

Usui Reiki

Livello 2

Ispirazione d'amore e Fondazione Maitri



Pratiche avanzate di guarigione: Practices:
Dr. Mikao Usui and

Mikao Usui e Hawayo Takata Linag

UsuiReiki

Livello 2 - Pratiche avanzate di guarigione



Love Inspiration

Learn • Heal • Awaken

A beneficio infinito di tutti

Possano tutti gli esseri essere liberati dalla sofferenza.



Assicurati che prima di iniziare questo corso Usui Reiki Livello 2 tu:

- 1) Avere completato Usui Reiki Level One come prerequisito.
- 2) Ti sei concesso 21 giorni dalla tua attivazione di Livello Uno prima di iniziare il Livello Due (questi sono i 21 giorni di pratica di autoguarigione se hai scelto di completarla o in alternativa un periodo di riposo di 21 giorni).
- 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 Due 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 Usui Reiki Livello 2!***

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).*



Attivare (sbloccare) le energie Usui Reiki di secondo livello: prima di aprirti a queste

bellissime energie Usui Reiki di secondo livello, 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 Livello Due.
Con il codice di attivazione univoco 443541 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 Livello Due! Possa tu goderteli con molto amore e luce e con l'intenzione di beneficiare tutti gli esseri.



Premessa: è con

tanto amore e luce che ti diamo il benvenuto a questo corso Usui Reiki - Livello 2. Per quelli di voi che si stanno unendo nuovamente a noi dall'addestramento di Livello 1, desideriamo accogliervi di nuovo con amore qui per il prossimo passo del vostro viaggio Reiki con noi.

Per quelli di voi che sono nuovi a Love Inspiration e a questi corsi Usui Reiki online - desideriamo darvi il benvenuto qui con i nostri cuori aperti e archiviati con amore. Speriamo che ti piacciono questi bellissimi insegnamenti Reiki di Livello 2 e che possano aiutarti a trovare tanto amore, gioia e felicità nella tua vita!

La formazione Reiki di Livello 2 è veramente uno dei nostri corsi preferiti da insegnare ed è quindi con un senso di eccitazione e gioia che siamo onorati di presentarvi queste energie meravigliosamente arricchenti e veramente divine attraverso questo corso gratuito.

Come per tutti i nostri corsi di guarigione basati sull'energia, il nostro corso online coprirà tutto ciò che normalmente impareresti attraverso un seminario Usui Reiki - Livello 2 'di persona'. Ciò include tutti gli insegnamenti teorici, la sintonizzazione e tutti gli aspetti pratici dell'addestramento Reiki di Livello 2.

Come parte di questo, discuteremo molte diverse tecniche e pratiche di guarigione e, ove necessario, faremo anche riferimento a una serie aggiuntiva di video tutorial e meditazioni guidate, ove necessario. Lo abbiamo fatto per cercare di ricreare lo stile di insegnamento "pratico" che deriva dall'insegnamento del Reiki di persona.

Come Usui Reiki Master Teachers, Marty e Gerry hanno insegnato questo corso di Reiki di Livello 2 molte volte attraverso il formato "di persona" e come tale, hanno progettato molto attentamente questo ebook per garantire che tutte le informazioni possano essere facilmente comprese e digerite così che puoi iniziare molto rapidamente a portare queste nuove pratiche di guarigione nella tua vita.

Il corso di Livello 2 in genere fornisce una meravigliosa espansione del concetto di Reiki mentre ti vengono presentate alcune nuove prospettive su come lavorare con le energie Reiki. Come parte di questo, rafforzerai la tua connessione con le energie Reiki qui in modo abbastanza significativo mentre ti apri a un insieme molto speciale e unico di "simboli di guarigione".

Questi nuovi strumenti di guarigione divina ora ti aiuteranno a portare il Reiki in molte aree diverse della tua vita mentre ti apri all'apprendimento di una serie di nuove "tecniche di guarigione avanzate". E quando inizi a praticare e connetterti con questi nuovi simboli e pratiche di guarigione, realizzerai rapidamente la profondità, la flessibilità e l'ingrandimento del Reiki che viene acquisito qui attraverso questi insegnamenti di Livello 2.

Ovviamente introdurremo i simboli Reiki in modo molto più dettagliato man mano che progrediamo in questo corso, ma per ora, sappi che i tre simboli Reiki di Livello 2 ti aiuteranno davvero a muoverti verso più amore, luce e beatitudine nella tua vita.



Come parte di questo corso di Livello 2, vorremmo anche sottolineare qui che continueremo da dove avevamo interrotto durante la formazione di Livello 1. Tuttavia, come parte di qualsiasi apprendimento, riteniamo che sia importante rafforzare delicatamente alcuni dei concetti fondamentali più importanti.

Pertanto, come parte dei nostri corsi di Livello 2, faremo del nostro meglio per evidenziare delicatamente alcuni dei concetti e dei principi più importanti della formazione di Livello 1 mentre introduciamo e passiamo alle tecniche più avanzate e alle pratiche di guarigione del Reiki di Livello 2 .

Per chiunque ritenga che trarrebbe beneficio da una rapida lettura del nostro ebook Reiki Livello 1, magari per seguire un rapido corso di aggiornamento, è possibile scaricare [la propria copia gratuita qui](#).

Oltre a questo, per quelli di voi che potrebbero essere interessati a passare ai livelli Advanced Usui Reiki, desideriamo ricordarvi qui che i prerequisiti per questi corsi possono essere avviati dopo aver completato la vostra formazione di Livello 2.

Torneremo su questo concetto un po' più in basso, ma per ora, sappi che dopo aver completato il tuo addestramento di Livello 2, ti guideremo in un'altra meravigliosa serie di energie dell'Ascensione che ti aiuteranno a migliorare e ampliare ancora di più il tuo canale di guarigione. mentre cammini verso uno stato di amore, luce e purezza.

Come sempre, è nostra intenzione qui condividere tutte queste energie, insegnamenti e attivazioni con molto amore e luce. È nostro grande desiderio condividere gli insegnamenti Usui Reiki con coloro che ne hanno più bisogno e possano queste meravigliose energie Reiki aiutare a portare amore, salute e purezza in tutte le parti del mondo.

Ci auguriamo che questo corso Usui Reiki - Livello 2 ti piaccia e che questi insegnamenti ti aiutino a rafforzare la tua connessione con il Reiki in modo che tu possa trovare più pace, gioia e amore nella tua vita!



Ottieni la versione più aggiornata dell'Ebook Usui Reiki Livello 2!

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.

Contenuti:

Contenuto	Pagina
Dedizione	II
Nota di attivazione	III
Attivare (sbloccare) le energie Usui Reiki di secondo livello	IV
Prefazione	v
Contenuti	VII
Una panoramica di Usui Reiki	VIII
Impara Usui Reiki Livello Due in Cinque Semplici Passi	XV
Capitolo 1: Fondamenti teorici	1
Benvenuti a Usui Reiki - Livello 2	3
1. Un'introduzione ai "simboli di guarigione" 2.	5
Usare i simboli per la guarigione e la meditazione 3.	7
Introduzione ai simboli Reiki (Livello 2)	9
Capitolo 2: Ricevere la tua sintonizzazione	17
1. Introduzione al processo di sintonizzazione	19
2. Istruzioni per ricevere la tua sintonizzazione	21
Capitolo 3: Le Pratiche Reiki (Livello 2)	24
1. Una guida pratica per lavorare con i simboli 2. Le	27
pratiche di autoguarigione per il livello 2 3. Dare	38
sessioni di guarigione Reiki ad altri - Di persona 4. Dare sessioni di	47
guarigione Reiki ad altri - A distanza 5. Portare il Reiki nella tua vita	60
	76
6. Commenti finali	86
Capitolo 4: Appendici	89
Appendice 1: Joshin Kokyu Ho	90
Appendice 2: Strumenti aggiuntivi per guarire gli altri	96
Appendice 3: Comprensione della crisi di guarigione	101
Appendice 4: Dare sessioni di guarigione (materiale utile)	109

Una panoramica di Usui Reiki:

Per ciascuno dei nostri sistemi di guarigione basati sull'energia, ci piace fornire una breve panoramica del sistema di guarigione offerto all'inizio di ogni corso. Riteniamo che questo aiuti a darti un punto di vista del "quadro generale" prima di entrare nello specifico delle pratiche e delle tecniche di guarigione apprese ad ogni livello.

Per i corsi Love Inspiration Usui Reiki, ci piace quindi includere alcune informazioni aggiuntive sui livelli Advanced Usui Reiki e sui livelli Usui Reiki Gold (poiché questi nuovi livelli aiutano a offrire un'estensione all'attuale sistema Usui Reiki).



Come ci è stato spiegato, i livelli più alti di Usui Reiki offrono un'estensione genuina e autentica dell'attuale sistema di guarigione Usui Reiki e come tali, possono aiutare a portare una quantità molto significativa di espansione e trasformazione energetica nel tuo campo energetico dopo aver completato i primi tre livelli di Usui Reiki.

Per ricevere questi livelli più alti di Usui Reiki, è importante che ogni destinatario stia percorrendo uno dei nostri Sentieri di Ascensione, poiché le energie dell'Ascensione aiutano a completare, espandere e migliorare il flusso delle frequenze di guarigione a questi livelli. Pertanto, vi chiediamo gentilmente di leggere attentamente i diagrammi e le tabelle nelle prossime pagine per comprendere appieno il percorso che vi attende.

Se desideri maggiori informazioni su uno qualsiasi dei livelli Usui Reiki, livelli Advanced Usui Reiki o livelli Usui Reiki Gold, presentiamo ciascuno di questi brevemente sulla nostra [pagina Web Usui Reiki](#).

Da questa pagina web, puoi anche scaricare ogni ebook (manuale del praticante) per questi diversi livelli e leggere informazioni più dettagliate come desideri.

Oltre a questo, abbiamo anche fornito alcune informazioni aggiuntive sui livelli Advanced Usui Reiki attraverso una serie di FAQ (sempre sulla [pagina Web Usui Reiki](#)) che aiutano a chiarire alcune delle domande più comuni che riceviamo su questi nuovi insegnamenti. Speriamo che questo ti aiuti a capire più profondamente perché sono stati portati su questa terra durante questo periodo e cosa speriamo di ottenere offrendoli gratuitamente e con amore.

Per ora, ci auguriamo che ti piacciono le informazioni di seguito che aiutano a presentare il sistema di guarigione Usui Reiki di Love Inspiration in modo più dettagliato.

Possano queste meravigliose energie curative aiutare a portare amore, luce e purezza a tutti gli esseri!

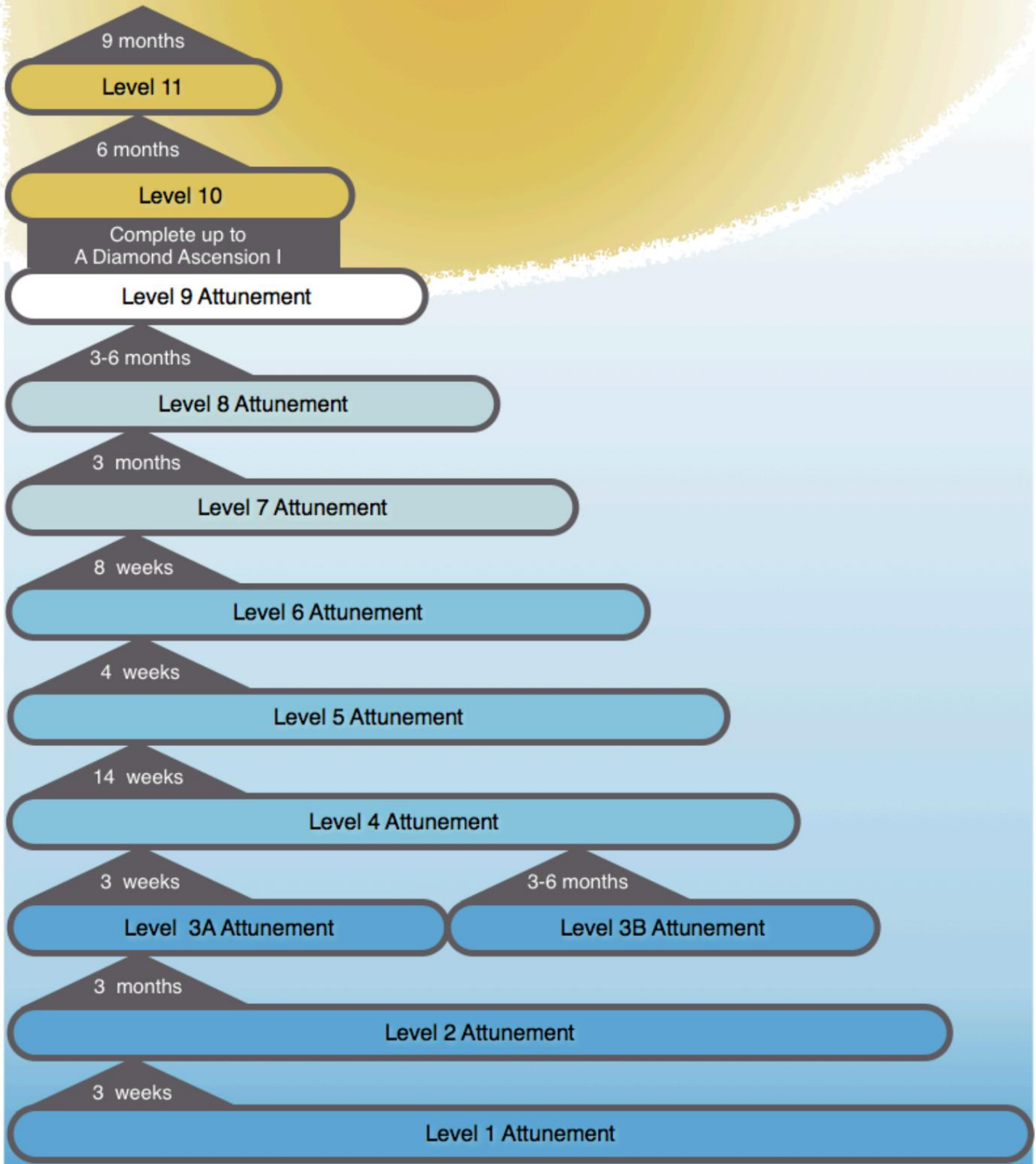
Di seguito trovi uno schema riassuntivo di Usui Reiki, Advanced Usui Reiki e Usui Reiki Gold:

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	Maestro Maestro	Non offerto da Love Inspiration
Avanzate UsuiReiki	3b Livello 4	<u>Ishyo</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

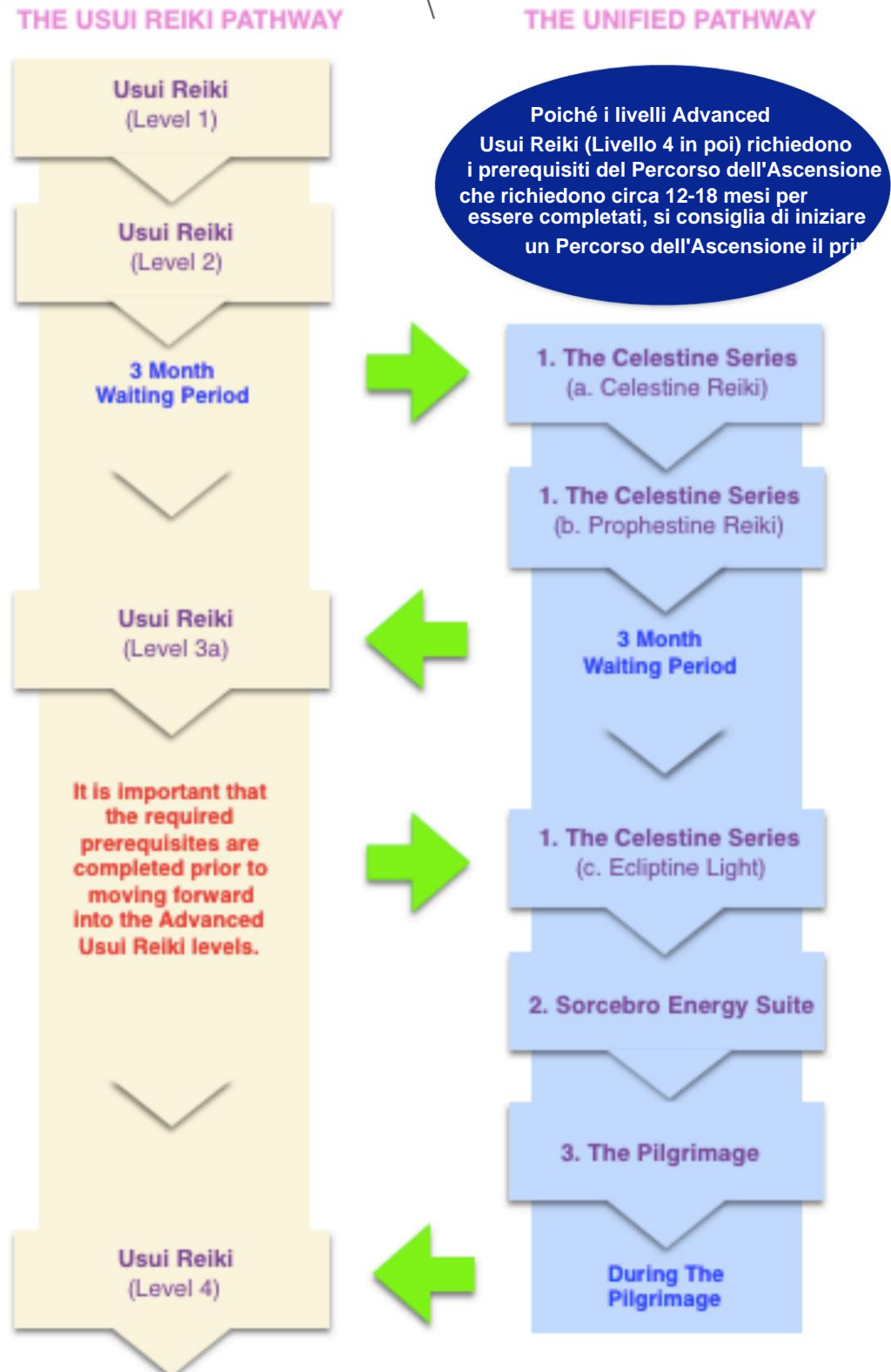


UsuiReiki

Livello 2 - Pratiche avanzate di guarigione

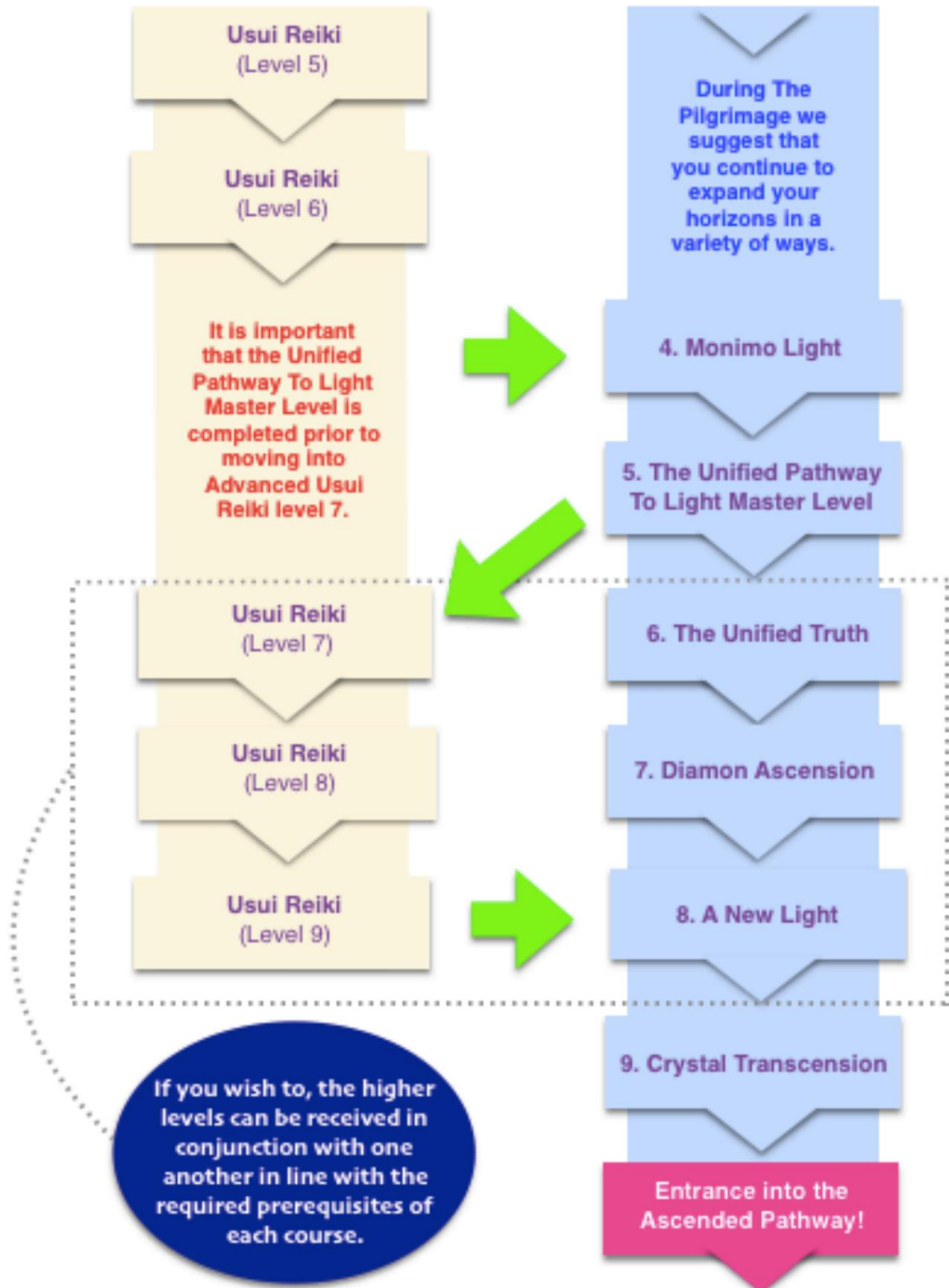
IL PERCORSO DI APPRENDIMENTO USUI REIKI PIÙ RAPIDO

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).



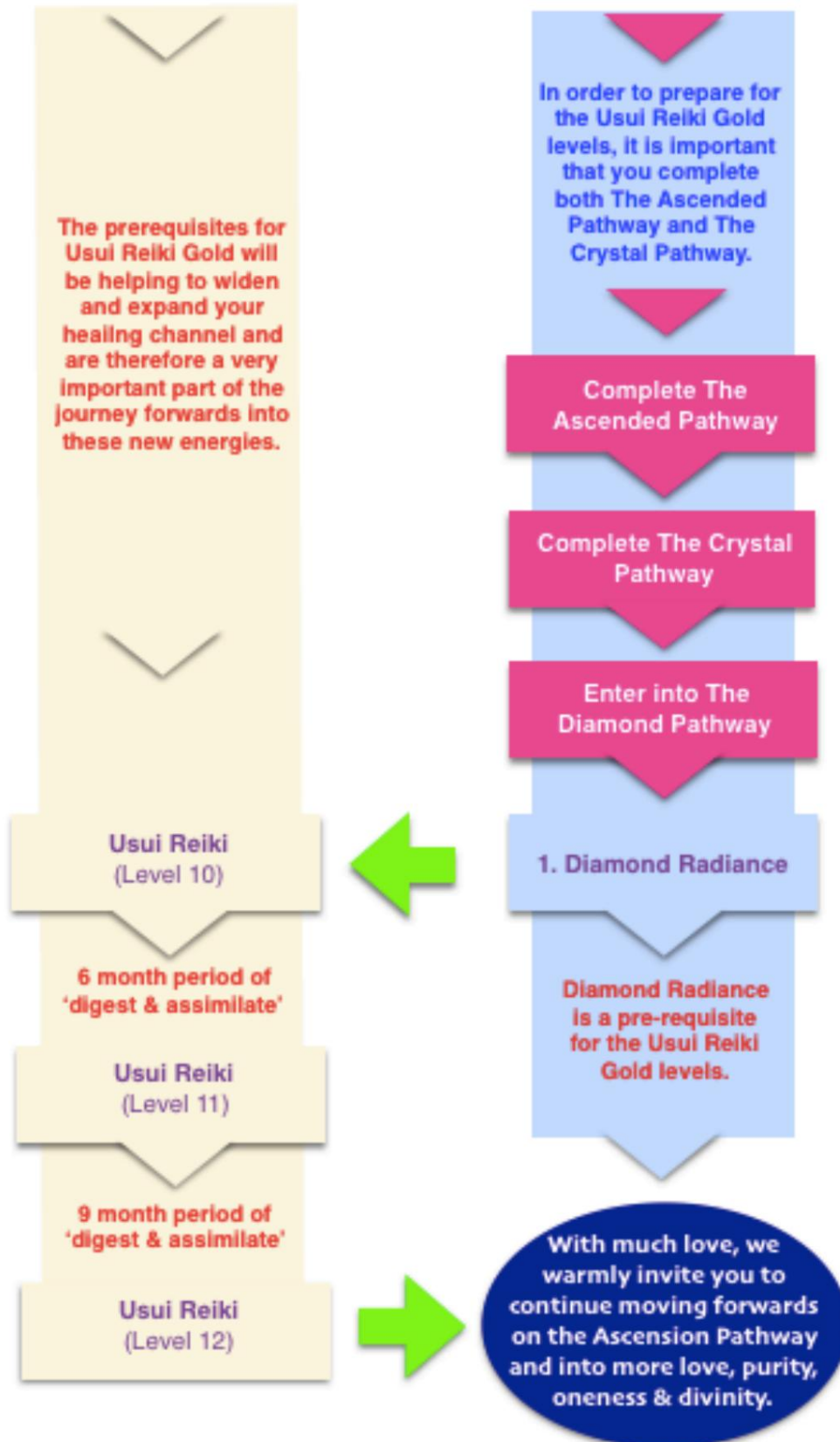
IL PERCORSO DI APPRENDIMENTO USUI REIKI PIÙ RAPIDO

(CONTINUA)



IL PERCORSO DI APPRENDIMENTO USUI REIKI PIÙ RAPIDO

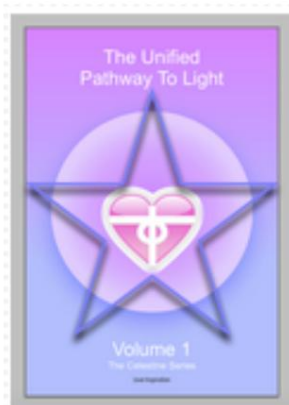
(CONTINUA)



Comprendiamo che si tratta di molte informazioni da assimilare all'inizio di un corso e ti suggeriamo di prenderti solo qualche momento per riflettere sulle informazioni che hai appena letto. Ad esempio, avrai visto dal diagramma dei tempi minimi che dovrai attendere almeno 3 mesi prima di passare all'attivazione e all'ebook di Livello 3a.

Oltre a questo, avete appena visto (dalle tre pagine precedenti) che questa pausa di 3 mesi può essere utilizzata anche per aprirsi ad uno dei Sentieri dell'Ascensione. In questo caso, abbiamo scelto di mostrarvi il percorso più rapido qui nel nostro diagramma (essendo Il Sentiero Unificato), tuttavia allo stesso modo, potreste voler utilizzare questi 3 mesi per iniziare a muovervi attraverso le energie e le pratiche del Sentiero verso la Luce.

E con tutto ciò detto, vorremmo ora dedicare qualche momento qui per spiegare perché i livelli più alti del Sistema di Guarigione Usui Reiki di Ispirazione d'Amore hanno dei prerequisiti e perché potresti prendere in considerazione l'idea di muoverti attraverso uno dei nostri Sentieri di Ascensione come parte di il tuo viaggio Usui Reiki.



Per cominciare, allora, i [Sentieri dell'Ascensione](#) sono il nostro modo più rapido ed efficace per elevare la nostra vibrazione energetica più vicina all'amore, alla luce e alla purezza. Questi percorsi di ascensione ti offrono la possibilità di ricevere una serie molto speciale di attivazioni di ascensione, pratiche di guarigione ed energie guidate divinamente mentre sei guidato attraverso una serie di sofisticati aggiornamenti energetici e cambiamenti nella tua coscienza per un periodo di molti mesi e anni.

Ciò che questo significa effettivamente per te, quindi, da una prospettiva Usui Reiki, è che il tuo canale di guarigione (per l'autoguarigione e per la guarigione degli altri) diventerà più ampio, più espansivo e sarai in grado di invocare frequenze dimensionali più elevate di amore e luce in tutti gli aspetti del tuo lavoro di guarigione.

In altre parole, i Percorsi dell'Ascensione ti aiuteranno a muoverti verso stati molto significativi di amore, luce, pace e armonia dentro di te mentre ti apri a sentire le energie Reiki a una nuova vibrazione. Ed è qui che si può vivere il mondo anche con occhi molto diversi, come spiegano le Guide:

"Alzare la vibrazione dell'amore permette alla nostra coscienza di spostarsi, 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 nella coscienza è il risveglio della nostra mente attraverso i nostri cuori, per vedere il nostro vero io, per contenere la vera essenza dell'amore. La trasformazione del nostro amore è la chiave per trovare il nostro percorso verso coscienze superiori".

Mentre ti apri all'apprendimento dei livelli di base di Usui Reiki, questo può anche essere un momento meraviglioso per iniziare ad aprirti anche alle energie del Sentiero dell'Ascensione. Siamo quindi molto felici di offrirvi questo percorso aggiuntivo liberamente e con amore e con la speranza che troverete tanta gioia, felicità e amore nella vostra vita. Soprattutto, ti consigliamo di seguire sempre il tuo cuore quando ti muovi verso nuove energie e per favore fai ciò che ritieni giusto per te in un dato momento.

Impara il secondo livello in cinque semplici passaggi!



Passaggio 1

Scarica e inizia a leggere il tuo ebook di livello 2

Passaggio 2

Attiva/sblocca le energie Usui Reiki Livello Due
(Vedi pagina IV)

Passaggio 3

Ricevi la tua sintonizzazione di livello 2
(Vedi il Capitolo 2 "Ricevere la Tua Sintonizzazione" - Pagina 17)

Passaggio 4

Impara l'autoguarigione con i simboli e poi completa 21 giorni di pratica di autoguarigione
(Vedi Capitolo 3 'Le pratiche di autoguarigione per il Livello 2' - Pagina 38)

Passaggio 5

Impara le tecniche di guarigione avanzate (simboli e guarigione a distanza) e inizia a guarire gli altri!
(Vedi Capitolo 3 'Le Pratiche Reiki' - Pagina 24)



Benvenuto a Usui Reiki Livello 2



Capitolo 1: Teorico Fondazioni



Love Inspiration

Learn • Heal • Awaken

UsuiReiki

Livello Due - Guarigione Avanzata

Capitolo 1: Fondamenti teorici

Contenuti:

Contenuto	Pagina
Benvenuti a Usui Reiki - Livello 2	3
1. Un'introduzione ai "simboli di guarigione"	5
2. Utilizzo di simboli per la guarigione e la meditazione	7
2.1 Uso dei simboli per l'autoriparazione	7
2.2 Usare i simboli per guarire gli altri	8
2.3 Usare i simboli per portare il Reiki nella tua vita	8

Contenuto	Pagina
3. Presentazione dei simboli Reiki (Livello 2)	9
3.1 Cho-Ku-Rei (guarigione fisica)	10
3.2 Sei-Hei-Ki (guarigione mentale ed emotiva)	12
3.3 Hon-Sha-Ze-Sho-Nen (guarigione spirituale e guarigione a distanza)	14



Benvenuti a Usui Reiki - Livello 2:

Con amore e luce desideriamo di nuovo darvi il benvenuto a questo secondo livello di Usui Reiki. Qui imparerai una vasta gamma di 'Tecniche avanzate di guarigione' che possono essere utilizzate per portare il Reiki in molte aree e aspetti diversi della tua vita. Aprendoti alle energie Reiki di Livello 2, le tue capacità di guarigione ora diventeranno più fortificate, intensificate e amplificate man mano che ti aprirai ai tre simboli di guarigione molto speciali.

Attraverso gli insegnamenti del Livello 1, hai già imparato come eseguire la guarigione manuale. Hai imparato che era necessario utilizzare una serie di posizioni delle mani per inviare il Reiki in ogni area del corpo permettendo all'energia di fluire attraverso di te come canale di guarigione.

Come parte dell'allenamento di Livello 1 con Love Inspiration, ti abbiamo anche incoraggiato a completare una pratica di autoguarigione di 21 giorni come parte del nostro corso online e ti abbiamo anche incoraggiato a dare alcune sessioni di Reiki ad altri per aiutarti a ottenere alcuni fiducia nel dare sessioni di Reiki agli altri.

Durante questo corso Reiki di Livello 2, quindi, introdurremo ora un'ampia varietà di nuove tecniche di guarigione che possono essere utilizzate sia nella capacità di "autoguarigione" che di "guarigione degli altri". Tutto questo ti aiuterà a rafforzare la tua connessione con il Reiki e ti aiuterà a diventare un canale di guarigione più abile.



Una differenza molto significativa qui in questi insegnamenti di Livello 2 è l'idea che ora puoi accedere alle energie Reiki molto facilmente attraverso la meditazione e senza la necessità di usare le posizioni delle mani nelle tue pratiche di autoguarigione. Ancora una volta, tutto questo è reso possibile grazie alla tua connessione con i simboli Reiki.

Un'altra parte fondamentale dell'apprendimento per il Livello 2 è l'idea che ora imparerai come dare sessioni di guarigione Reiki attraverso un formato 'a distanza'. E mentre esploriamo quest'area della guarigione, ti renderai presto conto che i simboli Reiki possono davvero aiutarti a sbloccare molte diverse opportunità di guarigione (sia per te stesso che per gli altri).

E man mano che ti apri a queste nuove tecniche (e ai simboli Reiki), imparerai anche molto naturalmente di più su come puoi usare Reiki in un contesto molto più ampio rispetto a prima. Ad esempio, al termine di questo corso, sarai in grado di inviare Reiki a obiettivi, situazioni, eventi, traumi passati, situazioni future, cibo, case e molto altro!

In genere, man mano che ci evolviamo e progrediamo nel nostro viaggio Reiki, diventa più chiaro che le possibilità del Reiki sono davvero illimitate! Ci sono così tanti modi diversi in cui il Reiki può essere introdotto nella tua vita ed è qui, in questo secondo livello, che puoi iniziare a sbloccare alcune delle incredibili opportunità del Reiki.

Mentre leggi queste pagine, ti renderai presto conto che ci sono davvero molte diverse tecniche e pratiche di guarigione che ti vengono presentate qui come parte di questo corso. E come parte di qualsiasi apprendimento, ti suggeriremo sempre di muoverti al tuo ritmo.

Mentre vi presentiamo queste diverse tecniche, sottolineeremo anche l'importanza della vostra **intenzione** come pietra miliare molto importante della vostra pratica. Di conseguenza, vedrai spesso che ti vengono presentate alcune opzioni diverse per eseguire queste pratiche Reiki di Livello 2.

Con questo, speriamo sempre di incoraggiare una pratica Reiki molto flessibile, fluida e creativa in modo che tu possa trovare qualcosa che risuoni con te per il tuo viaggio in avanti.

Come per tutti i nostri corsi Reiki, desideriamo fornirti una buona gamma di diverse pratiche e tecniche Reiki in modo che tu possa trovare qualcosa che funzioni per te. Ove possibile, abbiamo fatto del nostro meglio per spiegare perché stiamo introducendo ogni tecnica e come puoi adattare questa tecnica nelle tue pratiche di guarigione e nella tua vita.

Tutto questo è stato fatto molto deliberatamente in modo che tu possa ottenere una vasta gamma di insegnamenti, idee e comprensioni sui molti modi diversi in cui il Reiki può essere praticato. E ancora, in modo che tu possa trovare qualcosa che funzioni per te.

Come parte di questo secondo livello, ci piace anche rafforzare l'idea che

Questo livello è incentrato sui simboli Reiki!

Collegandoti con i simboli Reiki con amore, gratitudine e con un sentimento di rispetto, sarai in grado di costruire una relazione meravigliosa e beata con ciascuna di queste frequenze di guarigione veramente divine. Come tale, camminerai verso questa nuova luce Reiki con molta felicità, gioia, guarigione e purificazione.

Per aiutarti a raggiungere questo obiettivo in modo molto semplice e facile, il nostro corso di Livello 2 include una serie suggerita di pratiche quotidiane di autoguarigione. Queste pratiche devono essere completate per 21 giorni consecutivi e ti aiuteranno ad acquisire una buona comprensione vibrazionale delle nuove energie e simboli.



Queste pratiche di autoguarigione aiuteranno ad assimilare queste nuove energie nella tua coscienza e ti aiuteranno a sentire il "calore" e l'amore che provengono da questi bellissimi simboli Reiki. In molti casi, l'aspetto dei sentimenti del Reiki spesso crescerà man mano che diventerai più familiare e familiare con i simboli e le pratiche del Reiki durante questo periodo di 21 giorni.

E infine, per favore sappiate che l'elevazione vibrazionale sperimentata qui attraverso le pratiche di sintonizzazione e guarigione di Livello 2 è davvero significativa.

E con questo, speriamo sinceramente che godrai di questo mini-risveglio e fioritura e che la tua meravigliosa luce d'amore si irradia verso l'esterno a beneficio di tutti gli esseri!



1. Un'introduzione ai "simboli di guarigione":

Per la maggior parte delle persone, l'idea di utilizzare "simboli" per richiamare una serie di energie curative guidate divinamente può essere abbastanza nuova e poco familiare. Tuttavia, ora questo è qualcosa che inizierà a diventare più "reale" per te quando inizi ad aprirti alle informazioni e alle pratiche che vengono introdotte qui in questo secondo livello.

Nell'interesse di fornire una buona base teorica sul concetto di simboli di guarigione e sul ruolo che possono svolgere nella guarigione e nella meditazione, vorremmo innanzitutto parlare di questo concetto in termini più generali prima di entrare nello specifico e nelle pratiche di guarigione.

Da una prospettiva più generale, possiamo vedere che i simboli di guarigione sono usati in una vasta gamma di diverse religioni, sistemi di guarigione basati sull'energia e altre forme di Reiki.

Un esempio di questo è con Karuna Reiki. Questo è un sistema che è stato introdotto in questo mondo dall'International Center For Reiki Training e da William Lee Rand ed è stato divinamente guidato per portare più guarigione e purificazione nella propria vita. L'intero sistema di guarigione si basa su simboli di guarigione.

