, religioni e asceti che cercavano tutti di definire la nostra realtà; tutti accomunati da un grande desiderio di comprendere i misteri più profondi della nostra esistenza fisica ed energetica.

Ad esempio, negli ultimi 3000 anni abbiamo visto molte figure religiose come Gesù Cristo, il Buddha, Maometto e molti altri Guru all'interno delle tradizioni orientali che hanno raggiunto un livello di comprensione e che hanno tentato di trasmetterci queste comprensioni.

In tempi più moderni, ora possiamo vedere che la scienza sta facendo progressi incredibili e con la nuova scienza emergente della fisica quantistica, stiamo ora diventando più consapevoli e più coscienti della realtà che ci circonda.

Ed è a questo che attingerà questa appendice. Per aiutarci a capire l'idea di interconnessione.

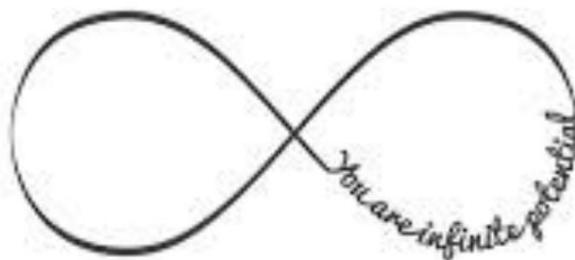
Faremo appello alla base di conoscenza della scienza moderna oltre a una varietà di insegnamenti spirituali e religiosi per esplorare l'idea di interconnessione in un modo che funzioni con le parti logiche del cervello.

In definitiva, quando iniziamo a comprendere la vera natura dell'interconnessione o unità, ci fornisce una comprensione più profonda di chi siamo veramente. Ci aiuta a promuovere stati vibrazionali di salute e benessere dall'interno di noi stessi quando ci rendiamo conto che siamo molto più di un semplice corpo fisico.

È l'idea che in realtà non siamo totalmente separati gli uni dagli altri come potremmo pensare; che dentro ognuno di noi si trova un potenziale infinito non sfruttato che è al di là della comprensione.

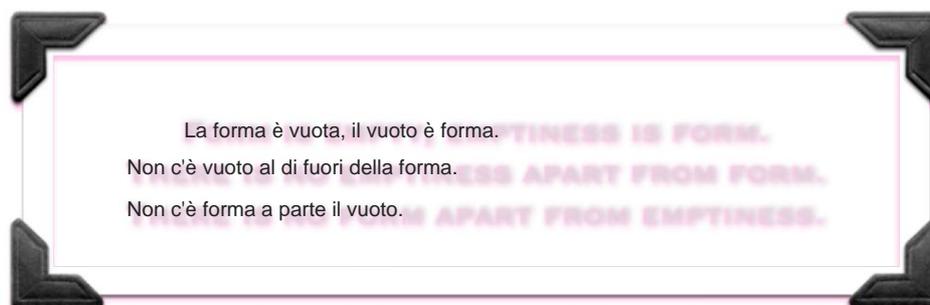
E quando iniziamo a contemplare, riflettere e forse iniziare ad accettare questi concetti, può permetterci di sentire più profondamente le energie dell'amore, della compassione e della saggezza dall'interno della nostra coscienza.

Se siamo tutti veramente uno, allora come possiamo non voler aiutare gli altri? Se siamo tutti interconnessi, allora aiutare gli altri non è la stessa cosa che aiutare noi stessi? E non vorremmo sempre aiutare noi stessi?



Una comprensione più profonda dell'unità:

Guardiamo in primo luogo agli insegnamenti spirituali trovati attraverso la tradizione buddista. Questo è un passaggio molto famoso del Sutra del cuore (Prajna Paramita Sutra) ed è considerato un insegnamento molto prezioso e di immenso valore pronunciato dallo stesso Buddha sulla natura vuota della nostra realtà:



Questo insegnamento è profondamente profondo e qualcosa su cui bisognerà riflettere. Sembra suggerire che anche se qualcosa può esistere fisicamente, è allo stesso tempo privo di qualsiasi esistenza. Quindi esaminiamo un po' più a fondo questo che ci porta ad un insegnamento noto come le due verità.

In parole povere, si può vedere che la realtà in cui viviamo esiste su due livelli separati di verità o due livelli di comprensione. Il primo livello di verità esiste a livello superficiale o a livello fisico in cui viviamo la nostra vita quotidiana. Qui, a questo livello, possiamo vedere che le cose esistono in una sorta di forma fisica. Che si tratti della televisione che guardiamo, del tavolo a cui ci sediamo per cena, delle pentole e padelle con cui cuciniamo ecc. Tutte queste cose *esistono* nella nostra realtà fisica.

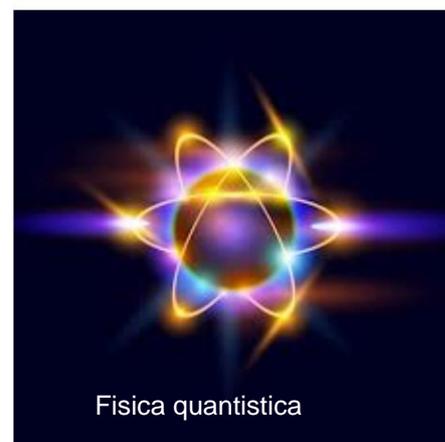
Questo livello di verità è abbastanza facile da comprendere, quindi passiamo al secondo livello di verità, quello del livello di verità ultimo o assoluto. Questo livello di verità o comprensione normalmente non è visibile ad occhio nudo, è qualcosa di molto più profondo e sottile.

Quindi guardiamo indietro ai nostri esempi sopra, diciamo il tavolo a cui ci sediamo o la televisione che guardiamo, mentre questi esistono sicuramente in forma fisica, la verità ultima o assoluta ci dice che allo stesso tempo queste cose non esistono. In altre parole, sono *privi* di qualsiasi reale sostanza tangibile.

Quindi come può essere?

Bene, è attraverso la scienza che troveremo le nostre risposte, in particolare la scienza della fisica quantistica o meccanica quantistica.

Per quelli di voi che non hanno mai sentito parlare di fisica quantistica o meccanica quantistica, queste sono aree all'interno della scienza che tentano di descrivere la realtà in cui viviamo sezionando ed esaminando il singolo atomo per vedere cosa esiste al suo interno. Poiché l'intero universo fisico è costituito semplicemente da atomi, se riesci a vedere cosa esiste all'interno di ciascuno di questi atomi, puoi descrivere il livello ultimo di verità.



Quindi cosa hanno trovato?

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Ebbene, a livello subatomico, gli scienziati hanno dimostrato più e più volte che:



tutta la materia fisica, senza eccezione,
è costituito da una qualche forma di fonte di energia indescrivibile.

Hanno visto che all'interno dell'atomo, a livello subatomico, c'è una sinfonia di vibrazioni (e un sacco di spazio vuoto). Gli scienziati hanno ora scoperto che alla base della nostra esistenza, le fondamenta stesse di essa, si trova un campo unificato di energia vitale intelligente che molti di noi chiamano semplicemente coscienza .

Ci sono letteralmente migliaia di esperimenti che ora lo supportano fin dai primi anni del 1900 con forse l'esperimento più famoso che è l'esperimento della doppia fenditura. Con la potenza di Internet, ora puoi guardare una rapida e semplice spiegazione di 5 minuti di questo esperimento su YouTube:

[Clicca qui per vedere l'esperimento della doppia fenditura del dottor Quantum](#)

Il contenuto di questo video non lascia dubbi; Quello:

Sotto tutta la materia fisica (cioè le cose fisiche) si trova una fonte di energia intelligente e vibrante

Come ha detto lo stesso Albert Einstein in risposta a una domanda di un ateo:

"Cerca di penetrare con i nostri mezzi limitati i segreti della natura e di te scoprirà che, dietro tutte le concatenazioni percepibili, rimane qualcosa di sottile, intangibile e inspiegabile.

La venerazione per questa forza al di là di qualsiasi cosa possiamo comprendere è mia religione. In tal senso sono, di fatto, religioso".

--- Albert Einstein, Risposta all'ateo , Alfred Kerr (1927)

Un altro esperimento, condotto all'inizio del 1900, che ci aiuta a digerire ulteriormente questo concetto, è stato specificamente progettato per determinare se ci fosse una fonte di energia contenuta all'interno dello 'spazio vuoto'. Per testare questa teoria in laboratorio è stato necessario creare un vuoto (o gabbia di Faraday) in cui mantenere un'area completamente priva di aria e schermata da eventuali campi di radiazione elettromagnetica.

Lo spazio vuoto senz'aria è stato quindi raffreddato a una temperatura di -273 gradi Celsius, che è la temperatura alla quale tutta la materia dovrebbe smettere di vibrare e quindi non produrre calore. Il pensiero era che non ci sarebbe stato letteralmente nulla all'interno di questo vuoto; un vuoto vuoto.

Quindi qual è stato il risultato?

Invece di essere un'assenza di energia nel vuoto, in realtà ne trovarono un'enorme quantità. L'energia esistente all'interno di questo spazio vuoto è stata quindi etichettata come **energia di punto zero (ZPE)** e puoi leggere molte cose su ZPE su Internet, se lo desideri.

Abbastanza interessante, i fisici John Wheeler e Richard Feynman hanno calcolato che la quantità di energia nel volume del vuoto contenuto all'interno di una singola lampadina sarebbe sufficiente per portare tutti gli oceani del mondo al punto di ebollizione! Questo è semplicemente sorprendente da digerire.

Da questi (e molti altri) esperimenti scientifici, possiamo forse vedere più chiaramente che le basi della nostra realtà fisica si basano su una qualche forma di energia vitale intelligente. È solo attraverso la contemplazione, la riflessione e forse la pratica meditativa che possiamo iniziare ad avere una **comprensione esperienziale** di questa intelligenza e amore in pieno svolgimento.

Quindi, con questa comprensione dell'energia che è il fondamento della nostra realtà fisica, consideriamo ora l'idea che tutte le cose sono interconnesse. Questo è fondamentale per capire perché il tuo lavoro di guarigione è così importante - man mano che la tua vibrazione viene aumentata, lo è anche la coscienza interconnessa.

Attraverso una comprensione profonda ed esperienziale dell'interconnessione, ci aiuta anche ad avvicinarci al nostro vero sé, il grande 'IO SONO' che esiste nel nostro nucleo; il potenziale infinito di cui abbiamo parlato prima. Come analogia, possiamo pensare che l'intero universo o l'intero cosmo sia come un oceano, e in questo vasto oceano in espansione c'è una piccola bottiglia di plastica. La bottiglia di plastica contiene la stessa acqua dell'oceano.

Questa è un'analogia per descrivere lo stato di unità in cui tutti noi viviamo la nostra vita quotidiana. Siamo tutti solo acqua che galleggia nel vasto oceano della coscienza dell'amore!

Si pensa spesso che la plastica che tiene separata la nostra acqua dall'acqua nell'oceano rappresenti il nostro ego o, più correttamente, il nostro ego che si aggrappa.

Attraverso il nostro condizionamento mentale, vediamo noi stessi esistenti al livello ultimo della verità e quindi troviamo molto difficile credere che siamo veramente come un oceano.



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Una volta che iniziamo a rompere le catene della nostra mente egoica, possiamo davvero iniziare a sentire sempre di più l'espansività che è l'onnipotente oceano. Mentre ci arrendiamo, perdiamo il nostro ego a pezzetti muovendoci verso dove dobbiamo andare, ricordando che siamo sempre nelle mani della guida divina e dell'amore incondizionato.

Mentre continuiamo su questo percorso verso la nuova consapevolezza, a poco a poco stiamo lentamente iniziando ad aprire gli occhi alla nostra nuova realtà, quella che ci coinvolge a metterci nei nostri panni *reali*; quello di diventare tutt'uno con la vastità della coscienza.

Un altro modo di pensare alla nostra natura intrinsecamente divina è attraverso l'analogia di un sole che splende luminoso nel cielo. Quando abbiamo una giornata nuvolosa e miserabile, può essere difficile persino immaginare che il sole sia ancora lassù da qualche parte a splendere su di noi, ma ovviamente lo è sempre.

È lo stesso con la nostra vera natura divina; è come il sole, sempre splendente. Sono le nostre energie negative o più oscure o, per essere più specifici, i nostri vecchi modelli di pensiero di molte vite, che agiscono come le nuvole. Oscurano e impediscono al sole di far risplendere quel brillante amore e luce attraverso.



Dato che finora in questa vita abbiamo vissuto solo con giorni nuvolosi, abbiamo semplicemente *dimenticato* che il sole è ancora lì sullo sfondo... ma è ancora lì e splende così intensamente. Non ha ancora avuto la possibilità di farsi strada tra le nuvole.

Mentre iniziamo a liberare le nuvole attraverso la nostra pratica, mentre eliminiamo le nostre energie negative e i nostri vecchi schemi di pensiero, possiamo lentamente ma inesorabilmente iniziare a vedere sempre di più chi siamo *veramente*. Cominciamo a vedere l'amore, la compassione e la luce infinita che è il nostro vero sé divino; il sé onnisciente, interconnesso a tutte le cose che è molto al di là di qualsiasi cosa possiamo immaginare.

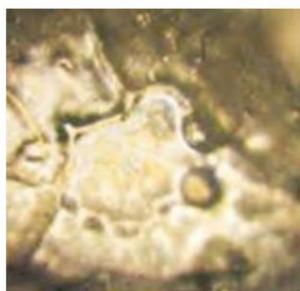
**Questo è l'intero punto di interconnessione;
per capirlo noi siamo **Tutto**.**

Dentro ognuno di noi c'è un potenziale inutilizzato che è semplicemente al di là delle parole.

Con questa introduzione piuttosto elevata all'unità o all'interconnessione, esaminiamo ora alcuni dati scientifici che possono aiutarci a digerire più facilmente l'idea dell'interconnessione e dell'unità di tutte le cose. È con questo tipo di informazioni che speriamo di aiutare quelli di noi a cui piace soddisfare le nostre parti più logiche e sinistre del nostro cervello.

Ok, quindi forse un buon punto di partenza per capire qualcosa sull'interconnessione da un punto di vista scientifico è guardare il lavoro del dottor Masaru Emoto.

Il dottor Emoto ha trovato un modo per fotografare con successo la struttura molecolare dell'acqua e ha voluto verificare se l'acqua, essendo l'elemento più ricettivo, risponderebbe a una sorta di *stimoli mentali applicati*. Gli esperimenti che ha fatto sono stati condotti per un certo numero di anni, ma per i nostri scopi qui parafraseremo e risumeremo i suoi risultati per facilità di lettura.



Campione d'acqua originale

In sostanza, i suoi esperimenti hanno confrontato una serie di campioni d'acqua, la maggior parte dei quali sono stati prelevati da una diga vicina (Fujiwara Dam). I campioni d'acqua nei suoi esperimenti venivano sempre confrontati dalla stessa fonte d'acqua originale e quindi contenevano le stesse proprietà molecolari. La foto a sinistra mostra la struttura molecolare originale dei campioni d'acqua originali:



Amore per l'umanità



Mi disgusti,
Ti ucciderò

Entrambi i campioni sono stati poi messi in contenitori che sono stati sterilizzati e sigillati, a quel punto ha scritto "amore per l'umanità" su un contenitore e "mi fai star male, ti ucciderò" su un altro. Dopo alcuni giorni fotografava la struttura molecolare dell'acqua per registrare eventuali cambiamenti avvenuti.



