

Nivel 1

*curso a distancia
e iniciación*

Reiki

Armonización de Chakras

por Yogacharini Eugenia Salas

Primer Nivel curso de Reiki a distancia.

Lo que hoy conocemos como Reiki es en realidad un sistema de Sanación Tántrica Budista basado en el Budismo Tántrico que tiene su origen en el sadhana o práctica espiritual del "Buda de la Medicina" conocido como Bhaishajyaguru Vaiduryaprabha en India, Sangye Menla en Tíbet y YAKUSHI NYORAI en Japón.

Esta prácticas se han hecho conocidas en el Norte de India, Nepal, Tíbet, parte de China y han llegado a Japón gracias a las practicas del budismo tántrico de la escuela Shingon japonesa y la escuela Tendai japonesa. En estas escuelas budistas han estudiado el Dr Usui quien fuera monje budista.

La práctica del Reiki, se basa en el Karuna o Compasion hacia todos los seres vivos que es la base del Budismo.

Usui quien popularizó el Reiki dedicó sus enseñanzas a Kanzeon Bosatsu conocido como Kannon o Bodhisattva de la Compasión, cuya versión femenina en Chino es Kuan Yin o Kwan Yin).

En China la práctica del sistema de sanación budista de Kuan Yin era mezclado con el Chi Kun o Qi Gong. Pero en India y Tíbet era conocido



Swami Ramalingam, Yogacharini Salas, Swami Hansananda

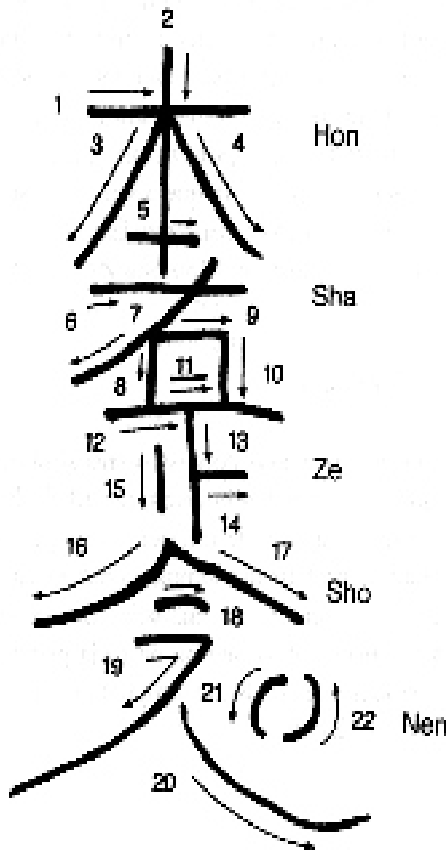
con su verdadero nombre: de Armonización de Chakras.

En Japón cerca del Mount Kurama, en la ciudad de Kyoto, el monje budista Usui practicante de Kiko o Chi Kung japonés, tan solo creó las bases de un sistema de sanación budista popular que pudiera ser practicado por los no budistas como lo había aprendido templo budista Shingon Emoriji siendo el verdadero nombre del Reiki: Yakushi-Nyorai Reiki, o sea el Reiki del Buda

Yakushi-Nyorai o Armonización del Chakras de Bhaishajyaguru Vaiduryaprabha. El Budismo no es una religión que crea en Dios, el budismo carece del concepto de Dios o de un Dios creador, es una religión sin Dios.

Los budistas basan sus enseñanzas y búsqueda del Dharma o última realidad de todas las cosas.

Desde un punto de vista psicológico Bhaishajyaguru Vaiduryaprabha, es un arquetipo muy potente.



HON SHA ZE SHO NEN

El Reiki se basa entonces en un enfoque espiritual central que obra sobre la mente y cuerpo del individuo. Para practicar Reiki (Conocido también como pranoterapia) es necesaria una recta actitud compasiva en el sentido budista del término.

El primer paso es entender que nosotros somos todos parte de un ser mayor que es la Tierra y que la compasión debe llegar a nuestros adversarios y desde ellos a todos los seres vivos de los cuales dependemos constantemente.

En Reiki es necesario primero que nada la meditación. Sin meditación no hay posibilidad de Reiki real, para esto la meditación tántrica budista, meditación de yoga, el samyama, el samatha, vipassana, zen son muy útiles.

El Reiki se basa en los 36 chakras o centros de energía y para practicarlo con real conocimiento es necesario conocer todos estos chakras y no solo los siete o nueve chakras principales. Los chakras o centros de

energía son el resultado de un órgano físico, y la energía resultante del sistema nervioso y sistema circulatorio humano que generan un bioelectricidad y una respuesta bioquímica (hormonas) que viaja junto al oxígeno por la sangre. Cada chakra tiene un impulso o energía de motivación que establece una necesidad física, un deseo mental o una aspiración o anhelo espiritual, según sea el caso pero de todas formas una necesidad no es un deseo.