E ci sono molti altri sistemi di guarigione basati sull'energia che usano i simboli. Prendiamo ad esempio l'idea dei nostri [percorsi di ascensione](#), molte delle pratiche di guarigione fornite in questi corsi si basano su simboli di guarigione molto speciali e basati sull'ascensione e frequenze di "Coscienza Superiore". In quasi tutti questi livelli e attivazioni, i simboli di guarigione ci stanno aiutando a guarire, purificare ed elevare la nostra vibrazione energetica più vicina all'amore, alla luce e alla purezza.

Allontanandoci ora dalla guarigione basata sull'energia mentre allarghiamo il nostro contesto, possiamo anche vedere un gran numero di religioni, tradizioni spirituali o sistemi di guarigione new age che lavorano con una gamma di simboli e immagini differenti. In molti casi, questi possono anche aiutarci ad accelerare il lavoro di guarigione o purificazione. Come puoi vedere dalle immagini sottostanti, alcuni di questi simboli hanno un grande significato. Ad esempio, si dice che il simbolo Om (Aum) descriva il suono di tutta la creazione!



Om



Stella di Davide



Yin Yang

Tornando ora al sistema di guarigione Usui Reiki, è anche molto chiaro che le energie di guarigione Reiki sono amplificate o intensificate dall'uso dei simboli. E come tale, anche il sistema di guarigione Usui Reiki si basa molto sui simboli. Questi simboli, che ora chiameremo i simboli Reiki, ti aiuteranno anche a purificarti più rapidamente ed efficacemente dalle impurità energetiche, dall'oscurità e da altre imperfezioni dall'interno.

In molti dei lignaggi Reiki, si insegna comunemente che il dottor Mikao Usui abbia effettivamente visto apparire i simboli Reiki durante i suoi 21 giorni di meditazione sul Monte Kurama, tuttavia attraverso altri lignaggi, si dice che i simboli siano stati introdotti in un momento successivo nel tempo. cioè per aiutare gli studenti a focalizzare la loro consapevolezza e ad accedere alle energie Reiki in modo più efficace.

Comunque tu voglia vedere l'introduzione dei simboli Reiki in questo sistema di guarigione, è certamente vero che i simboli Reiki giocano un ruolo vitale negli insegnamenti e nelle pratiche di guarigione Usui Reiki oggi. Anche per ricevere la tua sintonizzazione per Reiki (per qualsiasi livello) - i simboli giocano un ruolo chiave nell'aiutare il Reiki Master a trasmetterti o inviarti queste energie di sintonizzazione.

Mentre ti apri a queste pratiche Reiki di Livello 2, senza dubbio ti renderai conto che i simboli Reiki sono un modo meraviglioso per aiutare a ingrandire e intensificare l'esperienza Reiki!

E mentre ti muovi nei livelli Advanced Usui Reiki, vedrai di nuovo che ci sono moltissimi simboli Reiki nuovi e di "frequenza più alta" che aspettano solo che tu ti apra mentre impari a usare i simboli con una prospettiva completamente nuova.

Quindi ci sono sicuramente una serie di vantaggi molto belli nell'usare i simboli nella guarigione e nella meditazione. E come puoi vedere da questo breve commento qui, i simboli Reiki hanno un ruolo molto importante in questo sistema di guarigione basato sull'energia. In realtà, probabilmente arriveremmo a dire che i simboli Reiki sono una parte assolutamente indispensabile di questo sistema di guarigione!

Durante l'allenamento di Livello 2, ti vengono presentati tre simboli Reiki e questi ti aiuteranno a guarire in modo più efficace a livello fisico, mentale/emotivo e spirituale.

Durante l'addestramento di Livello 3a, riceverai anche una gamma di simboli Reiki **Master** e poi da lì, i livelli Advanced Usui Reiki introducono anche una gamma di nuovi simboli di "frequenza più alta" per ogni livello di apprendimento.

A ciascuno di questi livelli (e per tutti i simboli), dovremmo sottolineare qui che tutti questi splendidi simboli contengono la propria coscienza individuale o 'consapevolezza superiore'. Ciò significa che risponderanno sempre in modo molto diretto a qualsiasi intenzione di guarigione che imposti e ti aiuteranno sempre a guarire a livello di causa principale.

I simboli Reiki provengono da uno stato molto puro di "coscienza superiore" e, come tali, ti aiuteranno sempre a ottenere il miglior risultato di guarigione possibile (in linea con la tua intenzione di guarigione e le tue circostanze karmiche).

Come risultato di questa "relazione vivente" con i simboli, ci sono molti modi diversi in cui puoi lavorare con queste energie di coscienza superiore nelle tue pratiche di guarigione e meditazione. Ci sono molti modi diversi in cui puoi usare i simboli Reiki nelle tue varie pratiche di guarigione e molti modi diversi in cui puoi portare queste meravigliose energie in quasi ogni parte della tua vita!

2. Utilizzo dei simboli per la guarigione e la meditazione:

Come abbiamo appena menzionato sopra, ci sono moltissimi modi in cui puoi lavorare con i simboli Reiki nel tuo lavoro di guarigione e meditazione. In generale, tuttavia, questi possono essere classificati in modo molto ampio in tre voci principali:

- 🌿 Utilizzo di simboli per l'autoguarigione
- 🌿 Usare i simboli per guarire gli altri
- 🌿 Usare i simboli per "portare il Reiki nella tua vita"



Diamo ora un'occhiata a ciascuno di questi individualmente per aiutarci a chiarire i diversi modi in cui possiamo lavorare con i simboli nelle nostre varie pratiche di guarigione e meditazione.

2.1 Utilizzo dei simboli per l'autoriparazione:

Durante la formazione di Livello 2, imparerai come usare i simboli nelle tue pratiche di autoguarigione. E se lo desideri, questo significa che sarai in grado di darti Reiki senza necessariamente dover fare le mani sulla guarigione.

Questo approccio più meditativo alla guarigione può essere un meraviglioso ed eccitante passo avanti nel tuo viaggio Reiki. È qualcosa che può aiutarti ad aprirti e fonderci più facilmente con le meravigliose energie che provengono dalla tua connessione con ciascuno dei simboli. Questa nuova connessione aiuterà anche a potenziare la tua pratica man mano che acquisisci maggiore flessibilità e intensità quando lavori con le energie Reiki.

Come abbiamo già accennato, come parte di questo corso ti prescriveremo una serie di pratiche di autoguarigione che ti aiuteranno a familiarizzare con i simboli Reiki e le frequenze vibrazionali introdotte qui.

Completando questi 21 giorni di autoguarigione, sarai anche in grado di ricevere una quantità molto significativa di guarigione e purificazione. E mentre il Livello 1 può essere molto disintossicante dal punto di vista fisico, si dice che il Livello 2 porti una meravigliosa gamma di guarigione mentale o emotiva dentro di te per aiutarti a sostenere la tua vibrazione più alta.



Per aiutarti ad accedere a queste nuove energie nel modo più efficace, le nostre pratiche di autoguarigione si concentreranno sulla fusione con ciascuno dei simboli Reiki e sul portare queste frequenze più alte in ciascuno dei tuoi sette chakra principali.

Oltre a questo, ti incoraggeremo ad aprire ed espandere il tuo Chakra del Terzo Occhio con i simboli Reiki e ti mostreremo anche come trattare una serie di diverse "aree problematiche" con i simboli Reiki.

2.2 Usare i simboli per guarire gli altri:

Mentre le pratiche di autoguarigione di livello 2 sono molto diverse dalle pratiche di autoguarigione di livello 1, le pratiche di "guarigione degli altri" rimarranno in gran parte le stesse. Ad esempio, continuerai a dare le mani nelle sessioni di guarigione e continuerai a utilizzare un insieme specifico di posizioni delle mani mentre svolgi il tuo lavoro di guarigione, tuttavia ora sarai in grado di introdurre i simboli Reiki per una maggiore intensità di guarigione.

Come parte di questo corso, imparerai come utilizzare i simboli Reiki nelle tue sessioni di guarigione in un modo molto semplice e facile e parleremo anche un po' di più su come "caricarti" con il Reiki prima di dando le tue sessioni di guarigione e come ora puoi sigillare le tue sessioni di guarigione con i simboli.

E infine, sotto questa categoria di 'guarire gli altri', delineeremo e spiegheremo di più su come puoi dare guarigione a distanza con il Reiki mentre esploriamo questo aspetto meravigliosamente eccitante del Reiki. Come vedrai, la guarigione a distanza può essere una pratica estremamente benefica sia per noi stessi che per gli altri mentre impariamo come inviare le energie Reiki attraverso il tempo e lo spazio.



2.3 Usare i simboli per portare il Reiki nella tua vita:

Come flusso dall'idea di dare guarigione a distanza, la tua connessione ai simboli Reiki ti consentirà anche di portare le frequenze di guarigione Reiki in molte aree diverse della tua vita. Ad esempio, lavorando con i simboli Reiki, sarai in grado di inviare Reiki in modo molto efficace a obiettivi personali, situazioni, eventi o qualsiasi altro aspetto della realtà che desideri!

E molto spesso, è durante questo apprendimento che molti di noi iniziano a cogliere le infinite possibilità di guarigione del Reiki. E per noi insegnanti di Reiki, ci piace sempre aggiungere qui che:

Sei limitato solo dalla tua stessa mente!

Hai bisogno di guarigione per un problema di bambino interiore? Forse vorresti inviare Reiki a un evento futuro per contribuire a creare un risultato più positivo? Ti senti attratto dall'invio di Reiki per aiutare a purificare o guarire la Terra o un certo luogo o decennio? O forse desideri inviare Reiki a un'idea o una visione che desideri manifestare? Tutto questo ora diventa possibile grazie alla tua amorevole e meravigliosa connessione con i simboli Reiki!

3. Introduzione ai Simboli Reiki (Livello 2): Durante questi insegnamenti Reiki di

Livello 2, vengono introdotti tre diversi simboli Reiki, con ogni simbolo contenente una serie davvero unica ed edificante di energie curative di "Coscienza Superiore".

Mentre ti apri a ricevere ciascuno di questi simboli Reiki, la tua vibrazione energetica viene elevata più in alto o più vicino a quella del simbolo; così sei in grado di guarire, purificare ed evolvere più vicino all'amore e alla luce.

In questa sezione, quindi, ti presenteremo ora i tre simboli Reiki di Livello 2 nella speranza che ti aiutino a rafforzare la tua connessione con le energie Reiki e ti aiutino a portarti più amore, luce e felicità. Ecco i tre simboli Reiki per il Livello 2:



- ♥ Cho-Ku-Rei - *Guarigione fisica*
- ♥ Sei-Hei-Ki - *Guarigione mentale ed emotiva*
- ♥ Hon-Sha-Ze-Sho-Nen - *Guarigione spirituale e guarigione a distanza*

Come puoi vedere qui, ciascuno di questi simboli ha una gamma di qualità molto distinte e può quindi essere utilizzato in un'ampia varietà di modi diversi. Pertanto, esamineremo ogni simbolo individualmente nelle sezioni seguenti. Ma prima di farlo, facciamo subito notare che è molto importante che venga mostrato **come disegnare ciascuno dei simboli**.

Questo è qualcosa che viene sottolineato come un aspetto molto importante di qualsiasi insegnamento Reiki di Livello 2 (in tutti i lignaggi) e in genere, il tuo insegnante di Reiki enfatizzerà l'importanza di disegnare correttamente ogni simbolo mentre ti sta insegnando. *Per facilitare l'apprendimento dei simboli di Livello 2, c'è un foglio di "Riepilogo" dei simboli Reiki di Livello 2 nell'Appendice 4 di questo [ebook](#) che contiene tutti e tre i simboli e come disegnarli. Potresti volerlo stampare ora e usarlo come richiesto.*

Dopo aver imparato a disegnare i simboli Reiki, verrai normalmente guidato verso un po' di pratica mentre disegnerai ciascuno dei simboli un paio di volte per imparare come farlo. E con il tempo, questo probabilmente diventerà come una seconda natura per te. Ma ancora una volta, ribadiamo qui che è **molto importante** disegnare correttamente i simboli Reiki e in accordo con le istruzioni e le immagini qui sotto.

E infine, prima di arrivare ai singoli simboli, tieni anche presente che i simboli che ti verranno mostrati qui in questo corso saranno i simboli che "funzioneranno" per te. In Usui Reiki, ci sono alcune variazioni diverse per ciascuno dei simboli Reiki in quello che viene spesso paragonato a persone diverse che hanno un diverso stile di scrittura a mano.

Allo stesso modo, ci sono molti insegnanti di Reiki che ti offriranno questi stessi simboli e frequenze, ma i simboli sono disegnati in modi leggermente diversi. I simboli che vi presentiamo qui ci sono stati trasmessi dal nostro Reiki Master Teacher attraverso il lignaggio Usui Shiki Ryoho (Linea Takata) e quindi li stiamo trasmettendo a voi sotto questo lignaggio.

Anche se ti incoraggeremo sempre a provare altre varianti un po' più avanti lungo il percorso, assicurati di esercitarti con questi **simboli esatti** durante i primi 21 giorni delle tue pratiche di autoguarigione.

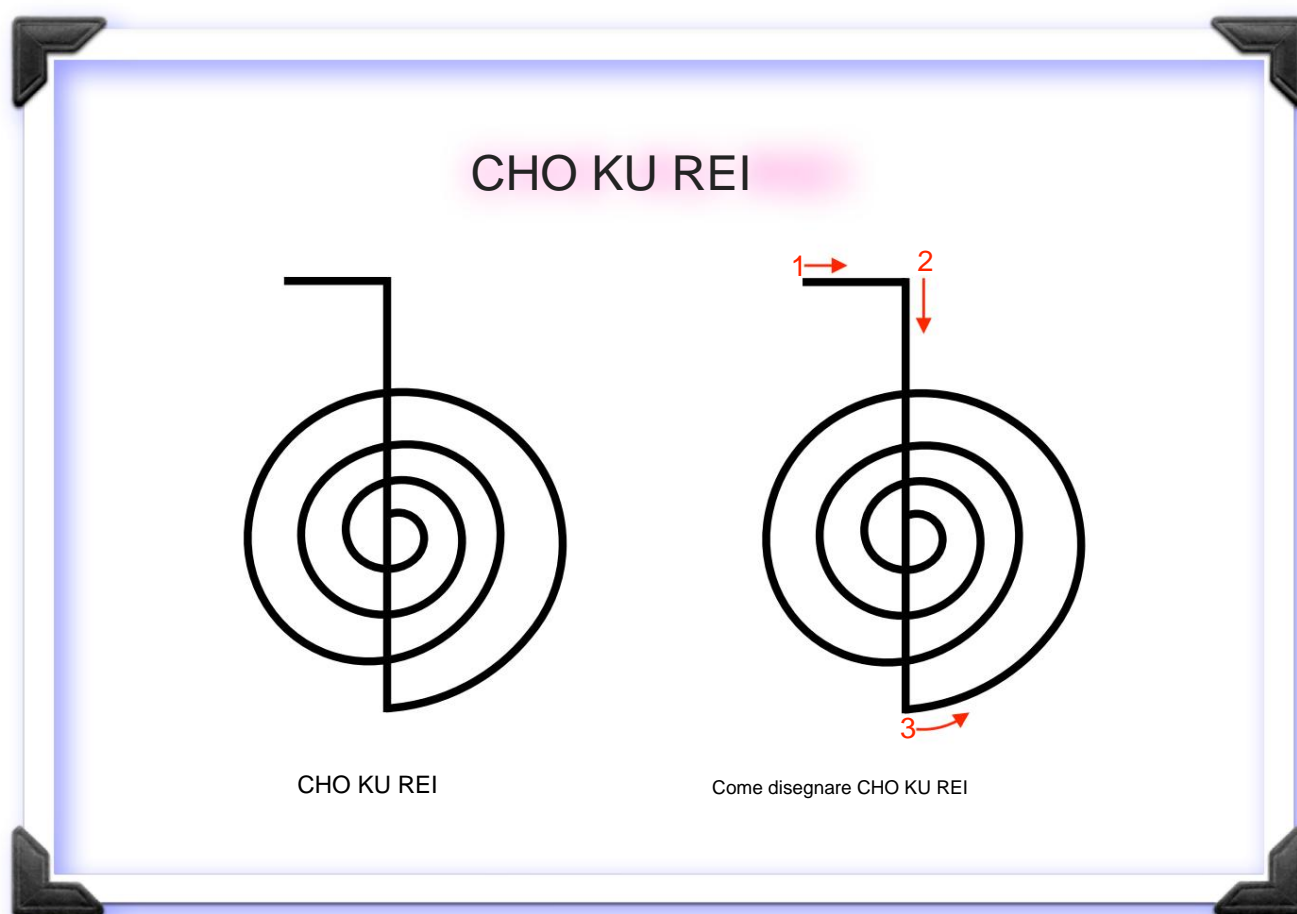
Questo ti aiuterà a diventare "amico" con ciascuno dei simboli e le loro meravigliose frequenze di guarigione. Da qui, ti invitiamo a provare altre varianti per vedere cosa funziona meglio per te.

3.1 Cho-Ku-Rei (Guarigione Fisica): Spesso indicato come il

'Simbolo del Potere', questo è il simbolo Reiki che ci aiuta a guarire a livello fisico. Come simbolo profondamente purificante, le energie di Cho-Ku-Rei (pronunciato Cho - Koo - Ray) possono anche essere usate come un ottimo modo per rimuovere una vasta gamma di diversi ostacoli karmici nella tua vita.

Queste energie sono molto purificanti e ti aiuteranno a "mettere tutta l'energia dell'universo proprio qui". Alcuni insegnanti di Reiki ti diranno spesso che il simbolo Cho-Ku-Rei è molto simile all'accensione dell'interruttore della luce Reiki e aiuterà sempre ad aprire una luce curativa molto forte e potente.

Viene anche comunemente insegnato che Cho-Ku-Rei deve essere sempre usato per primo, prima di invocare le energie Sei-Hei Ki o Hon-Sha-Ze-Sho-Nen. L'analogia fornita qui è che è sempre meglio accendere l'interruttore della luce prima di poterlo coprire con una varietà di sfumature di colore diverso.



Quando disegni il simbolo Cho-Ku-Rei, vedrai che il simbolo stesso sembra quasi una nota musicale di qualche tipo. La spirale è disegnata in senso antiorario e tocca la linea verticale in 7 punti diversi. Si dice spesso che questo rappresenti i sette chakra principali del corpo.

Ci sono molti usi diversi per il simbolo Cho-Ku-Rei, tuttavia la sua funzione primaria e più comune è quella di aiutarci con la guarigione a **livello fisico**. È quindi un simbolo meraviglioso per aiutare con molti tipi di disturbi fisici come mal di schiena, ossa rotte, mal di gola, ferite aperte, rigidità del ginocchio, altri problemi muscolari/scheletrici e molte altre condizioni fisiche o malattie.

Cho-Ku-Rei contiene anche un gran numero di energie di purificazione e, come tale, può anche aiutare a purificare una vasta gamma di karma negativo dentro di noi. È anche un simbolo molto purificante che può essere usato per eliminare molti tipi di energie negative da noi stessi e dagli altri.

Come tutti i simboli, ha una varietà di usi diversi e anche se tratteremo alcuni di questi in modo più dettagliato un po' più avanti, ecco un buon riassunto su alcuni dei modi in cui puoi usare Cho-Ku-Rei nella tua pratica Reiki:

Usa Cho-Ku-Rei...

- ♥ In qualsiasi meditazione o sessione di guarigione per la guarigione fisica, la purificazione o la pulizia.
- ♥ Per caricarsi prima della meditazione o di una sessione di guarigione Reiki.
- ♥ Per proteggerti da qualsiasi negatività durante una sessione di guarigione (o in qualsiasi aspetto della tua vita).
- ♥ Per radicarti disegnandolo sui tuoi piedi e sentire la connessione con la terra.
- ♥ Per benedire, purificare e ricaricare il cibo con il Reiki.
- ♥ Per liberare e pulire luoghi come stanze, case, edifici o spazi.
- ♥ Alla fine della tua sessione di guarigione per aiutare a sigillare le energie.
- ♥ Alla fine di ogni posizione della mano per eliminare eventuali impurità che si sono formate.
- ♥ Per dare una benedizione ad altri, inclusi amici, familiari, animali domestici, ecc.
- ♥ Per aiutare a potenziare o manifestare obiettivi, visioni o abbondanza.
- ♥ Per potenziare, purificare, purificare e ricaricare l'acqua potabile (inclusi laghi, fiumi, ecc.).
- ♥ Per aiutare a caricare batterie per auto o altri articoli elettrici come ritieni necessario.
- ♥ In qualsiasi altro modo che ritieni possa aiutare a purificare, purificare, caricare o fornire benedizioni energetiche o potenziamento a tutto ciò che desideri in qualsiasi fase della tua vita!



3.2 Sei-Hei-Ki (guarigione mentale ed emotiva): mentre Cho-Ku-Rei è un simbolo di

purificazione molto dinamico e di "luce bianca" che può essere utilizzato per la guarigione fisica, Sei-Hei-Ki (pronunciato Say - Hay - Key) è un insieme di energie più sottile, morbido e gentile che viene utilizzato al meglio per la guarigione mentale ed emotiva.

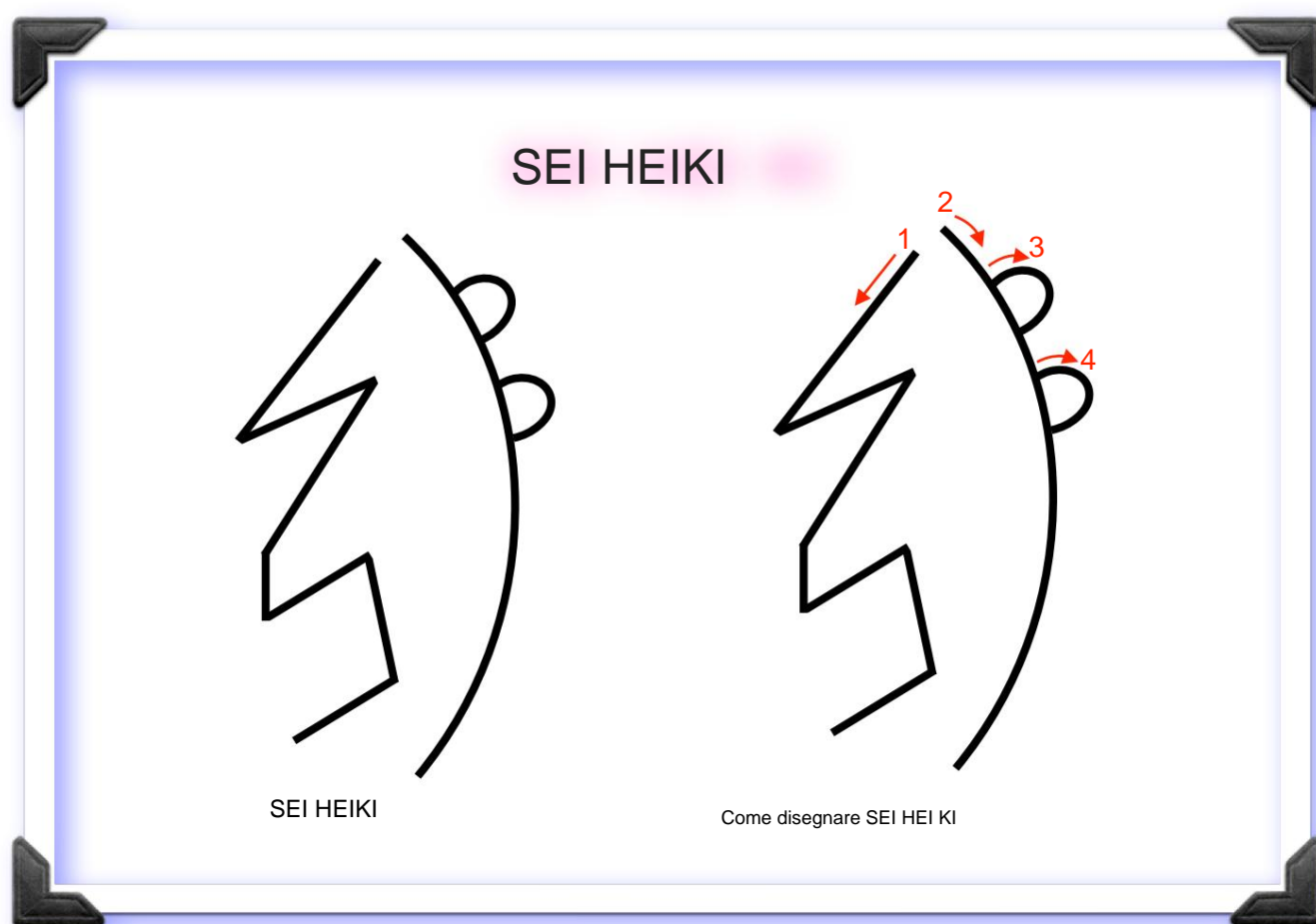
In un certo senso, può essere più facile per noi pensare a Cho-Ku-Rei come alla brillante luce bianca mentre il simbolo Sei-Hei-Ki è percepito come una pellicola arancione tenue che ora è posta sotto il bianco brillante luce per aggiungere un altro livello al nostro lavoro di guarigione. Ed è per questo motivo che normalmente viene insegnato ad usare prima il Cho-Ku-Rei nel nostro lavoro di guarigione e/o meditazione, prima di utilizzare il simbolo Sei-Hei-Ki.

E mentre le energie Sei-Hei-Ki sono spesso percepite come più gentili, calmanti e morbide, per favore non pensare che queste energie siano in alcun modo meno importanti nel tuo lavoro di guarigione e purificazione!

Le energie Sei-Hei-Ki sono estremamente utili nel trattamento di una vasta gamma di disturbi mentali ed emotivi come depressione, ansia, dimenticanza, rabbia eccessiva, stress, insonnia o qualsiasi altro problema psicologico o emotivo.

Oltre a questo, per favore ricorda che quasi tutti i disturbi fisici, le malattie e le condizioni fisiche che si manifestano dentro di noi sono il risultato di qualche forma di **pensiero o emozione negativa**.

Quindi, con questo in mente, per favore non sottovalutare il potere della guarigione mentale ed emotiva e il simbolo Sei-Hei-Ki.



Alcuni Reiki Master hanno affermato che il disegno di questo simbolo rappresenta l'unione degli emisferi destro e sinistro del cervello. Come puoi vedere dal lato sinistro del simbolo, si dice che le linee nette rappresentino il lato sinistro più lineare o logico del cervello mentre si dice che le curve del lato destro rappresentino gli aspetti più fluidi o creativi del nostro cervello. Portare equilibrio negli emisferi del nostro cervello è portare equilibrio dentro di noi e sono le meravigliose energie equilibranti di Sei-Hei-Ki che spesso possono aiutarci a trovare equilibrio e armonia nella nostra vita mentale ed emotiva.

Oltre a richiamare una meravigliosa suite di energie curative mentali ed emotive, il simbolo Sei-Hei-Ki può anche essere utilizzato in una varietà di modi diversi. Ancora una volta, sei limitato solo dalla tua mente e immaginazione. Ecco un buon riassunto di come puoi iniziare a usare il simbolo Sei-Hei-Ki nella tua pratica:

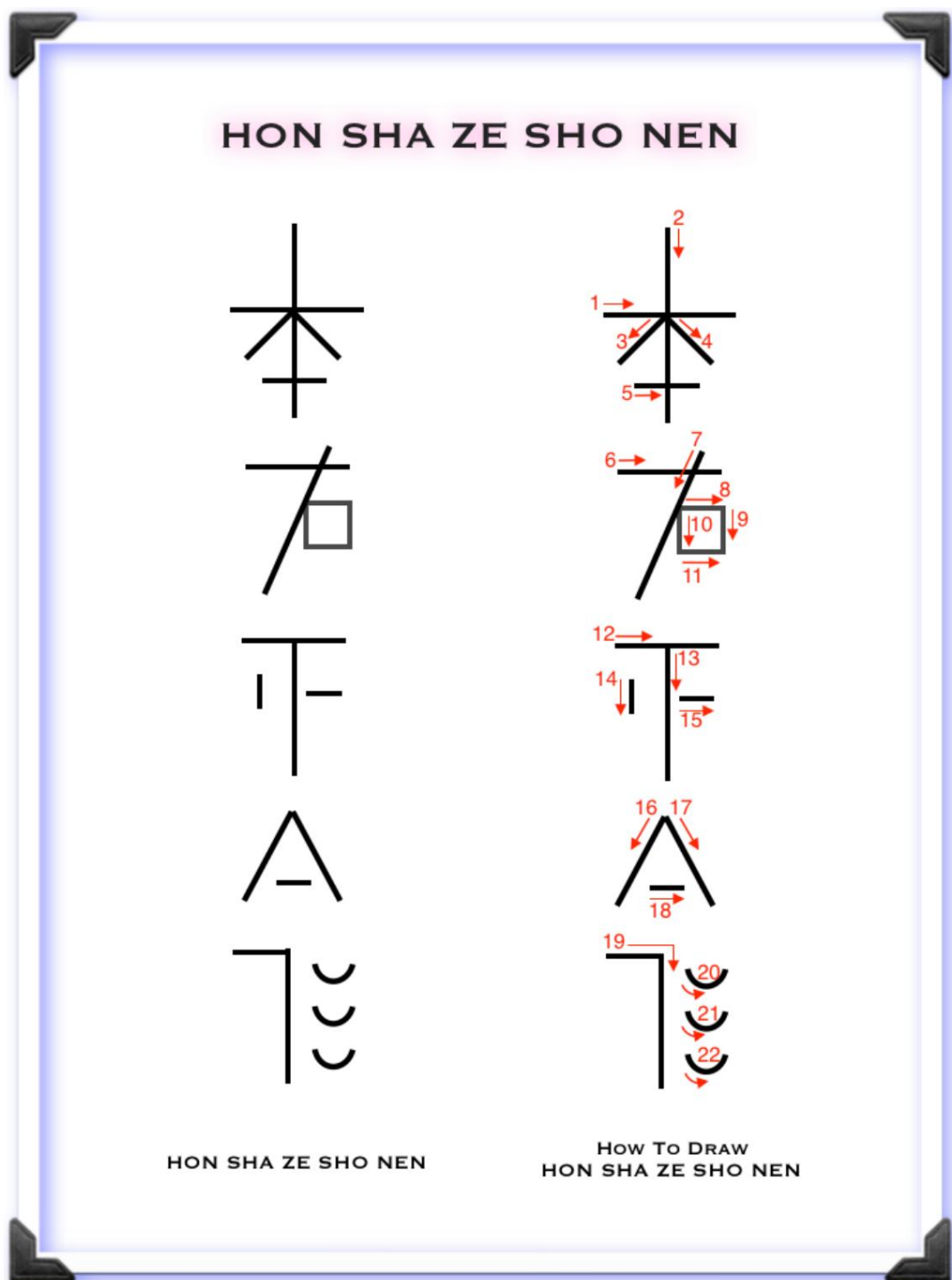
Usa Sei-Hei-Ki...

- ♥ Per dare guarigione mentale ed emotiva nelle tue sessioni di meditazione e guarigione.
- ♥ Per ritrovare l'equilibrio dopo una dura giornata.
- ♥ Per curarti dal mal di testa.
- ♥ Per liberarti delle "vibrazioni negative", cioè da altre persone che proiettano i loro pensieri negativi.
- ♥ Per protezione psichica (può essere utilizzato anche in combinazione con Cho-Ku-Rei).
- ♥ Per calmare discussioni o altre tensioni da qualsiasi situazione.
- ♥ Per migliorare la tua memoria.
- ♥ Per migliorare qualsiasi tipo di apprendimento.
- ♥ Per calmare i nervi dell'esame o qualsiasi altro ambiente di pressione.
- ♥ Per una maggiore concentrazione nei momenti di bisogno.
- ♥ Per portare armonia in ogni relazione che ha bisogno.
- ♥ Per potenziare affermazioni o altri aiuti mentali.
- ♥ Per aiutare con problemi alimentari emotivi o altre abitudini guidate emotivamente.
- ♥ Eliminare qualsiasi attaccamento mentale o emotivo malsano



3.3 Hon-Sha-Ze-Sho-Nen (Guarigione Spirituale e Guarigione a Distanza): Avendo ora introdotto le energie dinamiche e profondamente purificanti di Cho-Ku-Rei così come le energie morbide, gentili ed emotivamente calmanti di Sei-Hei-Ki , è giunto il momento di introdurre le energie meravigliosamente trascendenti di Hon-Sha-Ze-Sho-Nen (pronunciato Hon - Sha - Zay - Sho - Nen).

Questo simbolo è talvolta indicato come il simbolo della guarigione spirituale, ma più comunemente è noto come il **simbolo della "guarigione a distanza"** . Si dice che le energie curative di Hon-Sha-Ze-Sho-Nen promuovano le qualità dell'illuminazione e siano anche in grado di trascendere il tempo e lo spazio, da qui il riferimento alla "guarigione a distanza".



Come puoi vedere dall'immagine qui sopra, il simbolo Hon-Sha-Ze-Sho-Nen è anche il più difficile da disegnare. Tuttavia, con il tempo e la pratica, questo diventerà di nuovo come una seconda natura per te. Queste energie ti aiuteranno ad aprirti a molti diversi tipi di guarigione a distanza e possono quindi aiutarti a sbloccare molti modi diversi di usare le energie Reiki nella tua vita.

Il simbolo Hon-Sha-Ze-Sho-Nen ha anche una miriade di usi diversi e approfondiremo alcuni di questi durante la parte pratica di questo corso. Tuttavia, per ora, goditi questo breve riassunto di come puoi usare il simbolo Hon-Sha-Ze-Sho-Nen nelle tue pratiche di guarigione:

Usa Hon-Sha-Ze-Sho-Nen...

- ♥ Per dare una profonda guarigione spirituale.
- ♥ Per inviare guarigione a distanza.
- ♥ Per inviare Reiki in situazioni o eventi passati.
- ♥ Per inviare Reiki in un evento o situazione futura.
- ♥ Fare il lavoro sul bambino interiore.
- ♥ Lavorare con il rilascio del sé ombra.
- ♥ Per aiutare a creare e manifestare una circostanza futura.
- ♥ Per connettersi più facilmente con le guide spirituali o altre entità di "Coscienza Superiore".
- ♥ Inviare Reiki ai propri cari che sono 'attraversati'.
- ♥ In combinazione con gli altri simboli Reiki per aiutare a rafforzare uno qualsiasi dei precedenti.



Come nota finale qui, ribadiamo ancora una volta che dove stai usando tutti e tre i simboli Reiki (sia nella meditazione che nelle tue pratiche di guarigione altrui), per favore usali nel seguente ordine:



- 1. Usa Cho-Ku-Rei per la guarigione fisica**
- 2. Usa Sei-Hei-Ki per la guarigione mentale / emotiva**
- 3. Usa Hon-Sha-Ze-Sho-Nen per una profonda guarigione spirituale**

Naturalmente, non sarà sempre necessario utilizzare tutti i simboli, ad esempio per ogni singola posizione della mano, e probabilmente ci saranno una varietà di situazioni diverse in cui potresti sentire che solo uno o due dei simboli sono necessari, piuttosto che tutti di loro.

Ad esempio, potresti voler usare Cho-Ku-Rei per dare una benedizione al tuo cibo o forse desideri usare Sei-Hei-Ki per aiutarti a ricordare il nome di qualcuno. Potresti usare l'Hon-Sha-Ze-Sho-Nen per aiutarti a entrare in contatto con una guida spirituale.

In alternativa, mentre ti muovi attraverso le tue sessioni di guarigione Reiki, potresti sentire di aver bisogno solo di uno o due simboli per una particolare posizione della mano. Oppure potresti persino scoprire che non hai bisogno di invocare alcun simbolo Reiki.



Per favore, lavora sempre con
tuo intuizione e lasciati guidare!



Desideriamo anche sottolineare qui che per la guarigione a distanza, ci sarà un processo di ordinamento leggermente diverso quando si richiamano i simboli (poiché ci affideremo maggiormente al simbolo di guarigione a distanza). Tuttavia, come regola generale, quando invochi i simboli Reiki nel tuo lavoro di guarigione o meditazione, per favore fallo nello stesso ordine in cui li abbiamo insegnati sopra.

Mentre avanziamo in questo corso, ti forniremo maggiori informazioni su come utilizzare esattamente i simboli per ciascuna delle pratiche di guarigione, quindi per ora, volevamo solo presentarti i diversi scopi di ciascun simbolo Reiki e alcuni dei loro potenziali usi nella guarigione e nella meditazione. Con questa comprensione, ora sei pronto per aprirti e ricevere la tua sintonizzazione Reiki di Livello 2!



Benvenuto a Usui Reiki Livello 2



Capitolo 2: Ricevere il tuo Sintonizzazione



Love Inspiration

Learn • Heal • Awaken

UsuiReiki

Livello Due - Guarigione Avanzata

Capitolo 2: Ricevere la tua sintonizzazione

Contenuti:

Contenuto	Pagina
1. Introduzione al processo di sintonizzazione	19
2. Istruzioni per ricevere la tua sintonizzazione	21
2.1 Ricevere la tua sintonizzazione in formato video	21
2.2 Istruzioni scritte per ricevere la tua sintonizzazione	22

1. Introduzione al processo di sintonizzazione:

Avendo ora trattato alcuni dei concetti introduttivi dei simboli Reiki, ti invitiamo ora a ricevere la tua sintonizzazione in modo che tu possa aprirti a ricevere questi simboli ed energie Reiki di Livello 2 nella tua coscienza.

Man mano che ricevi la tua sintonizzazione per il secondo livello, i tre simboli Reiki di Livello 2 verranno inseriti nel tuo campo energetico e, come tali, diventeranno ora disponibili per te mentre apri le pratiche Reiki trattate nella sezione successiva.

- ✿ Per quelli di voi che hanno ricevuto la vostra attivazione Reiki di Livello 1 con noi, avrete già familiarità con il modo in cui condividiamo queste attivazioni Usui Reiki, cioè attraverso il formato di attivazione 'a distanza'.

Capirai che in qualità di Insegnanti Avanzati di Usui Reiki, Love Inspiration ha ora ricevuto le benedizioni necessarie dal dottor Mikao Usui e dalla signora Hawayo Takata per condividere gli insegnamenti e le attivazioni Usui Reiki a distanza.

Potresti anche ricordare che il nostro formato di attivazioni a distanza è stato progettato da 'Higher Consciousness' come parte del livello Advanced Usui Reiki Master Teacher e siamo quindi molto felici di condividere queste energie Usui Reiki con te qui attraverso questa tecnica meravigliosamente semplice.

- ✿ Per quelli di voi che sono nuovi a questo stile di sintonizzazione, vi diamo un caloroso benvenuto qui a questo nuovo stile di sintonizzazione. Ti invitiamo a leggere le prossime pagine in modo da poter familiarizzare meglio con questo stile di sintonizzazione e in modo che tu possa sentirti a tuo agio che riceverai davvero un insieme molto genuino e autentico di energie Reiki attraverso questo stile di sintonizzazione.

Per ulteriori informazioni sul [motivo per cui abbiamo scelto di offrire attivazioni "a distanza"](#), per questi Usui Livelli di Reiki, vi rimandiamo gentilmente alla nostra pagina del sito web di Usui Reiki dove sono elencate le informazioni che abbiamo ricevuto da 'Coscienza superiore' mentre portavamo attraverso i livelli avanzati di Usui Reiki in formato domanda e risposta.



In alternativa, sei anche invitato a leggere la sezione di sintonizzazione (capitolo 2) del nostro manuale di Livello 1, dove forniamo alcuni retroscena aggiuntivi sul formato di sintonizzazione "a distanza" e su come questo si collega ai livelli di Usui Reiki Avanzato.

In termini semplici, però, Love Inspiration ha ora ricevuto le benedizioni necessarie dalla Coscienza Superiore per offrire tutte le attivazioni Usui Reiki e Advanced Usui Reiki a distanza. E in linea con le informazioni che abbiamo ricevuto durante il livello Advanced Usui Reiki Master Teacher, tutto ciò che è richiesto per ricevere questi risultati è seguire il semplice insieme di istruzioni nella sezione successiva.

Ricevendo la tua attivazione in questo modo, sarai in grado di aprirti e ricevere la tua attivazione Usui Reiki Livello 2 e sarai quindi in grado di passare a 21 giorni di pratiche di autoguarigione e agli altri aspetti pratici di questi insegnamenti come ti senti pronto.

Prima di ricevere la tua sintonizzazione, assicurati di aver attivato (sbloccato) le energie e la sintonizzazione Usui Reiki di Livello Due prima di iniziare questa sintonizzazione.

Il processo di attivazione/sblocco è un semplice processo di 5 minuti che sblocca le energie e ti dà accesso ad esse. Una volta che hai sbloccato le energie, ciò significa che tutte le energie Usui Reiki Livello Due e la tua sintonizzazione Usui Reiki Livello Due 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 Due per te stesso, puoi farlo seguendo le istruzioni a Pagina IV di questo ebook. L'attivazione di Livello Due è una meravigliosa attivazione che aiuterà a collocare ciascuno dei simboli Reiki nel tuo campo energetico in modo da poter rafforzare o intensificare la tua connessione con le energie Reiki.

Questa sintonizzazione ti fornirà anche l'accesso necessario a ciascuno dei simboli Reiki in modo che tu possa diventare un canale di guarigione Reiki più efficace.



Mentre ti apri ai tuoi 21 giorni di pratiche di autoguarigione, probabilmente inizierai a sentirti sempre di più mentre acquisisci familiarità con i simboli. E questa sarà un'idea di tipo simile a quella che probabilmente avrai sperimentato durante l'allenamento Reiki di Livello 1.

È sempre attraverso una pratica regolare che siamo in grado di acquisire maggiore familiarità con queste energie e, di conseguenza, siamo quindi in grado di sentire più "calore" e guarigione dalle nostre varie pratiche.

Per ora, però, speriamo che tu abbia una bella e gratificante sintonizzazione e che tu abbia una bella esperienza con queste nuove energie.

2. Istruzioni per ricevere la tua sintonizzazione:

Siamo lieti di offrirti queste attivazioni Usui Reiki a distanza e speriamo che questo nuovo formato ti aiuti a connetterti 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 'a distanza' ma, soprattutto, stiamo semplicemente seguendo le istruzioni guidate divinamente che abbiamo ricevuto dalla 'Coscienza Superiore'. 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 2.

Ancora una volta, prima di iniziare questa sintonizzazione, assicurati di aver attivato (sbloccato) le energie e la sintonizzazione Usui Reiki di Livello Due prima di iniziare.

Il processo di attivazione/sblocco è un semplice processo di 5 minuti che sblocca le energie e ti dà accesso ad esse. Una volta che hai sbloccato le energie, ciò significa che tutte le energie Usui Reiki Livello Due e la tua sintonizzazione Usui Reiki Livello Due sono state attivate appositamente per te. Sei quindi pronto per iniziare a ricevere la tua sintonizzazione di Livello 2!

Se non hai ancora attivato/sbloccato le energie Usui Reiki Livello Due per te stesso, puoi farlo seguendo le istruzioni a Pagina IV di questo ebook.



Una volta che la tua sintonizzazione è stata attivata per te, ora ti invitiamo a leggere la sezione seguente e ricevere la tua attivazione mentre ti senti guidato. Assicurati di rilassarti, aprirti e ricevere queste meravigliose energie di sintonizzazione con amore.

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 2. Speriamo che questo ti aiuti a sperimentare queste energie in un modo più "facile da usare". modo e che hai una meravigliosa sintonia!



[Sintonizzazione Usui Reiki guidata - Livello 2](#)

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 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:

■ 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 2. Possano queste energie aiutarmi a crescere ed espandermi con amore e guarigione in modo da poter aiutare gli altri. Grazie, grazie”



■ 3. Ricevere la tua sintonia

Ora inizierà la tua sintonizzazione e ci vorranno circa 10-15 minuti per riceverla. Tuttavia, vi 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 pronunciare un'affermazione per mantenere la mente concentrata o forse utilizzare 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, ci sono altri esempi nella pagina successiva 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 Due"

"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 secondo livello per Usui Reiki e con questo sarai in grado di praticare le tecniche di Livello 2 che ora saremo descrivere nella prossima sezione.

Congratulazioni!

**Ora sei stato in sintonia con
Usui Reiki Livello Due!**



Benvenuto a Usui Reiki Livello 2



Capitolo 3: Le pratiche Reiki (Livello 2)



Love Inspiration

Learn • Heal • Awaken

UsuiReiki

Livello Due - Guarigione Avanzata

Capitolo 3: Le Pratiche Reiki (Livello 2)

Contenuti:

Contenuto	Pagina
1. Una guida pratica per lavorare con i simboli	27
1.1 Lavorare con i simboli: una tecnica di base	28
1.2 Lavorare con i simboli - Tecniche aggiuntive	29
2. Le pratiche di autoguarigione per il livello 2	38
2.1 Preparazione per la pratica	39
2.2 Invitare l'energia e impostare la tua intenzione	39

Contenuto	Pagina
2.3 Meditazione Joshin Kokyu Ho (versione adattata)	40
2.4 Meditazione sui Simboli Reiki	42
2.5 Concludere con gratitudine	46
3. Dare sessioni di guarigione Reiki per gli altri - di persona	47
3.1 Introduzione alla sessione	49
3.2 Dare le mani sulla guarigione	56
3.3 Chiusura della sessione	59
4. Dare sessioni di guarigione Reiki per gli altri - a distanza	60
4.1 Dare la guarigione a distanza - una tecnica di base	62
4.2 Dare la guarigione a distanza - Tecniche aggiuntive	68
4.3 Invio di Reiki nel passato	71
4.4 Invio di Reiki nel futuro	74
5. Portare il Reiki nella tua vita	76
5.1 Portare il Reiki nella tua vita - Una tecnica di base	76
5.2 Un'estensione di questa tecnica di base	78
5.3 Altri modi di usare i simboli nella tua vita	79
5.4 Mettere tutto insieme	85
6. Commenti finali	86



1. Una guida pratica per lavorare con i simboli:

Come abbiamo accennato durante la parte di base teorica di questo corso, lavorare con i simboli Reiki sia nella guarigione che nella meditazione può fornirti una meravigliosa gamma di opportunità di guarigione divina. Lavorando con i simboli, sarai molto facilmente in grado di aprirti e ricevere queste energie Reiki attraverso la meditazione e una serie di altre pratiche di guarigione.

In sostanza, i simboli Reiki ti aiuteranno a richiamare un'ampia gamma di "vibrazioni di guarigione superiori" nella tua pratica e in questo modo, i simboli possono essere considerati come ottimi amici. Quando trattiamo i simboli con amore e rispetto e ci colleghiamo regolarmente con loro, saranno molto contenti di noi. In cambio, ci offriranno molto amore, luce e guarigione.

Come ora saprai anche, le frequenze energetiche a cui si accede attraverso questi simboli Reiki hanno una vibrazione significativamente più alta di quella a cui stiamo vibrando noi stessi. Mentre ti sciogli e ti fondi con queste frequenze di guarigione, sarai quindi in grado di avvicinarti alla loro vibrazione bella e pacifica - così sarai in grado di guarire, imparare, crescere e risvegliarti a una prospettiva più divina di te stesso.

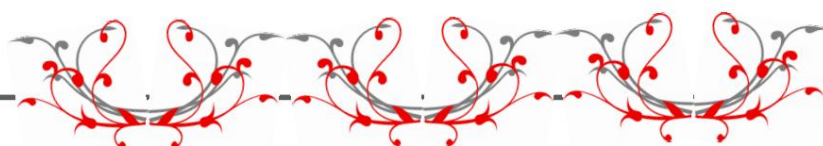
Con questa sezione quindi, concentriamoci ora sugli aspetti più pratici di come lavorare con i simboli Reiki nelle vostre pratiche di guarigione e meditazione in modo che ora possiate iniziare a portare queste frequenze meravigliose e piene d'amore nella vostra coscienza.

E per cominciare, facciamo innanzitutto notare che è sempre la tua intenzione ad essere così importante quando lavori con qualsiasi tipo di simbolo di guarigione. Con la semplice intenzione di richiamare queste energie e visualizzando il simbolo mentre ripeti il nome sacro, sarai in grado di ricevere queste bellissime frequenze.



Come accennato in precedenza, ci sono così tanti modi diversi in cui puoi scegliere di lavorare con i simboli Reiki nella tua pratica e per gli scopi del nostro corso, tratteremo qui le tecniche più comunemente insegnate per lavorare con i simboli Reiki .

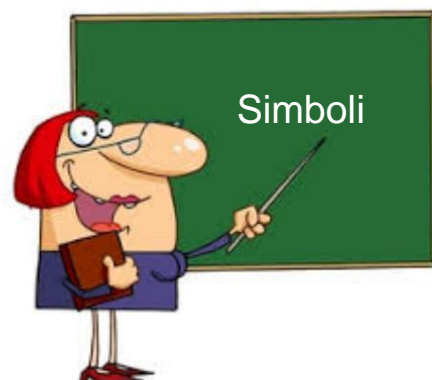
Da queste tecniche di base, puoi quindi decidere quale di queste funziona meglio per te man mano che avanzi nel tuo viaggio Reiki.



1.1 Lavorare con i simboli - Una tecnica di base:

Una delle tecniche più comuni per lavorare con i simboli Reiki è la tecnica del "Disegno e Picchiettamento". Questa è una tecnica molto semplice che richiede semplicemente di tracciare il simbolo sopra l'area su cui si sta lavorando e quindi toccare il simbolo in quest'area tre volte, mentre si dice il nome sacro (in silenzio a se stessi) tre volte mentre lo si tocca.

E quando diciamo 'disegna il simbolo' qui, puoi scegliere se desideri farlo fisicamente, cioè con l'indice o il medio della mano dominante, o mentalmente, cioè visualizzando o disegnando il simbolo mentalmente / attraverso la visualizzazione.



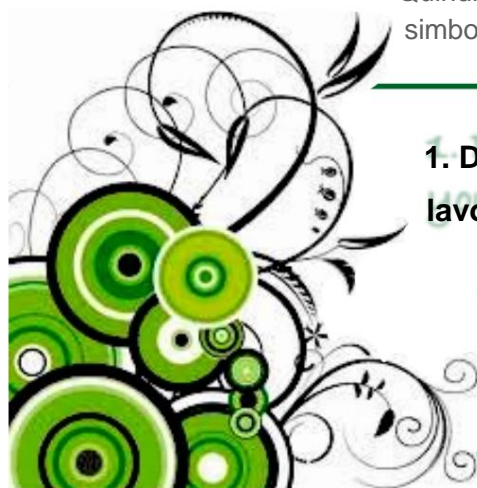
A titolo di esempio quindi, per coloro che vogliono **disegnare fisicamente** i simboli, supponiamo che tu voglia posizionare il simbolo Cho-Ku-Rei nel tuo Chakra della Corona. Inizieresti estraendo prima il Cho-Ku-Rei circa 10 - 20 cm sopra il Chakra della Corona (usando l'indice o il medio della mano dominante) e ora "picchiettilo" nel tuo campo energetico (3 volte) mentre dicendo il nome ogni volta che lo "tocchi". Il movimento del tocco è un tocco delicato e ti aiuta solo a cristallizzare ulteriormente la tua intenzione di posizionare il simbolo nel tuo chakra della corona.

Per quelli di voi che preferirebbero utilizzare il metodo di visualizzazione del disegno e del tocco, qui sono disponibili due opzioni. Puoi disegnare il simbolo mentalmente con l'occhio della tua mente e poi toccare mentalmente il simbolo tre volte (mentre pronunci il nome sacro tre volte). Oppure, in alternativa, potresti semplicemente desiderare di visualizzare il simbolo sopra la tua testa (piuttosto che disegnarlo mentalmente) e poi toccare mentalmente il simbolo tre volte (mentre pronunci il nome sacro tre volte).

Anche in questo caso i processi di disegno e mascheratura possono essere eseguiti fisicamente o mentalmente quando ti senti guidato. Ti suggeriamo umilmente di provare entrambe le tecniche per te stesso come parte delle tue pratiche di autoguarigione e vedere quale risuona di più con te, o forse ti piacciono entrambe!

Spesso scopriamo che per le persone che stanno iniziando con i simboli, la tecnica del disegno fisico può essere molto vantaggiosa in quanto li aiuta a imparare a disegnare ciascuno dei simboli. Quando si sentiranno pronti, progrediranno in modo del tutto naturale verso un approccio più mentale o di visualizzazione, se questo gli s

Quindi questa è la prima e più comunemente insegnata tecnica per lavorare con i simboli Reiki:



1. Disegna il simbolo su chakra / area del corpo con cui stai lavorando (fisicamente o mentalmente).

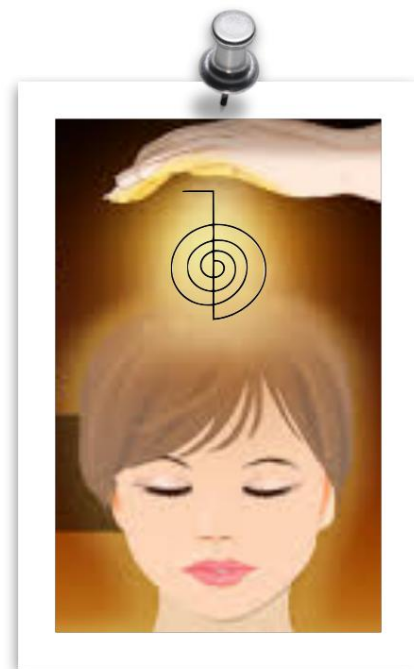
2. Picchiettare il simbolo nel chakra/area del corpo 3 volte mentre si pronuncia il nome sacro 3 volte (fisicamente o mentalmente).

Quando attingi ai simboli nel tuo campo energetico, puoi pensare al simbolo che si scioglie nella tua coscienza proprio come il burro si scioglie nel pane tostato. Dove stai usando i simboli in una sessione di guarigione Reiki, cioè disegnando e toccando il simbolo nel campo energetico di un'altra persona, la tecnica usata è esattamente la stessa.

Con il tempo e la pratica, inizierai anche letteralmente a "sentire" il simbolo mentre viene inserito nel campo energetico che stai trattando. Inoltre, molto probabilmente inizierai a sentire le sottili differenze nelle frequenze vibrazionali tra ciascuno dei simboli Reiki con cui stai lavorando.

Sappi anche che questa tecnica di base funzionerà ugualmente bene indipendentemente dal fatto che tu scelga di **disegnare e toccare fisicamente** o **disegnare e toccare mentalmente**. Come sempre, ti suggeriamo di scegliere semplicemente il metodo che ti aiuta a raggiungere uno stato d'essere più pacifico e connesso.

Per una breve istruzione di 45 secondi su come disegnare e toccare fisicamente i simboli in te stesso, guarda il link del video qui sotto. (Questo è lo stesso metodo fisico per utilizzare la tecnica "Disegno e tocco" anche per gli altri, tranne per il fatto che stai toccando il simbolo nel destinatario piuttosto che in te stesso).



[Il metodo Draw & Tap \(video\)](#)



E infine, facciamo notare qui che la tecnica del 'Disegno e Picchiettamento' è di gran lunga la pratica più ampiamente insegnata in tutti i lignaggi Reiki. Come parte della maggior parte dei corsi Reiki di Livello 2, questa è spesso l'unica tecnica che verrà insegnata su come lavorare con i simboli.

Per noi, vorremmo anche includere qui alcune variazioni e tecniche di simboli aggiuntive per te in modo che tu possa crescere ed evolvere come praticante di Reiki nei mesi e negli anni a venire. Sebbene la tecnica di base "disegna e tocca" sia un ottimo punto di partenza per i tuoi 21 giorni di pratiche di autoguarigione, potresti anche voler incorporare alcune di queste tecniche di simboli più avanzate nelle tue pratiche quando ti senti pronto.

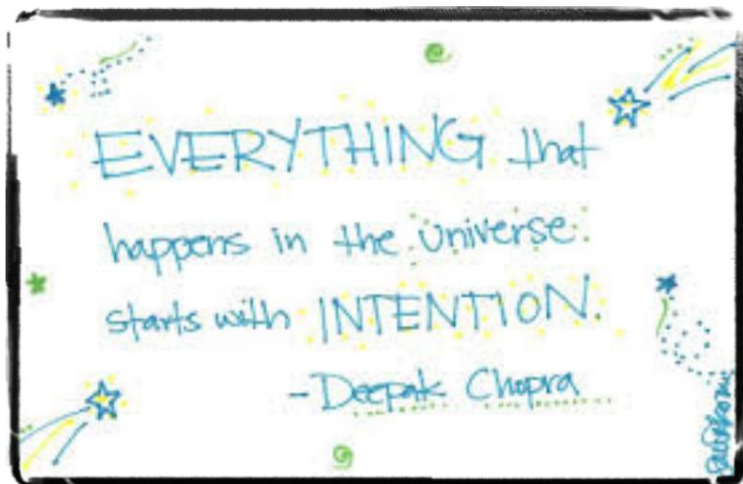


1.2 Lavorare con i simboli - Tecniche aggiuntive:

Ora che abbiamo introdotto una tecnica simbolica molto basilare, discutiamo qui alcuni dei modi in cui puoi iniziare ad espanderla man mano che avanzi nelle tue pratiche Reiki e man mano che la tua concentrazione meditativa migliora.

Queste tecniche aggiuntive descritte di seguito possono aiutarti a portare una certa varietà nelle tue pratiche di guarigione e meditazione e possono anche aiutarti a capire che in realtà ci sono molti modi diversi in cui puoi lavorare con i simboli mentre ti connetti al Reiki. Come importante punto di partenza per tutte queste nuove tecniche, poniamo le basi per queste pratiche simboliche affermando ancora una volta che:

Tutto nasce dalla tua intenzione!



E con questo punto molto importante, vi suggeriamo di nuovo qui di lavorare sempre con tecniche e pratiche simboliche che aiutano a portarvi a stati di vibrazione più elevati e più beati. Ogni volta che riesci ad arrivare a una sensazione molto profonda di pace interiore, quiete e amore nella tua meditazione, c'è quasi certamente una guarigione molto profonda che viene fatta - e questo è sempre positivo!

Pertanto, per favore, fai tutto ciò che ritieni necessario per raggiungere uno stato più profondo di amore, beatitudine, pace e luce nella tua pratica.

Ci sono davvero un numero infinito di modi in cui puoi scegliere di lavorare con i simboli nella tua pratica, quindi usa la tua immaginazione e creatività e assicurati di far brillare la tua luce per tutti!



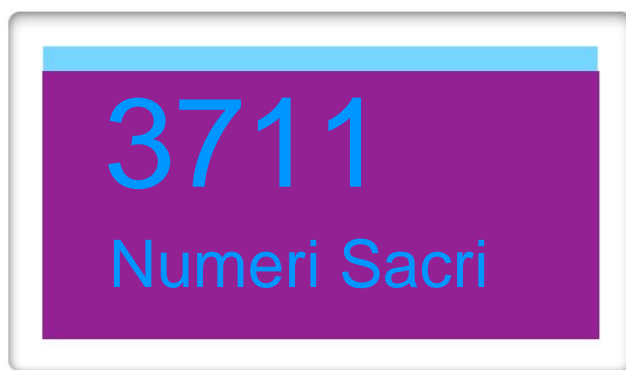
✿ Tecnica aggiuntiva 1 - La tecnica del "picchietto continuo":

Come nostra prima tecnica simbolica aggiuntiva, espandiamo il concetto di "attingere" le energie. Piuttosto che toccare un simbolo tre volte, forse puoi provare a toccare un simbolo 7 volte, 11 volte o anche continuamente come desideri.

Il numero 3 è spesso considerato sacro e si pensa che porti l'abbondanza di queste energie nella manifestazione fisica. Il numero 7 è anche un numero molto sacro e spirituale con cui puoi lavorare e spesso si dice che il numero 11 sia un numero molto magico attraverso la fisica e altre tradizioni.

Quindi, per cominciare, potresti voler scegliere uno o tutti questi numeri (o qualsiasi multiplo di essi), tuttavia allo stesso modo, potresti anche voler semplicemente toccare continuamente il simbolo come ritieni necessario. E questo è un modo molto carino per introdurre una delle nostre tecniche preferite: picchiettare continuamente.

La tecnica del picchiettamento continuo può essere particolarmente utile per te se hai una mente iperattiva o veloce o per quelli di voi che vorrebbero portare una quantità molto significativa di guarigione nella propria coscienza.



Toccando continuamente un simbolo nel tuo campo energetico, sei anche in grado di lavorare **con** la tua mente veloce, creativa o attiva per portare più amore, luce e guarigione nel tuo mondo. Per fare ciò, continua semplicemente a toccare il simbolo in un'area del tuo corpo mentre continui a ripetere il nome sacro di quel simbolo, proprio come faresti con un mantra. Ad esempio, spieghiamo qui una situazione in cui questa tecnica potrebbe essere rilevante per te attraverso la lente della meditazione.



Supponiamo che tu sia in meditazione e che tu stia usando la tecnica di base del "disegno e picchietto" per inserire i simboli Reiki nel tuo chakra della corona. Dovresti estrarre Cho-Ku-Rei e picchiettarlo 3 volte, quindi estrarre Sei-Hei-Ki e picchiettarlo 3 volte e infine estrarre Hon-Sha-Ze-Sho-Nen e picchiettarlo 3 volte.

Quindi ti permetti di sentire queste meravigliose vibrazioni e potresti anche lavorare con altre tecniche complementari, come un'ulteriore visualizzazione della luce bianca qui per aiutare a completare il lavoro di guarigione.

Dopo pochi minuti, senti che stanno arrivando molti pensieri diversi e la tua mente diventa piuttosto occupata. Forse come risultato di ciò, inizi a perdere traccia delle vibrazioni curative che vengono attratte nel tuo campo energetico mentre ti perdi nel tuo mondo interiore e nei tuoi pensieri. Questo sarebbe ora il momento perfetto per connettersi con una tecnica di tapping continuo!

Per fare questo, estrai Cho-Ku-Rei sopra la tua testa e ora tocca continuamente questo simbolo nel tuo Chakra della Corona, assicurandoti di ripetere il nome sacro mentre lo fai. Sentiti libero di continuare questo processo per tutto il tempo che desideri.

Quando ti senti pronto, forse dopo aver sentito la meravigliosa profondità delle energie che derivano dal simbolo Cho-Ku-Rei, potresti decidere che è ora di iniziare a lavorare con Sei-Hei-Ki. Lo disegna sopra la tua testa e di nuovo, inizi a picchiettare continuamente nel simbolo Sei-Hei-Ki ripetendo il nome sacro ogni volta che tocchi il simbolo.

Per questa tecnica, puoi scegliere di disegnare fisicamente i simboli o di disegnarli mentalmente nella tua mente, come desideri. Tuttavia, per il continuo processo di picchietto, raccomandiamo caldamente che il picchietto sia fatto totalmente attraverso la mente (cioè si sta picchiettando mentalmente il simbolo più e più volte mentre si ripete il nome sacro per aiutare a rafforzare la connessione con il simbolo).

Ancora una volta, quando ti senti pronto, ora puoi passare al simbolo Hon-Sha-Ze-Sho-Nen per una profonda guarigione spirituale. E mentre finisci con Hon-Sha-Ze-Sho-Nen, puoi scegliere di sederti semplicemente in questo spazio di amore, luce e beatitudine o forse ripetere il ciclo ancora una volta - mentre ti senti guidato.

Supponiamo qui che desideri continuare con la tecnica del picchietto continuo per un altro ciclo. Man mano che approfondisci la tua tecnica di tapping continuo, il tuo tapping inizia a sembrare come se stessi letteralmente registrando il simbolo in tutto il tuo corpo.

E questo è un modo davvero meraviglioso per fare qualsiasi tipo di guarigione completa del corpo, sia attraverso il Chakra della Corona che attraverso il Chakra del Terzo Occhio. Attingendo continuamente a queste energie Reiki, questi simboli funzioneranno sempre con la tua intenzione, quindi assicurati di impostare chiaramente la tua intenzione per il miglior risultato di guarigione possibile.

E ovviamente questo è solo un esempio della tecnica del tapping continuo. Come abbiamo appena detto qui, puoi sostituire il chakra della corona con il chakra del terzo occhio per lo stesso tipo di trattamento di "guarigione generale del corpo" o, se lo desideri, puoi anche scegliere di attingere continuamente a una varietà di diverse aree problematiche o chakra, se senti che questo è necessario.

Per noi, la tecnica del picchiettamento continuo ci ha permesso di raggiungere alcuni stati molto profondi di connessione con i simboli Reiki e le energie di guarigione che portano. Ci auguriamo che condividendo questa tecnica semplice ma efficace con voi qui, anche voi sarete in grado di ottenere alcune meravigliose realizzazioni ed esperienze di guarigione da questa semplice tecnica.

Facciamo nuovamente notare qui che la tecnica del picchiettamento continuo può essere eseguita per la guarigione generale del corpo o per la guarigione su un particolare problema. Sei anche in grado di accedere a questa tecnica attraverso il tuo lavoro di guarigione per gli altri. Per noi, abbiamo scoperto che il metodo del picchiettamento continuo è più efficace se usato in meditazione, tuttavia, come sempre, guarda come ti senti nel tuo lavoro di guarigione per gli altri e per favore fai ciò che ti sembra giusto.



✿ Tecnica aggiuntiva 2 - La tecnica dei "piccoli simboli":

Un'altra tecnica di simboli molto bella, e qualcosa che fluirà magnificamente dalla tecnica di picchiettamento continuo sopra descritta, è quella che chiamiamo la tecnica dei "piccoli simboli".

La tecnica dei simboli minuscoli in un certo senso è in realtà un'estensione della tecnica del tocco continuo, tuttavia può essere utilizzata anche come tecnica dei simboli a sé stante. Per accedere a questa pratica, immagina semplicemente che ci siano tanti, tanti piccoli simboli Reiki che entrano nel tuo corpo (o in qualsiasi parte del tuo corpo) mentre ti senti guidato.



Continuando dall'esempio precedente, dopo aver terminato il tuo continuo lavoro di tapping probabilmente sentirai un piacevole stato di rilassamento, pace e amore nella tua meditazione. Ti senti abbastanza connesso ai simboli Reiki e questo è il momento perfetto per usare la tecnica dei "piccoli simboli".

Per fare questo, estrai il simbolo Cho-Ku-Rei sopra il tuo chakra della corona e picchiettilo continuamente, tuttavia mentre lo fai, per favore ora consenti a te stesso di visualizzare o immaginare che il tuo corpo sia ora riempito con un sacco di piccoli Cho- Simboli Ku-Rei. Questi simboli scorrono verso il basso in tutto il tuo corpo e ti riempiono con la vibrazione curativa Cho-Ku-Rei. Ora sei diventato un canale di guarigione completamente aperto e divino affinché tutti questi minuscoli simboli scorrono attraverso tutto il tuo corpo.

Ancora una volta, è sempre l'intenzione che è così importante qui, quindi immaginando, pensando, sentendo o "intendendo" che questi minuscoli simboli scorrono attraverso tutto il tuo corpo - così sarà.

E mentre ti apri a questa nuova tecnica meditativa, puoi continuare a ripetere il nome sacro del simbolo mentre questi simboli continuano a fluire in tutto il tuo corpo. Stai immaginando che molti minuscoli simboli si riversino nel tuo flusso sanguigno, si muovano attraverso il tuo sistema nervoso e scorrono persino attraverso l'intero sistema muscolo-scheletrico!

Ancora più importante, questi minuscoli simboli avvolgono il tuo intero campo energetico e ti forniscono tutte le energie curative necessarie affinché il tuo corpo diventi completamente guarito da tutte le impurità, i blocchi o le interruzioni dall'interno. Quando finisci il simbolo Cho-Ku-Rei, puoi passare a lavorare con le energie Sei-Hei-Ki e Hon-Sha-Ze-Sho-Nen nello stesso modo che desideri.

Si prega di notare qui che è possibile utilizzare questa tecnica in molti modi diversi attraverso la meditazione e il lavoro di guarigione per gli altri. Abbiamo scelto di darti qualche idea su come fare una pratica di meditazione per la guarigione di tutto il corpo qui, ma allo stesso modo, puoi scegliere di lavorare con questa tecnica per trattare un'area problematica o un'altra area del tuo corpo.

Ad esempio, quando si tratta una malattia del fegato, si potrebbe desiderare di immaginare che ci siano minuscoli simboli che scorrono intorno al fegato. I simboli aiutano ad aumentare la vibrazione in tutta quest'area e guariscono questo organo da tutte le sue impurità.

In alternativa, potresti provare a liberare le energie in un'area del corpo di una persona dove c'è un disturbo. Ad esempio, forse il braccio di qualcuno, immaginando che ci siano molti piccoli simboli che scorrono su e giù per il braccio del ricevente. Mentre lo fai, intendi che i canali energetici vengano liberati in modo che questa persona possa essere libera dal particolare disturbo che sta causando un disturbo.



Da questo, puoi vedere qui che questa tecnica può funzionare ugualmente bene per te sia in una sessione di guarigione che in un formato meditativo. Ancora una volta, sentiti libero di usare la tua immaginazione e creare una serie di circostanze diverse per aiutarti a guarire ciò che ti viene presentato.

Sarà sempre la tua intenzione ad essere così importante con queste tecniche, quindi assicurati di divertirti molto creando visualizzazioni e affermazioni di intenzioni nuove ed entusiasmanti a beneficio di te stesso e degli altri!



✿ Tecnica Aggiuntiva 3 - La Tecnica del 'No Tapping':

Come abbiamo già accennato, ci sono molti modi diversi in cui puoi lavorare con i simboli nelle tue pratiche di guarigione. Ormai capisci che è sempre la tua intenzione la forza trainante dietro ogni e qualsiasi guarigione che fai e che puoi scegliere di creare qualsiasi situazione immaginaria desideri per un migliore risultato di guarigione.

Quindi, come opzione aggiuntiva, esaminiamo ora un'altra tecnica dei simboli che forse non è insegnata così comunemente come alcune delle altre e ci riferiamo a questa tecnica dei simboli come la tecnica del "No Tapping".

Anche questa tecnica è molto semplice e facile da usare ed essenzialmente, quello che stai facendo qui è lavorare con una forma leggermente diversa di visualizzazione con il simbolo per permetterti di aprirti e ricevere le sue frequenze divine di guarigione (senza bisogno di picchiettare) .

Seguendo lo stesso esempio dall'alto, supponiamo ora che tu abbia trattato te stesso con la tecnica "Disegno e tocco", quindi la tecnica del "battito continuo" e anche la tecnica dei "piccoli simboli". Ora molto probabilmente senti una profonda connessione con le energie Reiki ed è in questo stato che ora ti aprirai a questa tecnica "No Tapping".

(Ovviamente puoi aprirti a una qualsiasi di queste tecniche nell'ordine che desideri, tuttavia dovremmo sottolineare qui che la tecnica "Tiny Symbols" e questo "No Tapping" richiederanno probabilmente che tu sia in uno stato di connessione ben collegato Reiki).

Per invocare la tecnica "No Tapping", puoi semplicemente immaginare che il simbolo Cho-Ku-Rei stia fluttuando circa 10 - 20 cm sopra l'area che desideri trattare (in questo caso continueremo a trattare il nostro Chakra della Corona). Immagina semplicemente che il simbolo Cho-Ku-Rei stia fluttuando sopra il tuo chakra della corona e ti inondi delle sue divine frequenze di guarigione.

Invece di disegnare e toccare il simbolo, ti permetti semplicemente di visualizzare il simbolo sopra di te. Forse è composto da luce bianca, che risplende meravigliosamente, potentemente e molto intensamente, e sta risplendendo magnificamente su di te.

Ora puoi semplicemente fare il bagno, respirare e crogiolarti in tutte le sue meravigliose e divine qualità curative!

Puoi pensare o sentire che le energie di Cho-Ku-Rei stanno riempiendo tutto il tuo corpo con la sua luce curativa e che sei guarito da tutte le impurità, energie negative e altri disturbi fisici.

E mentre continui con questa pratica, stai solo permettendo alla tua concentrazione meditativa di rimanere focalizzata sull'immagine del simbolo e se lo desideri, puoi ripetere il nome sacro del simbolo se senti che questo ti aiuta a rafforzare la tua connessione .

Quando ti senti pronto, ora puoi ripetere questo processo sia con Sei-Hei-Ki che con Hon-Sha-Ze-Sho Nen mentre completi un altro ciclo della tua personale meditazione sui simboli.



Concentrando la tua mente sull'aprirsi e arrendersi al simbolo, sarai in grado di ricevere l'amore, la luce e la guarigione che il simbolo sta offrendo. E come tale, questa tecnica è un modo meraviglioso per imparare l'arte di arrendersi; si dice che sia un grande antidoto della nostra mente egoica!



Se desideri ripetere o meno il nome sacro del simbolo dipenderà da te. Per alcuni, questo ti aiuterà a rafforzare la tua connessione con le energie e potrebbe anche essere utile per mantenere la tua concentrazione meditativa. Tuttavia, per altri, questo potrebbe sembrare del tutto inutile e potresti semplicemente desiderare di aprirti e ricevere queste energie in pace. Come sempre, ti suggeriamo di fare sempre ciò che ritieni giusto per te.

Come un'altra **variante** di questa stessa tecnica, puoi semplicemente visualizzare o intendere che il simbolo viene portato o tirato all'interno del tuo corpo (cioè piuttosto che ricevere semplicemente le energie da un simbolo fluttuante sopra il tuo corpo).

Il simbolo brilla, si irradia e risplende e poi entra in una parte del tuo corpo. E con questo, ora puoi immaginare che il simbolo risplenda, si irradia e ti guarisca dall'interno.



Come continuazione di questo esempio, supponiamo ora che tu abbia terminato un ciclo di tutti i simboli che fluttuano sopra il tuo Chakra della corona nella tecnica "No Tapping", e durante questo periodo hai iniziato a sentire alcuni blocchi energetici nel tuo Chakra della gola. Naturalmente, ora vorresti dedicare un po' di tempo al trattamento di quest'area con i simboli Reiki.

Quindi, con questo, capisci che hai molte opzioni a tua disposizione. Ad esempio, potresti usare la tecnica del "disegno e picchietto", la tecnica del "picchietto continuo" o la tecnica dei "piccoli simboli" per trattare il chakra della gola. Tuttavia, per questo esempio, scegli di aprirti a una nuova tecnica qui con questa variante della tecnica "No Tapping".

Immagina ora che il simbolo Cho-Ku-Rei (che brillava sopra la tua testa) inizi a fluttuare verso il basso nel tuo Chakra della Corona mentre inizia a sciogliersi nella zona della tua testa. Continui a immaginare che il simbolo scorra lungo la zona della tua testa, fino alla zona della mascella, il tuo mento mentre inizia a muoversi nel Chakra della Gola.

Continui a visualizzare o intendere che il simbolo risplenda magnificamente nel tuo Chakra della Gola mentre ora irradia e risplende intensamente; facendo risplendere le sue energie divinamente guidate verso l'esterno. Il simbolo Cho-Ku-Rei risplende magnificamente dal profondo del tuo chakra della gola e mentre ti connetti con queste energie per alcuni minuti, puoi iniziare a sentire questa fusione e fusione della "coscienza superiore" mentre la vibrazione del tuo chakra della gola è innalzato verso più amore e luce.

Visualizzi che il simbolo Cho-Ku-Rei emette una luce bianca brillante e la tua gola ora inizia a brillare con questa luce curativa. Tutte le tue impurità vengono guarite con la luce Reiki.

Quando ti senti pronto, ora puoi cambiare la visualizzazione o l'intenzione in modo da immaginare il simbolo Sei Hei-Ki che risplende dall'interno del tuo chakra della gola. Non c'è bisogno di farlo scendere attraverso il Chakra della Corona come hai fatto con Cho-Ku-Rei; semplicemente immagina o intendi che il simbolo Sei-Hei Ki stia fluttuando all'interno del tuo chakra della gola e così sarà.

Mentre continui con questo stile di meditazione e quando ti senti pronto, puoi introdurre il simbolo Hon-Sha-Ze-Sho-Nen in modo da poter sperimentare un livello più profondo di guarigione spirituale in quest'area. Ora hai portato una meravigliosa gamma di guarigione fisica, mentale, emotiva e spirituale nel tuo chakra della gola!

Naturalmente, questa non è l'unica variazione di questa tecnica, quindi potresti desiderare di crearne una tua mentre ti senti guidato!

✿ Tecnica aggiuntiva 3 - La tecnica del "grande simbolo":

Un'ultima tecnica che vorremmo condividere con voi qui è la tecnica del 'Big Symbol'. E come suggerisce il nome, l'idea qui è di immaginare un simbolo molto grande che racchiuda tutto il tuo corpo (o il corpo della persona che stai trattando).

Questa tecnica è molto simile all'ultima variante della tecnica 'No Tapping', tuttavia questa volta immagineremo che il simbolo Reiki sia così grande da abbracciare tutto il nostro corpo/campo energetico.

Ancora una volta, seguiamo ora dall'esempio precedente. Dopo aver terminato con la tecnica "No Tapping" e dopo aver trattato il Chakra della Gola, ora ti senti pronto per iniziare a portare a termine la tua sessione di meditazione. Tuttavia, prima di farlo, vorresti semplicemente terminare la tua sessione di guarigione sperimentando la tecnica del "grande simbolo".

Per fare questo, immagina semplicemente che ci sia un simbolo Cho-Ku-Rei molto grande, che vibra con tutte le sue magiche energie curative, avvolgendo tutto il tuo corpo. Il simbolo Cho-Ku-Rei risplende della sua magnificenza e delle sue energie di purificazione a beneficio di tutti.

Per favore, ora lasciati divertire e connettiti con questo bellissimo e grande simbolo di guarigione poiché intendi che la guarigione vada ovunque sia necessaria con il tuo corpo. E quando ti senti pronto, potresti desiderare di richiamare gli altri simboli Reiki (o in alternativa potresti semplicemente desiderare di terminare la tua meditazione qui).

Se scegli di lavorare con gli altri due simboli attraverso la tecnica del "Grande Simbolo", assicurati di usare nuovamente Cho-Ku-Rei prima di terminare la meditazione in modo da eliminare ogni impurità finale. Il simbolo Cho-Ku-Rei sarà anche un ottimo modo per suggellare la tua meditazione (come tratteremo un po' più in basso) prima di ringraziare e poi terminare la tua sessione di meditazione.

Da un punto di vista meditativo, la tecnica del "Grande Simbolo" è davvero una pratica meravigliosa che può aiutarti a immaginare e visualizzare la natura profondamente infinita e il potere curativo di ogni simbolo. Puoi immaginare che queste energie risplendano in tutto il tuo corpo e anche verso l'esterno a beneficio di tutti.

Come parte di questo, potresti desiderare di nuovo di continuare a ripetere il nome sacro per aiutarti a rafforzare la tua connessione con le energie di guarigione o, in alternativa, concentrarti solo sulla visualizzazione (mentre ti senti guidato). Soprattutto, sappi che il simbolo farà tutto il lavoro magico di guarigione per te.

Il tuo compito qui come praticante di Reiki è avere fede nell'idea che il simbolo sia veramente una fonte di energia infinita e divina. Mentre lavori con questa tecnica del "Grande Simbolo", potresti scoprire che le vibrazioni energetiche sperimentate tendono ad approfondirsi con il tempo e la pratica.

**Man mano che la tua relazione si approfondisce con ciascuno dei simboli Reiki,
anche le pratiche sbocciano.**



Un'ultima nota su queste tecniche simboliche: più

comunemente, è con i sentimenti di resa, apertura, abbandono, gratitudine, amore, compassione e intenzione altruistica che ti aiuteranno a sentire i benefici di guarigione in qualsiasi tipo di simbolo e Reiki pratica basata.



Oltre a questo, spesso scoprirai che la visualizzazione, le affermazioni, la concentrazione e un'intenzione amorevole ti aiuteranno anche ad andare avanti verso più amore e luce nel tuo lavoro di guarigione Reiki. Per quelli di voi che desiderano guardare un piccolo video tutorial su visualizzazioni, affermazioni e intenzioni, vi invitiamo a fare clic sul collegamento sottostante.

[Tutorial video su affermazioni, visualizzazioni e intenzioni](#)



Questo video tutorial è stato incluso come parte del nostro ["Corso di meditazione per principianti"](#) ma può essere ugualmente vantaggioso qui come parte di questa formazione Reiki se desideri aprirti un po' a questi concetti Di più.

Ancora una volta, desideriamo sottolineare che ci sono molti modi diversi in cui puoi lavorare con i simboli nel tuo lavoro di guarigione e meditazione. Avendo ora ricevuto alcune tecniche diverse con cui lavorare, speriamo davvero che queste tecniche ti aiutino a portare amore, luce e guarigione nella tua vita.

Nelle prossime sezioni tratteremo ora alcune tecniche in più su come lavorare con i simboli nelle tue pratiche di guarigione in modo che tu possa ora iniziare a usarli per fare meditazione, sessioni di guarigione e altri tipi di guarigione Reiki nella tua vita.



2. Le pratiche di autoguarigione per il livello 2:

Dopo aver ricevuto la tua sintonizzazione Reiki di Livello 2 e aver compreso alcuni dei diversi modi in cui puoi lavorare con i simboli Reiki, sei ora pronto per completare i tuoi 21 giorni consecutivi di **pratiche di autoguarigione**. E ancora, dobbiamo ribadire qui quanto saranno importanti i prossimi 21 giorni per aiutarvi ad assimilare queste nuove energie nella vostra coscienza!

Abbiamo accennato in precedenza che i simboli possono essere considerati come "amici" e come tali, è sempre attraverso una pratica regolare (con amore, resa, devozione, fede e gratitudine) che sentirai una connessione più forte con questi bellissimi ed energie di guarigione divinamente guidate.

Come parte di queste pratiche di autoguarigione, imparerai come disegnare ciascuno dei simboli assicurandoti di ricevere molta guarigione e purificazione in ciascuno dei tuoi centri energetici e in tutto il tuo corpo.

Come parte di qualsiasi formazione dal vivo Usui Reiki 'di persona', sarai spesso guidato attraverso le tue pratiche di autoguarigione dal tuo insegnante di Reiki dopo aver ricevuto la tua sintonizzazione. E per noi, questa è una delle nostre parti preferite dell'insegnamento di persona! Quindi, per aiutarci a mantenere questa sensazione di "pratica" qui per il corso online, siamo lieti di offrirti una meditazione guidata qui in formato video/audio. Non esitate quindi a cliccare sul link qui sotto e ad aprirvi a queste bellissime pratiche di autoguarigione di Livello 2 con amore e luce.



[Mediazione di autoguarigione Reiki di livello 2 \(formato video\)](#)

Una volta che ti senti più a tuo agio con queste pratiche, puoi completare le pratiche per il resto dei tuoi 21 giorni. **Il tempo totale per completare le pratiche di autoguarigione sarà di circa 30 - 40 minuti al giorno per 21 giorni consecutivi.** Le seguenti FAQ possono essere di ulteriore aiuto:

- "[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 \(per Usui Reiki Livello 1,2 o 3\)?](#)"

Questa meditazione di autoguarigione guidata ti offre un modo molto semplice per aprirti alle pratiche di autoguarigione per il Livello 2. Inoltre, tuttavia, per aiutarti a comprendere più profondamente ciascuno dei passaggi di questa pratica di autoguarigione, abbiamo anche fornito degli scritti dettagliati. Istruzioni riportate di seguito nelle Sezioni 2.1 - 2.5.

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!



2.1 Preparazione per la tua pratica:

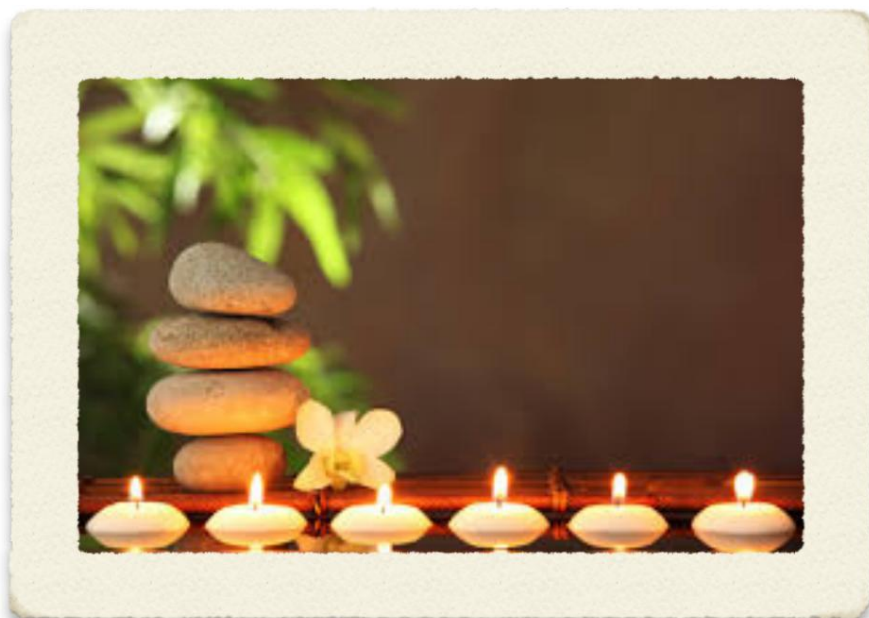
Per la tua formazione di Livello 1, senza dubbio capirai già l'importanza di prepararti per la tua pratica. Ad esempio, assicurarsi di essere indisturbati, a proprio agio e in un luogo favorevole alla guarigione e al relax è sempre una buona idea.

Come parte di questo, potresti desiderare di avere della musica dolce e curativa in sottofondo...

Forse vuoi bruciare dell'incenso o delle candele profumate?

Forse ti piacerebbe mostrare una serie di immagini spirituali come parte del tuo spazio di guarigione e meditazione?

Qualunque sia il tuo caso, assicurati solo di sentirti a tuo agio nel tuo spazio di meditazione e di essere in grado di rilassarti e distenderti.



Quando ora hai allestito il tuo spazio, probabilmente vorrai semplicemente sederti o sdraiarti in un modo che sia comodo per te e prenderti qualche

momento per fare un po' di preparazione interna. È stata la nostra esperienza che tutti preferiscono fare una preparazione interna leggermente diversa per il Reiki, tuttavia, in generale, è sempre una buona idea prendersi qualche momento prima di iniziare la pratica per assicurarsi di essere centrati, rilassati e in pace.

Quindi qui, per favore, prenditi solo qualche momento per rilassarti e fare alcuni respiri profondi. Consentire a te stesso di trovare il tuo centro e permettere alla tua mente di riposare e rilassarsi. Permettendoti solo di calmarti e prepararti per questa esperienza interiore.

Come parte di queste pratiche di autoguarigione di Livello 2, includeremo una meditazione respiratoria molto semplice e rilassante, ma prima di farlo, iniziamo invitando l'energia e impostando la nostra intenzione per questa meditazione di autoguarigione oggi.



2.2 Invitare l'energia e impostare la tua intenzione:

Una delle parti più importanti di qualsiasi meditazione di autoguarigione è il processo di invitare molte diverse fonti di "Coscienza Superiore" nella tua sessione. È qui che potrai anche impostare la tua intenzione di guarigione per la tua sessione.

Desideriamo sottolineare qui che questo invito e l'impostazione della tua intenzione di per sé possono essere una preparazione molto piacevole e calmante per le tue pratiche Reiki di Livello 2. E questa è ora la tua opportunità per chiedere e invitare tutte le energie in modo che tu possa sentirti più felice, più sano, più a tuo agio o più gioioso. Ad esempio, potresti voler dire qualcosa del tipo:



“Possano tutta l'Energia Universale, tutta l'energia Reiki, tutti i Guru, tutte le mie Guide Spirituali e tutti gli Esseri Risvegliati o Illuminati che possono sentire questa richiesta di amore e luce; per favore, vieni ad aiutarmi nella mia pratica di autoguarigione Reiki di Livello 2. Per favore aiutami a essere sano e felice e per favore continua a guidarmi in modo che io possa avvicinarmi all'amore e alla luce per il bene di tutti.”

Noterai qui che ci piace invitare molti diversi tipi di energie nelle nostre pratiche meditative e di guarigione. Crediamo che tutte queste fonti di luce ed energia lavorino insieme l'una con l'altra e in combinazione con le energie Reiki, per il nostro massimo risultato di guarigione possibile.

Tuttavia questa è la nostra preferenza personale. Riteniamo che possa essere molto utile aprirsi a ricevere molti diversi tipi di benedizioni da un'ampia varietà di 'Coscienza Superiore'. Più energie di luce ci stanno aiutando nella guarigione e nella meditazione, meglio è!

Se lo desideri, puoi anche impostare un numero qualsiasi di diverse intenzioni di guarigione qui in questa fase della tua sessione di autoguarigione. Forse desideri aggiungere alcuni commenti aggiuntivi su tipi più specifici di guarigione per i quali hai bisogno di aiuto durante la tua sessione di autoguarigione?

Impostare la tua intenzione di guarigione qui come parte del tuo invito di energia può aiutare a rendere il lavoro di guarigione più efficace, quindi per favore scegli le tue parole con saggezza! Tuttavia, sappi anche che puoi sempre cambiare o re-intendere tutto ciò che desideri mentre procedi con le tue pratiche di guarigione!

Molto spesso, scoprirai e imparerai di più sulle tue impurità mentre approfondisci il tuo stato meditativo, quindi, di nuovo, sappi che puoi sempre reimpostare la tua intenzione in qualsiasi fase della tua pratica, se lo ritieni necessario.



2.3 Meditazione Joshin Kokyu Ho (versione adattata): per quelli di voi che hanno ricevuto

l'allenamento Reiki di Livello 1 con Love Inspiration, la meditazione Joshin Kokyu Ho vi è già stata spiegata, sia dal punto di vista tradizionale che con l'aggiunta delle nostre ulteriori intuizioni.

Per quelli di voi che si stanno appena unendo a noi al Livello 2, qui ricopriremo le basi di questa tecnica, tuttavia per maggiori dettagli vi invitiamo a leggere l'"Appendice 1 - Joshin Kokyu Ho" (alla *fine* di questo ebook) dove trattiamo gli aspetti pratici di questa tecnica in modo più dettagliato.

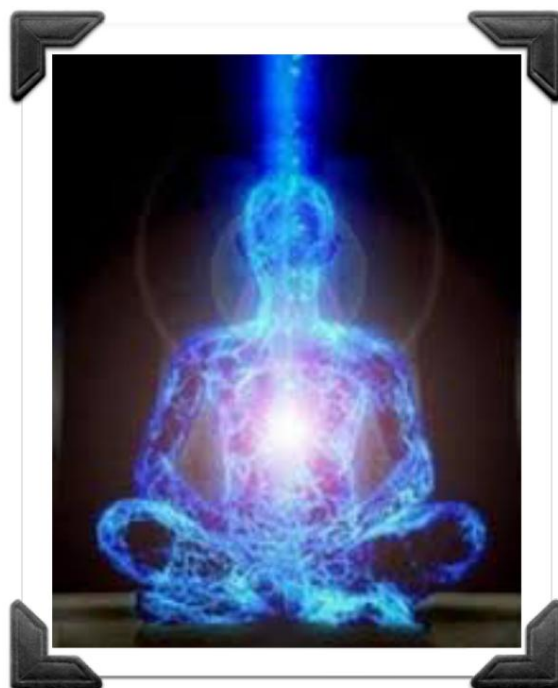
Come versione adattata di questa pratica, non entreremo nei dettagli qui sugli insegnamenti più tradizionali di Joshin Kokyu Ho poiché, ancora una volta, tutte queste informazioni sono state incluse nell'Appendice 1 affinché possiate leggerle se lo desiderate .

La nostra versione adattata di Joshin Kokyu Ho (che tratteremo come "Variazione 2" nell'Appendice 1) ti guiderà verso il respiro delle energie Reiki nel tuo Chakra della Corona; pur essendo sicuro di respirare le energie direttamente nel tuo chakra del cuore. Mentre espiri, espansi le energie Reiki verso l'esterno dal tuo chakra del cuore mentre il tuo cuore si espande con amore e luce.

Continuando con questa semplice formula, questa forma di respirazione Reiki può aiutarti a rafforzare la tua connessione con le energie Reiki mentre ricevi queste energie nel tuo cuore e le respiri all'esterno dal tuo cuore.

Questa pratica può anche essere molto utile per eliminare molti dei tuoi muri interni, barriere e blocchi che sono stati costruiti attorno al tuo Chakra del cuore (di solito per aiutarti a prevenire di essere ferito). E questo è solo uno dei tanti motivi per cui abbiamo scelto di includere qui questa versione adattata della meditazione Joshin Kokyu Ho.

Affinché tu possa lavorare con questa meditazione in modo più chiaro, ecco una panoramica molto semplice e facile dei passaggi richiesti per questa meditazione Joshin Kokyu Ho:



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

La respirazione che si fa qui come parte di questa pratica è piuttosto profonda. Ad ogni respiro, permetti all'ossigeno di essere portato giù nella zona dell'addome mentre immagini che la luce del Reiki venga "aspirata" nel tuo chakra del cuore. Ad ogni espirazione, puoi anche sentire lo stato molto gentile di lasciar andare completamente mentre ti rilassi sempre di più ad ogni respiro.



Con ogni ciclo di respirazione, puoi anche immaginare e vedere la luce Reiki risplendere sempre più luminosa mentre il tuo cuore inizia a brillare davvero e irradiarsi verso l'esterno affinché tutti possano trarne beneficio. E man mano che acquisisci altre esperienze con queste pratiche, potresti iniziare a sentire che c'è davvero molta guarigione e purificazione che viene fatta qui solo da questa meditazione!

2.4 Meditazione sui Simboli Reiki:

Ora che il tuo chakra del cuore è stato "riscaldato" dalla meditazione Joshin Kokyu Ho, sei pronto per entrare nella meditazione dei simboli Reiki.

E se stai appena iniziando con queste pratiche, potremmo suggerirti di avere un'immagine di ciascuno dei simboli nelle vicinanze (ad esempio per aiutarti a disegnarli nel caso te ne dimenticassi).

In questa meditazione sui simboli Reiki estrarremo e attingeremo ciascuno dei tre simboli Reiki in ciascuno dei nostri sette chakra principali. In questo modo, si ottengono molti benefici diversi e questo ci aiuterà anche a prepararci per il prossimo passo di questa meditazione simbolica.

Se lo desideri, mentre raccomandiamo la tecnica di base del "disegno e picchietto", puoi anche lavorare con la tecnica del "picchietto continuo" durante questa parte della meditazione, se lo desideri. Come sempre, per favore, fai tutto ciò che ritieni possa aiutarti a connetterti con queste energie a un livello più profondo e più pacifico.

La meditazione sui simboli Reiki è delineata di seguito, essendo scritta in tre sezioni:

a) Mettere i simboli nei chakra b) Ricevere la guarigione Reiki c) Trattare l'area problematica



a) Inserimento dei simboli nei chakra

Lavorando verso il basso attraverso il corpo, iniziamo questa meditazione dal chakra della corona. Per questa meditazione, lavoreremo con un simbolo alla volta e collocheremo questo simbolo in ciascuno dei nostri sette chakra principali.

Ad esempio, inizierai qui estraendo il simbolo Cho-Ku-Rei e toccandolo tre volte nel tuo Chakra della corona. Scendendo ora, estrarrai e picchietterai il simbolo Cho-Ku-Rei nel tuo Chakra del Terzo Occhio, Chakra della Gola, Chakra del Cuore, Chakra del Plesso Solare, Chakra Sacrale e Chakra della Radice.

Una volta terminato questo ciclo, ora sei pronto per completare lo stesso processo per il simbolo Sei-Hei-Ki. Estraiendo e toccando Sei-Hei-Ki nel tuo Chakra della Corona, Chakra del Terzo Occhio, Chakra della Gola, Chakra del Cuore, Chakra del Plesso Solare, Chakra Sacrale e Chakra della Radice. Quando hai finito, sei pronto per ripetere questo processo con il simbolo Hon-Sha-Ze-Sho-Nen.

Portando queste nuove energie nei tuoi sette chakra principali, stai permettendo a ciascuno di questi centri energetici di essere delicatamente sollevato e purificato in modo che vibrino in allineamento con le energie Reiki della Coscienza Superiore.



Scoprirai anche che mettendo queste energie direttamente nei tuoi centri energetici, contribuirà anche a portare la guarigione in tutto il tuo corpo (cioè nell'idea che i tuoi centri energetici sono direttamente allineati a molte delle tue ghiandole endocrine). In quanto tale, questo aiuterà a distribuire le energie Reiki nelle aree vitali del tuo corpo.

Oltre a questo, posizionando questi simboli nei tuoi sette chakra principali, stai permettendo al tuo sistema energetico generale di assimilare meglio queste nuove energie nella tua coscienza. E dopo i 21 giorni di pratica consecutiva, il tuo campo energetico avrà assimilato molte di queste nuove energie e ora sarai pronto a condividere queste energie curative con gli altri in modo più efficace. Questo però non significa che le tue pratiche di Reiki Livello 2 siano finite!

Il Reiki è un modo per guarire e purificare noi stessi ed è un processo di trasformazione continuo, in evoluzione e costante. Connettendoti continuamente con questi simboli Reiki e le energie Reiki, porterai sempre più guarigione, amore, luce, purificazione, pace, compassione e altre qualità virtuose nella tua vita!



Vi suggeriamo sempre di muovervi continuamente verso l'alto lungo il vostro cammino verso la luce attraverso una connessione regolare con i simboli. Vorremmo anche suggerire umilmente di continuare a passare ai livelli più alti di Usui Reiki e Advanced Usui Reiki in modo da poter continuare a elevare e aumentare la tua vibrazione energetica più vicina all'amore incondizionato, alla luce e alla purezza.



b) Ricevere la Guarigione

Reiki Avendo ora posizionato ciascuno dei simboli Reiki nei tuoi sette centri energetici principali, il tuo sistema energetico è ora in grado di sentire i benefici di queste energie divine di guarigione. E questo è ora il momento perfetto per iniziare a darti un trattamento Reiki "per tutti gli usi" con i simboli.

E come tutte le pratiche Reiki, ci sono diversi modi in cui puoi farlo. Per queste pratiche di autoguarigione Reiki di Livello 2, ti incoraggeremo a ricevere questo trattamento Reiki "per tutti gli usi" attraverso il Chakra del Terzo Occhio. E ancora, ci sono diversi motivi per cui abbiamo scelto di farlo.

Per cominciare, il tuo centro intuitivo (il chakra del terzo occhio) è molto importante in tutto il lavoro di guarigione che fai. Il chakra del terzo occhio è anche una parte molto importante del tuo sistema energetico generale e quindi può essere molto utile fare una serie di pratiche che possono aiutare a sviluppare o aprire questo centro intuitivo del tuo essere.



Si dice anche che il tuo chakra del terzo occhio sia una bellissima ed eterna porta verso la natura infinita di tutte le cose e come tale, aprendo questo chakra, sarai maggiormente in grado di ricevere informazioni, amore e guarigione dal nostro amato universo.

Il Chakra del Terzo Occhio è anche molto importante per dare guarigione a distanza e può ancora essere uno strumento meraviglioso per aiutarci a vedere, sentire, ascoltare o ricevere altri messaggi "divini" direttamente dalla Coscienza Superiore. Per tutti questi motivi (e altri), ti suggeriamo qui di ricevere la guarigione Reiki attraverso il tuo Chakra del terzo occhio seguendo le istruzioni riportate di seguito.

- * **Passaggio 1: Disegna e tocca (tre volte) ciascuno dei simboli Reiki nel tuo Terzo Occhio Chakra: Cho-Ku-Rei, Sei-Hei-Ki e Hon-Sha-Ze-Sho-Nen**
- * **Fase 2: Immagina ora di ricevere le meravigliose energie Reiki della "Fonte" verso l'interno attraverso il Chakra del Terzo Occhio. Mentre queste energie fluiscono verso l'interno attraverso il Chakra del Terzo Occhio, per favore apriti all'idea che vengono ricevute attraverso tutto il tuo corpo per 10 minuti.**

*** In qualsiasi momento durante questi 10 minuti, ti invitiamo a estrarre e toccare nuovamente i simboli se senti che questo ti aiuterà a rafforzare la tua connessione con le energie Reiki. Oltre a questo, ti invitiamo anche qui per provare la tecnica del "tapping continuo" e vedere come ti senti.*

** Mentre ricevi queste energie, può anche aiutare pensare di essere inondato da una luce meravigliosa e divina dall'alto mentre ti apri e ti arrendi a queste energie con amore e gratitudine.*

Questo è un formato di meditazione che può servirti bene per molti anni a venire mentre ti apri a ricevere la guarigione Reiki su molti livelli diversi. L'idea di posizionare i simboli nei tuoi chakra e poi fare una sessione di guarigione "per tutti gli usi" è un formato molto semplice per la meditazione, ma è qualcosa che puoi continuare a usare mentre inizi ad accumulare più simboli!

Vorremmo anche sottolineare qui che se lo desiderate (forse per quelli di voi che vorrebbero "sentire" di più dalla loro pratica), potete anche usare questa stessa tecnica tranne che invece di lavorare attraverso il Chakra del Terzo Occhio, puoi invece scegliere di lavorare attraverso il tuo chakra della corona.

Sarà molto vantaggioso per te aprire il Chakra del Terzo Occhio come parte di queste pratiche, tuttavia lavorando con il Chakra della Corona, questo è anche un modo meraviglioso per ricevere una sessione di guarigione "per tutti gli usi". Il tuo chakra della corona è stato senza dubbio aperto in modo abbastanza significativo durante le tue pratiche di guarigione di livello 1, quindi ancora una volta, questo può essere un ottimo modo per portare molta guarigione Reiki nel tuo corpo.



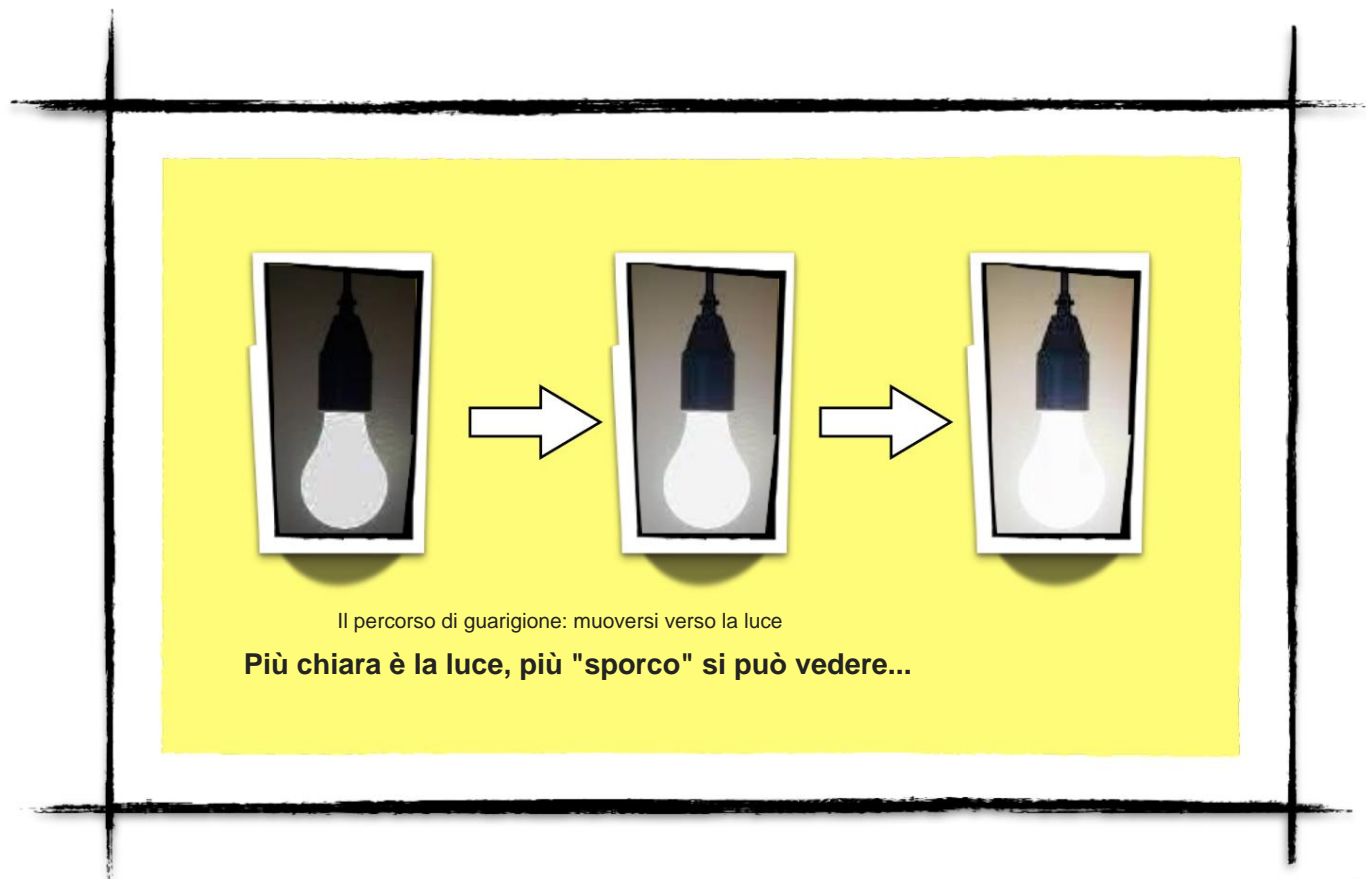
c) Trattare l'area problematica

Dopo aver ricevuto il Reiki nei chakra e in tutto il corpo, ora sei pronto per trattare l'area problematica. Forse hai un'area del tuo corpo che è fisicamente gravata dal dolore (fisico o mentale) o forse hai sentito dello sporco interno in qualche area del tuo corpo mentre ti apri alla tua guarigione Reiki "per tutti gli usi"?



Normalmente, quando ci apriamo a più luce, possiamo iniziare a sentire più delle nostre stesse impurità che si agitano dall'interno. Quindi, per favore, sappi che mentre ti apri a queste nuove energie, potresti anche iniziare a diventare più consapevole della tua oscurità interiore o delle tue imperfezioni.

Un'analogia davvero buona per questo è pensare a te stesso come a un appartamento sporco. Quando la lampadina nell'appartamento è abbastanza fioca, non sarai in grado di vedere gran parte delle piccole macchie di sporco intorno all'appartamento. Ma cosa succede quando ora aumenti la frequenza della lampadina? Certo, ora puoi vedere che l'appartamento non è pulito come pensavi all'inizio!



Questo è ciò che sta accadendo dentro di te mentre inizi ad aprirti a una frequenza più alta di energia o luce. Puoi iniziare a sentire o vedere più impurità e oscurità mentre ti apri a queste nuove frequenze di Reiki. Pertanto, quando le senti sorgere dentro di te durante la tua sessione di guarigione, queste impurità possono diventare parte di un'"area problematica" che potresti desiderare di trattare.



Istruzioni per il trattamento dell'area problematica:



- * **Passaggio 1: disegna e tocca ciascuno dei simboli Reiki (tre volte) in una "area problematica"**
- * **Passaggio 2: Ora immagina di ricevere le meravigliose energie Reiki della "Fonte" nella tua area problematica per circa 10 minuti. Durante questo periodo, puoi pensare, intendere o immaginare che le energie Reiki ti stiano aiutando a ripulire tutte le tue impurità mentre la tua area problematica viene lentamente guarita e sollevata più vicino all'amore e alla luce.**

**** Tieni presente anche che questa è una grande opportunità per te di aprirti ad alcune tecniche di simboli aggiuntive mentre ti senti guidato. Facendo appello a queste tecniche aggiuntive, potresti essere in grado di portare più amore, luce e guarigione in quest'area in modo che possa essere più facilmente guarita e purificata.**

Quando finisci di trattare l'area problematica con i simboli Reiki, se lo desideri, puoi dedicare altri 10 minuti circa al trattamento di un'altra area problematica. Forse potresti anche voler estendere di nuovo la tua meditazione connettendoti con un'altra tecnica simbolica o forse ricevendo un'altra sessione di guarigione "per tutti gli usi"?

Come sempre, vorremmo incoraggiarvi qui a connettervi con questi simboli ed energie in un modo che sia piacevole, divertente e creativo per voi. Ci auguriamo che apprezzerai le tue pratiche Reiki e che possano aiutarti a raggiungere stati più elevati di beatitudine, pace interiore e felicità!

2.5 Concludere con gratitudine:

Con la nostra meditazione sui simboli ora completata, ora sei pronto per chiudere la tua meditazione con i sentimenti di gratitudine. Per fare ciò, potresti voler dire qualcosa del tipo:



**“Con amore e gratitudine, ringrazio tutte le energie per il loro aiuto their
divinamente guidato durante questa meditazione di autoguarigione.
Per favore, continua a far risplendere amore e luce per me mentre i
continuo a imparare e crescere nel mio percorso di guarigione e tion
meditazione. Per favore, aiutami a portare più amore e luce nella mia to
vita in modo che io sia maggiormente in grado di aiutare gli altri.
Che tutti noi possiamo essere felici e liberi dalla sofferenza.
Grazie, grazie, grazie.” you, thank you.”**

Non ci può essere modo migliore per mostrare il nostro amore e rispetto per ciò che è stato ricevuto se non attraverso la gratitudine. E terminando le tue pratiche di autoguarigione in questo modo, ti aiuterà anche a rafforzare la tua connessione con le energie Reiki e i simboli Reiki per le sessioni future.



3. Dare sessioni di guarigione Reiki per gli altri - di persona:

Durante l'addestramento Reiki di Livello 1, hai imparato come dare le mani nelle sessioni di guarigione per gli altri e ti è stato insegnato come utilizzare una serie base di posizioni delle mani che hanno aiutato a distribuire le energie Reiki in tutto il corpo.

In questa fase del tuo viaggio, molto probabilmente ora hai avuto alcune esperienze di condivisione di queste meravigliose energie Reiki con altri e ora sei pronto per fare il passo successivo quando inizi a introdurre i simboli Reiki nel formato della tua sessione di guarigione.

Ma prima di iniziare a parlare di come utilizzare i simboli nelle sessioni di guarigione, ricapitoliamo rapidamente l'apprendimento fatto attraverso l'addestramento di Livello 1, poiché gran parte di questo rimarrà ancora molto rilevante qui per l'addestramento di Livello 2. Ad esempio, la nostra formazione di Livello 1 ti ha fornito informazioni su come tenere sessioni di guarigione con Reiki sotto i seguenti titoli:



Pre-organizzazione e preparazione

Benvenuto e introduzione

Introduzione alla sessione

Dare le mani sulla guarigione

Chiusura della sessione

Condivisione dell'esperienza



Abbiamo anche fornito alcune informazioni aggiuntive su quelli che considereremmo i principi importanti per dare la guarigione Reiki. Ad esempio, abbiamo discusso di cose come l'uso della tua intuizione divina, la comprensione della guida divina, l'essere un canale di guarigione, l'importanza dell'intenzione, la guarigione tattile rispetto alla guarigione non tattile, la comprensione delle diverse sensazioni delle mani e l'importanza di dare un trattamento completo del corpo per nominare un pochi.

Per quelli di voi che ritengono che trarrebbero beneficio da un rapido aggiornamento su alcuni di questi insegnamenti Reiki preliminari, vi invitiamo a dare un'occhiata all'Ebook [Usui Reiki Livello 1](#) (Capitolo Tre, Sezione 3) per aiutarvi a riportare alcune di queste informazioni nella tua memoria!

In alternativa, se desideri ottenere un'istantanea molto rapida di questi processi, puoi anche dare un'occhiata alla nostra lista di controllo per la guarigione che è stata inclusa come parte dell'Appendice 4 alla fine di questo ebook. La nostra checklist di guarigione per il Livello 2 non solo fornisce un semplice schema del processo di Livello 1, ma include anche un buon riassunto sui passaggi aggiuntivi necessari per utilizzare i simboli Reiki nelle tue sessioni di guarigione.

E infine, vorremmo sottolineare qui che nell'Appendice 2 abbiamo anche incluso una serie di tecniche di guarigione aggiuntive che possono anche essere utili per dare sessioni di guarigione per gli altri. Questi sono stati trattati anche durante la formazione di Livello 1 e riteniamo che siano ugualmente rilevanti qui in questi insegnamenti di Livello 2. Queste tecniche aggiuntive sono le seguenti:



Reiji Ho - Per lo sviluppo intuitivo

Byosen Scanning - Per identificare aree di blocco energetico

Pulizia dell'aura - Per pulire e liberare l'aura

Kenyoku Ho - Tecnica di purificazione



Detto questo, torniamo ora a concentrarci sui simboli del Reiki e sugli insegnamenti del Livello 2. E come avrai visto ora, è importante capire qui che queste pratiche di Livello 2 si baseranno sempre sulle basi stabilite attraverso il Livello 1 (da qui la necessità di un rapido riepilogo).

Noterai anche qui che i processi per dare sessioni di guarigione rimangono in gran parte gli stessi, cioè nell'idea che continuerai a dare le mani sulle sessioni di guarigione.



L'unica vera differenza quindi tra gli insegnamenti di Livello 1 e Livello 2 per dare sessioni di guarigione è che tu ora chiamerai i simboli per aiutare a magnificare e intensificare le energie

Quindi, con tutto questo in mente e soprattutto dato che il formato delle sessioni di guarigione rimarrà in gran parte lo stesso dal Livello 1, non riteniamo necessario ripetere gli stessi insegnamenti su come fare Pre-organizzazione e preparazione, come fare il tuo Benvenuto e introduzione o come ti avvicinerai alle categorie Condivisione dell'esperienza.

- Pre-organizzazione e preparazione
- Benvenuto e introduzione
- Introduzione alla sessione
- Dare le mani sulla guarigione
- Chiusura della sessione
- Condivisione dell'esperienza



Invece, ci concentreremo qui sui cambiamenti che ora saranno richiesti al formato delle tue sessioni di guarigione come risultato dell'introduzione di questi nuovi simboli Reiki nelle tue sessioni di guarigione. E per cominciare, riassumiamo ora queste modifiche per te qui nella tabella seguente:

Parte della sessione	Cambia il formato dal Livello 1 al Livello 2
Pre-organizzazione e preparazione	Zero
Benvenuto e introduzione	Zero
Introduzione alla sessione	Usa i simboli Reiki per caricarti di Reiki prima di dedicarti alla guarigione
Dare le mani sulla guarigione	Lavora con i tre simboli Reiki per portare un potere curativo di maggiore intensità alla tua sessione di guarigione Reiki
Chiusura della sessione	Usa il simbolo Cho-Ku-Rei per sigillare la tua sessione
Condivisione dell'esperienza	Zero

Diamo ora un'occhiata a ciascuna di queste tre categorie individualmente per fornirti maggiori dettagli su come puoi iniziare ad aprirti a queste pratiche nelle tue sessioni di guarigione per gli altri.

3.1 Introduzione alla sessione:

Dopo aver eseguito tutti i necessari passaggi di "pre-organizzazione e preparazione", ora hai dato il benvenuto al tuo destinatario alla sua sessione di Reiki con una calorosa introduzione di benvenuto. Durante questa chat di benvenuto, hai posto alcune **domande riflessive, introdotto il formato della tua sessione di guarigione e hai ascoltato il destinatario mentre spiegava perché è qui oggi.**

Quando finisci tutto questo, ora sei pronto per invitare il destinatario a sdraiarsi, rivolto verso l'alto e chiedere loro di prendersi qualche momento per **impostare la loro intenzione** per la loro sessione di guarigione. Mentre lo fanno, ora puoi gentilmente far loro sapere che anche tu ti prenderai alcuni momenti qui per prepararti a dare questa sessione di guarigione Reiki.

E con questo, ora sei pronto per fare i tuoi preparativi personali per dare la guarigione Reiki (invitando l'energia e invocando le energie Reiki). Tuttavia ora, mentre lavori con i simboli, la tua 'preparazione' assumerà un formato leggermente diverso.

Con questo in mente, desideriamo ora fornirti un processo semplice e facile che ti aiuterà a "caricarti" molto facilmente con il Reiki prima di dare una mano alla sessione di guarigione. Si prega di notare qui che come parte di questo, siamo stati sicuri di includere l'intero processo per prepararti per la tua sessione di Reiki come praticante di Livello 2:

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

Passaggio 2: caricati di Reiki

Passaggio 3: proteggersi (facoltativo ma consigliato)

Passaggio 4: invoca le energie Reiki

★ Passo 1: Invita l'energia e stabilisci la tua intenzione

In questa fase del tuo viaggio Reiki, senza dubbio ti sentirai a tuo agio con questo primo passo poiché qui non viene introdotto nulla di nuovo. L'impostazione dell'intenzione e l'invito dell'energia è un passo importante per richiamare le energie Reiki (e altre energie) e per aiutare a preparare la scena per ciò che deve essere affrontato nella sessione di guarigione di oggi. Ad esempio, potresti voler dire qualcosa come uno dei seguenti:



“Con amore e gratitudine, invito tutta l'Energia Universale, l'energia Reiki, le guide spirituali, gli Esseri Illuminati e gli assistenti divini a questa sessione di guarigione oggi. Per favore, aiutaci a liberare tutte le energie necessarie affinché [nome del destinatario] possa essere guarito da tutte le impurità, squilibri e imperfezioni. Per favore aiuta [nome del destinatario] a essere sano e felice in modo che possa essere libero da ogni sofferenza. Grazie, grazie, grazie. Thank you.”



**“Madre Padre Universo, benedette divinità e guide,
grazie per il gi della guarigione Reiki. Per favore
circonda [nome del destinatario] di luce bianca e protezione
e consenti a tutte le guarigioni di essere per il suo massimo
bene in modo che possano andare avanti a bene
Grazie, grazie, grazie." "thankyou.”**

★ Passaggio 2: caricati di Reiki

Caricandoti con il Reiki, sei in grado di sentire molto rapidamente una connessione con l'energia della forza vitale universale e come tale, sei in una vibrazione migliore per iniziare la tua sessione di guarigione. E uno dei modi più rapidi, semplici ed efficaci per caricarsi di Reiki prima di dare una sessione di guarigione è usare i simboli Reiki. E dato che ci sono molte diverse tecniche disponibili per caricarci con il Reiki, il modo in cui desideri farlo dipenderà da alcuni fattori diversi.

- In primo luogo, quanto tempo vorresti dedicare al Reiki mentre il ricevente sta aspettando? Forse 1 minuto? 3 minuti? 5 minuti? La risposta a queste domande dipenderà spesso dalle tue preferenze personali.
- In secondo luogo, con quanta 'carica' ti senti a tuo agio prima di dare una sessione di guarigione. Ti piacerebbe sentirti leggermente connesso, ben connesso o profondamente connesso prima di iniziare la tua sessione di guarigione? Ancora una volta, questo dipenderà dalle tue preferenze personali.

Tenendo a mente entrambi questi fattori, spesso riteniamo che sia un buon equilibrio di questi che spesso presenta la soluzione migliore. E per aiutarti a trovare il tuo equilibrio in queste pratiche di ricarica, ora ti presentiamo alcuni modi diversi in cui puoi caricarti con il Reiki prima di dare una sessione di guarigione.

Tecnica 1: Un rapido processo di ricarica (utilizzando Cho-Ku-Rei)

- ♥ Passaggio 1: estrai e tocca Cho-Ku-Rei nel chakra della corona (3 volte)
- ♥ Passaggio 2: estrai e tocca Cho-Ku-Rei nei chakra del palmo (3 volte)

Tecnica 2: Un lungo processo di ricarica (utilizzando Cho-Ku-Rei)

- ♥ Passaggio 1: estrai e tocca Cho-Ku-Rei nel chakra della corona (3 volte)
- ♥ Passaggio 2: estrai e tocca Cho-Ku-Rei nel chakra del terzo occhio (3 volte)
- ♥ Passaggio 3: estrai e tocca Cho-Ku-Rei nel chakra del cuore (3 volte)
- ♥ Passaggio 4: estrai e tocca Cho-Ku-Rei nei chakra del palmo (3 volte)



Viene spesso insegnato che usare Cho-Ku-Rei per caricarsi è sufficiente. Come forse ricorderai, quando usi Cho-Ku-Rei stai effettivamente accendendo l'interruttore della luce Reiki e "mettendo qui tutta l'energia dell'universo". Con queste due tecniche di ricarica, questo è spesso sufficiente per dare una sessione di guarigione.

Questi approcci sono anche molto rapidi, facili ed efficaci e ti aiuteranno a ricaricarti con il Reiki in meno di un minuto. In alcuni casi, però, forse dove senti di volere una connessione più completa con le energie Reiki prima di dare una sessione di guarigione, potresti anche desiderare di invocare TUTTI i **simboli** Reiki per caricarti.

Questo è un altro metodo molto genuino e valido per ricaricarti con il Reiki e se ti senti attratto da questa tecnica, ti invitiamo con amore a provare una delle due seguenti tecniche per ricaricarti prima di iniziare la tua sessione di guarigione Reiki:



Tecnica 1: un processo di ricarica rapida (utilizzando tutti i simboli)

♥ **Passaggio 1:** estrai e tocca Cho-Ku-Rei / Sei-Hei-Ki e Hon-Sha-Ze-Sho-Nen nel chakra della corona (3 volte)

♥ **Passaggio 2:** estrai e tocca Cho-Ku-Rei / Sei-Hei-Ki e Hon-Sha-Ze-Sho-Nen nei Chakra del palmo (3 volte)



Tecnica 2: un processo di ricarica esteso (utilizzando tutti i simboli)

♥ **Passaggio 1:** estrai e tocca Cho-Ku-Rei / Sei-Hei-Ki e Hon-Sha-Ze-Sho-Nen nella corona Chakra (3 volte)

♥ **Passaggio 2:** estrai e tocca Cho-Ku-Rei / Sei-Hei-Ki e Hon-Sha-Ze-Sho-Nen nel Terzo Occhio Chakra (3 volte)

♥ **Passaggio 3:** estrai e tocca Cho-Ku-Rei / Sei-Hei-Ki e Hon-Sha-Ze-Sho-Nen nel cuore Chakra (3 volte)

♥ **Passaggio 4:** estrai e tocca Cho-Ku-Rei / Sei-Hei-Ki e Hon-Sha-Ze-Sho-Nen nel palmo Chakra (3 volte)

Vedrai da queste tecniche che il formato rimane lo stesso delle tecniche precedenti, tuttavia questa volta chiamerai tutti i simboli Reiki piuttosto che usare solo Cho-Ku-Rei per caricarti.

E mentre consideri quale opzione ti si addice meglio qui, ti suggeriamo di tenere sempre presente il tuo destinatario. Come parte di questi preparativi, dovrai anche invitare energia, impostare la tua intenzione, proteggerti (facoltativo) e invocare le energie Reiki, quindi ancora una volta, il tipo di pratica di ricarica con cui desideri lavorare rifletterà spesso le tue preferenze personali.

Per quelli di voi che preferirebbero prendersi il proprio tempo e prepararsi più profondamente per le sessioni di guarigione, potremmo suggerire di dare anche al destinatario una piccola meditazione preparatoria per tenerlo mentalmente occupato mentre si fa un livello più profondo di preparazione.

Ad esempio, mentre il tuo destinatario si sdraia e chiude gli occhi, puoi iniziare chiedendogli di impostare la sua intenzione di guarigione mentre tu stesso inviti energia e imposti la tua intenzione di guarigione.

Mentre entrambi finite di stabilire le vostre intenzioni, potete ora chiedere al destinatario di fare un respiro profondo, lento e gentile come buona preparazione per rilassare la mente e ricevere la sua sessione di guarigione. Forse chiedi loro di fare 10-15 respiri lunghi e profondi e mentre lo fanno, puoi dire loro che ti prenderai un po' di tempo qui per prepararti a dare Reiki.

Ora hai appena aperto una finestra di 3-5 minuti che ti dà l'opportunità di connetterti più profondamente con queste pratiche preparatorie prima di dare la tua sessione di guarigione Reiki.



★ Passaggio 3: proteggersi (facoltativo ma consigliato)

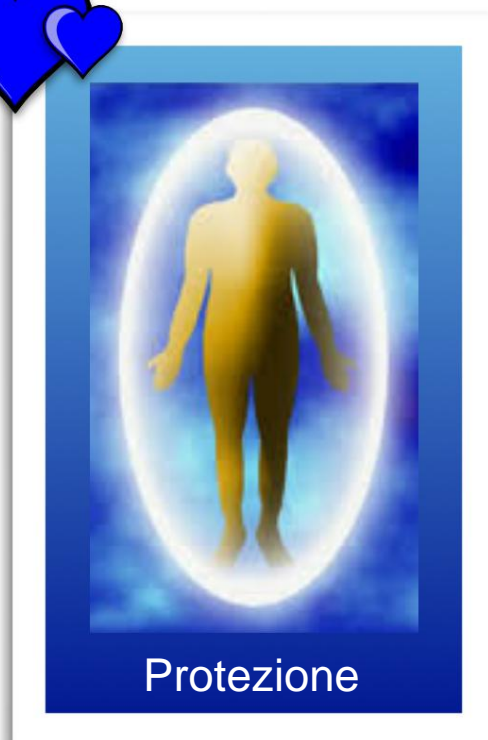
L'idea di proteggersi quando si dà Reiki è molto solida e valida. Tuttavia, all'interno della comunità globale del Reiki, non c'è un consenso comunemente "concordato" su questo problema. Alcuni Insegnanti di Reiki ti insegneranno che è importante proteggerti mentre dai Reiki e altri non porranno alcuna enfasi su questo concetto.

E in effetti, questa è un'area piuttosto complicata da esplorare e comprendere! Pertanto, vorremmo darti una comprensione generale dell'idea di protezione con il Reiki in modo che tu possa scegliere tu stesso come (o se) vorresti avvicinarti alla protezione nel formato della tua sessione di guarigione.

Luce Bianca:

- In primo luogo, la parola protezione nel Reiki implica semplicemente che siamo protetti da 'qualcosa' in modo che nessuna oscurità possa entrare in noi o nel ricevente, mentre siamo (entrambi) aperti a ricevere le energie. Molti insegnanti trasmetteranno tecniche per circondare te stesso (e il destinatario se lo desideri) di luce bianca prima di iniziare qualsiasi guarigione. Questo può essere semplice come affermarlo nella tua intenzione (cioè a parole) o prenderti un momento per muovere fisicamente o mentalmente le braccia attorno a te stesso (e al destinatario) immaginando di avvolgere completamente loro e te stesso in una luce bianca.

In questo caso, la luce bianca agisce come una barriera protettiva d'amore, creando uno spazio sacro sicuro per te e per il destinatario per eseguire qualsiasi guarigione richiesta. Questa è una bellissima pratica con cui iniziare la sessione di guarigione e come principiante è raccomandata, non solo da una prospettiva di protezione ma anche da una prospettiva di essere circondati dall'amore e dalla luce, consentendo il risultato più ottimale per la sessione di guarigione.



Sperimentare sensazioni: • È

sicuramente vero che durante una sessione di guarigione, potresti trovarti in situazioni in cui inizi a sentire che parte dell'energia negativa del ricevente sta entrando nel tuo campo energetico quando dai Reiki. Molto spesso, scopriamo che questo è molto facilmente confuso con una serie di "informazioni intuitive" che ti vengono fornite (che in realtà stanno cercando di aiutarti a fare una migliore sessione di guarigione).

Come abbiamo discusso durante l'allenamento di Livello 1, durante una sessione di Reiki, sentirai spesso una varietà di sensazioni nelle tue mani e talvolta nel tuo corpo. Queste sensazioni spesso cercano di guidarti verso una migliore comprensione di dove potrebbero esserci blocchi energetici o problemi all'interno del destinatario. Ad esempio, potresti improvvisamente provare dolore al piede destro e poi scoprire che il ricevente ha esattamente lo stesso dolore che hai provato tu.



Al livello ultimo, siamo tutti interconnessi gli uni con gli altri; le nostre energie sono tutte intrecciate. Come parte di qualsiasi sessione di guarigione basata sull'energia, stai scegliendo o intendi aprire e condividere l'energia di guarigione con il destinatario e come parte di questo, ora ti verranno forniti una varietà di segnali divini, segni e "informazioni" mentre procedi sulla tua sessione di Reiki. Questi segni possono spesso aiutarti a capire di più sui problemi energetici all'interno del destinatario in modo che tu possa essere guidato ad aiutare a guarire e purificare questi problemi nel miglior modo possibile.

Nei casi in cui inizi a sentire alcune sensazioni all'interno del tuo corpo, questo può essere un meraviglioso segno intuitivo che stai diventando più sensibile a questi segnali e che il destinatario potrebbe aver bisogno di guarigione in quella zona. Sentire qualcosa nelle tue mani o nel tuo corpo quindi può effettivamente essere un buon segno che ti stai sviluppando piuttosto che pensare "oh no - c'è energia negativa che entra nel mio campo energetico".

Affrontare la sofferenza:

- Oltre a questa idea di essere comunicati in modo intuitivo, potrebbero esserci altri momenti nelle sessioni di guarigione in cui la tua compassione e il karma della vita passata ti permetteranno di assumere inconsciamente la sofferenza di un'altra persona.

Potresti o meno sentire questo processo in atto durante una sessione di guarigione, tuttavia è del tutto possibile che inizi a estrarre inconsciamente alcune delle impurità del ricevente che vengono poi purificate attraverso di te.

Questa è un'altra area molto complicata da cercare di spiegare ed è qualcosa di cui normalmente non si parla nella maggior parte degli insegnamenti Reiki. È anche qualcosa che non è affatto comune, ma per alcuni canali di guarigione, dove hanno accumulato una quantità sufficiente di karma, possono iniziare a sentire che questo accade nelle loro sessioni di guarigione (se l'universo li ritiene divinamente pronti per questo).

Gli stessi Marty e Gerry non comprendono ancora del tutto i processi interni che si verificano mentre affronti la sofferenza di un altro. Per Gerry, questa è una parte molto normale del formato delle sue sessioni di guarigione, tuttavia ciò è dovuto a una serie di diverse circostanze karmiche e al lavoro della vita passata svolto in quest'area. Per la maggior parte di voi, questo non sarà qualcosa di cui dovete essere consapevoli, tuttavia siamo felici di condividere queste informazioni con voi qui perché alcuni di voi potrebbero iniziare a sperimentare qualcosa di simile nelle sessioni di guarigione.



La cosa importante da ricordare qui è che questo processo si verificherà solo in situazioni in cui il tuo sé superiore ritiene che sia appropriato e sicuro per te farlo. Quindi non c'è mai bisogno di preoccuparsi di cosa accadrà se questa sofferenza viene purificata attraverso di te.

All'inizio delle tue pratiche, possiamo sicuramente comprendere l'importanza di fornirti alcune delle tecniche e capire come proteggerti se decidi di aprirti ad esse come parte del tuo viaggio Reiki. Pertanto, è con molto amore e luce che ora illustreremo come puoi proteggerti con il Reiki, se lo desideri.

► Tecnica1-CirclingSimboli:

Fase 1: Disegna, intendi o immagina che Cho-Ku-Rei stia circondando il tuo campo energetico (e quello del destinatario se lo desideri) mentre intendi che queste energie proteggano te (e loro) per tutta la durata della sessione di guarigione. Se lo desideri, puoi immaginare che questo campo di energia diventi quasi come uno specchio che viene utilizzato per riflettere ogni negatività.

Passaggio 2: come extra opzionale, puoi intendere o immaginare che Sei-Hei-Ki stia circondando il tuo (e il loro) campo energetico mentre intendi che queste energie proteggano te (e loro) per tutta la durata della sessione di guarigione. Le energie Sei-Hei-Ki sono particolarmente utili per le frequenze mentali/emotive e contribuiranno a dare ulteriore protezione da queste vibrazioni durante la sessione di guarigione.



*** Tieni presente che puoi scegliere se desideri utilizzare solo Cho-Ku-Rei o entrambi questi simboli per proteggerti. Se scegli di usarli entrambi, puoi anche scegliere se desideri immaginare questi simboli che ti circondano allo stesso tempo o eseguire questo processo individualmente.*

Oltre a questo, puoi scegliere se desideri disegnare questi simboli prima di immaginare che stiano girando intorno a te o semplicemente visualizzarli mentre circondano il tuo campo energetico. Come sempre, è la tua intenzione qui che è così importante, quindi scegli la tecnica che funziona meglio per te.

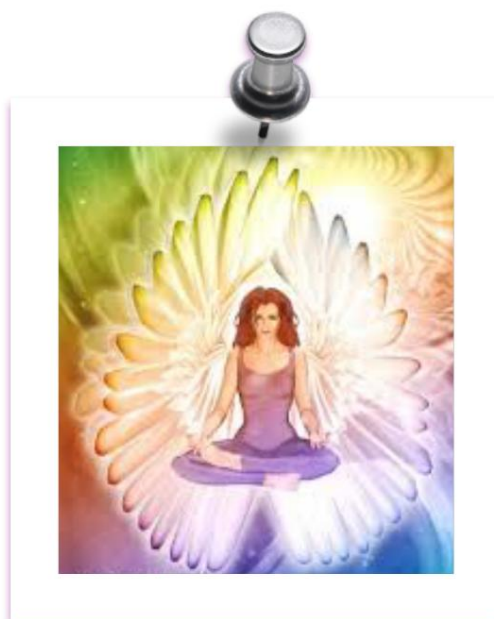
► Tecnica2-WhiteLightEgg

Passaggio 1: Disegna Cho-Ku-Rei a circa 30 cm davanti al tuo Chakra del cuore e poi immagina che da questo simbolo provenga una bellissima luce bianca che ti circonda (e il destinatario se lo desideri). Intendete che questo scudo energetico protegga per tutta la durata della sessione di guarigione e, se lo desiderate, potete nuovamente immaginare che lo scudo energetico assuma una qualità simile a uno specchio.

Passaggio 2: come extra opzionale, puoi anche ripetere questo processo con Sei-Hei-Ki per assicurarti che il tuo uovo di luce bianca contenga protezione fisica, mentale ed emotiva durante la tua sessione di guarigione.

*** All'interno di questa tecnica molto semplice, hai di nuovo a tua disposizione un'ampia varietà di opzioni. Ad esempio, puoi estrarre prima Cho-Ku-Rei e immaginare lo scudo emergere e poi fare lo stesso per Sei-Hei-Ki. Oppure, in alternativa, potresti estrarre Cho-Ku-Rei e poi estrarre Sei-Hei-Ki e quindi immaginare lo scudo di luce che emerge da entrambi questi simboli. Come sempre, è la tua intenzione qui che è così importante, quindi per favore fai come ritieni che funzioni meglio per te.*

Con le tue pratiche di protezione ora complete, ora sei pronto per invocare le energie Reiki e iniziare a dare la tua sessione di guarigione Reiki.



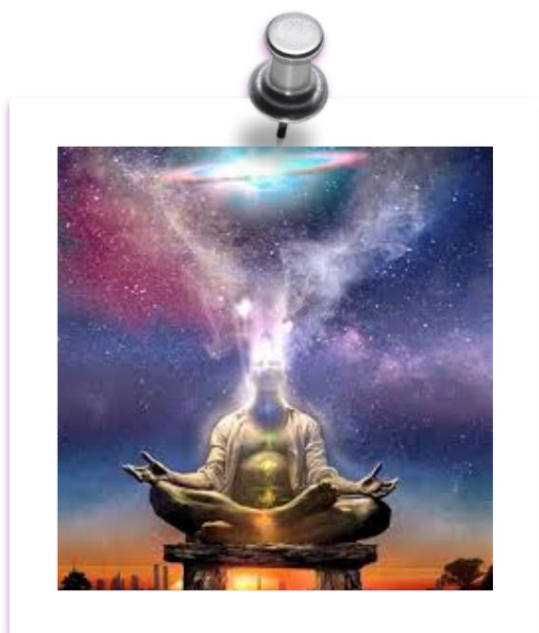
★ Passaggio 4: invoca le energie Reiki

Quelli di voi che hanno seguito l'allenamento Reiki di Livello 1 con Love Inspiration, avranno imparato ad alzare le mani fino all'altezza delle spalle, con i palmi rivolti verso l'alto per richiamare le energie Reiki.

Questa tecnica di base è stata importante per aiutarti a richiamare le energie Reiki in modo molto tangibile. Come principianti, questo è un modo molto semplice e facile per invocare le energie Reiki e ti aiuta a focalizzare la tua intenzione e la tua mente sul Reiki che scorre dalle tue mani e dai palmi.

Come praticante di Livello 2, lasceremo ora a te la decisione su come desideri invocare le energie Reiki. Per alcuni di voi, la tecnica di Livello 1 sarà qualcosa che potreste desiderare di adottare per tutta la vita nella pratica del Reiki. Per altri, sarà semplicemente una tecnica di collegamento che ora non ritieni più necessaria in questi livelli di Reiki più elevati.

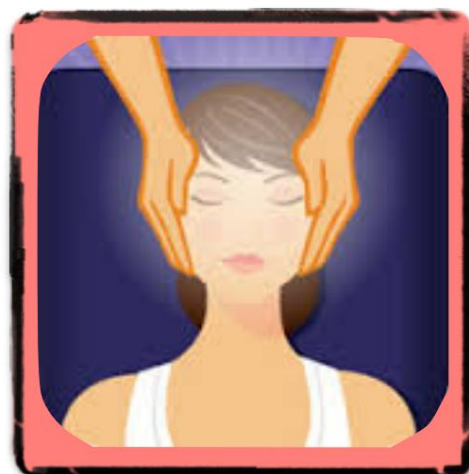
In generale, è sempre l'intenzione qui che è così importante. Chiedendo che le energie Reiki fluiscono ora dalle tue mani e dai palmi per la tua sessione di guarigione, così sarà. Le energie divinamente guidate sapranno sempre che stai per dare una sessione di Reiki, quindi per favore invoca le energie Reiki in un modo che ti fa sentire a tuo agio. Soprattutto, per favore invoca o invoca le energie Reiki con tanto amore e gratitudine e condividile a beneficio di tutti!



3.2 Dare le mani sulla guarigione:

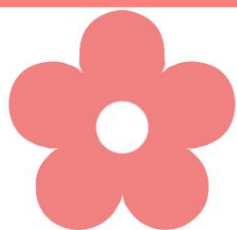
Come avresti imparato durante la formazione di Livello 1, l'arte della "guarigione con il tocco" o "guarigione manuale" è fondamentale per offrire una sessione di guarigione Reiki. E questo rimane vero qui in questo secondo livello. L'unico cambiamento che avverrà ora è l'introduzione dei tre simboli Reiki di Livello 2.

Nella maggior parte dei corsi Reiki di Livello 2, imparerai che è importante usare i simboli nell'ordine in cui ti sono stati insegnati, come abbiamo già spiegato. Inoltre, imparerai alcune delle tecniche per lavorare con i simboli che abbiamo già trattato.



Come parte di questa sezione, quindi, vorremmo raccomandarti di iniziare con la tecnica dei simboli più fondamentale e ampiamente utilizzata: la tecnica del "disegno e tocco". Ti suggeriamo di continuare con questa tecnica di base finché non ti senti più a tuo agio nel provare e lavorare con altre tecniche di simboli. Ancora oggi, Marty e Gerry usano ancora la tecnica del "disegno e picchietto" per gran parte del loro lavoro di guarigione poiché ritengono che questo sia uno dei modi più semplici e facili per lavorare con i simboli quando si fa la guarigione pratica.

Mentre stai iniziando il tuo viaggio con i simboli, vorremmo anche consigliarti di iniziare usando **tutti** i simboli in ogni posizione della mano. Comprendiamo che con il tempo la tua intuizione ti guiderà verso l'uso dei simboli giusti, tuttavia in questa fase iniziale ti incoraggiamo a utilizzare i simboli il più liberamente possibile man mano che acquisisci maggiore familiarità con le loro frequenze energetiche.



Mentre muovi le tue mani in ogni nuova posizione delle mani, (dandoti circa 20-30 secondi per consentire alle energie Reiki di fluire prima attraverso di te), ora puoi tirare fuori e toccare il tre simboli Reiki di Livello 2 nell'area che stai trattando.

Dopodiché, puoi semplicemente aprirti alle energie divine di guarigione che ora saranno in grado di fluire più liberamente attraverso il tuo canale di guarigione divina per i prossimi 2 - 4 minuti mentre ti senti guidato.

Con l'intenzione, la proiezione o il posizionamento di ciascuno dei simboli in un'area del corpo, questi simboli ora aiuteranno il ricevente a iniziare a "tirare" queste frequenze nella propria coscienza. E come tale, mentre introduci i simboli Reiki nel campo energetico del ricevente, potresti anche iniziare a sentire un'attrazione di energia leggermente più forte che viene attirata anche attraverso il tuo canale Reiki.

Man mano che avanzi in questo viaggio, probabilmente ti sentirai intuitivamente guidato a utilizzare simboli diversi in diverse aree del corpo. Con il tempo e la pratica, ti farai strada attraverso la tua sessione di guarigione e capirai intuitivamente come e quando usare i simboli.

All'inizio, però, le tue pratiche di guarigione delle mani possono essere semplici come inserire tutti i simboli in tutte le diverse posizioni delle mani.



E come abbiamo detto qui, per ogni posizione della mano, potresti voler aspettare circa 20 - 30 secondi per sentire il flusso del Reiki prima di introdurre ciascuno dei simboli nell'area che stai trattando.

Questa non è una regola rigida, ma piuttosto la nostra preferenza personale per l'utilizzo dei simboli Reiki nelle sessioni di guarigione. Spesso sentiamo che ai simboli Reiki piace lavorare con le frequenze della luce e come tale, consentendo alle energie Reiki di iniziare a fluire prima verso un'area del corpo, permette ai simboli di svolgere il loro lavoro di guarigione tra la luce del Reiki. .

Un altro metodo comune per richiamare il simbolo consiste semplicemente nel disegnare e fissare i simboli Reiki all'inizio di ogni posizione delle mani.

Normalmente non viene fornita alcuna specifica su quando ciò dovrebbe essere fatto, tuttavia, più comunemente, si concorda che i simboli dovrebbero essere posti nella coscienza del destinatario da qualche parte vicino all'inizio di ogni posizione della mano (cioè per consentire che la guarigione del simbolo abbia luogo durante i 3-5 minuti del "tempo di guarigione").

Dopo aver posizionato i simboli nella coscienza del destinatario, ora puoi semplicemente aprirti a ricevere le meravigliose energie Reiki divinamente guidate, sapendo che fluiranno e lavoreranno per il miglior risultato di guarigione possibile (sia per te stesso che per il destinatario - secondo alla tua intenzione).

Durante ogni posizione delle mani ci sarà molta guarigione mentre canalizzi Reiki, amore e luce nell'energia depositata del ricevente. Ciò consentirà al destinatario di essere purificato e guarito da molti tipi di energie vecchie, indesiderate e stagnanti dall'interno, quindi mentre ciò accade (come già sai), la persona a volte può provare una varietà di sensazioni diverse mentre si verifica la guarigione.



Indipendentemente da ciò che si sente durante ogni posizione delle mani, normalmente è una buona idea tirare fuori e toccare Cho-Ku-Rei appena prima di passare alla posizione successiva.

Inserendo il simbolo Cho-Ku-Rei nella coscienza del destinatario appena prima di passare alla posizione della mano successiva, stai aiutando a purificare qualsiasi energia negativa che potrebbe essere stata agitata dal lavoro di guarigione. In altre parole, stai solo facendo un'ultima purificazione e pulizia prima di passare al trattamento della zona successiva del corpo.

E questo è tutto: una serie di istruzioni molto basilari per dare le mani sulla guarigione per il Livello 2!

Per concludere qui allora:

❖ **Assicurati di utilizzare i simboli che sono a tua disposizione a questo livello, in quanto aiuteranno davvero a ingrandire e intensificare la guarigione sperimentata!** Come parte di questo, suggeriamo di utilizzare i simboli ove possibile. Soprattutto, però, per favore lascia che il tuo intuito ti guidi dove ritieni sia giusto per il destinatario.

❖ Quando usi i simboli Reiki, **cerca sempre di usarli nello stesso ordine in cui ti sono stati insegnati.** Questo è un punto importante e il motivo per cui lo abbiamo sottolineato alcune volte durante questo corso.

❖ Assicurati di **disegnare o visualizzare i simboli Reiki in linea con le immagini che ti sono state fornite.** Man mano che avanzi, ti invitiamo a lavorare con le altre variazioni dei simboli Reiki, ma per il primo mese circa, assicurati di utilizzare i simboli in conformità con le immagini fornite in questo ebook.

Come estensione di questi insegnamenti di base, vorremmo anche incoraggiarti a essere il più creativo possibile durante ciascuna delle tue sessioni di guarigione e a cercare sempre di trovare modi nuovi ed edificanti per aiutare il ricevente a ripulire vecchie e indesiderate o energie negative dall'interno.

Ad esempio, se hai un destinatario che soffre di una gamba sinistra molto dolorosa e le energie si sentono piuttosto bloccate in quest'area, perché non provare a intendere che ci sono molti simboli che viaggiano su e giù per la gamba mentre eliminano tutto il blocchi e impurità all'interno di quest'area. Potresti anche voler mettere una mano nell'area dell'anca e una mano sopra la caviglia e sentire che i simboli rimbalzano su e giù tra ciascuna delle tue mani mentre portano la loro immensa luce curativa in tutta l'area della gamba.

Ricorda che tutto è intenzione, quindi sappi che la tua intenzione può creare un'intera miriade di diversi scenari, immagini e situazioni che possono aiutare i tuoi destinatari.

Con amore e compassione, ti chiediamo umilmente, per favore, di creare sempre azioni molto benefiche per aiutarci

Le energie curative del Reiki arrivano dove sono più necessarie



3.3 Chiusura della sessione:

Normalmente dopo aver dato una sessione pratica di guarigione con il Reiki, è comunemente accettata come buona pratica per sigillare il tuo lavoro energetico. Questo aiuterà le energie a rimanere con il ricevente in modo che sia maggiormente in grado di ottenere il massimo dalla sua sessione di guarigione.

In un certo senso, sigillare una sessione di guarigione può essere pensato come "chiudere la porta" mentre esci dalla stanza. Come puoi immaginare, se dovessi bruciare una bella candela di incenso in una stanza e poi lasciare la porta aperta, i meravigliosi aromi andrebbero presto persi. Allo stesso modo, è sempre bello poter chiudere la porta e sigillare la nostra sessione di guarigione come un modo per terminare e conservare i benefici delle energie curative che sono state introdotte.

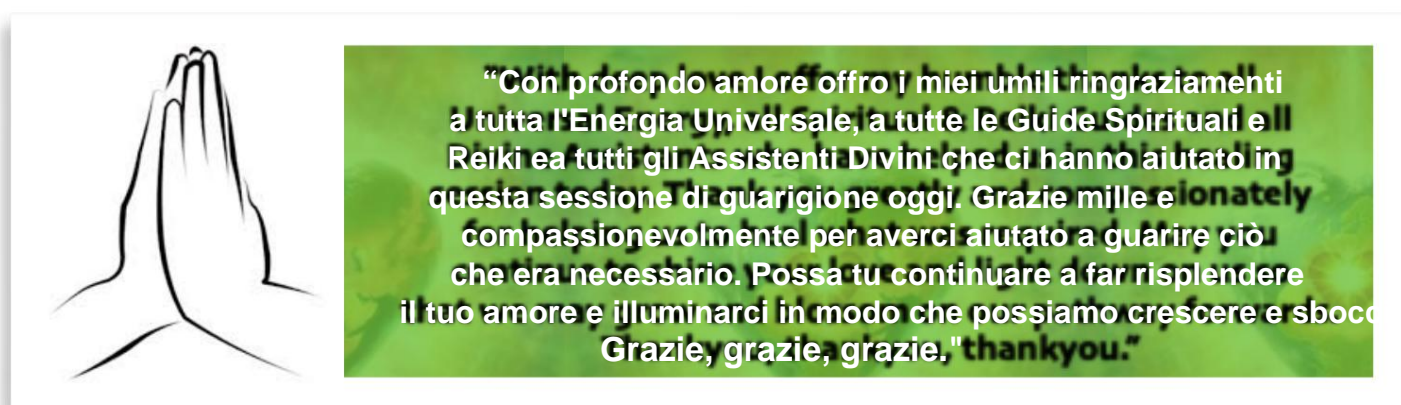
Per aiutarti a sigillare la tua sessione, chiama semplicemente le energie di Cho-Ku-Rei **con l'intenzione di sigillare la tua sessione**. E mentre ci sono diversi modi per farlo, una tecnica molto semplice è estrarre Cho-Ku-Rei e immaginare che circondi il destinatario e sigilli il suo campo energetico.



Mentre lo fai, potresti anche desiderare di immaginare che ci sia uno scudo di luce bianca che li circonda nello stesso modo in cui hai fatto con la tua protezione all'inizio. L'unica differenza qui è l'intenzione di sigillare le energie piuttosto che per protezione.

In alternativa, se lo desideri, puoi anche immaginare di inviare un Cho-Ku-Rei molto grande al campo energetico del ricevente con l'intenzione di suggellare il trattamento. Le magiche energie curative di Cho-Ku-Rei faranno il resto secondo le tue intenzioni!

Dopo aver sigillato con successo la tua sessione di Reiki, sarà ora il momento di ringraziare in silenzio tutte le energie di guarigione divina e gli assistenti che ti hanno aiutato nella tua sessione di guarigione oggi e, se lo desideri, offrire le tue benedizioni al destinatario per un vita sana e felice. Ad esempio, potresti voler dire qualcosa del tipo:



Mentre ringrazi, ora sei pronto per completare la tua sessione di guarigione e condividere l'esperienza con il destinatario in quella che normalmente è una bellissima sensazione di amore e luce nel tuo "discorso successivo". Abbiamo fornito maggiori informazioni su questo durante la formazione di Livello 1, quindi ti preghiamo di fare riferimento a questo manuale se desideri rivisitare parte di questo materiale per concludere la tua sessione di guarigione Reiki.



4. Dare sessioni di guarigione Reiki per gli altri - a distanza:

Una parte fondamentale di questi insegnamenti Reiki di Livello 2 è l'idea che ora puoi inviare guarigione Reiki a distanza attraverso la tua connessione con il simbolo Hon Sha-Ze-Sho-Nen. Si dice che il simbolo Hon-Sha-Ze-Sho-Nen trascenda sia il tempo che lo spazio e come tale, ora sarai in grado di inviare la guarigione Reiki attraverso il tempo e lo spazio.

Più comunemente, quando le persone pensano alla guarigione a distanza con Reiki, penseranno automaticamente di inviare Reiki a qualcuno in una diversa posizione geografica. Ad esempio, l'idea di poter inviare cure Reiki a qualcuno in Giappone da casa tua in Messico. E sì, questa è la prima prospettiva di guarigione a distanza, l'invio di Reiki attraverso lo spazio.

Oltre a questo, però, le energie Reiki possono anche essere inviate nel tempo, il che significa che puoi anche inviare le energie di guarigione Reiki nel **passato e nel futuro**. Di conseguenza, la pratica della guarigione a distanza può aiutare a sbloccare molte diverse porte e opportunità di guarigione, sia per te stesso che per gli altri.

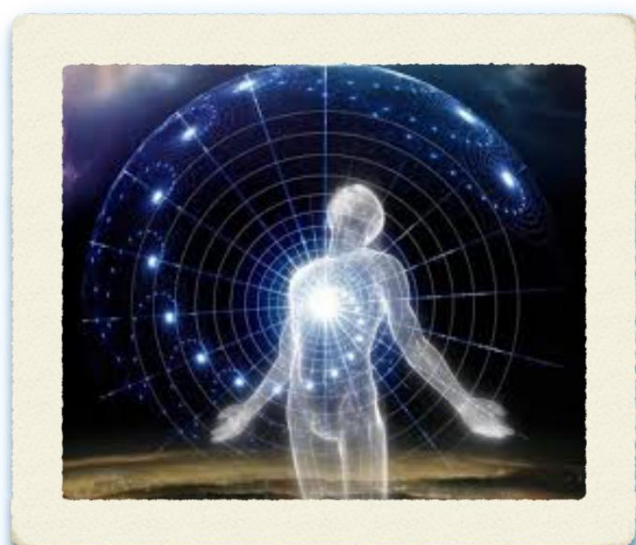
Naturalmente, quando iniziamo a digerire questi tipi di idee e concetti, a volte possono essere un po' difficili da capire o accettare. Tuttavia, ti rassicuriamo qui che è davvero possibile inviare Reiki attraverso sia il tempo che lo spazio e siamo sicuri che questo è qualcosa di cui otterrai una maggiore comprensione vibrazionale mentre ti apri e inizi a fare queste pratiche per te stesso.

Quando cerchiamo di capire come la guarigione a distanza sia resa possibile, possiamo semplicemente tornare all'idea che il Reiki è definito come una **'energia vitale universale guidata spiritualmente'**. Questa fonte di energia è spesso descritta come "interconnessa" per natura e questo punto diventa ora una pietra angolare molto importante dietro la possibilità teorica di dare guarigione a distanza.



Con così tanti dati e prove scientifiche che ora iniziano a diventare disponibili per noi, il concetto di interconnessione o unicità sta ora iniziando ad essere più ampiamente accettato all'interno della comunità scientifica. E mentre non c'è ancora un consenso nella scienza tradizionale su questo argomento, è nostra opinione che al livello più fondamentale, non siamo "separati" l'uno dall'altro.

Esploreremo questa idea in modo più dettagliato mentre ci spostiamo negli insegnamenti del Reiki Master, tuttavia per ora è semplicemente importante che tu capisca qui che la validità e la funzionalità della guarigione a distanza è resa possibile attraverso la lente dell'"interconnessione".





Un'altra filosofia importante a cui a volte si fa riferimento in alcuni corsi di Reiki di Livello 2 è l'idea che al livello più alto non esistano il tempo e lo spazio.

Inoltre, in quanto esseri infinitamente divini, siete già in grado di trascendere il tempo e lo spazio in ogni modo immaginabile. Ovviamente, per raggiungere questo obiettivo sarà necessaria una certa quantità di purezza ed è qui che il simbolo Hon-Sha-Ze-Sho-Nen è di grande aiuto.

Attraverso la nostra connessione con queste energie di "Coscienza Superiore", siamo in grado di inviare Reiki attraverso queste "barriere" di tempo e spazio in modo da poter aiutare sia noi stessi che gli altri nella guarigione e nella purificazione.

Ancora una volta, comprendiamo che questi concetti sono piuttosto astratti e molto profondi da una prospettiva filosofica, tuttavia è importante toccarli molto delicatamente come parte del nostro corso Reiki di Livello 2. Come sempre, è nostra intenzione aiutarti a comprendere più profondamente le basi di questi insegnamenti Reiki in modo che tu possa diventare un canale di guarigione migliore.

Non è necessario capire logicamente come o perché la guarigione a distanza sia effettivamente possibile, ma piuttosto, sappi solo che le tecniche e le pratiche di guarigione che ti vengono presentate qui ti aiuteranno a inviare la guarigione Reiki a distanza. Come sempre, sono i meravigliosi aspetti divinamente guidati del Reiki che ti aiuteranno a fare tutto il duro lavoro per te!



Desideriamo anche sottolineare qui che ci sono molti modi diversi in cui puoi inviare guarigione a distanza, a te stesso o ad altri. Come parte di questo corso, faremo del nostro meglio per darti alcune delle tecniche più popolari per aiutarti a farlo in un modo semplice e facile. Ancora una volta, sarà sempre la tua **intenzione** qui ad essere così importante.

Mentre avanzi nel tuo viaggio di guarigione a distanza e mentre ti apri a più di queste tecniche e pratiche, siamo sicuri che lo capirai sempre di più mentre sperimenti e provi alcune di queste tecniche per te stesso.

Come Insegnanti di Reiki, ti incoraggeremo sempre a trovare una pratica che ritieni giusta per te. Comprendiamo che tutti abbiamo preferenze diverse e con questo in mente, miriamo qui a darti una buona comprensione di una serie di pratiche in modo che tu possa scegliere qualcosa che funzioni meglio per te.

Come parte di questo, tratteremo prima la guarigione a distanza da una prospettiva "attraverso lo spazio" e poi da una prospettiva "attraverso il tempo" e, mentre lo facciamo, cercheremo anche di includere alcuni approfondimenti aggiuntivi su come e perché entrambi di queste prospettive sono importanti in una varietà di situazioni di guarigione.

Una volta trattate queste diverse tecniche di guarigione, lasceremo a te la decisione di cosa ti sembra giusto nelle tue pratiche. E per favore ricorda, nessuna tecnica è migliore di un'altra, ma piuttosto, si tratta sempre di ciò che ti **sembra giusto** e della tua connessione con le energie Reiki che è così importante!



4.1 Dare la guarigione a distanza - Una tecnica di base:

La prima tecnica di guarigione a distanza che desideriamo introdurre qui è la tecnica che Marty e Gerry stessi hanno imparato dal loro insegnante di Reiki come parte della loro formazione di secondo livello. Questa tecnica può essere usata per inviare la guarigione Reiki a qualcuno in un altro paese (cioè attraverso lo spazio). Marty e Gerry hanno usato questa tecnica con molto successo in molte occasioni diverse e hanno inviato Reiki in tutti gli angoli del mondo usando questa tecnica di guarigione a distanza.



La pratica è molto facile da seguire e sebbene ci siano molte varianti che possono essere esplorate all'interno di questa tecnica, manterremo questa tecnica il più semplice possibile qui in modo che tu possa facilmente vedere il processo per dare la guarigione a distanza.

Noterai qui che questa tecnica applicherà un approccio di tipo più 'connessione personale' in quanto immaginerai o penserai che la persona che stai trattando a distanza sia semplicemente sdraiata di fronte a te mentre stai inviando Reiki.

Come parte di questa tecnica, invieremo la guarigione Reiki ai destinatari **Chakra del Terzo Occhio per 10 minuti** (come una sessione di guarigione per tutti gli usi) e poi invieremo la guarigione Reiki alla loro **area problematica per 10 minuti**; dandoci un formato molto semplice per una sessione di guarigione a distanza di 20 minuti.

Seguendo questa semplice formula, le energie curative Reiki possono essere inviate molto facilmente alla persona (o essere vivente) in modo che ricevano una sessione di guarigione "per tutti gli usi" e cure aggiuntive per la loro specifica "area problematica". Entrambi sono piuttosto importanti e contribuiranno a garantire che il Reiki fluisca dove è più necessario all'interno del corpo del ricevente.

E sebbene abbiamo incluso una serie molto dettagliata di istruzioni scritte su come dare la guarigione a distanza di seguito (nei cinque passaggi nelle prossime pagine), desideriamo anche mettere a tua disposizione un insegnamento riassuntivo in formato video. Avendo appreso questa tecnica a distanza dal nostro Reiki Master 'di persona', riteniamo che sia bello poter condividere questa tecnica anche con te in questo formato faccia a faccia. Ci auguriamo che questo breve video ti piaccia per dare guarigione a distanza e che possa aiutarti a inviare molto amore e luce Reiki verso l'esterno nel cosmo!

[Come dare la guarigione a distanza \(video tutorial\)](#)



Per aiutare a ottenere ulteriori chiarimenti su ciascuno dei passaggi menzionati in questo video sopra, abbiamo anche fornito queste stesse informazioni, ma in formato scritto, con alcuni commenti aggiuntivi di seguito.

Maggio è l'informazione che ti aiuta a diventare un meraviglioso canale di guarigione a distanza e che tu possa aiutare molti esseri a raggiungere più amore, luce e guarire nella loro vita

✿ Passaggio 1: ottenere il permesso

In primo luogo, si dice comunemente che sia una buona pratica etica nel Reiki ottenere il permesso da ciascun destinatario prima di inviare Reiki. Funziona secondo il principio del "libero arbitrio" ed è generalmente considerato una parte importante di qualsiasi pratica Reiki. Come preludio a qualsiasi sessione di guarigione a distanza, assicurati che la persona sappia, capisca e accetti che riceverà le energie di guarigione Reiki da te. Per ulteriori informazioni sull'autorizzazione, consultare [questa FAQ](#).



✿ Fase 2 - Organizzare un tempo

Una volta ottenuta l'autorizzazione dal destinatario, sarà ora necessario organizzare un orario in cui avrà luogo la sessione di guarigione a distanza. Normalmente, quando diamo una sessione di guarigione a distanza di Reiki, è meglio se il destinatario può essere in uno stato di rilassamento e apertura mentre riceve queste energie curative.

In uno scenario perfetto, il destinatario starebbe comodamente sdraiato mentre si concentra sulla ricezione delle energie curative nel modo che funziona meglio per lui, proprio come farebbe per una normale sessione di guarigione. Se lo desideri, come parte della tua pre-organizzazione, potresti anche voler fornire loro alcune informazioni o indicazioni aggiuntive su come dovrebbero affrontare la loro sessione di guarigione.



Ad esempio, potresti voler spiegare loro che sarebbe bello se potessero immaginare di ricevere luce attraverso il loro Chakra del Terzo Occhio o attraverso tutto il loro corpo durante la loro sessione di guarigione a distanza. Forse desiderano ripetere un'affermazione **"Sono aperto a ricevere la luce"** mentre stabiliscono la loro intenzione di ricevere queste energie curative. O forse desiderano combinare tutto questi insieme a modo loro?

La regola generale qui è che il destinatario è aperto a ricevere le energie di guarigione Reiki con amore e gratitudine. Una volta che la loro intenzione è stata impostata per ricevere queste energie curative da te, sono quindi in grado di aprirsi e riceverle nel modo più comodo e rilassante per loro.

Un altro modo per inviare o dare una sessione di guarigione a distanza è inviare le energie Reiki al ricevente mentre sta dormendo. E mentre il destinatario non "riceverà" attivamente queste energie, la sessione di guarigione a distanza avrà comunque successo.

Questo tipo di approccio è particolarmente utile nei casi in cui vi è una differenza di orario molto significativa o difficile. Potresti anche pensare che per alcune persone preferiresti dare la tua sessione di guarigione a distanza di Reiki usando questo formato.

Il modo in cui scegli di dare le tue sessioni di guarigione a distanza dipenderà spesso dalle circostanze individuali della persona che stai curando e dalle tue preferenze personali. In alcuni casi, potresti scoprire di voler inviare guarigione a distanza a coloro che stanno attivamente ricevendo e in altri casi potresti desiderare di dare guarigione a distanza a coloro che dormono.

Come sempre, ti suggeriamo di seguire il tuo intuito in ogni momento e di fare ciò che ritieni sia meglio per te e per il tuo destinatario.

✿ Fase 3: Preparazione per dare la guarigione a distanza

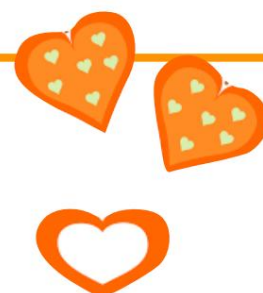
Dopo aver ottenuto il permesso dal tuo destinatario e aver concordato un orario per la tua sessione di guarigione a distanza, ora sei pronto per andare avanti e dare la tua sessione di guarigione Reiki a distanza. E il modo in cui lo fai dipenderà da come hai organizzato le cose.

Ad esempio, hai detto che telefonerai alla persona immediatamente prima di dare la sessione di guarigione a distanza? O hai già accettato di inviare loro le energie curative mentre dormono? Oppure hai concordato un orario specifico per l'invio delle energie di guarigione, nel qual caso faresti semplicemente la tua guarigione a distanza, diciamo alle 12:30 EST (come concordato).

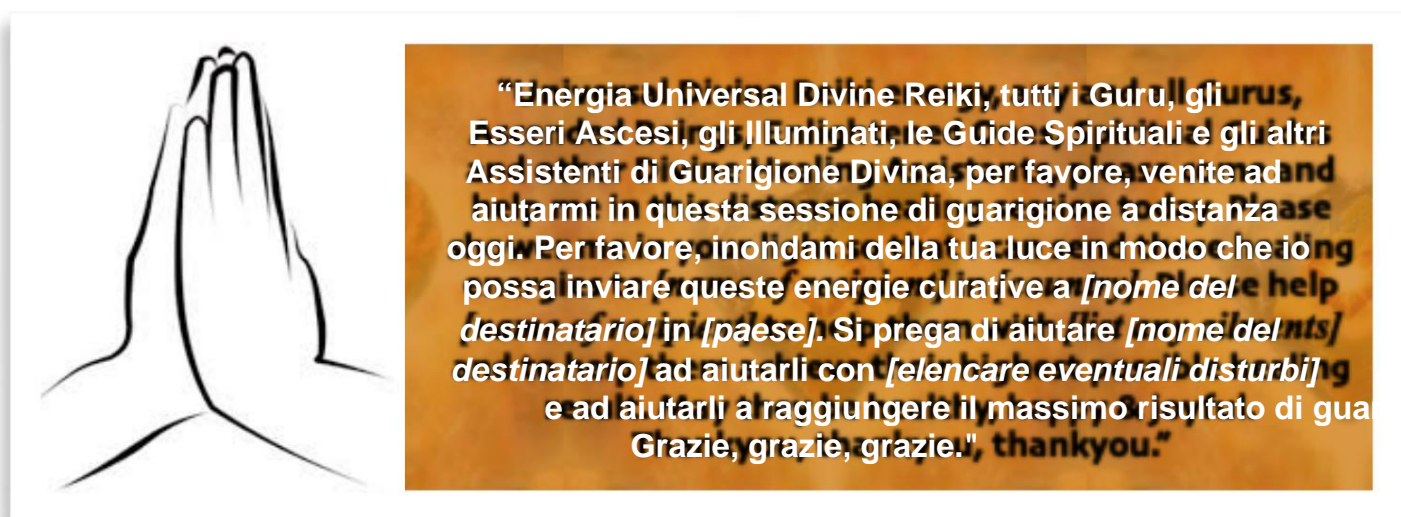
Ci possono essere molte piccole cose logistiche da considerare qui, tuttavia per i nostri scopi, supponiamo che tutti questi siano stati risolti. Ora sei pronto per sederti e dare la tua sessione di guarigione Reiki a distanza.

Il seguente processo ora ti aiuterà a prepararti per la tua sessione di guarigione a distanza in modo più efficace:

- ✿ Passaggio 1: invita l'energia e imposta la tua intenzione
- ✿ Passaggio 2: Carica te stesso con i simboli Reiki
- ✿ Passaggio 3: Invoca le energie Reiki e strofina insieme i palmi delle mani



Ad esempio, per il passaggio 1, potresti voler dire qualcosa del tipo:



Come puoi vedere da questo, stai usando la tua intenzione di invocare una gamma di "Coscienza Superiore", oltre a impostare la tua intenzione di guarigione per inviare la guarigione a distanza per il più alto risultato di guarigione possibile del destinatario. Come sempre, le energie divine di guarigione probabilmente sapranno molto di più sulle cause alla radice della sofferenza e impostando la tua intenzione in questo modo, sarai più facilmente in grado di arrenderti ai più alti risultati di guarigione possibili, qualunque essi siano.

Dopo aver completato questo primo passaggio, ora sei pronto per iniziare a caricarti di Reiki come faresti per una normale sessione di guarigione. Abbiamo già trattato questo passaggio nella sezione "Guarire gli altri" sopra (vedi Capitolo 3, Sezione 3.1), quindi sentiti libero di scegliere il metodo che ritieni più adatto a te per caricarti per la tua sessione di guarigione a distanza.

Una volta che ti senti carico delle energie Reiki, ora sei in grado di invocare le energie Reiki come faresti normalmente per qualsiasi sessione di guarigione di persona. E ancora, ti rimandiamo alla Sezione 3.1 sopra per ulteriori informazioni su come potresti volerlo fare.

Quando finisci con la tua invocazione, ora puoi sfregare le mani tra 20 e 30 volte per aiutare a promuovere e migliorare il flusso di energia prima di dare la tua sessione di guarigione a distanza. E con questo, ora sei pronto per iniziare la tua sessione di guarigione a distanza.



✿ Fase 4: Dare la guarigione a distanza

Dopo aver sfregato le mani e i palmi delle mani, sentirai in modo del tutto naturale un po' di calore e attrito tra le mani e i palmi e come tale, ora sei pronto a condividere le energie Reiki con il tuo ricevente.

Per fare questo, normalmente ci prendiamo qualche momento qui prima di iniziare a connetterci o sintonizzarci con il campo energetico del ricevente. Semplicemente visualizzando o immaginando che il destinatario sia sdraiato di fronte a noi, connettendosi con la sua energia e aprendosi a questa nuova connessione. Assicurati solo di prenderti tutto il tempo di cui hai bisogno qui per connetterti con l'idea che tratterai il tuo destinatario a distanza.

a) Invio di Reiki al Chakra del Terzo Occhio - 10 minuti Come

con qualsiasi sessione di guarigione, è sempre una buona idea inviare Reiki nel campo energetico generale del ricevente prima di lavorare su un problema particolare. Questo aiuta il corpo ad attingere le energie curative di cui ha bisogno e consentirà a queste energie di frequenze più elevate di essere distribuite dove sono più necessarie all'interno del corpo.

Pertanto, come parte di questa tecnica di guarigione a distanza, siamo felici di seguire questa idea molto semplice di inviare Reiki attraverso il Terzo Occhio per 10 minuti come un bel modo per dare un trattamento Reiki di tipo "per tutti gli usi".



Per fare questo, dopo esserti sintonizzato sul campo energetico del ricevente, sei ora in grado di inviare Reiki al Chakra del Terzo Occhio del ricevente esattamente nello stesso modo in cui faresti durante una sessione di guarigione pratica "di persona". Cioè, posizioneresti le mani in modo tale che le tue mani siano sopra o si librano sopra il Chakra del Terzo Occhio del tuo destinatario immaginario e che ora stanno ricevendo Reiki in questo chakra.

Prenditi un po' di tempo qui per inviare Reiki nel Chakra del Terzo Occhio del destinatario per circa 20 - 30 secondi o finché non senti che il Reiki viene attratto attraverso di te.

Ora sei pronto per utilizzare i simboli per rafforzare e costruire la connessione curativa a distanza tra mittente e destinatario. Per fare ciò, disegna e tocca semplicemente i simboli Reiki per rafforzare la tua connessione, osservando che dovrebbe essere usato il seguente ordine:

1. **Hon-Sha-Ze-Sho-Nen** - per rafforzare la connessione "a distanza".
2. **Cho-Ku-Rei** - per la guarigione fisica
3. **Sei-Hei-Ki** - per la guarigione mentale/emotiva
4. **Hon-Sha-Ze-Sho-Nen** - per la guarigione spirituale



Il simbolo Hon-Sha-Ze-Sho-Nen viene sempre usato per primo per trascendere il tempo e lo spazio e per aiutarti a rafforzare la tua connessione con i simboli di guarigione a distanza. I tre simboli di guarigione vengono quindi utilizzati per aiutare a realizzare la guarigione e con questo, ora sei semplicemente in grado di aprirti e consentire a queste meravigliose energie Reiki di fluire attraverso il tuo canale di guarigione a distanza.

Inviando Reiki al Terzo Occhio, intendi qui che le energie Reiki vengano disperse dove sono più necessarie all'interno del corpo. E per favore ricordate qui che gli aspetti divinamente guidati di questo sistema di guarigione aiuteranno sempre le energie a fluire dove sono necessarie.

Se lo desideri, in qualsiasi momento durante la tua sessione di guarigione multiuso di 10 minuti, sentiti libero di richiamare nuovamente i simboli se ritieni che questo ti aiuterà a rafforzare la guarigione Reiki. E, naturalmente, sentiti anche libero di lavorare con una varietà di visualizzazioni, affermazioni e intenzioni a cui ti senti guidato.

b) Invio di Reiki nell'area problematica - 10 minuti Dopo

aver terminato di inviare la sessione di Reiki "per tutti gli usi", è ora una buona idea inviare Reiki nell'area problematica, ovvero un'area del corpo in cui il ricevente sta sperimentando una qualche forma di dolore o disagio.



Per fare ciò, immagina semplicemente che la persona si sia ora riposizionata di fronte a te in modo che la sua area problematica si trovi davanti alle tue mani guaritrici. Le energie di guarigione Reiki vengono ora inviate dalle tue mani e dai palmi nella loro area problematica proprio come faresti attraverso una normale sessione di guarigione "di persona", poiché il Reiki li aiuta a guarire a livello fisico, mentale, emotivo e spirituale.

Ancora una volta, permettendo alle energie Reiki di fluire attraverso le tue mani per circa 20-30 secondi, ora puoi andare avanti ed estrarre e picchiettare ciascuno dei simboli Reiki nello stesso ordine descritto sopra. Mentre lo fai, puoi intendere che le energie Reiki aiutano a guarire e purificare il disturbo o la condizione specifica che stai trattando.

Man mano che invii i simboli Reiki, sei ora in grado di aprirti e permettere che la guarigione Reiki avvenga mentre il Reiki viene attirato attraverso il tuo canale di guarigione a distanza. I simboli Reiki e le frequenze curative stanno ora svolgendo il loro lavoro di guarigione veramente magico e puoi semplicemente rilassarti e aprirti a questo meraviglioso processo di guarigione!

Come parte di questo, abbiamo supposto qui che tu sia a conoscenza di un'area problematica che necessita di trattamento. In alcuni casi, questo potrebbe non essere effettivamente noto a te. Ad esempio, forse qualcuno vuole solo provare e sentire il Reiki quando viene dato a distanza. In questo caso, potresti voler concentrarti sulla sessione di tipo "per tutti gli usi" o come parte dell'area problematica, potresti voler inviare la guarigione Reiki nel loro Chakra del cuore, cioè come un modo per **alimentarli** con più vibrazioni d'amore.



In alternativa, potresti aver individuato intuitivamente un problema mentre ti "sintonizzavi" sul loro campo energetico. Forse hai sentito qualcosa in un'area specifica del loro corpo che potrebbe aver bisogno di ulteriore attenzione. Spesso è possibile avvertire una qualche forma di blocco energetico o interruzione nel campo energetico del ricevente mentre gli dai il trattamento Reiki per tutti gli usi per i primi 10 minuti. Forse ritieni che sia necessaria una certa guarigione in un chakra specifico o per un certo tratto della personalità, ad esempio?

Ci sono molte cose che possono accadere mentre ti "sintonizzi" sul campo energetico di un'altra persona, quindi assicurati di ascoltare o sentire la tua strada durante la tua sessione di guarigione a distanza. Se ritieni che la persona abbia bisogno di guarigione per una particolare area, per favore onora il tuo intuito e invia guarigione a quest'area.

Come con tutto il lavoro di guarigione, sono sempre i nostri sentimenti e la nostra intuizione che possono essere molto utili nel produrre un risultato di guarigione molto efficace, quindi ancora una volta, desideriamo ribadire qui che sei un canale di guarigione divino immensamente potente che è davvero capace di 'sapere' dove mettere le mani!



✿ Passo 5: Chiusura della

sessione Come per tutte le sessioni di guarigione basate sull'energia, ora sei in grado di ringraziare per le energie curative che sono state ricevute durante questa sessione di guarigione a distanza e poi sigillare la tua sessione mentre ti senti guidato.

Per suggellare la tua sessione, puoi farlo nello stesso modo in cui lo faresti durante una normale sessione di guarigione, cioè proiettando o intendendo che il simbolo Cho-Ku-Rei sia posizionato nel campo energetico dei destinatari mentre giacciono lì di fronte a te .

Ci sono una varietà di modi in cui puoi immaginare o immaginare che ciò accada, ma la cosa più importante è la tua intenzione qui che è così importante. Ancora una volta, ti suggeriamo umilmente di essere guidato dai tuoi sentimenti interiori e dall'intuizione divina per sigillare e chiudere la tua sessione.

Mentre concludi la tua sessione, ora sei pronto per terminare la tua sessione di guarigione a distanza intendendo consapevolmente che la connessione tra mittente e destinatario sia interrotta. Questo è un altro passo importante che ti aiuterà a interrompere la connessione in modo che il ricevente non continui ad attirare la guarigione Reiki attraverso il tuo canale per tutto il giorno.

Questo viene fatto molto facilmente attraverso la tua intenzione e puoi scegliere se desideri fare una chiusura molto formale della tua sessione o una chiusura informale. Ad esempio, potresti voler chiudere la sessione dicendo qualcosa come:



“Energia Universal Divine Reiki, tutti i Guru, gli Esseri Asceti, gli Illuminati, le Guide Spirituali e gli altri other Assistenti di Guarigione Divina che sono venuti ad me aiutarmi oggi per questa sessione di guarigione a you very distanza. Grazie mille per tutto il tuo amore, luce e for guarigione oggi per [nome del destinatario]. Per our favore continua a inviare le tue energie curative per prove [nome del destinatario] mentre si muovono verso più now amore, luce e guarigione nella loro vita. Desidero ora name chiudere questa sessione di guarigione e, ancora e & una volta, possa [nome del destinatario] vivere nella felicità”

Ora fai le tue pratiche di suggellamento con Cho-Ku-Rei ***



4.2 Provvedere alla guarigione a distanza - Tecniche aggiuntive:

Come tutte le pratiche Reiki, diversi tipi di persone spesso si avvicinano alla loro guarigione a distanza in modi diversi. E allo stesso modo, in diverse occasioni potresti sentirti attratto dal ricorrere anche a diverse tecniche di guarigione a distanza (secondo la guida divina).

Ad esempio, diciamo che ti è stato chiesto di inviare alcune energie di guarigione a distanza a qualcuno che gode di buona salute. Sono curiosi di Reiki e vogliono ricevere cure a distanza da te per placare la loro curiosità. Ora confronta questo con uno scenario in cui qualcuno che vorrebbe ricevere una regolare guarigione a distanza per aiutarlo a curare una malattia cronica che ha avuto per molti anni. Naturalmente, potresti voler scegliere un approccio di guarigione leggermente diverso per ciascuna di queste diverse richieste.

Come parte di questo quindi, nell'interesse di aiutarti ad aprire la tua prospettiva su come dare guarigione a distanza, ora siamo molto felici di esaminare alcuni dei modi più comuni in cui le persone amano dare guarigione a distanza con il Reiki.

Si prega di notare qui che i primi tre passaggi per ottenere il permesso, organizzare un momento e prepararsi per dare la guarigione a distanza saranno esattamente gli stessi che abbiamo delineato per la tecnica di base sopra. Inoltre, anche la chiusura e il suggellamento della tua sessione avverranno esattamente allo stesso modo. Nelle sezioni seguenti, quindi, tratteremo solo le tecniche effettive su come dare la guarigione a distanza con questi metodi piuttosto che il processo di guarigione a distanza completa.

Ci auguriamo che queste nuove tecniche ti piacciono e che possano aiutarti a condividere queste meravigliose energie Reiki in tutto il mondo!

● Tecnica1-Utilizzo di un'proxy'

Questo è un metodo molto comune utilizzato per dare una sessione di guarigione a distanza e viene fatto inviando le energie di guarigione Reiki alla persona tramite un proxy (una bambola, un orsacchiotto, un cuscino o qualsiasi altra cosa che possa essere usata per "rappresentare" il corpo del ricevente). Ad esempio, per utilizzare questo metodo, tratteresti semplicemente il proxy mentre intendi che il destinatario riceva la guarigione Reiki.

L'unica differenza qui tra questa tecnica e la tecnica descritta sopra è che invece di *immaginare* che la persona sia di fronte a te e riceva le energie curative, ora le stai canalizzando in un 'proxy'.



Se lo desideri, puoi seguire il nostro approccio

"guarigione generale di 10 minuti + area

problematica di 10 minuti" o puoi semplicemente andare avanti e creare la tua sessione di guarigione a distanza in accordo con ciò che ti sta dicendo il tuo intuito.

Se lo desideri, puoi anche andare avanti e fare un trattamento completo per il corpo all'orsacchiotto, al cuscino, al cuscino o qualunque cosa tu stia usando. Mentre ti sposti dalla posizione della mano alla posizione della mano, intendi semplicemente che il ricevente stia ricevendo le energie Reiki in quella zona del suo corpo.

Ad esempio, se stai iniziando nella zona della testa, metti le mani sull'orsacchiotto e poi afferma la tua intenzione come segue: **"Intendo che [nome del destinatario] riceva queste energie di guarigione Reiki nel loro cervello"**. Mentre ti sposti nella posizione successiva, dichiara semplicemente di nuovo la tua intenzione per quella particolare posizione della mano e così sarà. Il processo quindi si ripete per ogni posizione della mano che desideri completare per il tuo lavoro di guarigione a distanza.

Se lo desideri, puoi scegliere di offrire una sessione di guarigione completa del corpo o forse creare un altro formato di guarigione a distanza più semplificato che si adatti alle tue esigenze, ad esempio trattando solo i 7 chakra principali o il trattamento multiuso di 10 minuti + tecnica dell'area problematica di 10 minuti .

Normalmente, suggeriamo sempre di dedicare almeno 10 minuti a una determinata area problematica e nei casi in cui il problema potrebbe essere correlato all'intero corpo (o a molte aree diverse del corpo), funzionerà anche per dichiarare la tua intenzione che le energie curative vengano dove sono più necessarie per guarire quel particolare problema o disturbo.

Come parte di questa tecnica, ti suggeriamo di seguire la stessa struttura dei simboli descritta sopra e che, come minimo, il simbolo Hon-Sha-Ze-Sho-Nen venga estratto e inserito all'inizio di qualsiasi sessione di guarigione a distanza (per aiutare a rafforzare la tua connessione).

Per favore ricorda sempre che il simbolo Hon-Sha-Ze-Sho-Nen è il 'ponte' che ti aiuterà a trascendere il tempo e lo spazio. Sono queste energie uniche che ti aiuteranno a rendere possibili le sessioni di guarigione a distanza, quindi assicurati di usarle sempre all'inizio o ad ogni sessione di guarigione a distanza.

In alternativa, potresti voler utilizzare lo stesso processo di ordinamento dei simboli in *ogni posizione della mano* se ti fa sentire più a tuo agio. E sebbene non sia strettamente necessario, ti aiuterà sicuramente a mantenere un legame molto profondo e forte con il destinatario che stai trattando. Come sempre, lasciate che il vostro intuito vi guidi!

● Tecnica2-Usò di una foto

Un'altra tecnica di guarigione a distanza meravigliosamente semplice che siamo felici di condividere qui è quella di utilizzare una foto (o un'immagine fotografica sullo schermo di un computer) per le tue sessioni di guarigione a distanza. Una volta che hai questa immagine di fronte a te, ora puoi inviare Reiki alla foto e le energie Reiki saranno inviate a quella persona (o persone) secondo la tua intenzione. Per molti praticanti di Reiki, questa tecnica può produrre una meravigliosa connessione tra mittente e destinatario in un modo semplice e facile!



Per dare una sessione di guarigione a distanza utilizzando questa tecnica, tieni semplicemente la fotografia tra le mani (o metti le mani sullo schermo del tuo computer) e invia Reiki mentre proietti ciascuno dei simboli Reiki nella foto / immagine usando lo stesso ordine che abbiamo delineato

Come ti senti guidato, potresti voler seguire un semplice "trattamento per tutti gli usi" di 10 minuti + 10 minuti di "area problematica" o forse vorresti semplicemente inviare 10 - 20 minuti di guarigione Reiki alla persona mentre dichiari il tuo intenzione che il Reiki fluisca dove è più necessario.

Mentre ti apri alla canalizzazione della guarigione a distanza Reiki, canalizzerai letteralmente le energie di guarigione Reiki nella foto stessa (o sullo schermo del computer) con l'intenzione che queste energie vadano alla persona specifica (o alle persone) che stai trattando. Con l'intenzione - così sarà.

Come puoi vedere, c'è molta flessibilità all'interno di questa tecnica, tuttavia, come abbiamo discusso nella tecnica proxy - inviando Reiki alla foto, le energie curative verranno inviate al destinatario in linea con la tua intenzione.

● Tecnica3-Scrivere un nome

Un'altra tecnica di guarigione a distanza molto comune insegnata qui nel Reiki di Livello 2 è scrivere il nome del ricevente (e il paese/qualsiasi altra informazione) su un pezzo di carta e poi dare la guarigione a distanza a questo pezzo di carta. E ancora, intendendo che le energie Reiki vengano inviate alla persona - così sarà.

E tieni presente che la "scrittura" di un nome e di un paese su un pezzo di carta può essere applicata anche alla tua attrezzatura digitale. Ad esempio, sarai ovviamente in grado di digitare il nome e il paese del destinatario su un laptop o tablet e quindi inviare semplicemente Reiki al tuo schermo. Come sempre, per favore fai come ti senti meglio per le tue circostanze personali.

Desideriamo sottolineare ancora una volta che sarete in grado di inviare le energie curative in qualunque modo desideriate attraverso questa tecnica, cioè guarigione per tutti gli scopi o guarigione di un particolare problema/problema. Vorremmo anche ricordarti ancora una volta di usare i simboli Reiki nello stesso ordine come precedentemente menzionato qui per la guarigione a distanza.

Come piccola aggiunta a questa tecnica, se lo desideri, puoi anche scrivere il disturbo o la condizione del ricevente sul tuo pezzo di carta e poi inviare la guarigione Reiki al pezzo di carta. Le energie Reiki saranno sempre inviate in accordo con queste 'intenzioni scritte' sulla carta e, come tali, fluiranno sempre dove sono più necessarie per curare quel particolare problema.

4.3 Invio di Reiki nel passato:

Abbiamo già detto che il simbolo Hon-Sha-Ze-Sho-Nen ti dà la capacità di trascendere sia il tempo che lo spazio. Quindi, nello stesso modo in cui è stato possibile per te inviare guarigione a qualcuno in un altro paese, **è anche possibile per te inviare guarigione Reiki nel passato o nel futuro**. Cominciamo qui osservando come inviare la guarigione Reiki nel passato.

Inviare Reiki nel passato può essere una tecnica di guarigione molto importante per noi individualmente. Sarà particolarmente rilevante per quelli di voi che desiderano guarire qualsiasi tipo di trauma passato, problema della vita passata, problema del bambino interiore o qualsiasi altra esperienza passata che potreste aver provato nella vostra vita (o vita passata) che è stata difficile da affrontare .



Molto spesso, questo tipo di esperienze, traumi e vecchie sofferenze possono rimanere con noi poiché questa esperienza, forma pensiero e stato emotivo è sepolto nel profondo di noi. Man mano che inviamo Reiki a questo(i) problema(i), siamo quindi in grado di iniziare a guarire o purificare queste vecchie emozioni e forme pensiero dall'interno e come tali, siamo spesso guidati a rilasciare queste energie vecchie e indesiderate dall'interno. Ed è qui che queste tecniche di guarigione a distanza Reiki possono essere molto efficaci!

Siamo ora molto felici di condividere qui una tecnica molto semplice che può aiutarti a inviare Reiki a quasi tutte le esperienze passate che ritieni abbiano bisogno di guarigione nella tua vita.



* **Tecnica semplice per inviare Reiki nel passato:** _____

Per favore inizia qui centrando te stesso in qualsiasi modo desideri (o forse desideri richiamare questa tecnica dopo aver completato un'altra forma di meditazione Reiki). Quando ti senti pronto, prenditi qualche momento per stabilire con calma la tua intenzione e poi concediti qualche minuto per fare qualche riflessione interiore.

Come parte di questo, ora puoi semplicemente permetterti di andare verso l'interno mentre sei guidato verso la ricerca di qualcosa che ha bisogno di guarigione nella tua vita. Per favore, prenditi tutto il tempo di cui hai bisogno qui mentre permetti ai tuoi pensieri e ai tuoi ricordi di dispiegarsi mentre vengono aperti e vi si accede attraverso la tua meditazione personale.

Molto spesso, questa ricerca interiore si tradurrà in un evento o una situazione passata che viene portata in superficie per te. Questo potrebbe essere qualcosa che ti è sembrato spiacevole, forse puoi sentire qualche ferita (fisica o emotiva), tristezza, umiliazione, dolore o qualsiasi altra emozione spiacevole che viene a galla.

Una volta identificato qualcosa che ritieni di voler guarire, ti suggeriamo qui di impostare la tua intenzione di inviare guarigione a distanza a questa situazione, evento, problema o esperienza. **La tua intenzione dovrebbe essere chiaramente dichiarata per aiutare a guarire completamente questo problema in modo da poter rilasciare tutte le emozioni, le forme pensiero o altre impurità che sono ancora attaccate a questa esperienza.**

Per favore ora invia il simbolo Hon-Sha-Ze-Sho-Nen a questa passata esperienza, evento o situazione e poi, se lo desideri, puoi anche inviare il Cho-Ku-Rei, Sei-Hei-Ki e Hon Sha-Ze -Simboli Sho-Nen in seguito nello stesso modo in cui hai fatto nel tuo altro lavoro di guarigione a distanza. Mentre lo fai, le energie Reiki ora fluiranno attraverso di te e in questa situazione, problema, evento o stato emotivo e ti aiuteranno a guarire o purificare questo dall'interno.



Emozioni da una situazione passata
Alzarsi per la guarigione

Come parte di questa pratica, sarà spesso necessario che tu ti sieda in alcuni spazi difficili mentre rilasci e lasci andare queste vecchie emozioni e le energie vecchie o indesiderate dall'interno. Tuttavia, sappi che le energie Reiki ti aiuteranno sempre a superare tutto questo con amore e luce e ti assisteranno in questo processo di lasciar andare e liberare queste difficili emozioni.

Quando ti senti pronto, potresti anche desiderare di espandere ulteriormente la tua intenzione, in modo da poter ora guarire tutti i problemi alla radice dietro questo evento passato. Potete nuovamente affermare che volete rilasciare, lasciare andare e ripulire TUTTE le impurità, i blocchi e gli squilibri che sono in qualche modo correlati a questo problema una volta per tutte.

Se ritieni che sia necessario, ora sei in grado di inviare nuovamente i simboli Reiki a questa intenzione espansa e di nuovo sederti con queste energie per un po' di tempo mentre le energie Reiki ti aiutano a guarire questi problemi in linea con la tua intenzione.

Per favore, ancora una volta, tieni presente che potrebbero esserci alcune emozioni vecchie o stimolanti mentre ti apri a queste vecchie esperienze. Forse sperimenterai di nuovo alcuni di questi mentre vengono rilasciati anche dal tuo sistema energetico. Per favore, sii coraggioso e fai brillare la luce del Reiki in queste parti più oscure di te stesso: le ricompense ne valgono sicuramente la pena!

Vi prego di capire anche qui che la guarigione avviene a strati. In alcuni casi, potresti aver bisogno di inviare le energie Reiki a queste esperienze passate in molte occasioni diverse mentre ripulisci strato dopo strato di vecchie forme pensiero, vecchie emozioni e vecchie condizioni karmiche dall'interno della tua coscienza. Buona fortuna!

* Fare lavoro sul bambino interiore Per

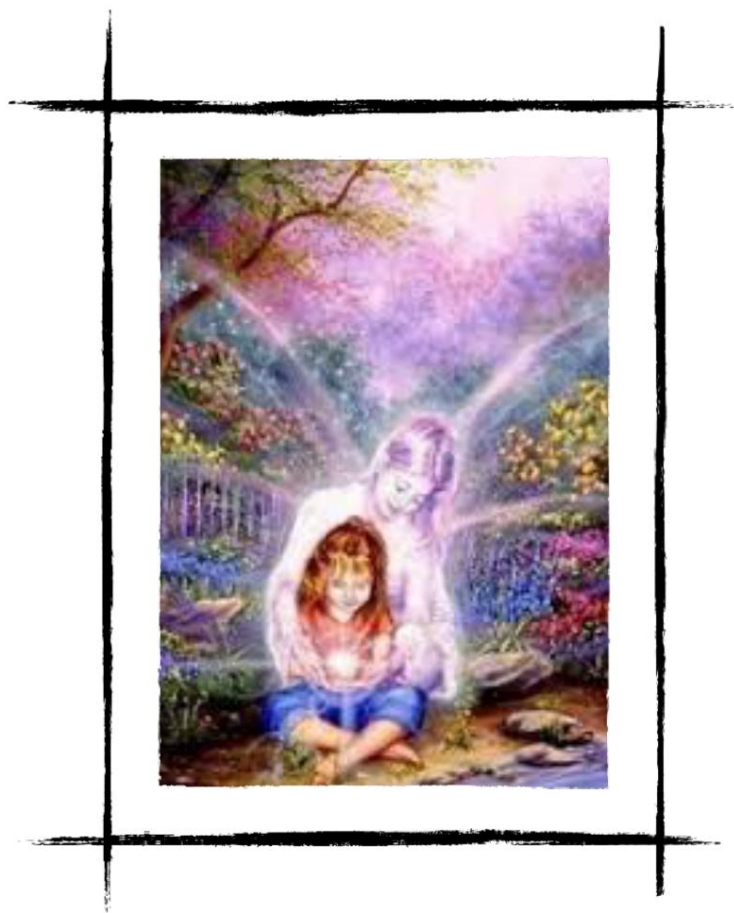
coloro che desiderano lavorare con le energie Reiki per il lavoro sul bambino interiore - le tecniche di guarigione sono molto simili a quelle che abbiamo descritto sopra. Concediti un po' di tempo per la preparazione interna e una volta che ti senti pronto, porta il tuo bambino interiore nella tua meditazione e connettiti con lui o lei.

Che aspetto ha? Quanti anni ha lui/lei? Quali emozioni puoi provare? È spaventato, imbarazzato o umiliato?

Il tuo bambino interiore si sente trascurato? O forse il tuo bambino interiore ha solo bisogno di sapere che è al sicuro?

Qualunque sia il tipo di lavoro sul bambino interiore che stai facendo, ora sei in grado di usare i simboli Reiki (nello stesso ordine di guarigione a distanza) per aiutare a guarire il tuo bambino interiore. Il simbolo Hon-Sha-Ze-Sho-Nen ti aiuterà a connetterti più profondamente con il tuo bambino interiore e quindi i normali simboli di guarigione Reiki ti aiuteranno a realizzare la guarigione dall'interno del tuo bambino interiore.

Soprattutto, però, per favore prenditi un po' di tempo qui per ascoltare il tuo bambino interiore. Siediti con loro e consenti loro di esprimere come si sentono. Molto spesso, è attraverso le energie dell'amore, del nutrimento, della compassione e dell'empatia in combinazione con le energie del Reiki che possono aiutarci a guarire molti dei nostri problemi di bambino interiore.



4.4 Invio di Reiki nel futuro:

Guardare indietro nel passato e guarire i molti problemi diversi che abbiamo incontrato nel viaggio della nostra vita può davvero essere un compito impegnativo, ma ancora una volta ne vale sicuramente la pena. L'invio di Reiki nel futuro, d'altra parte, è spesso un'esperienza gioiosa, stimolante ed eccitante quando iniziamo a provare a co-creare o sostenere un futuro più luminoso e più felice per noi stessi e per gli altri!

Questa semplicissima tecnica di guarigione a distanza che descriveremo qui ti aiuterà a inviare la guarigione Reiki in qualsiasi evento, situazione o scenario futuro. Inviando Reiki a questi eventi futuri puoi essere certo che le energie Reiki saranno lì ad aspettarti per aiutarti a creare un risultato più amorevole e positivo.



Ad esempio, supponiamo che tu abbia una grande presentazione in arrivo per il tuo lavoro o forse un grande esame di fine anno da sostenere. Quando pensi a questi eventi, è del tutto naturale provare una sorta di ansia o paura mentre consideri le possibilità di ciò che potrebbe accadere.

Con la guarigione a distanza, ora diventa possibile per te inviare Reiki a questo evento futuro in modo che queste energie calmanti, curative e profondamente amorevoli siano lì ad aspettarti mentre arrivi a questo punto nel tempo. E mentre ci sono numerose tecniche che possono aiutarti a inviare la guarigione a distanza nel futuro, una tecnica molto semplice è semplicemente immaginare chiaramente la situazione nella tua mente e quindi inviare Reiki a quella particolare situazione.

Mentre lo fai, assicurati di impostare chiaramente la tua intenzione per il risultato che speri, ad esempio: **"Per favore aiutami a essere calmo e rilassato in modo che io possa esibirmi al massimo delle mie capacità e senza paura"**. OPPURE **"Per favore aiutami in modo che io possa fare una presentazione meravigliosa con amore e luce!"**



Ora invia i simboli Reiki come faresti normalmente per la guarigione a distanza e consenti al Reiki di fluire a questo evento per tutto il tempo che ritieni necessario. Normalmente 10-20 minuti dovrebbero essere sufficienti, tuttavia, se lo desideri (per aumentare ulteriormente la vibrazione della situazione), potresti voler fare più sessioni di guarigione a distanza mentre ti senti guidato.

Nella prossima sezione ti forniremo anche un'altra tecnica davvero eccezionale che può essere utilizzata anche per inviare Reiki nel futuro. Questa tecnica può essere utilizzata per inviare Reiki a una grande varietà di eventi, scenari, situazioni, obiettivi, idee e molto altro. Abbiamo scelto di includerla come tecnica separata nella sezione sottostante "Portare Reiki nella tua vita" in modo che tu possa essere guidato verso l'invio di Reiki in molte aree della tua vita.

Ma appena prima di passare a questa sezione successiva, per concludere questa discussione sull'invio di Reiki nel futuro, facciamo subito notare che molti risultati futuri nella tua vita sono spesso collegati alle tue circostanze karmiche e all'apprendimento della tua stessa vita. In altre parole, anche se invii Reiki al tuo esame, in realtà potrebbe essere utile per te fallire l'esame che stai sostenendo in modo da poter passare a qualcosa di ancora più sorprendente!

Inoltre, tieni presente che questo meraviglioso universo è molto bravo a fornire molte opportunità di purificazione! Quindi in alcuni casi, anche dopo aver inviato Reiki alla tua presentazione, potresti davvero essere guidato a fare una presentazione scadente al lavoro in modo da poter poi essere guidato verso il rilascio di alcune delle tue impurità interne. Spesso scopriamo che se abbiamo bisogno di rilasciare qualcosa dall'interno, l'universo creerà sempre una circostanza esterna per aiutarci a farlo. E sebbene questo non sia sempre piacevole, ti è stato trasmesso in modo che tu possa guarire e quindi spostarti su un terreno più elevato.

Quindi, ancora una volta, se il tuo evento futuro non va esattamente come avevi pianificato, per favore non pensare che il Reiki non abbia aiutato questa situazione. Invece, comprendi che il Reiki ti aiuterà sempre a guarire, purificare e muoverti verso più amore, luce e comprensione nella tua vita, in linea con il tuo massimo bene.

Inviando le energie Reiki a una particolare situazione futura, saranno sempre lì per te durante questo periodo e ti aiuteranno a produrre il miglior risultato possibile per te in linea con le tue circostanze karmiche. Ti aiuterà anche a superare qualsiasi difficile purificazione o crisi di guarigione con molto amore e luce.

L'uso regolare del Reiki è un modo meraviglioso per purificare molti dei nostri problemi karmici, tuttavia, per favore, non aspettarti mai che qualcosa vada sempre come avevi pianificato. Perché mentre l'universo chiude una porta, un'altra porta si apre sempre e non sai mai quanto possa essere incredibile o cambiare la vita quella nuova porta!



5. Portare il Reiki nella tua vita:

Mentre ci avviciniamo a questa sezione finale del corso, ti abbiamo già presentato una vasta gamma di diverse tecniche e pratiche di guarigione che ti aiuteranno a utilizzare i simboli Reiki in una serie di diversi formati di guarigione. Ad esempio, ora hai imparato come usare i simboli Reiki in meditazione e per dare sessioni di guarigione (sia di persona che a distanza). E all'interno di questa arena di guarigione a distanza, ora hai imparato come inviare Reiki nel passato e nel futuro.

Durante questo corso, abbiamo costantemente sottolineato l'importanza dell'intenzione. Abbiamo fatto questo per cercare di aiutarti ad imparare che non è necessariamente la tecnica effettiva che è così importante, ma piuttosto è sempre l'intenzione dietro la tecnica che crea i risultati di guarigione. E come altro ottimo esempio di ciò, ora ti presentiamo questa prossima tecnica che può aiutarti a portare la guarigione Reiki in molti aspetti diversi della tua vita.



5.1 Portare il Reiki nella tua vita - Una tecnica di base:

Con questa tecnica di base, sarai in grado di inviare Reiki a quasi tutto ciò che puoi immaginare. Ciò include l'invio di Reiki per obiettivi, visioni, idee, situazioni, eventi, risultati promettenti, gruppi, luoghi, organizzazioni, persone, animali, piante, visioni di altre persone, obiettivi di altre persone ecc.

Questa tecnica è estremamente semplice ed è stata spiegata a Marty in modo molto bello da un giovane Reiki Master del Cile che ha incontrato durante i suoi viaggi spirituali in Nepal. Per praticare questa tecnica, ti suggeriamo di eseguire una qualche forma di preparazione interna prima di seguire le seguenti istruzioni:

• ✨ **Passaggio 1: disegna un triangolo con la tua mano dominante, quindi estrai e tocca ciascuno dei tre simboli Reiki in ciascun punto del triangolo.**

Ad esempio, puoi estrarre e toccare Cho-Ku-Rei nella parte superiore del triangolo. Puoi quindi tirare fuori e toccare Sei-Hei-Ki nell'angolo in basso a sinistra del triangolo. E infine, puoi estrarre e toccare il simbolo Hon-Sha-Ze-Sho-Nen e posizionarlo nell'angolo in basso a destra del triangolo.

Il posizionamento effettivo qui non è importante. Fintanto che ciascuno dei tre simboli è posizionato attorno al tuo triangolo (come ti senti guidato) in modo che la loro luce curativa possa aiutare a portare un risultato positivo al "problema" con cui stai lavorando.

•🌀 **Step 2: Immagina o crea lo scenario che desideri 'trattare' all'interno del tuo triangolo.**

Ad esempio, se stavi inviando Reiki per potenziare un obiettivo o un'idea/visione futura, immagineresti che il tuo obiettivo sia completamente raggiunto e che tu sia seduto in questo spazio di felicità e gratitudine.

Per aiutare a rafforzare la guarigione, puoi immaginare come appare una volta raggiunto il tuo obiettivo. Come ci si sente a sapere che il proprio obiettivo è stato raggiunto? Cosa hai intorno a te ora che hai raggiunto il tuo obiettivo? E mentre immagini tutto questo nella tua mente; per favore assicurati di intendere o vedere tutto questo accadere all'interno del tuo triangolo Reiki.

•🌀 **Passaggio 3: disegna e tocca Hon-Sha-Ze-Sho-Nen sull'intero triangolo.**

Ciò contribuirà a rafforzare la connessione con il tuo "problema", aiutandolo a manifestarsi o materializzarsi effettivamente nella tua vita. Usando Hon-Sha-Ze-Sho-Nen, può aiutarci a connetterci più profondamente nel tempo e nello spazio ed è quindi una buona idea fare appello a queste energie qui in questa fase della guarigione.

•🌀 **Passaggio 4: invia la guarigione Reiki per 10-20 minuti (come ti senti guidato).**

Ora che tutti i simboli sono stati posizionati attorno al tuo triangolo, hai immaginato il tuo scenario perfetto e ti sei connesso con questo più profondamente attraverso le energie Hon-Sha-Ze-Sho-Nen, ora sei pronto per inviare la guarigione Reiki a questo triangolo .

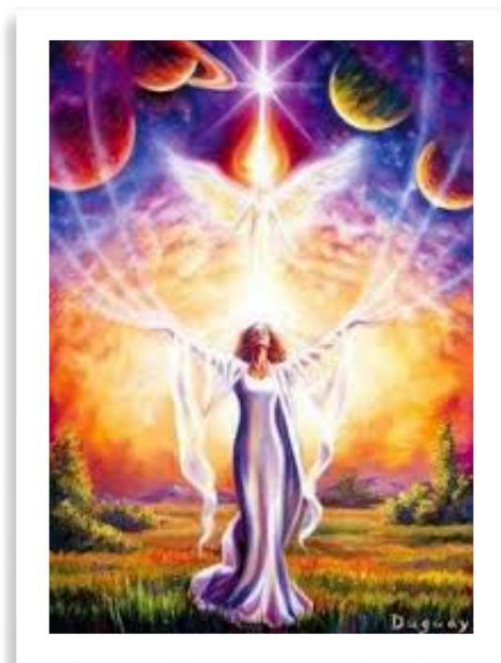
All'inizio, ti suggeriamo di inviare la guarigione Reiki al tuo triangolo con le mani e i palmi, proprio come faresti in una sessione di guarigione a distanza. Man mano che avanzi, però, puoi farlo attraverso la tua concentrazione meditativa come ti senti guidato.



Mentre invii la guarigione Reiki al tuo triangolo, puoi anche continuare a intendere o proiettare simboli in questo spazio durante i 10-20 minuti. Forse una tecnica di picchiettamento lenta e continua potrebbe essere utile qui mentre mantieni la concentrazione sul tuo triangolo e sul problema che stai trattando.

Man mano che avanzi con questa tecnica, senza dubbio ti renderai conto che questa è solo una base molto basilare, ma è qualcosa che può essere utilizzato per molti tipi di lavoro di guarigione basato sull'energia.

È qualcosa che può aiutarti ad affinare la tua concentrazione meditativa anche mentre ti apri all'invio di Reiki a qualsiasi numero di problemi che stai affrontando nella tua vita. Se lo desideri, puoi persino posizionare l'intero universo nel tuo triangolo e inviargli la guarigione Reiki!



5.2 Un'estensione a questa tecnica di base:

Man mano che avanzi nel tuo viaggio Reiki e soprattutto quando ti sposti nei livelli Advanced Usui Reiki, noterai che inizierai ad accumulare più simboli e frequenze di "Coscienza Superiore" con cui lavorare. E come tale, desideriamo aiutarvi ad equipaggiarvi adeguatamente qui per il vostro viaggio in avanti con noi verso questi livelli superiori.

L'idea qui è molto semplice: man mano che accumuli più simboli, cambia semplicemente la forma del tuo triangolo. Ad esempio, passando all'addestramento di Livello 3a, avrai accesso a tre simboli aggiuntivi, due dei quali sono rilevanti per questo tipo di lavoro di guarigione. Quindi, piuttosto che usare un triangolo per il tuo lavoro di guarigione (notando che il triangolo ha tre punti molto naturali in cui puoi posizionare un simbolo), potremmo suggerirti di iniziare a lavorare con un pentagono (5 lati) mentre ti apri al Insegnamenti di livello 3a.

Man mano che avanzi ulteriormente nella formazione Advanced Usui Reiki Master (Livelli 7 e 8), ti suggeriamo di iniziare a eseguire questa tecnica di guarigione a distanza con un cerchio (quando inizi ad acquisire molti simboli di guarigione diversi). Questo ti aiuterà a non rimanere mai a corto di "lati" e in questo modo potrai sempre portare i simboli che preferisci nelle tue sessioni di guarigione a distanza!

Ti preghiamo inoltre di essere consapevole del fatto che, mentre avanzi in queste energie del Maestro Usui Reiki Avanzato, inizierai a comprendere meglio come lavorare con i simboli della "coscienza superiore".



Ad esempio, durante il livello Advanced Usui Reiki Master Teacher, riceverai un simbolo che racchiude **tutte** le energie U sui Reiki. Chiamando semplicemente questo simbolo, sarai in

grado di ricevere tutte le frequenze di guarigione Usui Reiki e Advanced Usui Reiki in una pratica molto semplice di 5 minuti!

Tuttavia questo è per un altro ebook e un'altra volta!

Per ora, per favore, permettimi di iniziare dalle basi in modo da poterti aiutare a costruire la tua strada verso questi livelli più avanzati. Soprattutto, è sempre la dedizione e la devozione alla tua pratica che ti aiuteranno ad avere successo in qualsiasi percorso Reiki!



5.3 Altri modi di usare i simboli nella tua vita:

Ormai avrai visto che è sempre la nostra intenzione ad essere così importante quando lavoriamo con i simboli. E come parte di questo, ora capirai anche che gli aspetti divinamente guidati del Reiki permetteranno sempre alle energie di rispondere alla tua intenzione. E ormai, è forse molto più facile vedere quante diverse tecniche di Reiki hanno iniziato ad emergere in tutto il mondo!

Durante questo corso, abbiamo fatto del nostro meglio per includere alcuni dei modi più popolari di lavorare con i simboli in modo che tu possa acquisire una certa comprensione su come effettivamente connetterti con queste pratiche in un modo semplice ed efficace.

Abbiamo anche cercato di sottolineare che hai un "sistema di guida interiore" veramente divino e meraviglioso che ti aiuterà sempre a connetterti con il Reiki. Le stesse energie Reiki ti guideranno verso una comprensione più profonda su come usare queste energie anche in quella che è una connessione bella e amorevole tra "tu" e la Coscienza Superiore.

In questo ebook, abbiamo anche cercato di potenziarti e ispirarti verso l'esplorazione di queste tecniche e forse inventando le tue tecniche molto speciali ed edificanti. E nell'interesse di aiutarti a esplorare più possibilità del Reiki, esaminiamo ora rapidamente alcuni modi aggiuntivi in cui potresti desiderare di invocare i simboli Reiki per portare il Reiki nella tua vita.



Inviare Reiki al cibo:

È molto comune in una serie di diverse tradizioni spirituali benedire il cibo prima che venga mangiato. E, naturalmente, ci sono molti modi diversi in cui ciò viene fatto attraverso queste diverse tradizioni religiose e spirituali.

Ad esempio, nella tradizione buddista il cibo viene offerto al Buddha (o a una varietà di divinità diverse) prima di mangiare in modo che il praticante possa ricevere "benedizioni" per il cibo da queste entità di coscienza superiore.

Come parte di questo processo di offerta, viene insegnato che il praticante è in grado di accumulare **meriti karmici** offrendo il proprio cibo e come tale, la sua routine alimentare porta anche benefici al suo percorso verso l'illuminazione.

Nel Reiki, mentre le pratiche differiscono in qualche modo da queste pratiche buddiste, i concetti generali qui rimangono simili. È l'idea che stiamo aiutando ad aumentare la vibrazione energetica del nostro cibo dandogli una benedizione Reiki, prima di ingerirlo nel nostro corpo.





L'ovvio vantaggio di questo è che stiamo aiutando a purificare il cibo da tutto ciò che potrebbe vibrare a una densità di energia leggermente inferiore. Pertanto, stiamo contribuendo a ridurre la quantità di tossine, impurità e altre imperfezioni che possono essere presenti nel cibo prima di ingerirlo nel nostro corpo. Molte persone credono nell'idea di pulire regolarmente il corpo come un modo per liberare le tossine dall'interno. Questo è

ora visto come un modo meraviglioso per aiutare a promuovere la salute e il benessere a lungo termine.

Quindi sicuramente è anche importante praticare una tecnica che aiuti a ridurre la quantità di impurità che stiamo ingerendo in primo luogo? In questo modo, il tuo mangiare può ora diventare parte del tuo sviluppo spirituale, cioè con l'idea che stai beneducendo il tuo cibo e aiutando te stesso ad ingerire meno impurità nel tuo sistema energetico. Comunque tu voglia pensare a questa benedizione o ricarica del cibo, questa pratica Reiki può essere molto semplice che aiuta a portare più amore, luce e guarigione nella tua vita.

Uno dei modi più semplici ed efficaci per benedire o caricare il cibo con Reiki è usare il simbolo Cho Ku-Rei, soprattutto perché Cho-Ku-Rei è uno dei migliori simboli per aiutarci a pulire o purificare le cose.



Per benedire o caricare il tuo cibo con Reiki, disegna semplicemente e attingi alle energie Cho-Ku-Rei

(fisicamente o mentalmente) pur essendo

assicurati di dichiarare chiaramente la tua intenzione.

E questo è tutto.

Puoi anche inviare gli altri simboli Reiki

nel tuo cibo se lo desideri comunque

l'uso di Cho-Ku-Rei è più comune.

Ad alcuni praticanti piace anche inviare la guarigione Reiki al loro cibo con le mani. Ad esempio, dopo aver attinto e attinto le energie del Cho-Ku-Rei, passa semplicemente le mani sopra il cibo (o posizionale sopra o sotto il cibo come desideri) come faresti con la guarigione di una persona, e consenti alle energie di fluire (anche con la tua intenzione). Ancora una volta, lasceremo a te decidere come desideri benedire o caricare il tuo cibo prima di mangiare.

Come estensione di questa idea di benedire o caricare il tuo cibo, puoi anche applicare questa stessa tecnica a qualsiasi tipo di liquido, medicina, lozione, crema idratante o qualsiasi altra cosa che metti o nel tuo corpo.

Ad esempio, quando desideri bere acqua, può essere utile in primo luogo energizzare, benedire e purificare l'acqua con Cho-Ku-Rei (e qualsiasi altro simbolo) e chiedere che l'acqua porti una meravigliosa quantità di guarigione dall'interno.



In alternativa, quando si utilizzano medicinali, è possibile prima energizzarli con il Reiki, con l'intenzione di non sperimentare alcun effetto collaterale del farmaco. Lo stesso vale per creme solari, shampoo, creme idratanti o qualsiasi altro prodotto per la cura personale.

Molto spesso, questi tipi di prodotti contengono moltissime sostanze chimiche aggressive che possono avere un effetto dannoso sulla salute e sul benessere generale. Pulendoli o purificandoli con il Reiki, questo è un modo migliore per ingerire o utilizzare questi tipi di prodotti. Meglio ancora - forse questo è un buon momento anche per iniziare a utilizzare alcune alternative naturali?



Invio di Reiki ai farmaci

✦ [Invio di Reiki per pulire stanze e case:](#)

Un'altra tecnica Reiki molto comune che viene insegnata durante il secondo livello di Reiki è la pratica della pulizia delle stanze e delle case. Purificando una stanza o una casa, stai efficacemente aiutando a eliminare ogni energia a vibrazione inferiore (come faresti con il cibo).

Questa tecnica può essere utile in una serie di circostanze diverse e specialmente quando si prepara qualsiasi tipo di spazio di guarigione o meditazione. In particolare, questa tecnica ha un valore inestimabile se sei qualcuno che sta dando regolari sessioni di guarigione nello spazio di qualcun altro, cioè in un luogo che può contenere alcune energie pesanti o altri tipi di detriti energetici.

È vero che le nostre case, stanze e altri luoghi conservano gran parte delle energie che hanno vibrato all'interno degli abitanti durante la loro occupazione di quello spazio. Quindi, ad esempio, se avete una coppia che vive in una casa e litigano costantemente, litigano e si incolpano a vicenda, allora queste vibrazioni saranno trattenute in modo del tutto naturale nello spazio energetico della casa o del luogo.



In alternativa, se usi sempre una particolare stanza o spazio per la guarigione e la mediazione, cioè chiami costantemente molti diversi tipi di entità di 'Coscienza Superiore', allora questo spazio conserverà molto naturalmente alcune di queste energie edificanti.

Hai mai notato che quando entri in un vecchio luogo sacro come un tempio, improvvisamente ti senti abbastanza tranquillo o immobile? Questo è normalmente il risultato di centinaia di anni di preghiere, mantra e buone intenzioni che rimangono in questo spazio.

Nel Reiki, è bene eliminare le energie negative all'interno di uno spazio e, come abbiamo già detto qui, questo sarà spesso fatto prima di dare una sessione di guarigione o fare meditazione. È anche abbastanza comune che venga chiesto di pulire la casa di qualcuno con il Reiki. E in questo caso, sarà importante pulire letteralmente ogni stanza seguendo le istruzioni riportate di seguito.

Pulire una stanza con il Reiki:

- * **Passaggio 1:** *posizionati al centro della stanza che stai pulendo e stabilisci chiaramente la tua intenzione.*
- * **Passaggio 2:** *estrai e tocca (tre volte) Cho-Ku-Rei in ogni angolo della stanza.*
- * **Fase 3:** *Estrai e colpisci (tre volte) Cho-Ku-Rei nel soffitto della stanza.*
- * **Passaggio 4:** *estrai e colpisci (tre volte) Cho-Ku-Rei nel pavimento della stanza.*
- * **Passaggio 5:** *Ora resta semplicemente con gli occhi chiusi e senti che queste energie stanno aiutando a eliminare ogni negatività dalla stanza.*



Ancora una volta, la pulizia in corso si alimenterà dalla tua intenzione, quindi assicurati di impostare chiaramente la tua intenzione e per il vantaggio di pulire la casa o la stanza in cui ti trovi. Puoi anche combinare questa tecnica sopra con una serie di visualizzazioni se lo desideri tuttavia questo non è eccessivamente necessario.



Invio di Reiki sulla Terra e oltre: man mano

che progrediamo nel nostro percorso Reiki, siamo spesso guidati verso una maggiore comprensione di quanto sia importante iniziare a coltivare uno stato mentale altruistico o benevolo. E come parte di questo, un insegnamento chiave è che:



Più ampia è la tua intenzione, più guarigione ricevi.



E mentre questo è qualcosa di cui parleremo molto di più durante il livello Reiki Master, desideriamo piantare questo piccolo seme qui durante questi insegnamenti di Livello 2 in modo che tu possa iniziare ad aprirti a questa nuova idea nelle tue pratiche simboliche mentre sentirti guidati.

Come parte di qualsiasi viaggio Reiki di successo, cercheremo sempre di incoraggiare ogni studente Reiki a condividere le energie Reiki con gli altri, ove possibile. E quale modo migliore per farlo se non inviare energie di guarigione verso l'esterno per la nostra Terra o anche per il nostro Universo!

Inviare guarigione per la nostra Terra significa inviare guarigione per l'intero pianeta, compresa la natura, le piante, gli insetti, gli animali e tutti gli altri abitanti che coesistono insieme sul nostro bellissimo pianeta. È l'idea che invierai queste energie Reiki edificanti e amorevoli affinché tutti possano trarne beneficio.

E quando inizi con la tua pratica, potrebbe essere solo un'idea molto semplice di inviare guarigione al pianeta stesso. Man mano che avanzi, puoi iniziare ad espanderlo per includere gli abitanti e mentre continui a crescere nella tua pratica, puoi iniziare a visualizzare o intendere che la tua luce Reiki viene inviata nella Terra e irradiata verso l'esterno affinché tutti possano trarne beneficio. l'universo!

Mentre fai questo tipo di visualizzazioni e mentre crei queste intenzioni nella tua pratica, sappi che otterrai anche una quantità molto significativa di guarigione e purificazione dentro di te. In quanto tale, non solo otterrai molti meriti karmici per il tuo viaggio in avanti verso la luce, ma aiuterai anche a creare un meraviglioso insieme di circostanze vibrazionali per la tua guarigione e crescita. In altre parole, mentre dai guarigione agli altri, riceverai anche molta guarigione e purificazione per te stesso attraverso le tue azioni amorevoli, generose e gentili.



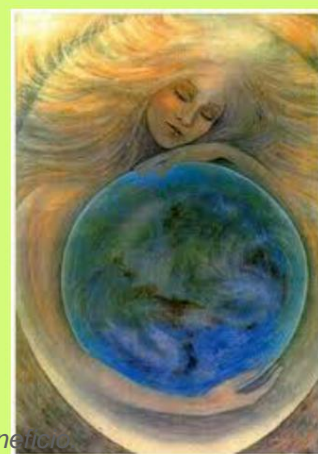
Nella pagina successiva ti condurremo attraverso una Meditazione di Guarigione della Terra.

Una semplice meditazione di guarigione della terra

- * **Passaggio 1:** Preparati come desideri, notando che questa meditazione può essere completata in 5 minuti, 10 minuti o anche 20 minuti (come ti senti guidato).
- * **Passaggio 2:** caricati di Reiki, imposta la tua intenzione e invoca le energie Reiki mentre ti prepari a inviare guarigione a distanza sulla terra (come faresti normalmente).
- * **Passaggio 3:** prenditi qualche momento per sintonizzarti, connetterti e aprirti per inviare la guarigione Reiki alla nostra bellissima madre terra. Ad esempio, potresti immaginare qui che ci sia una versione molto piccola del nostro pianeta Terra che si libra appena sopra le tue mani.
- * **Passaggio 4:** invia la guarigione Reiki alla terra con le tue mani per circa 20 - 30 secondi come faresti normalmente attraverso una tecnica di guarigione a distanza di tua scelta, cioè puoi immaginare che le energie Reiki fluiscono attraverso di te e riempiano la terra con tanto amore, luce e energia curativa. La guarigione Reiki sta aiutando a elevare la terra, i suoi abitanti e sta aiutando a portare equilibrio, amore e pace all'intero pianeta!
- * **Passaggio 5:** disegna e tocca ciascuno dei simboli Reiki nello stesso ordine in cui faresti normalmente durante una sessione di guarigione a distanza.
- * **Passo 6:** Ora continua ad aprirti e ricevere la guarigione Reiki per la Terra (sentiti libero di usare i simboli Reiki mentre ti senti guidato durante la tua sessione di meditazione/guarigione a distanza).

Mentre completate questo passaggio finale, potreste anche desiderare di immaginare o visualizzare che la Terra stia ricevendo questa luce magnificamente e con molto amore e gratitudine. Le energie Reiki fluiscono ovunque debbano essere per aiutare a portare equilibrio, amore, pace e armonia in tutte le aree del nostro pianeta.

Potresti desiderare di vedere o immaginare che la Terra ora inizi a risplendere intensamente mentre le energie Reiki stanno aiutando ad elevare la vibrazione della Terra più vicina alla purezza, alla luce bianca e all'amore incondizionato. E man mano che avanzi con questa tecnica, puoi anche iniziare ad espandere questa visualizzazione mentre la luce bianca continua a irradiarsi verso l'esterno affinché tutti possano trarne beneficio.



Come puoi vedere qui da questa tecnica, stiamo cercando di incoraggiarti qui ad espandere il tuo pensiero e le tue intenzioni qui in modo che tu possa iniziare a sentire alcuni dei benefici dell'intenzione altruistica o benevola nelle tue pratiche. Come abbiamo detto, questo è qualcosa su cui torneremo nei nostri insegnamenti del Reiki Master, ma per ora siamo molto felici di condividere questa tecnica di guarigione della Terra con voi qui a beneficio di tutti!

Per quelli di voi che desiderano essere guidati attraverso una meditazione di guarigione della Terra, siamo felici di condividere la meditazione video guidata di seguito che abbiamo incluso come parte del nostro corso di meditazione per principianti online gratuito. Non esitate a guardare questo video facendo clic sul collegamento sottostante:

[Meditazione guidata di guarigione della terra \(video / audio\)](#)

5.4 Mettere tutto insieme:

Ci auguriamo che leggendo questa sezione pratica di questi insegnamenti di Reiki Livello 2, tu ora capisca che puoi davvero inviare Reiki a quasi tutto ciò che desideri! E, naturalmente, ora ti è stata data un'intera pletora di diverse tecniche e pratiche di guarigione per aiutarti a farlo.

Per cominciare, ti è stato dato un formato molto semplice e facile per fare l'autoguarigione o la meditazione con i simboli. E saprai anche che mentre inizi ad accumulare sempre più simboli, questo stesso formato può essere utilizzato mentre continui a progredire nel tuo percorso Reiki.

In secondo luogo, ti abbiamo presentato alcuni dei modi fondamentali in cui puoi lavorare con i simboli di guarigione nelle tue sessioni di guarigione "di persona". E ancora, man mano che accumuli più simboli attraverso i livelli superiori, questi insegnamenti fungeranno da base molto importante per te mentre introduci questi nuovi simboli nelle tue pratiche di guarigione.

In terzo luogo, abbiamo parlato del concetto di guarigione *a distanza* mentre vi presentavamo una serie di tecniche molto semplici per inviare Reiki a persone in altre località geografiche e per inviare la guarigione Reiki nel passato e nel futuro.

E infine, per finire qui, ti abbiamo appena presentato una serie di tecniche molto semplici che ti aiuteranno a portare il Reiki in molte aree diverse della tua vita, incluso come benedire il tuo cibo con il Reiki, come pulire le stanze o case, come inviare Reiki sulla nostra Terra e come inviare Reiki a qualsiasi cosa tu desideri attraverso la semplicissima *tecnica del triangolo*.

Comprendiamo però che si tratta di molte informazioni da assimilare e digerire! E questo è uno dei motivi per cui siamo così felici di fornirti queste informazioni in formato scritto. Vi invitiamo a prendere tutto il tempo necessario qui per digerire questo materiale. Normalmente, scopriamo che la maggior parte delle persone inizierà con le proprie pratiche di autoguarigione per ottenere una maggiore comprensione vibrazionale dei simboli Reiki.

Per coloro che danno sessioni di guarigione di persona su base regolare, inizieranno anche molto naturalmente a incorporarle nelle loro sessioni di guarigione e poi si sposteranno lentamente nell'idea di dare guarigione a distanza, cioè dove si presenta l'opportunità.

Puoi anche rileggere o rivisitare qualsiasi parte di questo corso in qualsiasi fase del tuo viaggio Reiki. Abbiamo deliberatamente cercato di suddividere il nostro corso in sezioni per cercare di renderti più facile e, naturalmente, se hai qualche domanda, siamo sempre più che felici di aiutarti dove possiamo!

Forse sei qualcuno che potrebbe beneficiare di un piccolo libro di "pratiche di guarigione" che può aiutarti a tenere traccia di tutte le tue pratiche di guarigione preferite? Forse desideri stampare ed evidenziare alcune delle aree all'interno di questo ebook in modo da poter tornare a queste informazioni in un secondo momento?

L'intero scopo di questo corso è stato quello di fornirti una buona gamma di tecniche e pratiche di guarigione in modo da avere una serie completa di insegnamenti Reiki per il Livello 2. Come parte di questo, abbiamo fatto del nostro meglio per fornirti tutto ciò che ci è stato utile nel nostro viaggio Reiki in modo che tu possa muoverti verso più amore, luce e guarigione nella tua vita. È con tanto amore nei nostri cuori che condividiamo queste informazioni con voi e speriamo che possano aiutarvi a diventare uno straordinario canale di guarigione per il beneficio assoluto e infinito di tutti!



6. Commenti finali:

È stato davvero un piacere presentarti questi insegnamenti Usui Reiki - Livello 2 e speriamo davvero che ti sia piaciuto ricevere questi insegnamenti tanto quanto noi ci siamo divertiti a condividerli!

Si prega di attendere almeno 3 mesi prima di passare all'attivazione Usui Reiki Livello 3a.

Durante questo periodo di digestione di 3 mesi, sarai in grado di ottenere molti tipi di esperienze di guarigione e apprendimento aggiuntive mentre ti apri a queste nuove tecniche. E per molte persone, questa è davvero una delle parti più importanti e divertenti dell'apprendimento che si fa qui a questo livello!

Se ti senti pronto, per coloro che desiderano muoversi molto rapidamente attraverso il sistema di guarigione Usui Reiki, puoi anche utilizzare questo periodo di digestione di 3 mesi per iniziare ad aprirti a uno dei nostri percorsi di [ascensione](#). [Le energie del Sentiero dell'Ascensione](#) offrono un'opportunità molto significativa per aumentare la tua vibrazione e possono aiutarti a spostarti più rapidamente nelle energie dell'Usui Reiki Avanzato quando sarà il momento.

In ogni caso, dopo un minimo di 3 mesi dalla data della tua attivazione di livello 2, ti invitiamo a passare all'Usui [Reiki Master Healer di livello 3a energie mentre ti senti pronto. Qui, ti guideremo](#) verso una comprensione più profonda del Reiki mentre copriamo una gamma di nuove ed entusiasmanti tecniche di guarigione che ti aiuteranno a portare più profondità e amore alle tue pratiche.

Come parte della formazione Reiki Master 3a, riceverai l'accesso ai simboli Reiki Master mentre ti apri per ricevere gli aggiornamenti necessari nella tua coscienza in modo da poter iniziare a guarire con questi nuovi simboli nelle tue pratiche. La formazione Reiki Master contribuirà anche a creare una base meravigliosa e amorevole per il [sistema di guarigione Advanced Usui Reiki](#) !

Infine, è stato davvero un onore e un piacere per noi condividere con voi questi insegnamenti Usui Reiki e desideriamo inchinarci al dottor Mikao Usui e a tutti i Reiki Master che hanno contribuito a mantenere questo bellissimo lignaggio e sistema di guarigione in modo che queste energie possano essere diffuso in tutto il mondo.

Se desideri un certificato per il completamento di Usui Reiki Livello 2, 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!

Ci auguriamo che anche tu sarai una parte meravigliosa di questo lignaggio Reiki mentre ti apri a condividere queste meravigliose energie di guarigione con molte anime meravigliose. Possano queste pratiche Reiki aiutarti a portare più amore, luce e pace nel nostro mondo e nella coscienza [collettiva!](#)

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 UsuiReiki Livello 2



Capitolo 4: Appendici



Love Inspiration

Learn • Heal • Awaken

UsuiReiki

Livello Due - Guarigione Avanzata

Capitolo 4: Appendici

Contenuti:

Contenuto	Pagina
Appendice 1 - Joshin Kokyu Ho	90
Appendice 2 - Strumenti aggiuntivi per guarire gli altri	96
a) Reji Ho	97
b) Scansione Byosen	98
c) Pulizia dell'aura	99
d) Kenyoku Ho	100
Appendice 3 - Comprendere la crisi di guarigione	101
Appendice 4 - Dare sessioni di guarigione (materiale utile)	109
UN). Lista di controllo della sessione di guarigione	110
B). Scheda dei simboli Reiki di livello 2	112
C). Scheda informativa post guarigione	113



Appendice Uno

Joshin Kokyu Ho

Meditazione Joshin Kokyu Ho

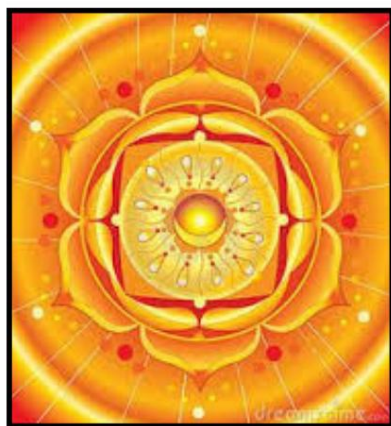
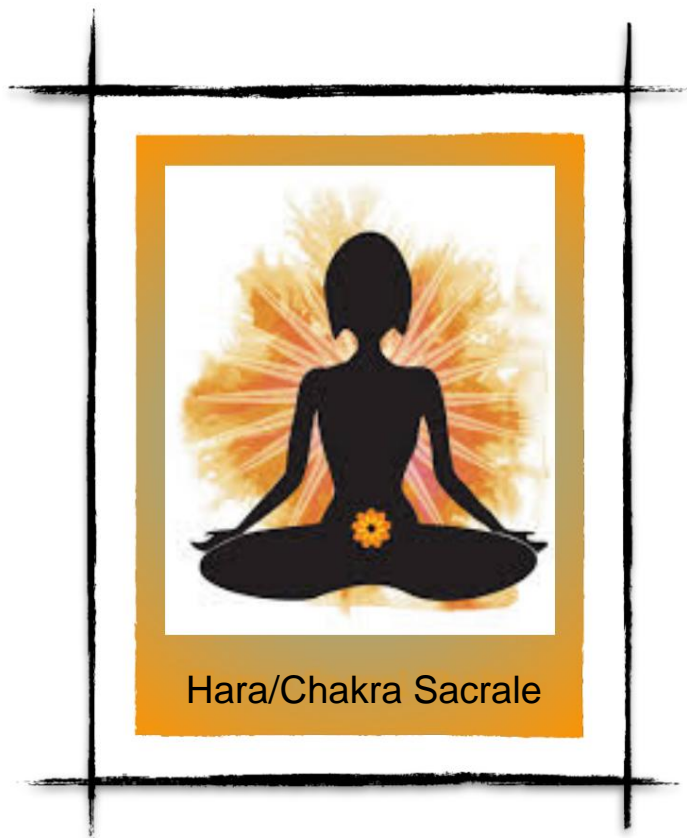
La tecnica "Joshin Kokyu Ho" è stata insegnata dal Dr Usui ai suoi studenti come un modo per rafforzare la loro connessione con le energie Reiki e con il loro "Hara" (alias Seika Tanden). La parola 'Hara' è un termine molto popolare usato in molte tradizioni asiatiche che si riferisce al chakra navale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

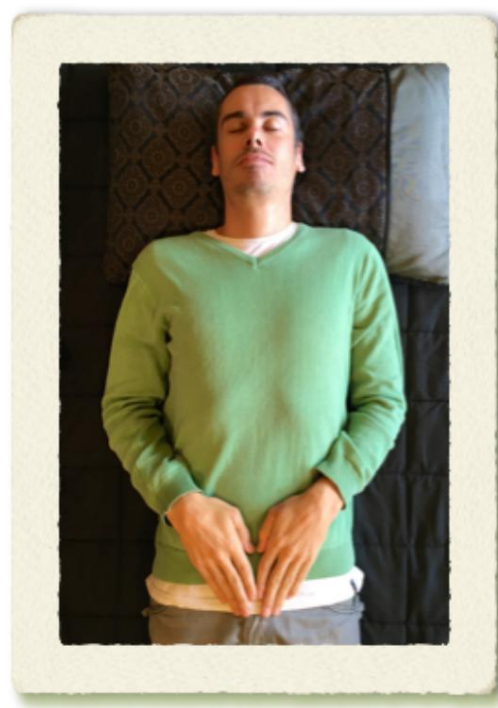
Questo sarà anche un meraviglioso preludio a qualsiasi altra forma di meditazione o guarigione!

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.



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.

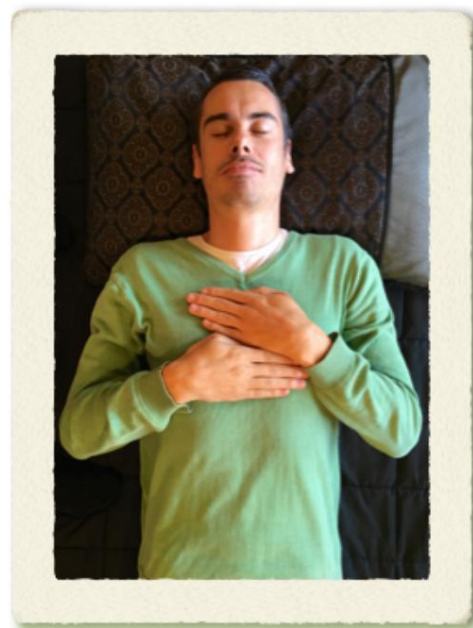


★ **Variazione 2 - Sdraiati con i palmi delle mani sul chakra del cuore**

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).

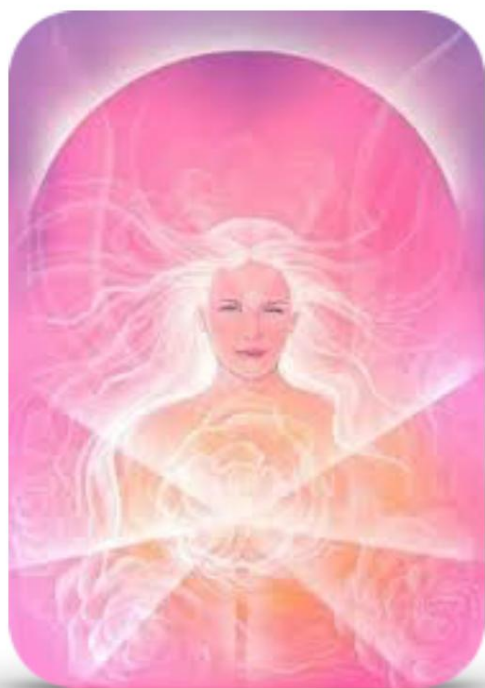


Per favore ora prenditi qualche momento qui per connetterti con lo spazio del tuo cuore sacro. E proprio come abbiamo fatto nella prima variazione, potresti anche voler dedicare qualche minuto per consentire alle energie Reiki di fluire dolcemente e amorevolmente nel tuo Chakra del Cuore prima di lavorare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



★ 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.

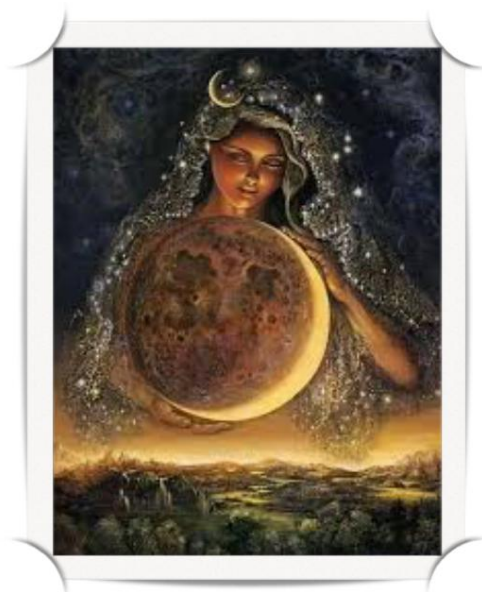
In alternativa, potresti voler iniziare la tua pratica Joshin Kokyu Ho inspirando nel tuo Hara e poi espirando attraverso l'anca e la zona pelvica. Guarda come ti senti! Come altra idea, perché non provare a respirare l'energia Reiki attraverso i piedi. Ad esempio, potresti provare a respirare Reiki:

- ♥ 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!





Love Inspiration

Learn • Heal • Awaken

Appendice Due

Strumenti aggiuntivi per guarire gli altri

Come abbiamo discusso in questo ebook, è sempre stata nostra intenzione fornirti un'ampia gamma di tecniche e pratiche di guarigione Reiki in modo che tu possa connetterti con molti diversi tipi di lignaggi Reiki e tecniche di guarigione come parte della tua pratica.

Come parte di questo, quindi, desideriamo ora includere qui quattro tecniche di guarigione aggiuntive che probabilmente saranno molto utili per voi quando inizierete le vostre pratiche di guarigione per gli altri. Queste tecniche sono le seguenti:

a) Reiji Ho: *sviluppo intuitivo* b)

Byosen Scanning: *scansione con Reiki* c) Aura

Cleansing: *pulizia e purificazione dell'aura* d) Kenyoku

Ho: *bagno a secco*

Normalmente, se ti insegnassimo queste pratiche di persona, te le spiegheremmo e te le dimostreremmo in modo che tu possa poi praticarle come ritieni necessario.

Quindi, come parte della nostra formazione online, abbiamo deciso di insegnare queste pratiche allo stesso modo.

In primo luogo, questa appendice ti fornirà tutte le spiegazioni necessarie e, in secondo luogo, ti forniremo anche una dimostrazione video per ciascuna delle tecniche qui presentate. Questi sono stati tutti inclusi in un video perché, come vedrai, queste tecniche fluiranno l'una dall'altra abbastanza bene nelle tue sessioni di guarigione Reiki.

[Fare clic qui per guardare le "Tecniche aggiuntive di guarigione Reiki" - Tutorial video](#)



Inoltre, per aiutarti a comprendere i significati più profondi di ciascuna tecnica, abbiamo anche incluso qui le tecniche scritte e ulteriori informazioni per aiutarti a chiarire qualsiasi cosa qui. Questo può anche essere usato come risorsa futura se desideri fare riferimento a questo in una fase successiva del tuo percorso Reiki.

a) Reiji Ho

Reiji Ho è una tecnica Reiki meravigliosamente semplice che è stata insegnata dal dottor Mikao Usui ai suoi studenti come un modo per sviluppare gli aspetti intuitivi della loro pratica Reiki. La parola 'Reiji' significa 'indicazione dello spirito' e la parola 'Ho' significa 'tecnica'.

Reiji Ho quindi è una tecnica che può aiutarti a connetterti con la tua intuizione mentre ti apri a ricevere ulteriore assistenza divina per aiutarti a "sapere" dove mettere le mani durante una sessione di guarigione. La tecnica attuale, insegnata dal dottor Usui, è la seguente:

- ♥ Passaggio 1: Invita le energie Reiki nella tua sessione di guarigione come faresti normalmente.
- ♥ Passaggio 2: stabilisci ampiamente la tua intenzione di guarigione per il massimo bene possibile del tuo destinatario e invoca le energie Reiki.
- ♥ Passaggio 3: Alza le mani giunte (posizione di preghiera) fino al Chakra del Terzo Occhio e chiedi che le energie Reiki guidino le tue mani dove sono necessarie per la tua sessione di guarigione.
- ♥ Passaggio 4: inizia la sessione di guarigione con le mani.

Con la tua intenzione impostata, ora riceverai un'ampia varietà di assistenza divinamente guidata per aiutarti con dove mettere le mani durante la tua sessione di guarigione. Meraviglioso!

Vorremmo anche includere un quinto passo qui in questo processo che sarebbe quello di continuare ad aprirsi alla tua voce interiore o all'intuizione divina mentre procedi nella tua sessione di guarigione. Questo è molto importante in modo che tu possa sentire questi sentimenti e messaggi molto sottili ricevuti durante questo periodo.

Questi messaggi possono essere ricevuti in una varietà di modi diversi, ad esempio attraverso le mani, attraverso un dolore nel corpo, attraverso una piccola voce che viene ascoltata, attraverso visioni o sentendo altri tipi di sensazioni vibrazionali durante la sessione. Potresti anche avere la sensazione di "ah, devo andare lì".

Comunque questi messaggi si manifestino per te, assicurati di ringraziare la tua intuizione divina per averti fornito queste informazioni e chiedi di essere guidato a ricevere continuamente questo tipo di informazioni in futuro in modo da poter servire meglio gli altri.

Comprendendo che questo è spesso un processo di sviluppo più graduale, per favore concediti il dono dell'amore e della pazienza mentre cresci ed evolvi nel tuo viaggio Reiki. Queste abilità si svilupperanno in modo molto naturale per te in linea con il tuo karma, quindi per favore sii paziente, gentile e amorevole con te stesso ove possibile.



b) Scansione Byosen

La scansione Byosen è un'altra tecnica che funziona con gli aspetti 'sentimenti' del Reiki ed è comunemente usata all'inizio di una sessione di Reiki. Questa tecnica ti aiuterà a scansionare brevemente il campo energetico del ricevente per aiutarti a determinare dove potresti aver bisogno di trascorrere più tempo durante la sessione.

La parola Byosen è composta da due parole, 'byo' che significa *malato* e 'sen' che significa *linea*, quindi in questo modo possiamo capire che stiamo cercando qui i meridiani energetici che sono sbilanciati, malati o bloccati in qualche modo.



E questo è l'intero punto di fare questo tipo di lavoro di scansione prima di iniziare la nostra sessione - in modo da poter identificare le aree del corpo che potrebbero richiedere più lavoro di guarigione o attenzione. Per Marty e Gerry, normalmente eseguivano la scansione Byosen subito dopo aver eseguito il loro Reiji-Ho, o subito dopo aver invitato l'energia e impostato l'intenzione di guarigione.

Il metodo effettivo per [la scansione Byosen](#) è semplicissimo. Porta semplicemente la tua mano preferita sopra il chakra della corona delle persone (poiché sono rivolte verso l'alto), a circa 2-3 pollici dalla loro testa. E ora, fai scorrere lentamente la mano verso il basso, lungo la parte anteriore del loro corpo, a circa 2-3 pollici dal loro corpo fisico.

Stai "scansionando" il corpo alla ricerca di eventuali problemi o blocchi energetici.

Mentre la tua mano si muove lentamente, osserva attentamente qualsiasi sensazione sottile nelle tue mani come formicolio, sbalzi di temperatura, dolore o disagio (incluse qualsiasi altra parte del tuo corpo), pulsazioni energetiche o altre sensazioni vibrazionali. Questi saranno tutti segni che potrebbero dirti dove è necessario del tempo aggiuntivo durante la tua sessione di guarigione.

La scansione una volta è normalmente sufficiente e normalmente va bene scansionare solo la parte anteriore del corpo del destinatario, tuttavia se lo ritieni necessario, puoi ripetere la scansione più di una volta o persino scansionare la parte posteriore del destinatario se ti senti guidato (avresti bisogno di farlo rotolare prima).

Un'altra cosa da tenere presente qui con la tua scansione Byosen è il concetto che i blocchi energetici che senti potrebbero non essere interamente correlati a dove esattamente il ricevente sente il dolore o dove si trova il problema "reale". Ad esempio, il destinatario potrebbe lamentarsi di un ginocchio dolorante, tuttavia il blocco o l'area in cui hai ritenuto di aver bisogno di maggiore attenzione è più vicino al suo Chakra Sacrale o al Chakra della Radice. Potresti anche rilevare altri blocchi energetici che potrebbero non essersi ancora manifestati in un disturbo tangibile.



In questi casi, potresti scoprire che è necessario dedicare più tempo a diverse aree, ad esempio dove si sente il dolore e su qualsiasi altro blocco che trovi. In alcuni casi, però, scoprirai che trattando il blocco energetico contribuirai anche ad alleviare il dolore all'interno della particolare area del corpo dove c'è un disturbo.

Potresti anche scoprire che questi blocchi energetici e disturbi richiederanno un numero di sessioni prima che siano completamente guariti e, in caso di malattie croniche, potrebbero passare molti mesi o addirittura anni prima che il destinatario sia in grado di provare sollievo dai propri disturbi.

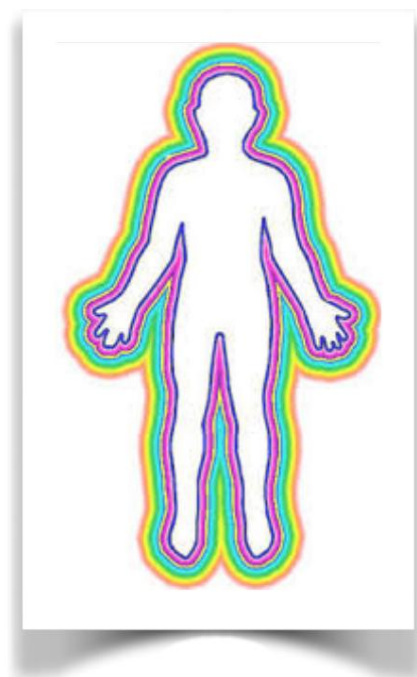
In questi casi, spesso suggeriamo che il ricevente impari effettivamente il Reiki da solo in modo da non dipendere dagli altri per ricevere la guarigione. Tuttavia, come sempre, ti invitiamo a usare il tuo intuito e i tuoi sentimenti interiori per aiutarti a decidere la giusta linea d'azione in ogni situazione.

c) Pulizia dell'aura

Un'altra tecnica utile quando si danno sessioni di Reiki per gli altri è fare la "pulizia dell'aura". Come ora avete imparato, il nostro campo energetico può essere interrotto in una grande varietà di modi diversi e, come tale, possono esserci moltissimi tipi di detriti energetici (e altre impurità) che fluttuano intorno al nostro campo aurico. Pertanto, può essere molto piacevole fare un po' di pulizia dell'aura come parte delle sessioni di guarigione.

Per fare questo, inizieresti con il tuo invito di energia, impostando la tua intenzione e invocando le energie Reiki. Se lo desideri, puoi quindi scegliere di fare il tuo invito Reiji Ho (con le mani alzate al terzo occhio), seguito dalla tua scansione Byosen (per capire dove trascorrere più tempo durante la nostra sessione di guarigione).

Ora sei pronto per usare questa tecnica di pulizia dell'aura e una volta che hai completato questa tecnica di guarigione, sei ora pronto per iniziare a fare le tue mani sulla sessione di guarigione. Per una dimostrazione di questa tecnica, vi rimandiamo gentilmente al nostro video tutorial qui sotto dove discutiamo della pulizia dell'aura come terza tecnica di guarigione aggiuntiva per Reiki Livello 1:



[Ulteriori tecniche di guarigione Reiki - Tutorial video](#)

Per descrivere a parole il processo di pulizia dell'aura, per favore metti le mani, i palmi rivolti verso il basso, a circa 50-100 cm sopra il corpo del ricevente, iniziando appena sopra il chakra della corona. Ora muovi lentamente le mani verso il basso mentre *spazzi* o raccogli tutti i detriti energetici che possono trovarsi nell'aura della persona.



Muovendovi verso il basso mentre spazzate e raccogliete tutte le impurità e i detriti energetici, ora "allontanate" queste imperfezioni e impurità dal destinatario mentre ancorate queste energie e le rilasciate in sicurezza nella Terra.

Puoi completare questo processo tre volte (con la tua intenzione di liberare il campo aurico) per assicurarti che l'aura sia stata purificata in modo efficace. E con questo ora sei pronto per iniziare le tue mani sulla sessione di guarigione.

d) Kenyoku Ho

Kenyoku Ho può essere tradotto letteralmente con il significato di 'bagno a secco' e questa è una tecnica meravigliosa che può aiutarti a lavare via o purificarti da qualsiasi energia negativa che possa essere presente nel tuo campo energetico (per qualsiasi motivo). È quindi un'ottima tecnica da utilizzare prima di una sessione, dopo una sessione o in qualsiasi situazione per purificare o eliminare eventuali energie indesiderate dal proprio campo energetico.



La vera tecnica insegnata dal dottor Usui era molto semplice e richiede di "spazzare" il corpo e le braccia con l'intenzione di pulire e purificare queste aree. E come molte pratiche Reiki, ora ci sono alcune diverse varianti della pratica Kenyoku Ho a tua disposizione.

Per cominciare, ad alcuni insegnanti di Reiki piace sottolineare l'importanza dell'inspirazione e dell'espirazione durante l'esecuzione del Kenyoku Ho. Altri ti daranno la possibilità di fare questa pratica attraverso metodi di tocco, mentre altri ancora ti mostreranno un metodo "non-tocco".

Sebbene esistano alcune varianti diverse di questa tecnica, abbiamo scelto di fornirti uno dei modi più comuni di fare Kenyoku Ho come spieghiamo qui nel seguente video tutorial:



[Ulteriori tecniche di guarigione Reiki - Tutorial video](#)

Per chiunque desideri una descrizione scritta della tecnica, ecco una serie di istruzioni passo passo per eseguire Kenyoku Ho:



1. Siediti in posizione eretta con la colonna vertebrale dritta
2. Imposta la tua intenzione di fare Kenyoku Ho come un modo per purificare il tuo corpo
3. Inspira: porta la mano destra sulla spalla sinistra,
4. Espira: passa la mano destra con un movimento verso il basso sul petto (terminando all'anca destra)
5. Inspira: porta la mano sinistra sulla spalla destra,
6. Espira: passa la mano sinistra con un movimento verso il basso sul petto (terminando all'anca sinistra)
7. Inspira: porta la mano destra sulla spalla sinistra,
8. Espira: passa la mano destra con un movimento verso il basso sul petto (terminando all'anca destra)
9. Inspira: porta la mano destra sulla spalla sinistra 10. Espira: abbassa il braccio sinistro con la mano destra per rimuovere eventuali energie negative
11. Inspira: porta la mano sinistra sulla spalla destra
12. Espira: fai scorrere il braccio destro verso il basso con la mano sinistra per rimuovere eventuali energie negative
13. Inspira: porta la mano destra sulla spalla sinistra
14. Espira: abbassa il braccio sinistro con la mano destra per rimuovere qualsiasi energia negativa
15. Portare le mani in posizione Gassho e ringraziare





Love Inspiration

Learn • Heal • Awaken

Appendice Tre

Comprendere la crisi di guarigione

Cos'è una crisi di guarigione?

La crisi di guarigione si verifica quando il naturale processo di guarigione del corpo viene accelerato dopo una qualche forma di lavoro di guarigione. Durante questo periodo, il corpo subirà un processo di eliminazione di tossine indesiderate, impurità e vecchi schemi di pensiero e, come tale, ci possono essere una varietà di sensazioni percepite mentre ciò accade.

La crisi di guarigione si verificherà spesso durante o dopo una sessione pratica di guarigione, una sessione di guarigione a distanza, una sintonizzazione o attraverso il tuo lavoro di guarigione meditativa. I sintomi o i disturbi sperimentati sono sempre temporanei, tuttavia per molte persone concluderanno che la guarigione che hanno ricevuto non ha funzionato. In realtà, questi segnali ti stanno dicendo l'esatto contrario!

Mentre rivivi questi sintomi o squilibri emotivi dentro di te, questo è il modo del tuo corpo di dirti che c'è una grande quantità di guarigione in corso e che il tuo corpo sta rilasciando queste impurità e vecchi schemi di pensiero in modo che tu possa poi muoverti più vicino a una salute piena e duratura. Questo è un processo che spesso accompagna una profonda guarigione e purificazione ed è anche comunemente indicato come "purificazione".



È importante capire che tali reazioni sono solo temporanee e possono verificarsi immediatamente, cioè durante la sessione di guarigione stessa o per diversi giorni o anche diverse settimane dopo (a seconda delle energie che si muovono/vengono rilasciate). In genere, tuttavia, i sintomi di solito scompaiono entro circa 1-3 giorni.

Alcuni dei sintomi più comuni di una crisi di guarigione

- * Niente di niente (e questo è perfettamente normale e normale!)
- * Stanchezza o talvolta sensazione di "essere stato investito da un autobus". Questa è una fase temporanea, che di solito dura al massimo un giorno, mentre il tuo corpo elimina la vecchia energia. Concedi al tuo corpo molto riposo e tutto ciò 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 spontanei e spesso forti; pianto, tristezza, felicità ecc. Spesso dopo la guarigione, il tuo corpo continuerà a eliminare i blocchi energetici rilasciando emozioni. Questo è molto sano 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 nella dieta, cambiamenti nelle abitudini alimentari, ad esempio mangiare di meno o mangiare cibi diversi.
- * Per le donne, i cicli mestruali possono essere temporaneamente influenzati.
- * Cambiamenti nei modelli di pensiero e nelle prospettive; quando la guarigione ha luogo, a volte può spostare i vecchi "filtri" nelle nostre menti, cambiando la nostra visione della vita, a volte cambiando vecchie abitudini e modelli, generando momenti di "lampadina" e una maggiore ricerca di conoscenza spirituale.
- * Aumento del dolore articolare o muscolare
- * Stanchezza estrema
- * Irrequietezza
- * Dolori e dolori
- * Nausea
- * Febbre / Brividi
- * Caduta della pressione sanguigna
- * Raffreddore o sintomi simil-influenzali
- * Sorgono ricordi repressi
- * Sbalzi d'umore
- * Diarrea
- * Ansia
- * Crampi
- * Mal di testa
- * Insonnia
- * Congestione sinusale
- * Un cambiamento nella minzione e/o nei movimenti intestinali
- * Eruzioni cutanee (foruncoli, eruzioni cutanee ecc.)



Di quali altre cose dovrei essere consapevole dopo aver svolto un lavoro di guarigione?

Disturbi del sonno:

svegliarsi nelle prime ore del mattino alla stessa ora (ad esempio: tra le 2 e le 5 del mattino) notte dopo notte. Questo è un segno sicuro che sta accadendo qualcosa di profondamente trasformativo. Fai attenzione all'ora sul tuo orologio: molto spesso può essere esattamente la stessa ora ogni notte!

Prendi nota dei numeri nel tempo se lo desideri, poiché potrebbero avere un significato numerologico se vuoi approfondire. Può durare da una sola notte fino a più di una settimana, a seconda del tipo di trasformazione che stai attraversando.



Quando ti svegli, cerca di non pensare "grrrrr sono di nuovo sveglio". Piuttosto prova a dire "freddo, sveglio allo stesso tempo - deve esserci una profonda guarigione in corso!".

Sogni:

I sogni sono un modo incredibilmente sorprendente per noi di eliminare l'energia, in particolare quei sogni strani e schifosi. Spesso, se stiamo lavorando per rilasciare qualcosa, consciamente o inconsciamente, possiamo avere sogni che seguono caratteristiche simili.

Ad esempio, una delle intenzioni di Gerry durante il suo lavoro di guarigione era cercare di ridurre il suo attaccamento al cioccolato! Nel suo sogno la notte successiva, ha mangiato troppa cioccolata a Natale e successivamente si è svegliata sentendosi male!

L'Universo funziona in modi meravigliosi e queste "rilasci da sogno" sono un modo brillante e meraviglioso per purificarsi senza dover fisicamente passare attraverso tutto il rilascio. In effetti, a volte potresti desiderare di chiedere più purificazione nel sonno, poiché in molti modi può essere più facile.

Se lo desideri, tieni un diario dei sogni accanto al tuo letto dove puoi registrare cosa sta succedendo se ricordi un sogno. Potresti scoprire che ci sono schemi o temi ripetuti nei tuoi sogni o potrebbero essere semplicemente una versione una tantum.

Ci sono molti libri sull'interpretazione dei sogni che puoi acquistare, o anche solo cercare su Google cosa significa un sogno, ma spesso è la **SENSAZIONE** generale nel sogno che lo interpreta al meglio. Era paura o felicità che provavi? hai perso qualcosa o l'hai trovato?

E infine, uno dei sogni più comuni è quello della morte. La morte significa semplicemente "un nuovo inizio", quindi non preoccuparti se lo vedi per te stesso o per gli altri. Questo spesso può significare che stai subendo una trasformazione molto significativa e profonda dentro!



Lezioni di

apprendimento: rivisitare la stessa "lezione" più volte. L'Universo è molto gentile con noi in quanto ci offre ampie opportunità di guarire noi stessi. Se non lo "capiamo" la prima volta, continua a consegnare fino a quando non lo facciamo!

Potresti sentire che c'è qualcosa di specificamente ingiusto nella tua vita, qualcosa che continua a succederti ancora e ancora. Questo può essere amplificato nella tua crisi di guarigione ed è il dono dell'Universo per te!

Per aiutare con la tua guarigione, può essere utile applicare la consapevolezza alla tua vita esteriore e specialmente a quei momenti in cui senti sorgere qualsiasi tipo di emozione difficile. Perché sorgono queste emozioni? È qualcosa che sembra accadere regolarmente? E quale lezione hai bisogno di imparare da questo? Riesci a pensare al problema di guarigione a cui ciò potrebbe essere correlato?

Ricorda anche che la guarigione avviene a strati. Anche se potresti pensare di aver affrontato un problema in precedenza, potrebbe continuare a presentarsi per farti guarire a un livello PIÙ PROFONDO ancora e ancora, fino a quando non sarà completamente guarito. Ancora una volta - un dono meraviglioso da questo universo amorevole!

Test o sfide: test o sfide

nelle relazioni, nelle finanze, nella vita domestica e nel lavoro. L'Universo può davvero 'spremerci' per far risuonare le impurità per la guarigione; come se stesse "spingendo i nostri pulsanti".

Nota che più in alto vai sul tuo sentiero spirituale, più profonda è la guarigione che si verifica, quindi la spremitura a volte può essere pesantemente mascherata e difficile da vedere in quel momento. Cerca di non vedere la persona o la situazione che preme i tuoi pulsanti, ma piuttosto l'Universo che ti sta offrendo un bellissimo dono per guarire.

È molto facile per noi dare la colpa alle circostanze esterne che ci circondano, ma in realtà c'è sempre qualcosa dentro che ha bisogno di guarigione!

A framed box containing the text "YOU ARE Braver & Stronger THAN YOU THINK". The text is centered and uses a mix of serif and cursive fonts. The box is framed by a thick, hand-drawn black border with orange highlights at the corners.

YOU ARE
Braver & Stronger
THAN YOU THINK

Perdita del vecchio:

È importante notare che mentre avanzi nel tuo viaggio spirituale, la tua vibrazione aumenta. E man mano che la tua vibrazione aumenta, le cose che non vibrano più allo stesso livello in cui potresti iniziare a uscire dalla tua vita. Ad esempio amici, colleghi, comportamenti eccessivi o persino il tuo lavoro / posto di lavoro. Ma per favore non allarmarti per nulla di tutto ciò, perché mentre l'Universo chiude una porta, ne apre sempre un'altra!

Nuove persone, situazioni o luoghi di lavoro inizieranno a manifestarsi nella tua vita e queste persone e cose vibreranno a un livello simile al "nuovo" te. Potresti sentirti a disagio durante la fase di transizione tra le porte, ma man mano che ti allinei con il nuovo insieme di energie prodotte, presto inizierai a sentirti di nuovo a tuo agio a questo nuovo livello.



Questo processo può essere molto impegnativo e difficile poiché sentiamo che stiamo perdendo così tanto; ma cerca di ricordare che per guadagnare di più, a volte dobbiamo prima eliminare il vecchio in quella che a volte può sembrare una "perdita".

Se senti che questo sta iniziando ad accadere nella tua vita, è un chiaro indicatore che stai facendo progressi significativi sul tuo percorso spirituale. Per favore sii gentile con te stesso e riconosci ciò che sta accadendo. Può anche essere utile riconoscere fino a che punto sei arrivato per essere presentato con queste nuove ed entusiasmanti opportunità.

Come posso aiutare me stesso ad alleviare la crisi di guarigione?

- ♥ Bevi molta acqua fresca (meglio se filtrata), succhi e tisane per liberare il corpo dalle tossine. Questo aiuterà a scovare le tossine dal tuo sistema e ad accelerare la disintossicazione.
- ♥ Riconosci a te stesso che quello che stai attraversando è una crisi di guarigione. Un'eliminazione temporanea di vecchie energie indesiderate in modo che tu possa entrare nel nuovo. Questo è importante perché senza il riconoscimento, potrebbe sembrare una svolta verso il basso nella tua vita. Tieni gli occhi concentrati sull'orizzonte: stanno arrivando cose nuove e migliori!
- ♥ Se ti senti affaticato o assonnato, il tuo corpo ti sta parlando e ti sta dicendo di riposare. Sii gentile con te stesso e ottieni il resto di cui hai bisogno.
- ♥ I sintomi a volte possono scomparire dopo un buon movimento intestinale.
- ♥ Un ulteriore lavoro di guarigione potrebbe essere utile per accelerare il processo di guarigione e ridurre la quantità di disagio.
- ♥ Potresti voler far sapere alla tua famiglia o ai tuoi amici cosa sta succedendo in modo che possano supportarti. Spesso una parte esterna è molto più brava a vedere l'obiettivo a lungo termine rispetto a te dove le cose sono difficili.



Altri modi per aiutare le energie vecchie o indesiderate a muoversi:

- ♥ Esercizio: questo può aiutarci in tanti modi diversi, specialmente per coloro che soffrono di qualsiasi tipo di squilibrio mentale o emotivo.
- ♥ Esercizi di respirazione: come il Pranayama e la respirazione connessa. Questi tipi di esercizi di respirazione aiutano ad aumentare la quantità di ossigeno che entra nel nostro corpo, nella nostra mente e nel nostro flusso sanguigno, tutti molto utili!
- ♥ Terapia del suono: come la guarigione del suono della campana tibetana
- ♥ Espressioni creative: come il giardinaggio, il canto, la danza, l'arte, la scrittura, la cucina: qualsiasi cosa creativa che ti piace fare fa bene alla tua anima!
- ♥ Yoga della risata o altre lezioni di "sentirsi bene".
- ♥ Meditazione: da solo o con una classe/gruppo
- ♥ Aiutare gli altri: quando aiutiamo gli altri creiamo crediti karmici che possono aiutarci a spostarci più velocemente attraverso le nostre "cose"
- ♥ Ridere: questo è un potente modo espressivo per muovere l'energia velocemente
- ♥ Altre terapie curative come life coaching, riflessologia, aromaterapia, massaggi, cromoterapia ecc
- ♥ Autoguarigione: attraverso la guarigione pratica o altre forme di guarigione meditativa
- ♥ Fare una pulizia: o la tua forma di disintossicazione o le pulizie energetiche offerte dall'Amore Ispirazione



Rimanendo a terra:

A volte dopo il lavoro di guarigione (immediatamente o nei giorni a venire) potresti sperimentare quello che viene chiamato essere 'non radicato'. Questo significa semplicemente che la tua energia non è radicata e potresti provare sensazioni come sentirti "fluttuante" o "fatato", essere goffo (far cadere il tuo toast, inciampare ecc.) o semplicemente sentirti come se non fossi del tutto "con Esso".

Questo è un evento molto naturale dopo il lavoro di guarigione poiché le tue energie stanno elaborando i cambiamenti che sono avvenuti nel tuo corpo. Ci sono alcuni semplici rimedi per questo, tra cui:

- ♥ camminare a piedi nudi sulla terra/erba
- ♥ giardinaggio o scavare nel giardino con una vanga
- ♥ abbracciare un albero (sì, funziona davvero!)
- ♥ completare il seguente esercizio di radicamento: stare in piedi con entrambi i piedi appoggiati sul pavimento e immaginarsi come un albero. Visualizza radici di alberi grandi e forti che crescono dai tuoi piedi e in profondità nella terra. Immagina che crescano verso il basso e verso l'esterno il più possibile, per assicurarti di essere saldamente 'radicato' nella terra. Senti la tua energia cambiare mentre attiri l'energia della terra attraverso le tue radici e permettile di riempire il tuo corpo. Puoi fare questo esercizio ovunque, in qualsiasi momento ne senti il bisogno.



Nel complesso è importante notare che i disturbi e i sintomi di una crisi di guarigione sono sempre temporanei. La crisi di guarigione è anche un fenomeno molto normale dopo aver ricevuto una sessione di guarigione basata sull'energia, una sintonizzazione o dopo aver fatto qualsiasi tipo di lavoro di guarigione meditativo.

Il tuo corpo sta semplicemente eliminando ciò di cui ha bisogno, al fine di fare spazio affinché una nuova meravigliosa energia prenda il suo posto. Quindi, per favore sii paziente e lascia che il tuo corpo faccia ciò che deve fare. Se ti senti stanco, riposati. Se hai fame, allora mangia. Se hai voglia di piangere, allora piangi. Tuttavia, se in qualsiasi momento sei preoccupato per eventuali cambiamenti, è sempre meglio cercare l'assistenza medica appropriata.



Nota finale:

Sei il miglior giudice del tuo corpo: se stai riscontrando uno di questi sintomi e sono motivo di preoccupazione per te, assicurati di consultare il medico appropriato. Questo sarà importante anche quando i sintomi persistono o forse peggiorano nel tempo. Ancora una volta, sei la persona migliore per esprimere questo giudizio.

Suggeriamo anche qui che è sempre una buona idea sottoporsi a regolari controlli sanitari da parte di un professionista medico appropriato di tua scelta.



Appendice quattro

Dare sessioni di guarigione (materiale utile)

Nell'Appendice Quattro abbiamo preparato alcune risorse utili per te per dare sessioni di guarigione:

UN). Lista di controllo della sessione di guarigione (Livello 2)

B). Scheda dei simboli Reiki di livello 2

C). 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). Lista di controllo della sessione di guarigione

Per aiutarti mentre stai ancora imparando i processi, l'elenco di controllo nelle prossime due pagine può offrire assistenza. Basta stamparlo e usarlo come semplice guida durante le tue sessioni di guarigione.

B). Scheda dei simboli Reiki di livello 2

Qui troverai tutti e tre i simboli di Livello 2, inclusi Cho-Ku-Rei, Sei-Hei-Ki e Hon-Sha-Ze Sho-Nen su un foglio di "riepilogo" per un facile utilizzo. Basta stampare e utilizzare come richiesto.

C). 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 [scaricarlo una copia dal nostro sito web](#)).



Una lista di controllo per dare sessioni di Reiki (Livello 2)

Pre-organizzazione e preparazione

- Uno spazio pre-organizzato in cui il destinatario può sdraiarsi, cioè un posto tranquillo
- Organizza qualsiasi arredamento, profumo, suono e illuminazione per impostare la scena (come desideri)
- Lavarsi le mani (o fare il bagno a secco)
- 4 Preparazione personale e tempo di connessione (se lo desideri)

Benvenuto e introduzione

- Perché sono qui?
- 6 Una breve introduzione al formato della sessione, ad esempio la guarigione con il tocco e come il Reiki guarisce

Introduzione alla sessione

- Invita il destinatario a sdraiarsi e rilassarsi
- Chiedi al destinatario di stabilire la sua intenzione mentre ti prepari
- Invita l'energia e stabilisci la tua intenzione di guarigione per la sessione
- Carica te stesso con il Reiki
- Proteggi con il Reiki
- Fai la tua invocazione Reiki
- Reiji Ho per uno sviluppo intuitivo aggiunto (extra opzionale)
- Eseguire la scansione Byosen per trovare le aree bisognose (opzionale)
- Esegui una pulizia dell'aura (extra opzionale)

Dare le mani sulla guarigione

Per ogni posizione della mano:

- Invia Reiki con le mani per circa 20 - 30 secondi
- Disegna e tocca i simboli Reiki (in ordine di apprendimento)
- Invia Reiki per altri 2 - 3 minuti
- Disegna e tocca Cho-Ku-Rei (per eliminare ogni ultima impurità)
- Passa alla posizione della mano successiva



Una lista di controllo per dare sessioni di Reiki (Livello 2)

Chiusura della sessione

- Sigilla la tua sessione di guarigione con Cho-Ku-Rei
- Ringrazia per quanto ricevuto
- Riporta il destinatario "indietro" (lentamente e delicatamente)
- Lavarsi le mani (o fare il bagno a secco)

Condivisione dell'esperienza

- Ascolta il tuo destinatario su tutto ciò che è sorto durante la sessione
- Condividi tutte le informazioni che hai "raccolto" durante la sessione
- Spiega di più sui prossimi giorni, ad esempio acqua potabile, crisi di guarigione, ecc.
- Dai al destinatario un foglio "Informazioni post-guarigione", se lo desideri
- Di addio e goditi i tuoi meriti karmici!



Scheda dei simboli Reiki di livello 2

CHO KU REI

CHO KU REI

HOW TO DRAW CHO KU REI

SEI HEI KI

SEI HEI KI

HOW TO DRAW SEI HEI KI

HON SHA ZE SHO NEN

HON SHA ZE SHO NEN

HOW TO DRAW
HON SHA ZE SHO NEN

HON SHA ZE SHO NEN

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).



UsuiReiki

Livello 2 - Pratiche avanzate di guarigione

A beneficio infinito di tutti

Possano tutti gli esseri essere liberati dalla sofferenza.