Amore e grazie



Dopo la benedizione

In alcuni dei suoi altri esperimenti, ha lavorato direttamente con gli stimoli mentali per cui inviava pensieri amorevoli e gentili verso l'acqua o semplicemente dava all'acqua una benedizione. Risultati simili sono stati raggiunti. Quando parla dei suoi risultati, il dott. Emoto parla sempre dell'intenzione come forza motrice dietro i cambiamenti.

Ricordando che i nostri corpi sono costituiti per oltre il 70% da acqua:



Se i pensieri possono fare questo per annaffiare, immagina cosa possono fare per noi!

Ha lavorato anche con le frequenze vibrazionali della musica con risultati interessanti. Puoi trovare molte cose su internet sul suo lavoro, ad esempio ha lavorato anche con le frequenze musicali. Alcuni hanno affermato che i suoi risultati non sono stati completati con un elevato standard di accuratezza scientifica, ma con così tanti diversi tipi di foto e prove registrate da rivedere qui, puoi prendere una decisione.

Allora com'è possibile che un materiale apparentemente non vivente sia in grado di rispondere a un pensiero o a un'intenzione? Per noi questo è un buon segnale di prima intelligenza e poi di interconnessione. Continuiamo ora a guardare un altro studio che segue un genere simile; diamo un'occhiata al lavoro svolto dal dottor Clive Backster. Ancora una volta, questi risultati vengono in qualche modo parafrasati per facilitarne la digeribilità.

Il dottor Clive Backster era uno dei massimi esperti di poligrafo per la CIA, tuttavia, dopo molti anni, decise che avrebbe rivolto la sua attenzione alle piante, cioè avrebbe collegato il rilevatore di bugie alle piante per valutare i risultati dello stress in varie condizioni.

Ora, quando un test della macchina della verità viene condotto sugli esseri umani, aiuta a misurare la "risposta galvanica della pelle" ("GSR") di una persona che misura quanto bene la pelle conduce l'elettricità. Quando una persona è stressata internamente, per esempio, quando sta mentendo, possono esserci dei cambiamenti drammatici nel GSR. Quindi, più o meno allo stesso modo, il dottor Backster è stato in grado di testare o valutare ugualmente la quantità di stress contenuta all'interno della pianta misurando i suoi segnali elettrochimici.

Quindi cosa ha trovato Backster?



In primo luogo, la pianta ha reagito con forza, cioè è diventata stressata, quando una delle sue foglie è stata recisa. Inoltre, la pianta ha reagito più fortemente quando una delle sue foglie è stata bruciata. È interessante notare che ciò che Backster ha identificato attraverso i suoi esperimenti è stato che se fingeva di bruciare la foglia, ad esempio spostando un fiammifero verso di essa ma *senza l'effettiva intenzione di farlo*, la pianta non reagiva. Non è stato fino a quando non ha formato una chiara intenzione di bruciare la foglia che in effetti il poligrafo è aumentato!

Come parte degli stessi esperimenti, scoprì anche che le piante rispondevano alla morte o alla sofferenza di altre creature nella stessa zona. Questo esperimento ha scaricato casualmente artemia salina in una vasca di acqua bollente nelle vicinanze nella stessa stanza e il poligrafo ha misurato la

reazione delle piante. La pianta ha risposto immediatamente alla morte del gambero!

Scoprì anche che versando acqua bollente nel lavandino, le piante avrebbero mostrato una reazione simile a quella dei gamberetti nell'esperimento precedente. Perplesso sul perché, alla fine ha provato il lavandino solo per scoprire che c'era un'enorme colonia di batteri lì dentro! Si scopre che il lavandino non era stato lavato regolarmente.

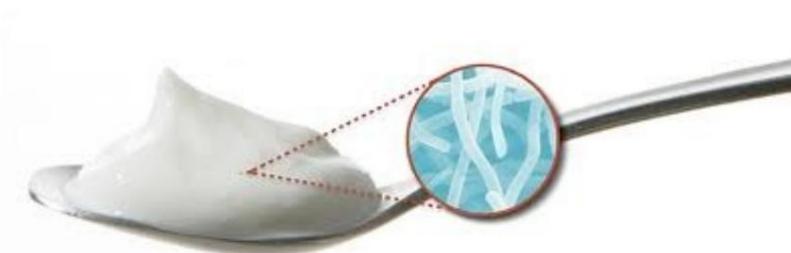
È stato riconosciuto da Backster che questa scoperta è stata fatta per caso poiché il poligrafo era sempre "collegato" alla pianta e la sua cucina si trovava semplicemente nelle vicinanze.

Da questo, ha deciso di diversificare e iniziare a testare altri esseri viventi. Dato che aveva sperimentato risultati simili con i batteri, perché non provare il poligrafo sullo yogurt? dopotutto lo yogurt è solo una colonia di batteri viventi giusto?

Quello che scoprì fu che lo yogurt si comportava esattamente nello stesso modo della pianta!

Ad esempio, uno dei suoi esperimenti era progettato per determinare se i batteri avrebbero risposto a una persona che mangiava yogurt nelle vicinanze. La reazione ricevuta sul poligrafo rispecchiava la quantità di tempo che ci sarebbe voluto perché i succhi digestivi nello stomaco iniziassero a scomporlo!

Era come se lo yogurt fosse stressato dal fatto che altri batteri dello yogurt stavano morendo nel loro ambiente vicino. I batteri dello yogurt hanno anche risposto a qualsiasi danno arrecato a una pianta vicina, tra le altre cose.



Questi sono solo alcuni dei risultati davvero sbalorditivi del dottor Backster!

Vale la pena ricordare qui che il padre delle prime scoperte del DNA e scienziato estremamente rispettato, il dottor Francis Crick, ha concluso da anni di lavoro in quest'area che il 99,9% di tutta la polvere galattica condivide la stessa firma spettrografica (onda luminosa) dei batteri liofilizzati. Quando combiniamo queste due scoperte, beh, è davvero molto affascinante.

Ok, quindi tornando all'argomento dell'interconnessione: come si collega tutto questo?

Bene, finora sembra abbastanza ovvio che ci deve essere una sorta di intelligenza esistente nell'acqua, nelle piante e nei batteri.

Abbiamo visto che l'intera struttura dell'acqua poteva essere alterata attraverso l'applicazione di stimoli mentali notando che era l' *intenzione* della persona la chiave.

Abbiamo anche visto che piante e batteri viventi potevano in qualche modo rispondere all'ambiente circostante, mostrando segni di quello che chiameremmo "stress" quando c'era morte o sofferenza per un altro essere vivente nelle vicinanze.

Ok, diamo ora un'occhiata a un altro esperimento scientifico, ma questa volta concentriamoci un po' più in dettaglio su qualcosa che ci dà una visione diretta dell'interconnessione. Finora, sebbene sia molto interessante da leggere, non abbiamo ancora presentato ciò che considereremmo una prova sufficiente del "cervello sinistro".

Quindi, questa prossima serie di esperimenti ha avuto luogo nei primi anni '90 e può davvero aiutare a fornire una prova più tangibile del vero potere del nostro intento meditativo e dell'interconnessione al lavoro. Per cominciare, diamo un'occhiata a uno degli esperimenti che hanno avuto luogo a Washington DC nel 1993.

In questa capitale mondiale dell'omicidio, durante l'estate del 1993, quattromila volontari vennero da oltre cento paesi per meditare collettivamente con l'obiettivo di avere un effetto tangibile sull'area circostante. Era stato previsto in anticipo che con un gruppo così numeroso che meditava, ci sarebbe stata una riduzione esatta del 25% dei crimini violenti secondo le statistiche dell'FBI.

Il capo della polizia di Washington all'epoca disse che ci sarebbero voluti 2 piedi di neve perché si verificasse effettivamente una riduzione della criminalità del 25%, ma mentre questi esperimenti continuavano, lentamente ma inesorabilmente le forze di polizia divennero più interessate all'esperimento fino alla fine dell'estate, infatti, sono diventati collaboratori e autori dello studio!

I risultati ufficiali hanno mostrato un calo del 25% dei crimini violenti a Washington DC durante l'estate.

Il motivo per cui poteva esserci una previsione così accurata per questo esperimento di Washington era che c'erano stati oltre 40 esperimenti precedenti condotti di questo tipo in una serie di luoghi diversi, tutti su scala molto più piccola. Sono i risultati di queste serie di esperimenti che sono stati etichettati **come L'Effetto Maharishi**.

Wikipedia sull'effetto Maharishi: "L'effetto Maharishi è un'ipotetica società

beneficio derivante da una "percentuale significativa della popolazione" che pratica il

Tecnica di Meditazione Trascendentale. Negli anni '60 il Maharishi postulò che il

la qualità della vita, la crescita dell'armonia e dell'ordine nella società, sarebbero notevolmente migliorate migliorava se il dieci per cento della popolazione praticava la tecnica della Meditazione Trascendentale.

Questo requisito è stato successivamente modificato in uno per cento nel 1960 ed è diventato noto come "Effetto Maharishi".

Quindi suona piuttosto bene! Ora abbiamo alcuni dati sperimentali che suggeriscono che c'è una differenza notevole o addirittura significativa nella vibrazione di un'intera città solo attraverso il potere di inviare amore attraverso l'intento meditativo.

Questo esperimento può ora darci una maggiore fiducia in ciò che stiamo facendo nella nostra autoguarigione. Ci aiuta a pensare o credere che la nostra pratica di autoguarigione sia importante, non solo per noi stessi, ma anche per l'ambiente che ci circonda.



E mentre continuiamo a muoverci più profondamente nella nostra pratica, possiamo iniziare a comprendere sempre di più questo senso di unità o, come viene chiamato nel Buddismo, 'vacuità'. Man mano che ciò continua, potremmo iniziare a vedere o sentire un barlume del nostro vero potenziale divino, e mentre continuiamo a ripulire sempre più impurità energetiche, possiamo muoverci attraverso le nostre nuvole; ci avviciniamo al nostro sole che splende sempre la nostra brillante luce divina affinché tutti ne traggano beneficio.

Se siamo in grado di aiutare te e la tua mente a cogliere più facilmente il concetto di unità da questa discussione, allora questo ci rende davvero molto felici! Normalmente, può essere una buona idea soddisfare la nostra parte logica della mente, il cervello sinistro, in modo che quando otteniamo una comprensione esperienziale attraverso la guarigione e la meditazione, siamo maggiormente in grado di lavorare con le vibrazioni di beata unità che vengono sperimentate affinché tutti possano trarne beneficio. .

In definitiva, è una combinazione di entrambi i tipi di comprensione che può iniziare ad avere un effetto piuttosto drammatico sulla nostra realizzazione generale mentre avanziamo nel nostro percorso di guarigione e meditazione.

Ti esortiamo semplicemente a non sottovalutare mai il potere di queste energie divinamente guidate e, soprattutto, a non sottovalutare mai il tuo potenziale veramente divino di brillare per tutti!

Ok, allora andiamo avanti, diamo un'occhiata a un'ultima cosa; qualcosa che mette insieme tutto questo attraverso sia la matematica che la prova scientifica. È qui che vi rimandiamo al famoso fisico quantistico Dr. John Hagelin, il quale afferma che la scienza ha ora scoperto la formula o il paradigma che spiega il livello ultimo di verità.

Dice che al livello più elementare, la scienza ha ora scoperto che il vero fondamento del nostro universo, è davvero una fonte di energia non fisica conosciuta come:



COSCIENZA:

Una forza energetica indescrivibile, intelligente, che sostiene tutte le leggi della natura e dalla quale derivano tutte le cose.

Ciò che vediamo nella nostra vita quotidiana sono semplicemente increspature che emergono da questo *campo unificato* in una forma o nell'altra - ma tutte le cose emergono da questo stato di incomprensibile unità. Parla anche dei suoi colleghi che hanno vinto il premio nobile circa tredici anni fa con una scoperta che si è continuamente evoluta in questa straordinaria scoperta del campo unificato.

Per ulteriori informazioni, come sempre, ci sono molti fantastici video su 'you tube' da vedere se sei interessato alla teoria del campo unificato o al dottor John Hagelin in generale. In realtà, ci sono così tanti video là fuori sulla teoria scientifica, la fisica quantistica e la scienza della coscienza. Potresti davvero passare molte, molte ore qui se sei così incline; Internet può davvero essere una cosa meravigliosa.

La conclusione logica per noi qui, dopo aver evidenziato alcuni di questi piccoli frammenti di informazioni scientifiche, è che:

Noi siamo un tutt'uno

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

All'interno di ciascuno di noi, quando siamo in grado di eliminare il nostro attaccamento all'ego, si trova l'infinito potenziale dell'unità, il campo unificato.

Una volta che siamo in grado di eliminare le nostre imperfezioni, le nostre energie negative e una volta che siamo in grado di abbracciare l'idea della resa piena e completa, siamo quindi in grado di sperimentare ciò che già

sono e sono sempre stati – **Amore Divino**.

L'insegnamento che segue proviene dalla bellissima serie "Legge dell'Uno", un insieme molto dettagliato di insegnamenti canalizzati portati durante gli anni '80 dal gruppo di ricerca Amore/Luce in America, e riteniamo che questo sia un modo davvero meraviglioso per concludere le nostre discussioni sull'interconnessione. Per favore, goditi queste belle e profonde parole con amore e luce:

La Legge dell'Uno, sebbene al di là di ogni parola, può essere approssimata dicendo che tutte le cose sono una; non c'è polarità, giusto o sbagliato, nessuna disarmonia, ma solo un'identità.

Tutto è uno; e quello è amore luce, amore luce; l'Infinito Creatore.

In ogni parte infinitesimale di te risiede l'Infinito Creatore in tutto il suo potere.

Sei tutto, ogni essere, ogni emozione, ogni situazione.

Tu sei l'unità.
Tu sei l'infinito.
Sei un amore leggero.
Sei luce d'amore.
SEI

Possiamo tutti noi vivere con la consapevolezza che siamo divinamente unici e infiniti oltre ogni immaginazione. Possiamo noi tutti condividere il nostro amore e la nostra luce gli uni con gli altri mentre ci avviciniamo a stati dell'essere più armoniosi.