Los chakras unen nuestro mundo espiritual o afectivo al plano mental (cognitivo) y al físico o corporal (material). Demandan y generan energía que establecen nuestra vida y su cambio constante obedece a nuestro constante cambio de actitud en cada acción de la vida o karma.

Para comenzar este curso a distancia vamos establecer los cuatro niveles de Reiki:

- 1) Shoden o practicante
- 2) Okuden o instructor
- 3) Shinpiden o Maestro
- 4) O Sensei o Grand Maestro

En este curso vamos a dar los primeros tres niveles de Reiki, de todos los métodos conocidos hasta la maestría.

Primer nivel

Comenzamos con un método de preparación y de protección:

- 1) Nos colocamos de pie.
- 2) Colocamos las manos delante nuestro, con las palmas situadas hacia arriba.
- 3) Cerramos los ojos y esperamos recibir algo en nuestras manos.
- 4) Cerrar las manos y dejar invadir por esta fuerza que habitará en nosotros y nos protegerá.
- 5) Empezar tocando a la otra persona

Dar Reiki:

El estado de ánimo que se debe adoptar a la hora de dar Reiki es primordial. Sobre todo hay que evitar el querer curar o el intentar dirigir la energía, pues en el momento que se fuerza el Reiki, lo único que hacemos es transmitir nuestra propia energía. Algunas personas suelen frotar sus

manos para con el fin de cargarlas con una energía de calor, pero no es necesario puesto que para dar Reiki no es necesario tener calor en sus manos.

La primera posición de las manos debe ser todos los dedos juntos incluyendo el pulgar para que la mano forme una línea curva.

Ahora que ya tenemos en cuenta la posición de nuestras manos comenzaremos con el Auto-Reiki

Existen los siguientes gestos precisos para llevar a cabo en uno mismo:

- Cara
- Cabeza
- Garganta
- Corazón
- Plexo Solar
- Plexo sacro posición
- Raíz

Estos gestos van algunos a la parte delantera y otros a la trasera. Puesto que los de la parte trasera son más difíciles de realizar recomiendo comenzar practicando con todos los concernientes a la parte delantera del cuerpo.

Debemos conceder de tres a cinco



SEI HE KI

minutos de atención por zona, también observaran que las manos permanecen siempre en el mismo lado del cuerpo (la mano izquierda en el lado izquierdo, y mano derecha en el derecho). Consultaremos las siguientes series de fotos para poder practicarlas:

Durante los primeros tratamientos experimentaran extrañas sensaciones y notarán como nos invade un gran calor. No duden en amarnos lo suficiente como para darnos Reiki de acuerdo con las posiciones aprendidas pues de eso se trata.

Ahora que ya dominamos la primera fase, la del Auto-Reiki, tenemos que empezar a preparar nuestros centros de energía o chakras y hacer que sean capaces de abrirse un poco más a través de la iniciación.

Para las iniciaciones debemos retirarnos a una habitación tranquila y poco iluminada con los siguientes elementos:

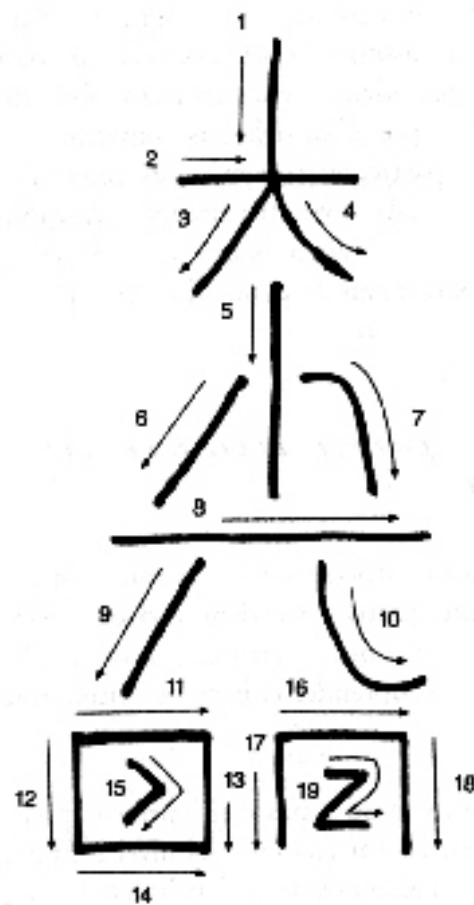
Una vela encendida, Incienso y Un vaso de agua, llena de agua pura.

Ahora debe memorizar los mudras, los cuales se utilizan para desarrollar la receptividad, la súplica, la plegaria, la concentración, etc.

El primer Mudra es de receptividad, se realiza juntando nuestras manos delante de nosotros entrelazando los dedos menos el índice y pulgar que son los que quedan elevados pero siempre pegados.