Con benedizioni ispirate dall'amore,

Ama l'ispirazione e
Fondazione Maitri



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione



Love Inspiration

Learn • Heal • Awaken

Appendice Due

Joshin Kokyu Ho

Meditazione Joshin Kokyu Ho

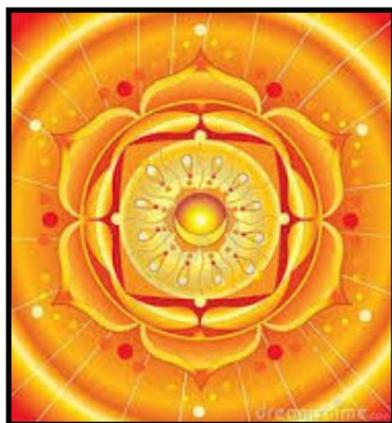
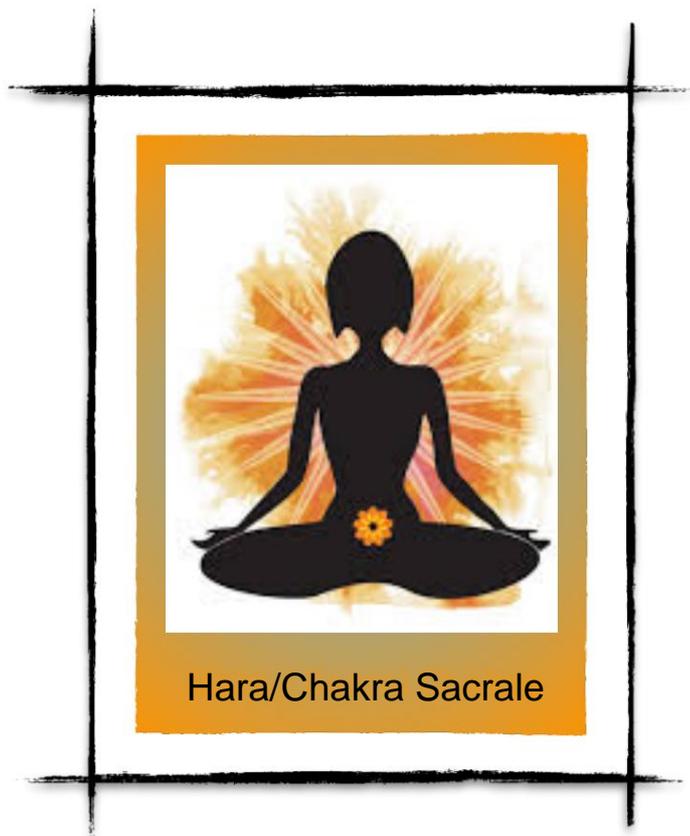
La tecnica "Joshin Kokyu Ho" è stata insegnata dal Dr Usui ai suoi studenti come un modo per rafforzare la loro connessione con le energie Reiki e con il loro "Hara" (alias Seika Tanden). La parola 'Hara' è un termine molto popolare usato in molte tradizioni asiatiche che si riferisce al chakra navale o sacrale, con la parola 'Seika Tanden' che significa semplicemente 'sotto l'ombelico'.

Quindi, con questo, possiamo vedere che tutti questi termini (Hara, Seika Tanden, chakra navale e chakra sacrale) sono tutti termini intercambiabili che si riferiscono al nostro secondo chakra.

Questo secondo chakra è comunemente insegnato in molte tradizioni diverse come il "centro" del nostro intero sistema energetico e questo è particolarmente vero per la maggior parte delle culture e tradizioni religiose asiatiche. È quindi molto probabile che queste tecniche e insegnamenti siano stati inclusi qui nel sistema di guarigione Reiki come risultato del background spirituale del Dr Usui come monaco buddista giapponese.

In ogni caso, lavorare con la pratica Reiki 'Joshin Kokyu Ho' è davvero un piacere e può essere un meraviglioso complemento a qualsiasi pratica di autoguarigione o di mediazione. Può essere completato in combinazione con altre tecniche di autoguarigione o come meditazione a sé stante.

Ci sono anche moltissime variazioni che possono essere create dalla pratica di base del Joshin Kokyu Ho, tuttavia per iniziare, descriviamo ora come la pratica viene insegnata attraverso gli insegnamenti del Reiki tradizionale e poi aggiungeremo alcune delle nostre ulteriori intuizioni su come puoi adattare questa pratica alle tue esigenze, se desideri scendere in pista.



Sotto gli insegnamenti più tradizionali, il dottor Usui ha insegnato questa tecnica ai suoi studenti incoraggiandoli a stare seduti in posizione eretta con la colonna vertebrale dritta. Avendo la colonna vertebrale dritta, si dice permetta alle energie Reiki di fluire più liberamente attraverso il nostro canale centrale e oltre. Puoi scegliere di sederti su una sedia o per terra, come desideri.

Appoggiando le mani in grembo (o mentre ti senti a tuo agio), per favore ora prenditi qualche momento per portare la tua consapevolezza al tuo centro Hara (Chakra Sacrale). Questo chakra si trova a circa 2-3 pollici sotto l'ombelico, all'interno del corpo, cioè tra l'ombelico e la parte superiore dell'osso pubico.

Concediti solo un po' di tempo qui per riposare mentre diventi consapevole del ritmo naturale del tuo respiro. Verso l'interno.... e verso l'esterno.... verso l'interno... e verso l'esterno...

Mentre senti questo ritmo e ti connetti con esso, ora puoi immaginare che per ogni respiro interiore, stai ricevendo una luce meravigliosamente brillante verso l'interno attraverso il tuo Chakra della Corona. La luce scorre su di te senza sforzo mentre inspiri e scorre lungo tutto il tuo corpo e nel tuo chakra sacrale con ogni respiro interiore.

Mentre espiri, la luce ora si irradia meravigliosamente verso l'esterno dal tuo chakra sacrale attraverso ogni poro del tuo corpo. E ad ogni espirazione, puoi lasciar andare tutta la tensione, la preoccupazione e lo stress. Tutto ciò che non ti serve più nel tuo percorso in avanti, puoi rilasciarlo attraverso ogni espirazione.

Se lo desideri, potresti anche sentire o immaginare che il tuo centro Hara stia risplendendo più intensamente, il tuo corpo stia risplendendo sempre più luminoso ad ogni espirazione mentre le energie si irradiano verso l'esterno da tutto il tuo corpo.



La pratica del Joshin Kokyu Ho ora ripete semplicemente questa formula di base. Inspirare la luce del Reiki mentre la si sente scendere nella regione di Hara. Ed espirando: l'energia scorre verso l'esterno dal tuo centro Hara attraverso ogni parte del tuo corpo.

Puoi ripetere questo per tutto il tempo che desideri, notando che i sentimenti di questa pratica tendono a crescere con il tempo e la pratica. Per cominciare, suggeriamo che circa 5 minuti dovrebbero essere sufficienti ma, come sempre, guarda come ti senti.

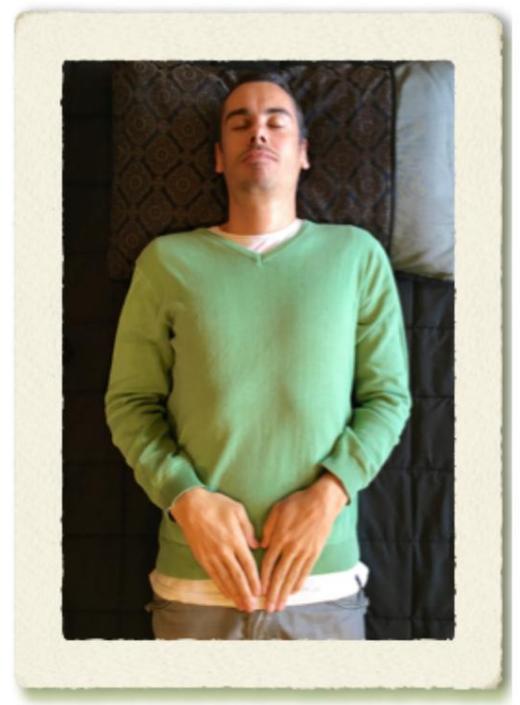
Questo sarà anche un meraviglioso preludio a qualsiasi altra forma di meditazione o guarigione!

La tecnica Joshin Kokyu Ho può aiutarci a sentirci più equilibrati, pacifici e rilassati in un brevissimo periodo di tempo. Può anche aiutarci a sentirci più in sintonia con la nostra natura basata sull'energia mentre lavoriamo con la nostra intenzione e creatività visiva per creare una meravigliosa prospettiva di "luce" di noi stessi.

Questo è un insegnamento più tradizionale per Joshin Kokyu Ho (con alcune tecniche di visualizzazione extra per promuovere una connessione aggiuntiva) tuttavia oltre a questa formula di base, ci sono anche molte altre varianti a cui ora puoi aprirti come parte del tuo Reiki Pratiche di livello 1:

★ Variante 1 - Sdraiati con i palmi sopra il Chakra Sacrale

Per coloro che iniziano, potrebbe essere difficile connettersi immediatamente con il proprio chakra sacrale o la regione di Hara. Pertanto, ci piace incoraggiare le persone a provare una variazione della pratica del Joshin Kokyu Ho sdraiandosi con i palmi rivolti verso il basso sulla regione del Chakra Sacrale.



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Riteniamo che questa posizione possa aiutare a portare maggiore consapevolezza e calore in quest'area (attraverso i palmi delle mani) e aiuta anche a creare un punto di riferimento per la respirazione e l'espansione energetica, ad esempio dal centro Hara.

Vorremmo anche aggiungere qui che all'inizio della tua pratica Joshin Kokyu Ho, puoi anche concederti alcuni momenti per aprirti al flusso di energia Reiki nel tuo Hara prima della tua respirazione. E in questo modo, puoi sentire più calore, rilassamento e connessione con il Reiki prima di lavorare con il tuo respiro.

Ora puoi andare avanti e completare le pratiche nello stesso modo delineato dal dottor Usui, assicurandoti di portare davvero la tua attenzione e la tua immaginazione alla luce bianca e nitida che è l'energia Reiki.

Mentre inspiri, respiri profondamente l'energia Reiki in questa zona calda dell'addome. Quando espiri, puoi immaginare di risplendere magnificamente e di irradiare Reiki affinché tutti possano trarne beneficio!

Ripetere questo processo mantenendo la concentrazione sull'area del Chakra Sacrale. Ad ogni espirazione, puoi letteralmente sentire che stai espirando dal tuo Chakra Sacrale verso l'esterno mentre queste energie vengono disperse meravigliosamente attraverso il tuo corpo.



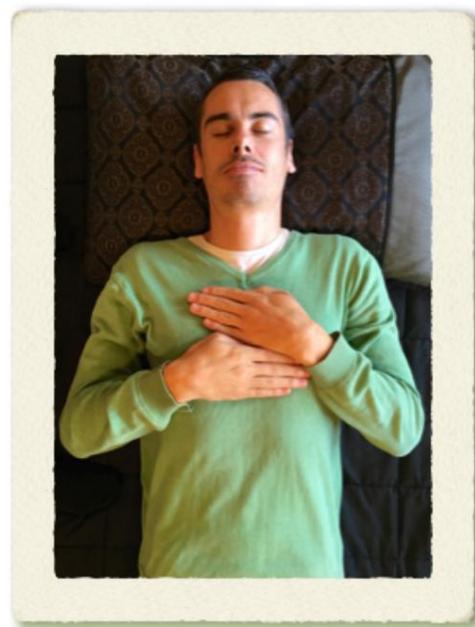
★ **Variazione 2 - Sdraiati con i palmi delle mani sul chakra del cuore**

Comprendiamo che lo scopo originale della tecnica Joshin Kokyu Ho era aiutare a centrarsi nel centro Hara e aiutare a trovare l'equilibrio energetico e l'armonia all'interno del sistema energetico generale.

Detto questo, crediamo anche che lavorare con questa tecnica e connettersi con queste energie Reiki attraverso il Chakra del cuore possa essere molto utile. Quindi, con questo, riteniamo importante evidenziare un'altra variazione della tecnica Joshin Kokyu Ho.

Per iniziare allora, per favore sdraiati e metti le mani, i palmi rivolti verso il basso, sopra il Chakra del cuore. (Ti preghiamo di notare che puoi anche praticare questa meditazione seduto se lo desideri e con o senza che le tue mani siano poste sul Chakra del Cuore).

Per i nostri scopi qui, però, prendiamo l'esempio di sdraiarsi con le mani poste sopra il Chakra del cuore (per aiutare a promuovere il flusso energetico come descritto nella variazione 1).



Per favore ora prenditi qualche momento qui per connetterti con lo spazio del tuo cuore sacro. E proprio come abbiamo fatto nella prima variazione, potresti anche voler dedicare qualche minuto per consentire alle energie Reiki di fluire dolcemente e amorevolmente nel tuo Chakra del Cuore prima di lavorare con il tuo respiro.

Mentre ti senti pronto, porta ora la tua consapevolezza agli aspetti respiratori della tua pratica mentre segui la tecnica originale. Mentre respiri la magnifica luce Reiki, scorre verso il basso attraverso il tuo Chakra della Corona e nel tuo Chakra del Cuore.

Mentre espiri, espiri di nuovo luce attraverso tutto il tuo corpo, ma questa volta il centro del tuo sistema energetico è il tuo cuore. Stai

facendo risplendere la luce dell'amore in ogni direzione a beneficio di tutti gli esseri in tutto il tempo e lo spazio.



Ripetere questo processo ora per 5-10 minuti e concedersi un po' di tempo per sentire il calore e gli energetici benefici curativi di questa pratica. Tieni presente anche che questa pratica porterà probabilmente anche molti tipi di problemi di guarigione e imperfezioni in superficie!

Per alcuni di voi, all'inizio potrebbe anche sembrare piuttosto spiacevole a causa dei molti diversi "muri e recinti" che sono costruiti intorno al vostro cuore (per evitare che vi facciano male). Quindi, ancora una volta, se ti senti come se ci fosse un sacco di roba sporca e schifosa che viene mescolata da questa pratica, questo è un segno meraviglioso che la tua meditazione sta producendo risultati sorprendenti!

Questi sentimenti di "sporcizia" possono essere particolarmente evidenti mentre cerchi di espirare la tua luce dal tuo cuore. Potresti anche scoprire che si sta bloccando e bloccando tutte le tue pareti interne di protezione.

Come con tutte le pratiche, però, è sempre sentendo la tua oscurità interiore che ora sei maggiormente in grado di liberare queste energie dall'interno. Questo è un segno fantastico della tua crescita energetica! La tua luce risplende intensamente e con forza, quindi per favore continua a farla risplendere affinché tutti gli esseri ne traggano beneficio all'infinito!



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

★ Variazione 3 - Usa la tua immaginazione!

Dopo aver letto gli esempi precedenti, ora ti invitiamo a iniziare a lavorare con l'idea di respirare Reiki dentro e fuori le aree del tuo corpo che desideri. Ad esempio, per chiunque di voi ami praticare lo yoga o qualche forma di esercizi di stretching di base, potete anche utilizzare questa tecnica di respirazione Reiki / respirazione energetica come parte delle vostre pratiche yoga.

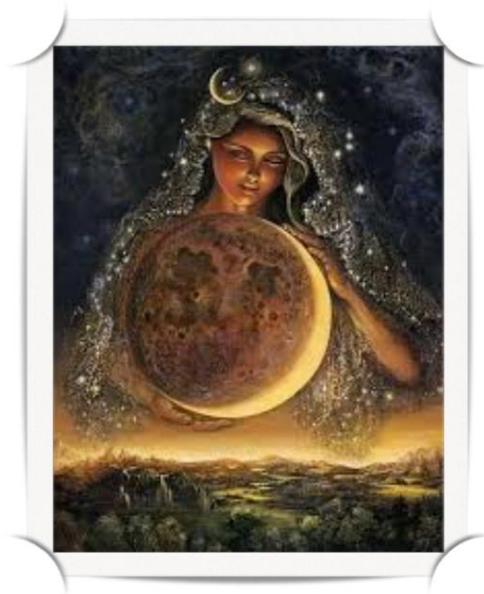
In alternativa, potresti voler iniziare la tua pratica Joshin Kokyu Ho inspirando nel tuo Hara e poi espirando attraverso l'anca e la zona pelvica. Guarda come ti senti! Come altra idea, perché non provare a respirare l'energia Reiki attraverso i piedi. Ad esempio, potresti provare a respirare Reiki:

- ♥ su attraverso i piedi, fino alle ginocchia e indietro verso il basso e verso l'esterno attraverso i piedi (1 min)
- ♥ su attraverso i tuoi piedi, nel tuo chakra della radice e fuori attraverso i tuoi piedi (1 min)
- ♥ su attraverso i tuoi piedi, nel tuo chakra sacrale e fuori attraverso i tuoi piedi (1 min)
- ♥ continuando verso l'alto fino a raggiungere il cuore (3 min)

Se lo desiderate, potete anche desiderare di immaginare di respirare le meravigliose energie purificatrici della nostra Madre Terra. Qualunque cosa tu decida di creare, speriamo che questo ti porti molta pace, relax e purificazione nella tua vita!

Per favore ricorda anche che facendo questo tipo di respirazione addominale profonda, stai aiutando a portare più ossigeno nel tuo corpo. Questo di per sé è una meravigliosa forma di guarigione!

Come preludio alla meditazione, la respirazione profonda aiuterà anche a migliorare la tua concentrazione mentale e ti aiuterà anche ad attivare il tuo sistema nervoso parasimpatico o il tuo stato di "riposo e digestione". questo è sempre buono per il lavoro di guarigione o meditazione!



Una meditazione guidata Joshin Kokyu Ho

Come parte di questo corso, al fine di incoraggiare una profonda connessione con questa meravigliosa pratica, abbiamo incluso qui una semplice pratica guidata per Joshin Kokyu Ho utilizzando una combinazione di queste variazioni:



[Meditazione guidata Joshin Kokyu Ho \(video/audio\)](#)

Comprendiamo che alcuni di voi preferiranno connettersi con queste tecniche a modo proprio e questo è fantastico! Tuttavia, comprendiamo anche che mentre stai iniziando con la tua pratica, a volte può essere molto bello avere la possibilità di aprirti a una pratica per le prime volte con qualcun altro che ti guida, quindi con questo in mente, ti offriamo questa meditazione guidata con tanto amore e luce!

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione



Love Inspiration

Learn • Heal • Awaken

Appendice Tre

Materiale utile aggiuntivo

Nell'Appendice Tre abbiamo preparato altro materiale utile:

UN). Scheda dei simboli Reiki di livello 3a

B). Scheda informativa post guarigione

Non esitate a stampare/scaricare qualsiasi di queste pagine o informazioni da utilizzare nell'ambito del vostro lavoro di guarigione. Con amore ti auguriamo grandi benedizioni nella tua guarigione Usui Reiki!

UN). Scheda dei simboli Reiki di livello 3a

Qui troverai tutti e tre i simboli del livello 3a, inclusi Dai-Ko-Myo, Dai-Ko-Myo tibetano e Raku su un foglio di "riepilogo" per un facile utilizzo. Basta stampare e utilizzare come richiesto.

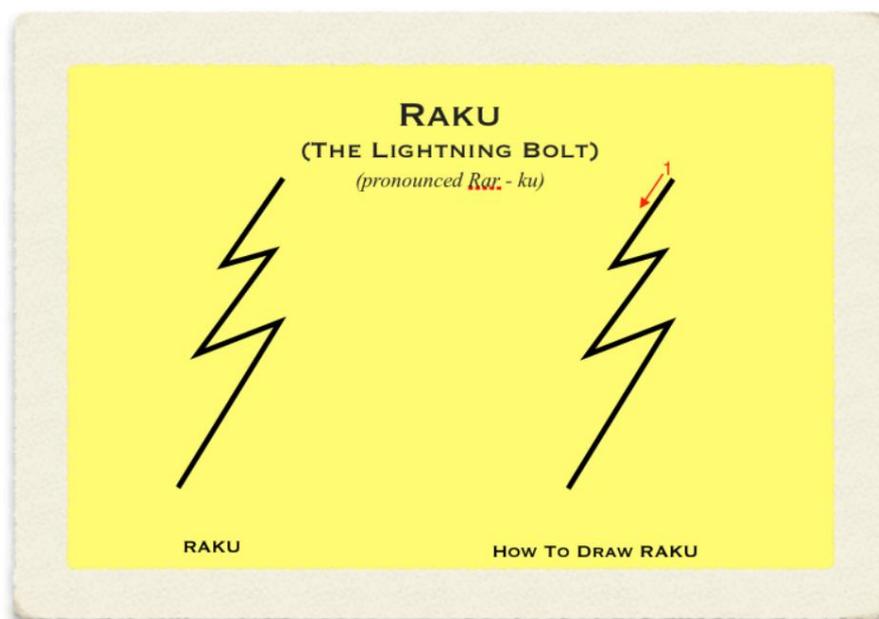
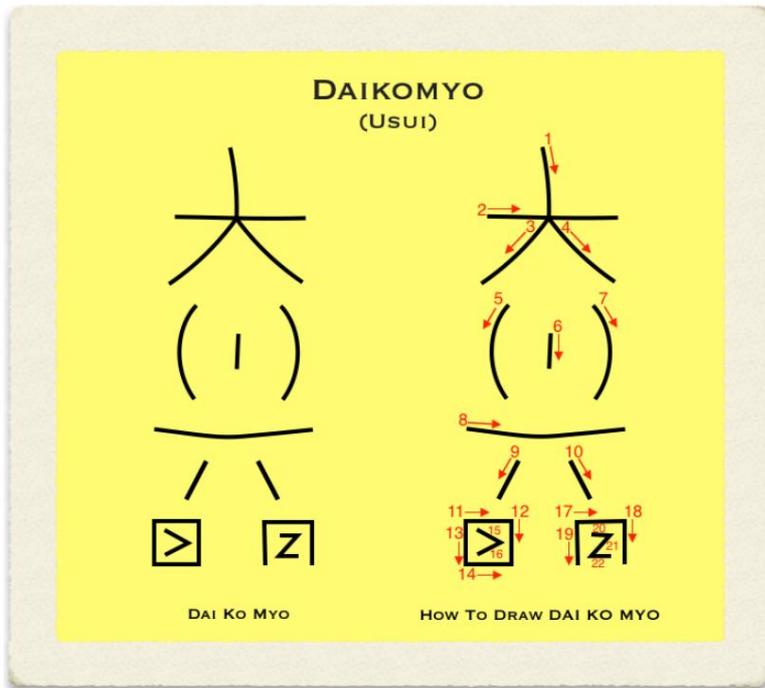
B). Scheda informativa post guarigione

Il foglio informativo post guarigione è una risorsa molto preziosa da dare ai riceventi dopo che hanno ricevuto una sessione di guarigione. È un bel tocco quando si fa Reiki e aiuta a comunicare tutte le informazioni necessarie al destinatario dopo la sessione di guarigione. Dà loro anche qualcosa a cui fare riferimento nei giorni a venire, se dovesse verificarsi una crisi di guarigione.

Siamo molto felici di condividere questo con voi qui nella speranza che vi aiuti con le vostre sessioni di guarigione. Si prega gentilmente di fare riferimento alle prossime pagine in cui viene presentato il foglio informativo post-guarigione e, se lo si desidera, sentirsi liberi di usarlo nella propria pratica Reiki e con i propri clienti curativi. (O in alternativa, puoi [scaricarne una copia dal nostro sito web](#)).



Scheda dei simboli Reiki di livello 3a



Informazioni post-guarigione

(Sessioni di guarigione di persona)

Grazie per aver ricevuto una **sessione di guarigione**. Ci auguriamo che la tua sessione sia stata rilassante e benefica per te e che continui a ricevere benefici duraturi dai cambiamenti energetici che hanno avuto luogo nel tuo campo energetico. Poiché il tuo corpo ha ora ricevuto una serie di energie edificanti e curative, è importante notare le seguenti informazioni post-guarigione:

1. **Acqua:** è molto importante bere molta acqua nelle 24 ore immediatamente successive alla sessione. Questo è così che il tuo corpo può scovare eventuali tossine o rifiuti che sono stati eliminati dal tuo corpo durante e dopo la sessione. Per ottenere i migliori risultati, cerca di mantenere l'assunzione di acqua per altri due giorni consecutivi, se possibile.



2. **Cambiamenti:** man mano che le energie vecchie o indesiderate si spostano dall'interno, nei prossimi giorni potresti sperimentare uno dei seguenti:

- Niente di niente (e questo è perfettamente normale e normale!)
- Stanchezza, a volte sensazione di essere stati 'colpiti da un autobus'. (Questa è una fase temporanea, che di solito dura al massimo un giorno, poiché il tuo corpo elimina la vecchia energia. Concedi al tuo corpo molto riposo e qualsiasi altra cosa di cui ha bisogno.)
- Un'abbondanza di energia. (Sebbene tu possa sentirti energico, prendi le cose molto facilmente poiché questa è solo una fase temporanea mentre la tua energia si adatta e si equilibra. Se hai voglia di fare esercizio, fallo con moderazione e sii gentile con te stesso).
- sentimenti ed emozioni spontanee; pianto, tristezza, felicità ecc. (Spesso dopo la guarigione, il tuo corpo continuerà a eliminare i blocchi energetici rilasciando emozioni. Questo è molto salutare e normale).
- Sensazioni di formicolio sul corpo. (Questa è semplicemente l'energia che si muove e si equilibra all'interno del tuo corpo dopo il lavoro di guarigione).
- Un cambiamento nei movimenti intestinali/urinari.
- Per le donne, i cicli mestruali possono essere leggermente influenzati.
- Un cambiamento nella dieta, mangiando di meno o di più o desiderando cibi diversi.
- Cambiamenti nei modelli di pensiero e nelle prospettive. (Quando avviene la guarigione, a volte può spostare i vecchi "filtri" nelle nostre menti, cambiando la nostra visione della vita, a volte cambiando vecchie abitudini e schemi, generando momenti di "lampadina" e una maggiore ricerca di conoscenza spirituale).



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

A beneficio infinito di tutti

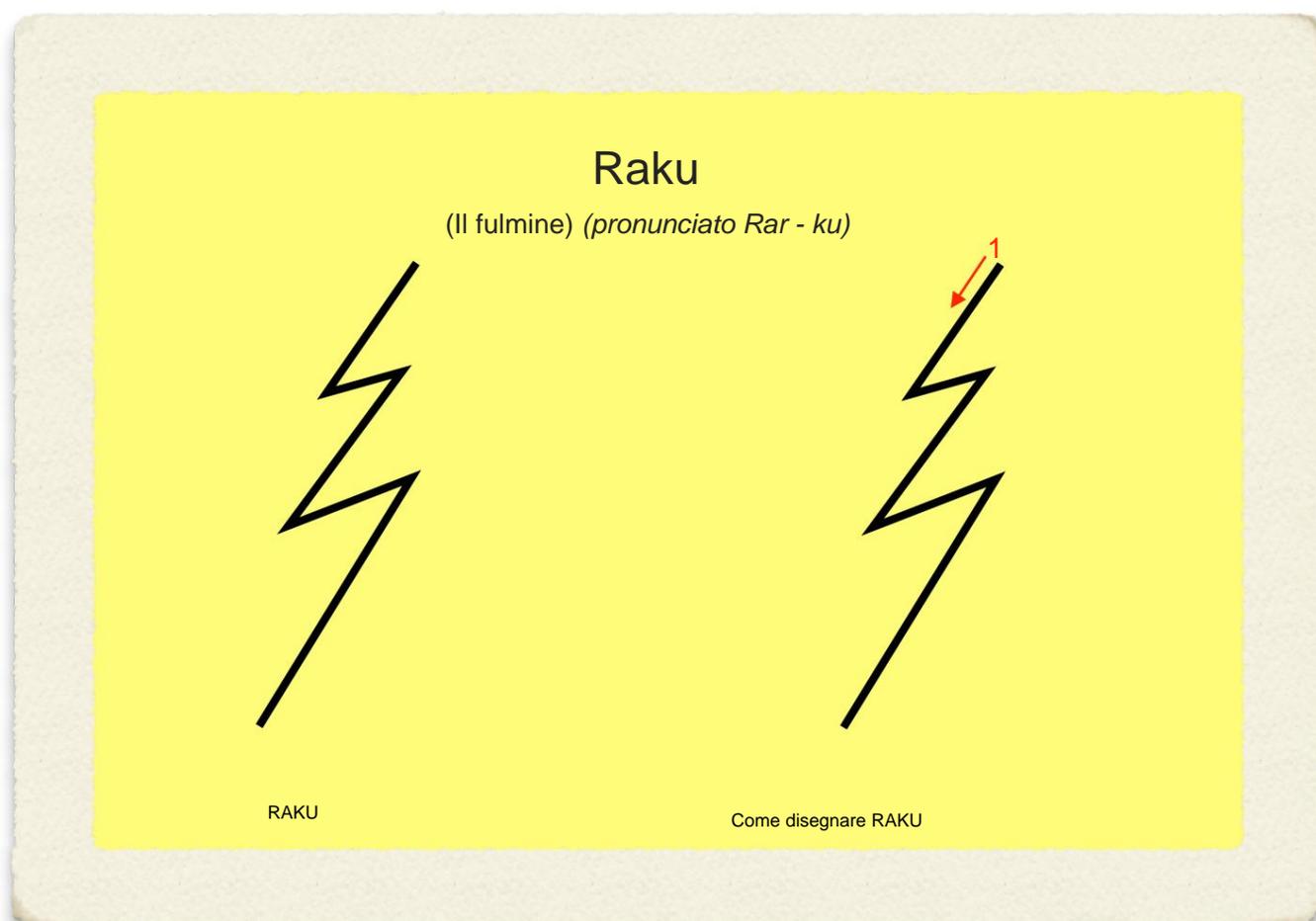
Possano tutti gli esseri essere liberati dalla sofferenza.

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

2.4 Raku (The Lightning Bolt): Avendo ora

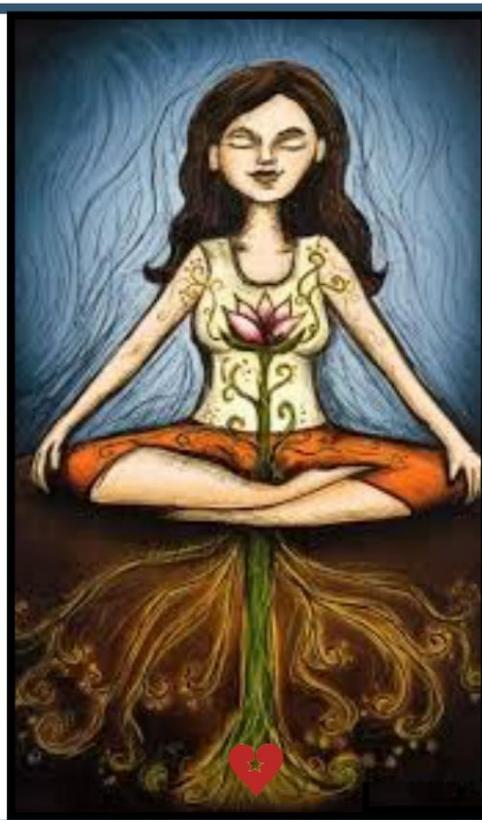
delineato i due principali simboli Master Healing per questo livello, ora vi presentiamo il nostro ultimo simbolo Reiki Master Healer - Raku. E come abbiamo già accennato, il simbolo Raku ti offre uno strumento meraviglioso per il "radicamento" e può quindi essere utilizzato quando ti senti guidato nelle tue sessioni di meditazione e guarigione.





Per cominciare, esaminiamo rapidamente alcune delle potenziali esigenze di radicamento nella nostra pratica Reiki (poiché non abbiamo ancora discusso questo problema in dettaglio). Le pratiche di radicamento possono essere molto importanti, specialmente quando ci muoviamo verso frequenze di guarigione dimensionali più elevate. La messa a terra può essere utilizzata in un'ampia varietà di circostanze diverse e generalmente può essere pensata in tre aree principali:

1. Radicare te stesso (o un destinatario) prima di iniziare una meditazione o una sessione di guarigione ti aiuterà effettivamente a raggiungere stati più elevati di vibrazione energetica. Essendo a terra, sarai in grado di "arrivare più in alto" nello stesso modo in cui un albero molto grande fa affidamento sulle sue radici per stare in alto e rimanere in equilibrio.
Hai mai visto le dimensioni delle radici (o la loro struttura) di un grande albero? È fantastico!
2. Radicare te stesso (o un destinatario) dopo una meditazione o una sessione di guarigione può spesso aiutare a "radicare" queste energie di coscienza superiore nella nostra coscienza mentre ritroviamo l'equilibrio attraverso il nostro campo energetico generale. Non essere radicati dopo aver ricevuto il lavoro energetico a volte può portare a uno squilibrio energetico che spesso può provocare sensazioni di essere fluttuanti, scoordinati, smemorati, goffi o addirittura nauseati.
3. Il radicamento può essere fatto anche durante una meditazione o una sessione di guarigione. Ad esempio, se senti che ci sono eccessive energie negative che sorgono dentro di te (o da un destinatario), puoi "radicare" queste energie nella terra per aiutare a liberarle dal tuo campo energetico (o del destinatario).



Queste sono le tre aree principali su cui ci concentreremo come parte di questo corso, notando che ora abbiamo anche trattato qui i principali usi e benefici del simbolo Raku.



È stato anche detto che il simbolo Raku è stato introdotto nel sistema di guarigione Usui Reiki in un secondo momento e che le vere origini del Raku sono legate alla cultura tibetana. Si ritiene che un Reiki Master di nome Iris Ishikuro (una studentessa della signora Hawayo Takata) abbia introdotto questo simbolo nel sistema di guarigione Usui Reiki e che sia stato poi introdotto nei lignaggi occidentali da Arthur Robertson (uno studente di Iris Ishikuro) .

Ed è attraverso questo ramo del lignaggio Takata Reiki, che abbiamo compreso gli usi primari del Raku, cioè da utilizzare per il grounding. Più comunemente, le persone usano Raku per radicare le energie ricevute durante le sessioni di guarigione e per radicare le energie ricevute durante le attivazioni.

E vorremmo anche aggiungere qui che puoi anche usare Raku per radicare le energie negative e per radicarti ovunque senti di aver bisogno di queste energie mentre svolgi la tua vita quotidiana.

Il simbolo Raku è quindi un simbolo molto utile da avere come parte del tuo kit di strumenti di guarigione divina e, come tutti i simboli, risponderà sempre alla tua intenzione di guarigione. E per aiutarti a dimostrarti questi potenziali usi qui, passiamo ora rapidamente a un esempio di come usare Raku in un contesto mediatico e in un contesto di tipo "guarigione degli altri".

Un esempio meditativo:

Quando ti prepari per la meditazione, puoi tirare fuori e picchiare il simbolo Raku su entrambi i piedi (se sei seduto su una sedia) poiché intendi che Raku ti aiuti a essere radicato per la tua sessione di autoguarigione. Questo ora può aiutarvi a raggiungere frequenze energetiche più elevate e più armoniose mentre siete ben radicati nelle energie di Madre Terra.

Se sei sdraiato o seduto a gambe incrociate per la tua pratica di meditazione, potresti sentirti più appropriato radicarti attraverso il tuo Chakra della radice (alla base della colonna vertebrale) e anche questo va bene. Per molte persone, potresti voler utilizzare una semplice tecnica di "disegna e tocca" qui o, in alternativa, puoi invocare qualsiasi tecnica di simboli che ti fa sentire a tuo agio.

Qualunque sia il caso, ora puoi immaginare o visualizzare che il simbolo Raku ti sta aiutando a radicare le tue energie nella nostra Madre Terra e per aiutare a facilitare questo, ora puoi immaginare che una serie di spesse radici degli alberi stiano crescendo dai tuoi piedi o Radica Chakra nella terra. Ti senti stabile, costante e radicato e con questo, ora sei pronto per ricevere una bellissima gamma di energie di coscienza superiore!



Al termine della tua meditazione, ora puoi ripetere questo processo e radicare tutte le energie che hai ricevuto dalla tua sessione di meditazione di autoguarigione / (usando la tua intenzione). Mentre lo fai, il tuo campo energetico sarà ora in grado di trovare un nuovo equilibrio qui poiché il simbolo Raku aiuta a radicare la gamma di energie di coscienza superiore che sono state ricevute attraverso la tua pratica di meditazione in modo molto semplice ed efficace.

Per completare queste pratiche di radicamento, puoi tirare fuori e picchiare il simbolo Raku tre volte (nei tuoi piedi o nel tuo Chakra della radice) alla fine della tua pratica. In alcuni casi, forse dove hai avuto una meditazione molto profonda, potresti scoprire che desideri lavorare con le energie Raku per un po' di tempo in più qui mentre ti senti guidato. Man mano che le energie si radicano, sei ora in grado di completare la tua meditazione e svolgere la tua normale routine quotidiana.

In alcuni casi, quando Gerry "torna" dalle sue visite e comunicazioni con la Coscienza Superiore, possono essere necessari dai 5 ai 20 minuti per tornare veramente nel suo corpo fisico e in questo regno terreno. In alcuni casi, avrà bisogno di utilizzare tecniche aggiuntive come mangiare, automassaggio, camminare sull'erba, abbracciare gli alberi e altre tecniche di radicamento per aiutarla a tornare completamente a questa realtà terrena.

Un esempio di sessione di guarigione degli altri:

Immediatamente prima di iniziare la tua sessione di guarigione, puoi radicare il destinatario nello stesso modo in cui faresti per la tua pratica di meditazione. Ad esempio, potresti desiderare di estrarre e attingere il simbolo Raku in ciascuno dei chakra dei piedi (o Chakra della radice) e intendere che le energie Raku aiutino il ricevente a preparare la propria energia per ricevere una meravigliosa gamma di energie di coscienza superiore.

Durante la tua sessione di guarigione, il tuo destinatario potrebbe sperimentare una profonda guarigione dall'interno e come tale, lui o lei potrebbe iniziare a mostrare alcuni segni di rilascio di negatività, ad esempio attraverso eccessivi tremori, risate, sobbalzi ecc. Quando ciò accade, potresti sentirti che è necessario invocare il simbolo Raku in modo da poter radicare parte di questa negatività nella terra.

In questo caso, disegneresti semplicemente un Raku molto grande sull'intero corpo del destinatario e picchieresti il simbolo Raku sulla terra tre volte. Mentre lo fai, la tua intenzione qui è fermamente focalizzata sul simbolo Raku che radica tutte le energie negative in modo sicuro nella terra poiché possono essere rilasciate più facilmente dal campo energetico dei destinatari.

Se lo desideri, puoi ripetere questo processo tre volte, ad esempio in modo che Raku venga tirato sul corpo del ricevente per un totale di tre volte e, se necessario, puoi continuare a completare questo semplice processo fino a quando senti che tutte le energie negative sono scomparse. stato messo a terra. Ora sei in grado di continuare la tua sessione di guarigione mentre ti senti guidato.

Mentre ti senti pronto a portare a termine la tua sessione di guarigione, per favore estrai e picchietta il simbolo Raku nei piedi o nel Chakra della radice (o in qualsiasi altro punto in cui ti senti guidato) e poi intendi che tutte le energie della sessione di guarigione di oggi essere radicato nell'energia del ricevente in modo che le energie possano essere bilanciate e disperse uniformemente nel campo energetico del ricevente quando sono necessarie. Quando ti senti pronto, ora sei in grado di ringraziare e iniziare a riportare il destinatario dalla sua sessione di guarigione con amore e luce.



2.5 Riepilogo finale:

Come puoi vedere dal commento sopra, i due simboli Dai-Ko-Myo sono davvero i principali simboli di "guarigione" che ti vengono presentati qui a questo livello con il simbolo Raku utilizzato principalmente per scopi di radicamento. Detto questo, come parte dei tuoi 21 giorni di pratiche di autoguarigione, ti guideremo attraverso le meditazioni simboliche usando il simbolo Raku proprio come faresti per qualsiasi altro simbolo Reiki. Questo è stato fatto deliberatamente in modo che possiamo aiutarti a ottenere una buona comprensione vibrazionale del simbolo Raku e in modo che queste energie possano essere assimilate e digerite più facilmente nella tua coscienza.

Ci auguriamo che ti piaccia la tua connessione con questi simboli di guarigione molto sacri e ad alta vibrazione e che possano aiutarti a portare più amore, pace e purificazione nella tua vita!



3. Una comprensione più profonda del "Reiki":

Avendo ora compreso cosa significa diventare un Reiki Master e avendo ora introdotto i potenziali usi e scopi dei simboli del Reiki Master, approfondiamo ora alcuni dei significati più profondi del Reiki con questa sezione successiva.

Per cominciare, qui amplieremo la nostra definizione di 'guida divina' mentre portiamo questo importantissimo principio nella nostra vita quotidiana. A seguito di questa discussione, vi presenteremo anche alcune informazioni molto importanti su alcuni cambiamenti energetici che stanno avvenendo su questa Terra in questo momento mentre condividiamo alcune delle informazioni che sono state portate ad Love Inspiration dalle varie Guide Spirituali & Asceti.

Inoltre, come parte di questa sezione, desideriamo introdurti all'idea di interconnessione o unicità e anche all'idea di lavorare con un'intenzione altruistica nella tua pratica Reiki. Riteniamo che entrambi questi concetti siano vitali per qualsiasi formazione Usui Reiki Mastership ed è con molto amore e luce che costruiremo su queste basi teoriche durante gli aspetti pratici di questo corso.

3.1 Esplorare la guida divina:

Durante la formazione di Livello 1, abbiamo definito Reiki come "**energia universale**" e più precisamente come "**energia vitale universale guidata spiritualmente**".

E all'interno di entrambe queste definizioni, c'è una conoscenza di fondo che tutto è costituito da vibrazione o energia. Questa fonte di energia è conosciuta con molti nomi diversi e più comunemente, questa fonte di energia è descritta come qualcosa che è consapevole, cosciente o intelligente in natura.

Per molti praticanti di Reiki, capiamo che le nostre pratiche Reiki sono sempre guidate divinamente, cioè quando ci apriamo ad un'ampia varietà di entità di 'Coscienza Superiore'. Quando lavoriamo con la luce, spesso possiamo sentire queste entità di Coscienza Superiore mentre ci aiutano a provare un bellissimo senso di pace, rilassamento e guarigione dall'interno.

Queste entità di Coscienza Superiore sembrano provenire da un luogo molto più elevato di consapevolezza o coscienza e provengono quasi sempre da un luogo di amore, benevolenza e purezza mentre ci guidano verso più amore, luce e armonia nella nostra vita.





E poiché ti sei aperto sempre di più a queste energie Reiki, senza dubbio l'hai sentito molte volte per te stesso ad ogni passo del cammino. E supponiamo ora che tu sia abbastanza a tuo agio con il concetto di essere guidato divinamente e aiutato attraverso la tua pratica Reiki.

Ma ora espandiamo un po' la nostra prospettiva della guida divina.

Immaginiamo ora che ci sia una quantità infinita di entità di Coscienza Superiore che vegliano su di noi in ogni momento. Molti tipi di Guru, Divinità, Esseri di Luce, Asceti, Angeli, Esseri Illuminati, Parenti che sono passati oltre, Guide Spirituali e altri Assistenti Divini che ora sono in grado di aiutarci (se dovessimo scegliere di aprirci alla ricezione).

Supponiamo che siano ovunque, in ogni momento, aiutando tutti noi ad apprendere le lezioni di cui abbiamo bisogno in questa vita in modo da poterci muovere più facilmente verso stati più elevati e più armoniosi di vibrazione energetica e amore. Supponiamo che stiano anche aiutando il nostro pianeta ad evolversi verso più amore, luce e pace poiché siamo tutti divinamente guidati a crescere, evolvere e trasformarci a modo nostro e in linea con i nostri doni e talenti divini.

Il punto generale qui che desideriamo sottolineare è che la guida divina non avviene solo attraverso le vostre pratiche Reiki, ma piuttosto, queste belle e benevoli entità di Coscienza Superiore ci aiutano sempre in ogni singolo momento. E con qualche riflessione su questa prospettiva allargata della guida divina, questo può ora aiutarci a dare un nuovo significato alla nostra vita e alle situazioni che spesso ci si presentano durante la nostra giornata.

Ad esempio, perché pensi di affrontare una sfida particolare nella tua vita in questo momento? Pensi di essere "guidato" verso l'apprendimento di qualcosa da questo? È possibile che le circostanze esterne siano "guidate divinamente" in modo da poter rilasciare energie vecchie o indesiderate dall'interno e quindi spostarsi verso l'alto nella vibrazione energetica?

È abbastanza comunemente insegnato attraverso molte tradizioni spirituali che tutto sta accadendo attraverso una combinazione delle tue scelte (attraverso il principio del libero arbitrio) e attraverso la guida divina. Ed è all'interno di questa sinfonia di 'Creatore' e 'Co-Creatore' che spesso possiamo trovare un equilibrio meraviglioso, perfetto e divinamente unico tra i nostri desideri e l'ordine divino di tutte le cose.

Questa è una realizzazione che Marty e Gerry hanno imparato in questa vita e qualcosa che è stato aiutato dal dono della chiarezza di Gerry. Sia Marty che Gerry sono profondamente grati per tutto l'apprendimento che è stato loro chiesto di fare in questa vita e capiscono che c'è ancora molto da fare!



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

3.2 Introduzione alla Nuova Coscienza:

Attraverso il dono della chiarezza, Marty e Gerry sono stati molto benedetti nel ricevere una vasta gamma di informazioni da un gran numero di Guide Spirituali, Ascesi, Arcangeli e altre entità di "Coscienza Superiore". E uno dei messaggi chiave che è stato ricevuto più e più volte come parte di queste comunicazioni intuitive, è che il nostro pianeta sta attualmente attraversando un momento molto significativo

sposta la sua vibrazione energetica verso più **amore, luce e unità**.

Le Guide si sono riferite a questo fenomeno come "[La Nuova Coscienza](#)" e hanno spiegato che ora ci sono molte entità di Coscienza Superiore che aiutano il nostro pianeta attraverso questo processo di ascensione in modo che tutti possiamo essere guidati verso questa nuova vibrazione di energia. Oltre a questo, comprendiamo che ora c'è un gran numero di "equipaggio di terra" sotto forma di Guru, medium, canali e altri esseri benevoli che ora ci stanno aiutando tutti a muoverci verso questo stato ascenso dell'essere.

Come parte di questo processo di ascensione, Love Inspiration ha ricevuto una serie di diversi "[Percorsi di Ascensione](#)" e [sistemi di guarigione basati sull'energia](#) che ora offriamo gratuitamente e

con amore attraverso il nostro sito web. Gli insegnamenti Advanced Usui Reiki ne sono un esempio. Sembra che queste energie, attivazioni e insegnamenti siano stati portati all'Ispirazione d'Amore in modo che anche noi possiamo svolgere il nostro piccolo ruolo nell'aiutare ad aumentare la vibrazione d'amore di questo pianeta - come ci hanno spiegato le gu



"Alzare la vibrazione dell'amore permette alla nostra coscienza di cambiare, permettendoci di vedere il vero concetto di noi stessi e del nostro mondo. Aumentando la vibrazione, riduciamo i filtri, la foschia o il bagliore attraverso cui vediamo la nostra realtà percepita."

"Il cambiamento di coscienza è il risveglio della nostra mente attraverso i nostri cuori, per vedere il nostro vero sé; per contenere la vera essenza dell'amore. La trasformazione del nostro amore è la chiave per trovare il nostro percorso verso coscienze superiori."

Mentre proseguiamo nel nostro viaggio, ci viene continuamente ricordato che ogni persona viene guidata divinamente verso questa nuova luce nel suo modo unico. Ad esempio, ci saranno alcuni di voi che forse si stanno aprendo a nuove idee, nuove direzioni e forse nuove attività creative nella propria vita.

Per altri, potresti davvero goderti questo tipo di pratiche di guarigione e purificazione basate sull'energia mentre sei guidato a trovare il tuo insegnante spirituale o Guru in questa vita. E ci saranno altri che saranno guidati a lavorare con la nostra meravigliosa e divina terra o attraverso una varietà di altri mezzi mentre imparano come aumentare la loro vibrazione energetica attraverso il loro percorso unico e creativo.

Qualunque sia il caso, il messaggio generale che è arrivato su questo cambiamento di coscienza è molto chiaro: **segui sempre il tuo cuore.**

Ove possibile, agisci sempre con gentilezza amorevole, compassione, empatia e con un senso di pace e tranquillità. Non preoccuparti, stressarti o sentirti frustrato perché tutto sta accadendo in accordo con l'essenza divinamente guidata del Creatore e in accordo con le tue più alte intenzioni.

Persegui tutte quelle cose nella tua vita che ti fanno sentire felice e dal profondo del tuo cuore, sappi che sei sempre divinamente guidato a compiere il tuo destino divino. Imposta le tue intenzioni con saggezza e per il beneficio di tutti e sappi che sei qui per uno scopo veramente bello e divino.

Comprendi ciò che ti è stato dato in questa vita - il tuo scopo, i tuoi doni, i tuoi talenti e la tua genialità e una volta compreso questo - risplendili in modo che tutti gli esseri possano trarne beneficio!



Ci sono moltissimi Esseri che vegliano su tutti noi durante questo periodo di transizione, quindi per favore, se senti di aver bisogno di qualsiasi tipo di aiuto o assistenza divina, devi solo chiedere l'aiuto divino con amore.

Possiamo noi tutti vivere nell'amore incondizionato, nella saggezza trascendentale e nella comprensione divina di noi stessi. Possiamo noi tutti illuminare gli angoli più profondi e oscuri di noi stessi in modo che possiamo muoverci verso questo stato bello e tranquillo di amore e purezza. Possa questo mondo diventare presto un luogo di pace, amore e unità dove tutti viviamo senza malattie, fame, povertà o guerra.

3.3 Comprendere l'Unità:

Come accennato in precedenza, il messaggio della Nuova Coscienza sembra sempre ruotare attorno all'amore e all'unità e per alcune persone, abbiamo visto questa Nuova Coscienza essere espressa come un movimento lontano dalla "coscienza egoica" verso una più "coscienza unificata".

E con questo in mente, ora possiamo capire che i messaggi di unità, interconnessione e unicità sono tutti molto importanti mentre ci evolviamo e ascendiamo nella Coscienza Superiore. Ed è qui che c'è una bella sovrapposizione tra questi concetti e le basi filosofiche del Reiki.

Per cominciare, quando si pensa a questo meraviglioso universo, ad alcune persone piace descriverlo come un oceano di amore e luce che alimenta e crea l'intera realtà fisica che vediamo. Altri possono descrivere la nozione di una coscienza collettiva come simile a un respiro eterno; con ogni essere vivente che inspira ed espira mentre tutti noi ci intrecciamo e coesistiamo gli uni con gli altri, connessi attraverso questo eterno respiro di vita.

Per Marty e Gerry, dopo aver fatto molta ricerca interiore, ricerca e assimilazione, sono giunti alla loro conclusione interiore che sì, siamo tutti interconnessi l'uno con l'altro. Siamo tutti connessi a una rete meravigliosamente olografica e interconnessa di amore, luce, compassione e purezza che è sia riverberante che immobile in ogni momento. Facciamo tutti parte di questa fonte di energia infinitamente amorevole e perfettamente divina e siamo davvero tutt'uno con questo essere onnisciente, onnipotente e collettivo.



Diverse creazioni che vediamo come la nostra "realtà fisica"



Una coscienza interconnessa e unificata - le basi per tutte le "cose"

www.loveinspiration.org.nz

Come parte di qualsiasi viaggio spirituale, è importante mantenere una certa comprensione della tua natura veramente infinita e divina. E come complemento a questo, sarà anche importante per voi avere una certa comprensione della più ampia definizione di 'IO SONO' di 'sé'.

Nel buddismo, ad esempio, si discute molto del sé contro il non sé e della verità relativa contro la verità ultima. È l'idea che tu sia un essere fisico che vive in questo mondo fisico (verità relativa), tuttavia, allo stesso tempo, sei tutt'uno con l'Infinito Creatore (verità ultima).

Come parte del nostro viaggio, Marty e Gerry hanno avuto la fortuna di aprirsi e ricevere molti diversi insiemi di insegnamenti da una vasta gamma di tradizioni. E come parte della nostra "formazione", ci siamo aperti alle idee di teologi, studiosi, scienziati, yogi, guru e una vasta gamma di altre entità non fisiche di "coscienza superiore" che hanno contribuito a portare un sacco di questo insieme.

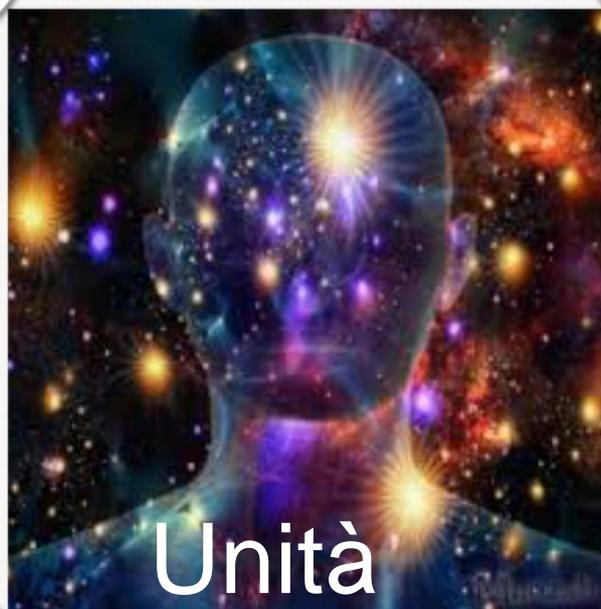
Come parte di questa formazione Usui Reiki Master Healer, vorremmo ora riunire queste informazioni per te nell'Appendice 1 - Capire l'Unità (alla fine di questo ebook). E con questo, speriamo di condividere con voi qui una comprensione teorica e scientifica dell'unità per aiutarvi nel vostro viaggio divinamente unico verso il Creatore Infinito.

Comprendendo e digerendo queste idee e concetti e riflettendo sull'idea che in realtà non siamo separati gli uni dagli altri, spesso può aiutare ad espandere la nostra prospettiva su chi siamo veramente. E mentre continui a digerire questi concetti attraverso la tua pratica personale, spesso può aiutarti a comprendere alcuni degli aspetti più profondi di cosa sia il Reiki mentre espandi la tua comprensione, il tuo campo energetico e ami la vibrazione a beneficio di tutti gli esseri.

Si dice spesso che la radice di ogni sofferenza sia l'ignoranza. Un'ignoranza che si esprime in modo più notevole nella nostra fede nella coscienza 'io'. Credendo di essere solo un individuo fisico, perdiamo questa visione bella ed espansiva del nostro sé divino e, come tale, tendiamo a limitare la nostra prospettiva di chi possiamo veramente essere!

Aprendoti e abbracciando il concetto di unità, può quindi essere molto utile per elevare il tuo pensiero e le tue pratiche mentre inizi a comprendere più profondamente i benefici della gentilezza amorevole, compassione, generosità, pazienza, simpatia, gratitudine e altro stati d'animo molto utili e positivi.

Comprendere e digerire veramente il concetto di interconnessione può richiedere molto tempo e pratica, tuttavia, dato che il nostro pianeta è ora su un percorso molto diretto verso questa "coscienza unificata" - ora è un momento straordinariamente fruttuoso per iniziare a portare queste riflessioni interne e contemplazioni nelle tue pratiche di guarigione!



4. I vantaggi di coltivare l'"altruismo":

Con una comprensione più approfondita dell'unità e dell'interconnessione, ora possiamo passare in modo molto naturale a una discussione sull'altruismo mentre esaminiamo i benefici che il pensiero altruistico può portare nella nostra pratica. E per iniziare questa discussione, definiamo innanzitutto cosa intendiamo con il termine 'altruismo'.

Altruismo: il principio o la pratica dell'altruismo

interesse o devozione per il benessere degli altri

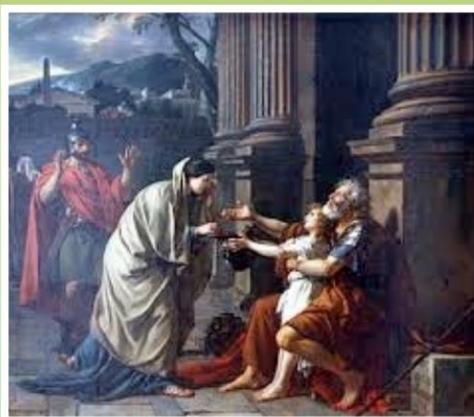
Wikipedia sull'altruismo (estratto):

"L'altruismo o l'altruismo è il principio o la pratica della preoccupazione per il benessere degli altri. È una virtù tradizionale in molte culture e un aspetto fondamentale di varie tradizioni religiose, sebbene il concetto di "altri" verso i quali dovrebbe essere diretta la preoccupazione può variare tra le culture e le religioni. L'altruismo o l'altruismo è l'opposto dell'egoismo.

L'altruismo puro consiste nel sacrificare qualcosa per qualcuno diverso da sé (es. sacrificare tempo, energia o beni) senza aspettarsi alcun compenso o beneficio, diretto o indiretto (es. ricevere riconoscimento per l'atto di dare).

Si discute molto se sia possibile il "vero" altruismo. La teoria dell'egoismo psicologico suggerisce che nessun atto di condivisione, aiuto o sacrificio può essere descritto come veramente altruistico, poiché l'attore può ricevere una ricompensa intrinseca sotto forma di gratificazione personale. La validità di questo argomento dipende dal fatto che le ricompense intrinseche si qualificano come "benefici".

Il termine altruismo può anche riferirsi a una dottrina etica che afferma che gli individui sono moralmente obbligati a beneficiare gli altri. Usato in questo senso, è solitamente contrapposto all'egoismo, che è definito come l'agire a beneficio di se stessi.



Questo è sicuramente un punto interessante sollevato qui nella definizione di wikipedia sul fatto che qualcosa possa essere veramente altruistico. Ad esempio, quando brilli per gli altri, alla fine questo porterà ulteriori benefici a te stesso. Quindi c'è qualche validità in questa nozione?

Ed è qui che la comprensione dell'interconnessione o unità è così importante. Comprendere che non siamo separati al livello ultimo dell'esistenza, porta un nuovo livello di comprensione all'idea di altruismo.

Come non aiutare un altro se noi stessi non siamo separati da lui?

L'altruismo è qualcosa che porterà davvero molti benefici nella tua pratica. E l'idea che ti senti bene mentre aiuti gli altri allo stesso tempo è forse uno degli aspetti più "vendibili" del coltivare l'altruismo nella tua pratica. E, naturalmente, non c'è assolutamente niente di sbagliato nel voler essere felici tu stesso! Dopotutto, quando sei felice, sei maggiormente in grado di trarne beneficio e risplendere verso l'esterno affinché anche gli altri possano trarne beneficio.

L'altruismo è quindi qualcosa che può portare beneficio a 'te stesso' ea 'tutti' nello stesso momento. Ed è anche qualcosa che può aiutarti a sentirti bene mentre diffondi i tuoi sentimenti di gentilezza amorevole e compassione verso l'esterno affinché tutti possano trarne beneficio.



Essere veramente altruisti significa essere gentili, amorevoli, affettuosi, compassionevoli, umili, pazienti e questo è veramente qualcosa che è apprezzato da quasi tutti quelli che incontrerai nella tua vita. È qualcosa che può attrarre cose piacevoli nella tua vita e qualcosa che può anche aiutarti ad avanzare energicamente verso livelli di esistenza più elevati.



L'altruismo è quindi uno dei capisaldi di qualsiasi pratica di guarigione o spirituale e ti aiuterà solo a creare sentimenti di amore, compassione e calore dall'interno. Coltivare questi tipi di mentalità quindi si dice che sia una delle pratiche più apprezzate.



“Non c'è mente più virtuosa di bodhicitta.

Non c'è mente più potente di bodhicitta, non c'è mente più gioiosa di bodhicitta... è il metodo unico e onnicomprensivo.

Ogni potere ordinario e ultramondano può essere raggiunto attraverso bodhicitta.

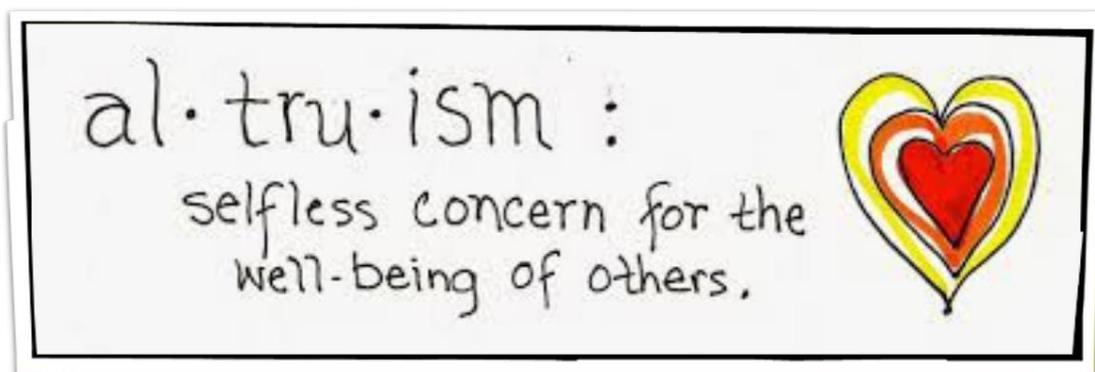
Quindi è assolutamente prezioso.

Sua Santità il XIV Dalai Lama

Che si parli di nostra madre, di un nostro amico, del nostro vicino di casa, del nostro animale domestico di famiglia o persino degli insetti che sono fuori in giardino, tutti gli esseri viventi condividono lo stesso innato desiderio di essere felici e liberi dalla sofferenza. Questo è un desiderio innato molto naturale che vive dentro tutti noi e può effettivamente essere una parte molto importante del nostro processo evolutivo.

Per la maggior parte di noi, questo desiderio di essere felici si manifesterà spesso mentre compiamo azioni che pensiamo porteranno felicità. Ad esempio, ci forniremo un bel riparo per evitare il clima rigido ed essere felici e al caldo dentro. Cercheremo un lavoro che ci aiuti a raggiungere il nostro obiettivo di felicità. Cercheremo di circondarci di persone che ci facciano stare bene e nel nostro tempo libero cercheremo sempre cose divertenti, piacevoli o rilassanti (a seconda di come ci sentiamo). Tutto questo nasce dall'idea che tutti noi vogliamo essere felici e liberi dalla sofferenza.

Una cosa che spesso possiamo dimenticare, tuttavia, come parte della nostra ricerca della felicità per tutta la vita, è l'idea che anche l'altruismo possa svolgere un ruolo molto importante nell'aiutarci a trovare stati di felicità reali e genuini.



Per molti di noi, spesso ci concentriamo solo sulla creazione di cose buone per noi stessi piuttosto che cercare di portare felicità nella vita degli altri. E concentrandoci continuamente su ciò che è buono per "me" o su ciò che "io" posso fare per aiutare "me stesso" per la "mia" felicità, spesso possiamo perdere la vera bellezza e i benefici che derivano dall'adozione dell'altruismo nella nostra vita.



Ad esempio, concentrandoci continuamente sulla coscienza 'io', a volte possiamo perdere la concentrazione della bella e veramente divina, infinita e meravigliosamente espansiva coscienza 'collettiva'. E con questo, possiamo anche perdere la comprensione o la connessione con questa visione veramente illimitata di noi stessi mentre abbracciamo l'idea che gli altri fanno parte del nostro "sé collettivo".

E con questa idea in mente, possiamo ancora una volta vedere che l'altruismo ci offre molte opportunità per portare felicità nella nostra vita così come portare felicità e gioia nella vita di molti altri.

Hai mai notato quanto ti senti bene dopo aver fatto una buona azione per qualcuno?

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Questo è un modo molto bello in cui puoi iniziare a portare più altruismo nella tua vita in questo momento in modo che tu possa iniziare a sentire i benefici di più felicità, gioia e amore. Ed è questo primo concetto introduttivo di 'aiutare gli altri' che è il modo più comune di pensare all'altruismo applicato, cioè uscire letteralmente e 'aiutare gli altri'.

E a un livello più profondo, anche se potremmo non vedere direttamente alcun beneficio immediato da queste azioni generose o amorevoli, si dice spesso che questa pratica impegnata dell'altruismo ci porti molti benefici felici attraverso la Legge di Causa ed Effetto (o Karma).



Aiutare gli altri

Di questo si parla anche attraverso "La Legge di Attrazione" che afferma che attirerai quelle cose nella tua vita che vibrano al tuo stesso livello. Quindi, con questo in mente, mentre compi azioni vibrazionalmente edificanti basate su intenzioni amorevoli o gentili, ad un certo punto in futuro le attirerai di nuovo nella tua vita in modo molto naturale.

E sebbene questi concetti non siano ancora ampiamente accettati all'interno del mainstream, gli insegnamenti religiosi e spirituali sul "fare cose buone" sono quasi universali! Questo è un insegnamento che è stato fornito a questa terra più e più volte attraverso un'ampia varietà di entità di Coscienza Superiore nel corso dei secoli.

E con l'ascesa di Internet, questi insegnamenti stanno diventando sempre più disponibili per coloro che sono interessati attraverso una varietà di formati diversi. E con questo rinnovato accesso alle informazioni, ora siamo più facilmente in grado di vedere quanto allineamento c'è tra tutti questi diversi insegnamenti.

Ad esempio, ora puoi andare online e confrontare i diversi insegnamenti di una vasta gamma di insegnanti spirituali, medium, canali, Guru e tradizioni religiose e vedere come ti senti. Potresti quindi scoprire che sembrano tutti dire lo stesso genere di cose:

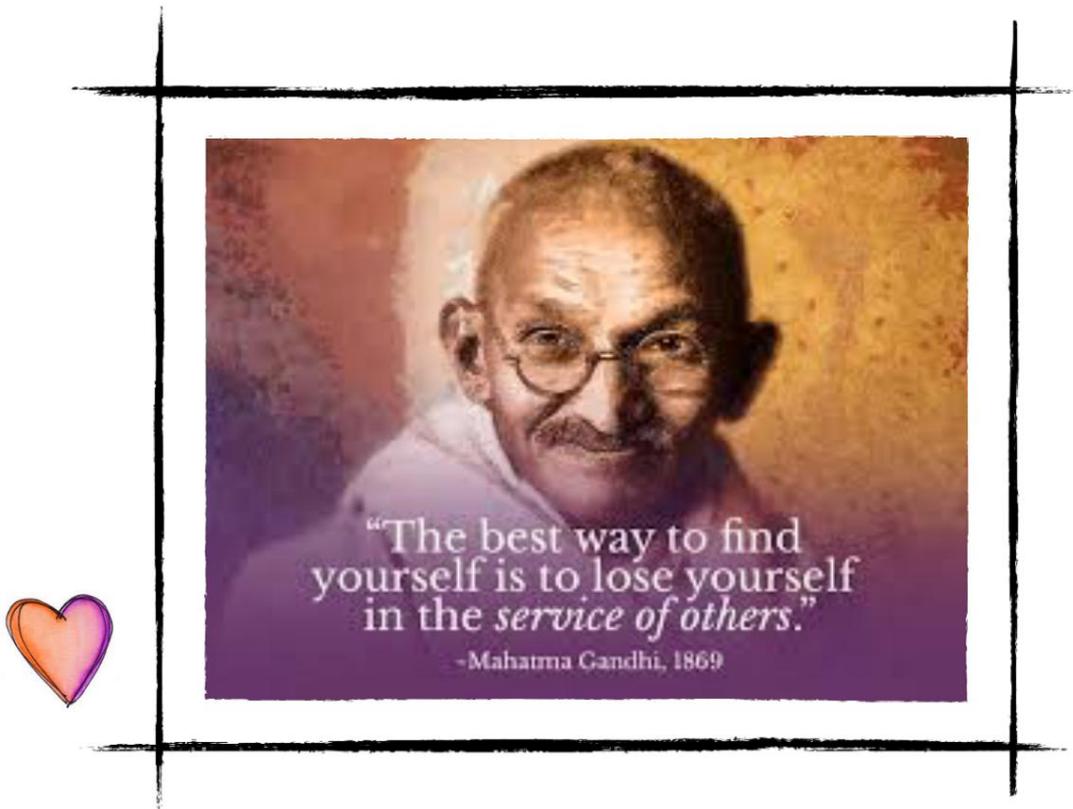
amore + compassione + gratitudine + consapevolezza + gentilezza + pazienza

+ resa + perdono + umiltà + non attaccamento + fede = felicità



Quindi questo è il primo modo in cui possiamo pensare all'altruismo: uscire e aiutare fisicamente gli altri e compiere queste azioni con uno stato d'animo amorevole e gentile. E ancora, questo è davvero un bellissimo insegnamento da solo!

Adottando questo tipo di approccio nella tua vita (noto anche come Karma Yoga), questo può aiutarti a essere più amorevole, gentile, generoso, compassionevole, disponibile, premuroso, paziente e umile e quando questo è infuso con una comprensione delle interconnessioni -ness, può essere una piattaforma molto potente verso più saggezza, amore e luce nella tua vita!



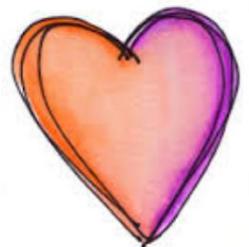
Quindi ora parliamo un po' di più su come vedere l'altruismo in un altro modo e in particolare, vediamo ora come possiamo avvicinarci all'altruismo attraverso le nostre pratiche di guarigione. E per questo, esamineremo ora questo concetto attraverso la lente dell'interconnessione, dove possiamo vedere l'altruismo in due diverse prospettive.

- ★ La prima prospettiva dell'altruismo risiede nell'idea che possiamo portare beneficio agli altri facendo un lavoro di guarigione e purificazione su noi stessi. In altre parole, puoi portare beneficio agli altri semplicemente cercando il tuo cuore. Questo è un fenomeno molto naturale ed è fortemente supportato ora dalla vostra comprensione dell'interconnessione.

È l'idea che mentre pulisci, guarisci, purifichi o cresci, così fa anche la coscienza collettiva.

Man mano che elimini i molti tipi di impurità dal tuo campo energetico o coscienza, sei maggiormente in grado di vedere il vero sole divino che splende dentro di te e, in modo del tutto naturale, questo ora si irraderà verso l'esterno affinché tutti possano trarne beneficio mentre scopri di più e più del tuo innato centro divino.

Questo è il motivo per cui sottolineiamo sempre l'importanza dell'autoguarigione e della meditazione come un modo per "aiutare gli altri" poiché eliminerai efficacemente molti strati di impurità, oscurità e imperfezione in modo da poter aumentare la tua vibrazione individuale e quindi la vibrazione collettiva anche.



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

- ★ La seconda prospettiva quindi è l'idea che coltivando una mentalità altruistica nella tua pratica (cioè portando la tua attenzione meditativa a 'beneficiare tutti'), riceverai anche un'intensità molto più alta di guarigione e purificazione in linea con questa intenzione espansa.

Durante questi insegnamenti e corsi Reiki, abbiamo costantemente rafforzato l'idea che tutta la guarigione è fatta in accordo con la tua **intenzione di guarigione** e qui, a questo livello Master, ti stiamo ora introducendo a questo concetto molto centrale che sarà importante per quasi tutte le cure o il lavoro di meditazione che fai.

L'universo ci invierà sempre guarigione e purificazione in linea con
l'ampiezza o la purezza della nostra intenzione.



Quindi, prima di andare oltre, riassumiamo rapidamente le cose finora. In primo luogo, è sicuramente vero che puoi praticare l'altruismo aiutando gli altri attraverso azioni amorevoli, gentili e virtuose. E ora abbiamo stabilito che puoi anche praticare l'altruismo dedicandoti alle tue pratiche personali, cioè aprendoti a più amore, luce e pace nella tua vita.

Come parte di questa pratica personale, abbiamo ora introdotto l'idea che l'universo ti invierà sempre amore e luce in proporzione diretta all'ampiezza o alla purezza della tua intenzione. E con questo concetto molto importante, è ora rilevante qui discutere alcuni dei modi in cui potete iniziare a coltivare un'intenzione altruistica nelle vostre varie pratiche di guarigione.

Come parte della sezione pratica di questo corso, vedrai che le pratiche di autoguarigione per questo livello si concentreranno sull'apertura del tuo chakra del cuore e inizieranno a lavorare con una varietà di intenzioni altruistiche nelle tue meditazioni Reiki. Naturalmente, entrambi vanno di pari passo l'uno con l'altro e con il potere curativo della "Coscienza Superiore" del Reiki aggiunto a questo, queste pratiche ti aiuteranno sicuramente ad aumentare la tua vibrazione d'amore molto rapidamente!

Durante i nostri corsi Reiki di Livello 1 e Livello 2, abbiamo già toccato questo concetto di 'altruismo' quando vi abbiamo presentato le varie tecniche di guarigione durante ognuno di questi livelli. Ad esempio, abbiamo parlato dell'importanza di dare sessioni di guarigione agli altri durante l'allenamento di Livello 1, poiché abbiamo rafforzato l'idea che dando sessioni di guarigione, aiuterai anche a creare le circostanze vibrazionali per la tua guarigione, purificazione e felicità.

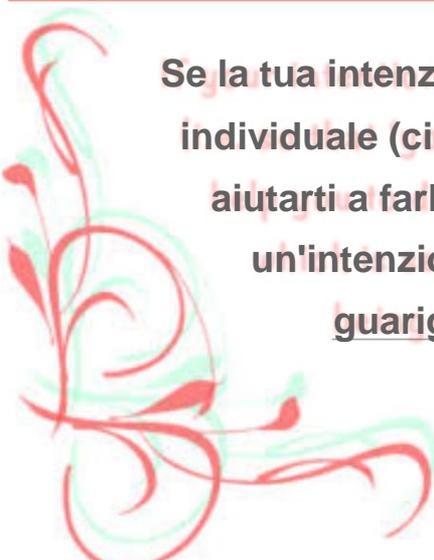


Durante l'allenamento di Livello 2, ti abbiamo presentato una varietà di tecniche di guarigione che ti hanno aiutato a inviare energie di guarigione a distanza a una varietà di situazioni, gruppi, obiettivi, eventi o persino alla Terra. Abbiamo spiegato qui come parte di questo che mentre allarghi la tua intenzione, ti aprirai a ricevere una vasta gamma di guarigione e purificazione e quindi ti abbiamo incoraggiato ad aprirti a queste pratiche come ti sei sentito guidato.

Quindi è qui a questo livello di Reiki Master (Guaritore) che ora desideriamo espandere questo concetto di applicazione dell'altruismo nella tua pratica e fornire qualche ulteriore comprensione teorica su quest'area nella speranza che questo possa ispirarti a creare questo tipo di intenzioni di guarigione espansive e altruistiche a beneficio di tutti.

E ancora, uno dei concetti più importanti che sta alla base di tutto questo, è il concetto che riceverai ***sempre l'assistenza o l'energia di guarigione divina in proporzione diretta all'ampiezza della tua intenzione.***

Quindi, a titolo di esempio, allora:



Se la tua intenzione è portare la guarigione nella tua coscienza individuale (cioè in modo che "tu" possa essere felice), riceverai le energie aiutarti a farlo. Tuttavia, quando ora confronti questo con un'intenzione che è fermamente radicata nell'idea di portare guarigione e purificazione a tutti gli esseri nell'intero universo; possano essere tutti felici e liberi da ogni sofferenza - riceverai sicuramente un'intensità di guarigione molto più forte da questo tipo di intenzione.

E mentre inizi a portare questo tipo di intenzioni curative altruistiche nella tua pratica Reiki, riceverai sicuramente un insieme più significativo e **amplificato** di energie curative nel tuo campo energetico.

E come risultato, sarai quindi in grado di sperimentare più pace, amore, guarigione e purificazione dentro di te mentre inizi ad aprirti all'idea di far risplendere queste energie di guarigione verso l'esterno affinché tutti possano trarne beneficio.

E da questa spiegazione molto semplice, speriamo di essere stati in grado di mostrarvi le differenze energetiche qui esistenti tra il desiderio che "me" trovi la felicità e il desiderio che "tutti gli esseri" trovino la felicità. L'ampiezza e la purezza di queste intenzioni è davvero molto diversa e, in particolare, anche le energie di guarigione e purificazione che saranno ricevute da ciascuna delle due intenzioni saranno molto diverse.



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

Quindi, per concludere qui, provare a coltivare un'intenzione altruistica nella tua pratica può essere molto vantaggioso. Ci sono molti modi diversi in cui puoi iniziare a portare una mentalità o un approccio più altruistico nelle tue pratiche di meditazione personali e nell'interesse di fornirti qualche informazione in più su questo, siamo molto felici di offrirti questo breve video tutorial su come coltiva la mentalità altruistica nella tua pratica:

[Tecniche per coltivare la Mentalità Altruistica \(Video Tutorial\)](#)



Dopo aver visto questo video, ora ti sarai reso conto che può esserti utile iniziare a lavorare con coloro che ti sono vicini mentre lavori fino all'intenzione di "beneficiare tutti". Ed è normalmente attraverso una serie continua e ripetuta di affermazioni ed esercizi meditativi che questo tipo di mentalità può sbocciare e fiorire in modo molto naturale dall'interno.

Quindi, a titolo di esempio, avrai visto che per generare amore per tutti gli esseri, spesso è più facile iniziare lavorando meditativamente con qualcuno che ti è molto vicino; qualcuno con cui puoi condividere l'amore in modo molto naturale. Una volta stabiliti questi naturali sentimenti d'amore, sarai in grado di condividerli con gli altri. Forse un membro della famiglia, un amico, un gruppo di persone, un'intera città, una città, un paese finché non raggiungi finalmente lo stadio dell'invio di amore per tutti gli esseri.

Hai davvero molte opzioni diverse per aiutare a creare un pensiero più altruistico nella tua pratica e con il breve video tutorial qui sopra, abbiamo riassunto alcune delle nostre tecniche preferite per farlo (dalla tradizione buddista tibetana).



Oltre a questo, ti suggeriamo di aprirti anche a due tecniche di meditazione aggiuntive (se ti senti guidato). La prima di queste è una semplice meditazione di "gentilezza amorevole" in cui sei guidato a connetterti con una persona cara, un amico e un nemico. Per ciascuna di queste persone, sarai guidato a inviare loro amore, perdono e scuse. La seconda meditazione quindi può aiutarti ad aprire il tuo chakra del cuore e inviare la tua "luce d'amore" a tutti gli esseri.

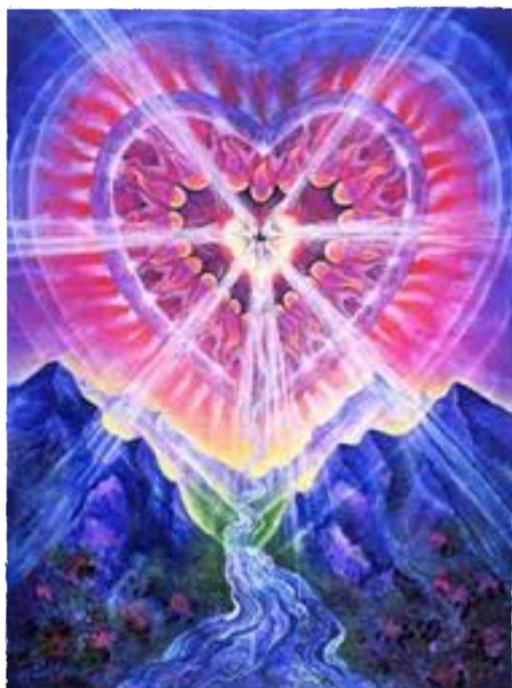
[Meditazione guidata - Gentilezza amorevole](#)

[Meditazione guidata - Amore Luce](#)



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione



Mentre apri sempre di più il tuo chakra del cuore, puoi iniziare in modo molto naturale ad espandere la tua luce d'amore in modo che risplenda per il beneficio assoluto e infinito di tutti. E, naturalmente, queste tecniche meditative di cui sopra possono essere incorporate nelle tue pratiche Reiki usando i simboli nel modo che preferisci!

Come parte della tua formazione Reiki Master (Healer), desideriamo anche sottolineare qui che le pratiche di autoguarigione per questo livello ti aiuteranno anche a coltivare stati mentali più amorevoli, benevoli e altruistici mentre ti guidiamo verso un più significativo espansione nella tua vibrazione d'amore attraverso il lavoro con i simboli Reiki Master.

Le meditazioni e le tecniche di cui sopra dovrebbero essere pensate come un insieme aggiuntivo di pratiche personali a cui puoi fare appello quando ti senti guidato. Li abbiamo inclusi qui per aiutarvi a dimostrare alcune delle idee e dei concetti che abbiamo discusso e come un modo per aiutarvi ad aprirvi ad alcune pratiche aggiuntive, se questo vi interessa.

Come parte di qualsiasi lavoro personale, spesso sono la nostra mente e i nostri schemi di pensiero che

possono aiutarci a creare i risultati che speriamo nel nostro viaggio spirituale. E all'interno di ogni mente, i modelli di pensiero interni possono essere cambiati e modellati attraverso questo tipo di tecniche.

Con questo in mente, ti suggeriamo umilmente di dedicare un po' di tempo a fl etto

contempla e digerisci queste nuove informazioni in modo da poter giungere alle tue conclusioni e realizzazioni per il tuo viaggio in avanti verso la luce.



**Benvenuto a
UsuiReiki
Livello 3a**



**Capitolo 2:
Ricevere il tuo
Sintonizzazione**



Love Inspiration

Learn • Heal • Awaken

UsuiReiki

Livello 3A - Maestro di Guarigione

Capitolo 2: Ricevere la tua sintonizzazione

Contenuti:

Contenuto	Pagina
1. Introduzione al processo di sintonizzazione	35
2. Istruzioni per ricevere la tua sintonizzazione	36
2.1 Ricevere la tua sintonizzazione in formato video	36
2.2 Istruzioni scritte per ricevere la tua sintonizzazione	36

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

1. Introduzione al processo di sintonizzazione:

Per quelli di voi che hanno già completato la formazione di Livello 1 e/o Livello 2 con Love Inspiration, conosceranno già molto bene questo formato di sintonizzazione a distanza. Capirai che i processi sono molto semplici e facili da seguire e ti aiuteranno a sintonizzarti con queste nuove frequenze di Livello 3a - Usui Reiki Master Healer.

Questa sintonizzazione a distanza ora ti fornirà l'accesso ai tre simboli Usui Reiki Master Healer che abbiamo introdotto durante la parte dei fondamenti teorici del corso (Usui e Dai-Ko-Myo e Raku tibetani). Aprendoti e ricevendo la tua sintonizzazione per il Livello 3a, sarai quindi in grado di completare i 21 giorni di pratiche di autoguarigione suggerite e sarai in grado di iniziare a incorporare le altre tecniche di guarigione nelle tue pratiche di Reiki come ti senti guidato.

Per quelli di voi che sono nuovi a questo formato di sintonizzazione "a distanza", vi diamo il benvenuto qui con tanto amore e luce! Tieni presente che il processo per ricevere la tua attivazione è molto semplice e facile e ti forniremo due modi per ricevere la tua attivazione:

- Seguendo una serie di istruzioni scritte; O
- Essendo guidato attraverso il tuo processo di sintonizzazione tramite video

Dovremmo anche sottolineare qui che questo formato di sintonizzazione 'a distanza' vi viene offerto qui attraverso la nostra connessione alle energie dell'Advanced Usui Reiki Master Teacher. In qualità di Master Teacher Usui Reiki Avanzato, siamo in grado di condividere con te le attivazioni Usui Reiki in questo nuovo formato a distanza, come approvato e approvato dal Dr Mikao Usui e Hawayo Takata. Per quelli di voi che desiderano leggere maggiori informazioni sul motivo per cui offriamo le attivazioni in questo modo, vi invitiamo a leggere [le informazioni](#) che ci è stato trasmesso durante i livelli Advanced Usui Reiki.

Una volta che ti senti pronto a ricevere la tua sintonizzazione, ti chiediamo gentilmente di leggere il paragrafo seguente per assicurarti di essere in grado di ricevere la tua sintonizzazione con successo:

Prima di ricevere la tua attivazione, assicurati di aver attivato (sbloccato) le energie e l'attivazione di Usui Reiki Master Healer 3a prima di iniziare questa attivazione.

Il processo di attivazione/sblocco è un semplice processo di 5 minuti che sblocca le energie e ti dà accesso ad esse. Una volta sbloccate le energie, ciò significa che tutte le energie Usui Reiki Livello 3a e la tua sintonizzazione Usui Reiki Livello 3a sono state attivate appositamente per te. Sei quindi pronto per continuare il tuo viaggio Usui Reiki lavorando attraverso questo ebook, al tuo ritmo e ricevendo le energie mentre ti senti guidato.

Se non hai ancora attivato/sbloccato le energie Usui Reiki Livello 3a per te stesso, puoi farlo seguendo le istruzioni a pagina IV di questo ebook.



Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione

2. Istruzioni per ricevere la tua sintonizzazione:

Siamo nuovamente lieti di offrirvi queste attivazioni Usui Reiki a distanza e speriamo che questo nuovo formato vi aiuti a connettervi con queste energie di guarigione meravigliosamente edificanti e veramente divine in un modo semplice e facile da seguire.

Ci sono molte ragioni diverse per cui abbiamo scelto di offrire queste attivazioni in questo formato a distanza, ma soprattutto ci inchiniamo alla guida divina. Siamo davvero lieti che tu abbia trovato la tua strada per queste attivazioni Usui Reiki gratuite e possiamo ancora augurarti tutto il meglio per la tua attivazione Usui Reiki di livello 3a.



2.1 Ricevere la tua sintonizzazione in formato video:

Nella sezione sottostante (sezione 2.2), ti forniremo una serie completa di istruzioni scritte per ricevere la tua attivazione, tuttavia per alcune persone comprendiamo anche che potrebbe essere più facile essere guidati attraverso il processo di attivazione, ad esempio proprio come **faresti** tu da una sintonizzazione 'di persona'.

Siamo quindi lieti di offrirti il video qui sotto in modo che tu possa semplicemente rilassarti, aprirti e seguire questa sintonizzazione guidata per Usui Reiki - Livello 3a. Ci auguriamo che questo vi aiuti a sperimentare queste energie in un modo più 'user friendly' e che abbiate una meravigliosa sintonia!

[Sintonizzazione Usui Reiki guidata - Livello 3a](#)



2.2 Istruzioni scritte per ricevere la tua sintonizzazione:

Il video di attivazione guidata incluso sopra ti guiderà attraverso gli stessi processi che ora descriveremo di seguito. Per alcuni di voi, comprendiamo che potreste voler essere guidati attraverso la vostra attivazione Reiki e, pertanto, la sezione di attivazione video guidata di cui sopra potrebbe essere più appropriata per voi.



Tuttavia, per gli altri, potresti preferire ricevere la tua sintonizzazione a modo tuo. Pertanto, seguendo le istruzioni molto semplici e facili di seguito, sarai in grado di ricevere la tua sintonizzazione nel tuo tempo, nel tuo spazio e come ti senti guidato.

Qualunque sia il modo in cui scegli di ricevere la tua sintonizzazione, speriamo che apprezzerai la tua connessione con queste nuove energie e che ti aiutino a portare più guarigione, amore e gioia nella tua vita!

Ecco il processo per ricevere la tua sintonizzazione:

Usui Reiki - Livello 3a

Padroneggia le pratiche di guarigione



■ 1. Preparazione

Siediti o sdraiati, a seconda di quale sia più comodo per te, assicurandoti di non essere disturbato per almeno 25 minuti. Forse desideri suonare della musica soft e rilassante, accendere delle candele o bruciare dell'incenso per creare un'atmosfera piacevole.



■ 2. Stabilire l'intenzione

Dichiarare l'intenzione qui attiverà la sintonizzazione per iniziare.

Si prega di dire quanto segue:



“Con amore e gratitudine mi apro a ricevere la sintonizzazione per Usui Reiki Livello 3a. Possano queste energie aiutarmi nel mio cammino in avanti in modo che io possa servire meglio la Coscienza Collettiva. Grazie, grazie, grazie.”

■ 3. Ricevere la tua sintonia

Ora inizierà la tua sintonizzazione e ci vorranno circa 10-15 minuti per riceverla. Tuttavia suggeriamo umilmente di sedervi per circa 15 - 20 minuti per assicurarvi che tutte le energie vengano ricevute nel vostro campo energetico.

Durante questo periodo, potresti voler dire un'affermazione per mantenere la tua mente concentrata o forse usare una visualizzazione con l'obiettivo principale di aprirsi per ricevere amore e gratitudine. Per favore, ricevi queste energie mentre ti senti guidato.

Se desideri utilizzare affermazioni per aiutarti durante questi 15-20 minuti, ecco alcuni esempi tra cui potresti scegliere:



Esempi di affermazioni:

“Mi apro all'amore e alla luce”

“Mi apro per ricevere”

“Mi apro all'amore universale”

"Mi apro per ricevere l'attivazione Usui Reiki Livello 3a"

"Mi apro all'amore e alla luce divini"

Oppure puoi semplicemente ripetere la tua intenzione più e più volte.

Comunque tu decida di ricevere la tua sintonizzazione, speriamo che ti piacciono questi 15-20 minuti mentre sei inondato di luce curativa divinamente guidata. Possano queste energie di sintonizzazione aiutarti a portare più amore, luce e felicità nel tuo mondo!

Se è più facile per te, puoi cronometrarti per i 15-20 minuti o semplicemente aspettare finché non senti che l'energia diminuisce un po'. E ancora, durante questo periodo, potresti sentire dell'energia che si muove, forse sentire vibrazioni rilassanti o alcuni potrebbero sentire che non accade quasi nulla.

Qualunque cosa tu faccia o non provi durante la tua attivazione, dopo questo periodo di 15 - 20 minuti, avrai ricevuto la tua attivazione di Livello 3a per Usui Reiki e con questo sarai in grado di praticare le tecniche di Livello 3a che ora saremo descrivere nella prossima sezione.

Congratulazioni!

**Ora sei stato in sintonia con
Usui Reiki Livello 3a!**



**Benvenuto a
Usui Reiki
Livello 3a**



**Capitolo 3:
Le pratiche Reiki
(Livello 3a)**



Love Inspiration

Learn • Heal • Awaken

UsuiReiki

Livello 3A - Maestro di Guarigione

Capitolo 3: Le pratiche Reiki (Livello 3a)

Contenuti:

Contenuto	Pagina
1. Panoramica e introduzione	42
2. Tecniche di guarigione Reiki contemporanee	43
2.1 Diventare Uno	44
2.2 Reiki Chirurgia Psicica	45