El segundo Mudra, súplica y gratitud los dedos siguen entrelazados pero se eleva el mayor y el índice baja (súplica suave, posición base), se puede realizar también con los dedos índice y mayor elevados mientras los demás se mantienen entrelazados (súplica Suave, posición moderna), o la posición universal la cual juntamos las palmas de ambas manos. El Tercer Mudra, concentración entrelazamos nuestros dedos, unimos las llemas de los pulgares y las palmas deben quedar de frente a nosotros.

Reiki sobre los demás:
Primer Mudra: Colocar las manos



DAI KOO MYO

INSTRUCTORADO

Shiatsu, Abhyangam Reflexología, Reiki y Chakras

Maitreyananda Swami

Cursos Presenciales y Distancia

Prof. Jorg. Vicentini

Cursos Semanales y Mensuales

Duración 8 meses (cinco cursos en uno)

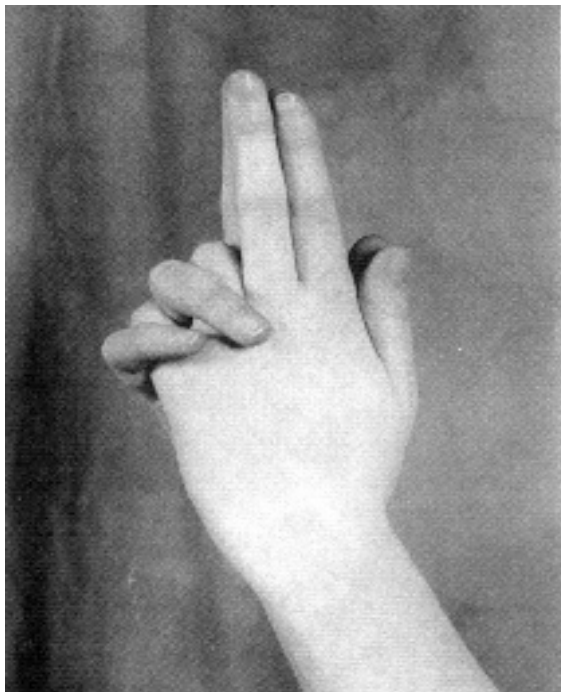
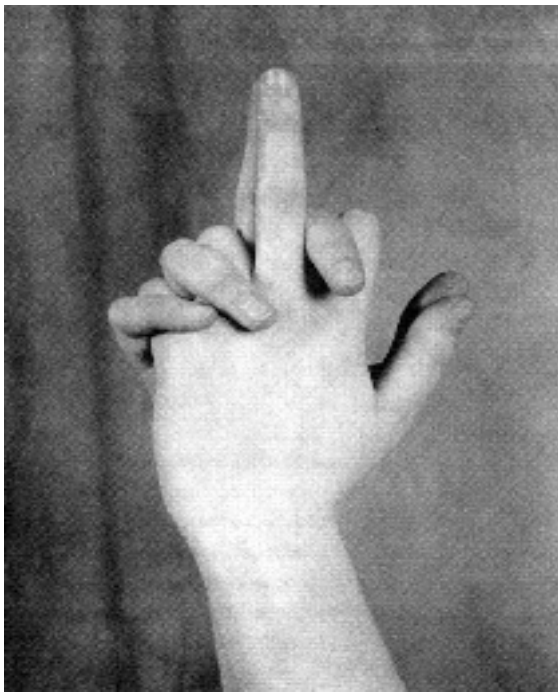
Tutorías personalizadas

Diploma Assoc. Argentina de Shiatsu, Reiki y Reflexología

Telf: 48246502

Cursos Presenciales y Distancia

Telf: 49631924



como se muestra en la ilustración, durante unos treinta segundos dirigiéndose hacia el plexo sacro, donde luego pondré las manos.

Segundo Mudra: Posición la cual adoptaremos mientras no comience a dar Reiki.

Tercer Mudra: Adoptaremos esta posición y entramos en una profunda meditación. Con esto podremos iniciar las técnicas para dar Reiki a los demás. Nos colocaremos frente a la cabeza de la persona, podemos estar tanto de pie como sentados, debemos sentirnos cómodos para dar Reiki. El tiempo de imposición de manos

debe ser, al igual que para el Auto-Reiki, de tres a cinco minutos en cada zona del cuerpo.

Las posiciones son: ojos, sienes, bajo la nuca, hombros, corazón, plexo solar, sacro, posición raíz, pies; posiciones de espalda: hombros, corazón, solar, sacro, coccix y rodillas

Al terminar este nivel usted puede enviar esta página por correo, para recibir el certificado de este nivel

Maestra Yogacharini Eugenia Salas
 eugenia@yoganet.org
 www.reiki.yoganet.org



Recorte este talón y dirigirse a Mario Bravo 1128 después de las 17 hrs para recibir su certificado de Reiki primer nivel. Si vive en otro país o provincia llame por teléfono y envíe una carta.

Nombre y Apellido:.....
 Dirección:.....
 Ciudad:.....Código:.....
 E-mail:.....
 Teléfono:.....
 DNI: Edad.....
 Profesión: