

REIKI

curación y autocuración
por la energía universal


PAULA HORAN

Un método terapéutico que utiliza el magnetismo curativo por medio del desarrollo y la canalización de la energía vital



MEDICINAS HOLÍSTICAS



OCEANO  Ibis

REIKI

CURACIÓN y AUTOCURACIÓN POR LA ENERGÍA UNIVERSAL

Reiki es una palabra japonesa que indica la energía vital universal y su penetración en todo el universo. Se compone de dos vocablos del alfabeto japonés (*rei* y *ki*), que deben traducirse por «el espíritu universal trascendente», «la energía misteriosa» o la «sustancia fundamental». *Ki* es realmente la energía vital. En realidad, es un vocablo análogo al «*chi* o *qi*» o como sea que los chinos denominen a la energía en acupuntura, que es asimismo la «luz de la gnosis» de la mística cristiana y la bioplasmática de los investigadores rusos. Todos poseemos la energía Reiki, la energía vital universal, un verdadero don que se nos entrega al nacer. Sin embargo, para aprovecharse de sus virtudes y poder curar es necesario haber escalado algunos grados dentro de la escuela Reiki y obtener una determinada experiencia.

BOSTON PUBLIC LIBRARY
Copley Square
Boston MA 02116



Digitized by the Internet Archive
in 2016

https://archive.org/details/isbn_9788480270274

Reiki
curación y autocuración por
la energía vital

Paula Horan

REIKI
curación y autocuración por
la energía vital

MANUAL PARA LA TRANSFORMACIÓN
GLOBAL Y PERSONAL

OCEANO  **Ibis**

FOR

RZ403
.R45
.H6718
1993x

Título del original alemán:
Die Reiki-Kraft

© 1989 by Schneelöwe Verlagsberatung & Verlag

© 1993 by Editorial Océano Ibis, S.A.

1ª Edición junio 1993

Reimpresión febrero 1994

Reimpresión mayo 1995

Reimpresión septiembre 1998

Traducción: Miguel Giménez Sales

Ilustraciones: Peter Ehrhardt

Diseño de portada: Miguel Jiménez

La presente edición es propiedad de:

Editorial Océano Ibis S.A.

C. Milanesat 21-23, EDIFICIO OCEANO

08017 Barcelona

Tel: (93) 280 20 20 Fax: (93) 205 25 45

<http://www.oceano.com>

E-mail: info@oceano.com

Spanish

Reservados los derechos para todos
los países de habla castellana.

Impreso en España / Printed in Spain

ISBN: 84-8027-027-6

Depósito Legal: B-36970-98

*Este libro está dedicado
a cuantos van en busca de
una mayor EMANENCIA*

ADVERTENCIA

Aunque este libro ofrece una gran variedad de técnicas curativas que favorecen una transformación personal, no hallará el lector en el mismo ninguna prescripción terapéutica destinada a tal o cual enfermedad específica. Por eso, antes de emprender cualquier forma de terapia es aconsejable consultar con un médico o un experto en medicina holística.

AGRADECIMIENTOS

Este libro relata una empresa iniciada hace 23 años, con la investigación de unos métodos eficaces de tratamiento personal. Mis primeras experiencias terapéuticas sobre la epilepsia generalizada y los tumores, me enseñaron a comprender el poder del espíritu unido a la materia, y la existencia de otros cuerpos sutiles que escapan a nuestros sentidos. Aunque el Yo profundo sea nuestro mejor guía, siempre hallamos en nuestro camino seres cuyo saber y experiencia nos enriquecen.

Yo tuve la oportunidad de tener unos profesores excelentes, aunque demasiado numerosos para que a todos los nombre aquí. Sin embargo, deseo agradecerle a la facultad y al cuerpo de profesores de la *Universidad para Estudios Humanísticos* y el *Instituto de Equilibrio Psicoestructural* de San Diego, California, por sus bondades y el apoyo que me concedieron.

Quiero testimoniar todo mi reconocimiento a las personas siguientes, cuyas ideas originales figuran en mi libro: Paavo Airola, Vicki y Randall Baer, Ken Dychtwald, Eugene Ferson, Bara Fischer, Leonard Orr, Joyce Nelson, John Randolph Price, Sondra Ray, Ida Rolf, William Tiller y Marcel Vogel.

Asimismo, me gustaría darle las gracias a mi profesora de Reiki, Kate Nani de San Diego y a aquéllos con los que compartí la iniciación del tercer grado, así como a los que han contribuido a la difusión de la energía Reiki a través del mundo: Don Riches de Londres; Glen Of Trees de Nueva York; Nari Mayo de Phoenix; Trino McAtee de Colorado Springs; Dwayne JaQuenex de Portland; Gudrun Óladóttir de Reykjavik; Francine Timothy de París; y al alemán Karl Everding, de Frankfurt; Brigitte Ziegler y Helga Zepeck-Zimmermann, de Munich; y Barbara Szepan, de Siegsdorf.

Agradezco especialmente la autorización dada por Nari Mayo para citar sus poemas, a mi padre Robert Horan, por su ayuda al proporcionarme el refugio propicio para escribir y una base para mi empresa en Europa. También agradezco calurosamente a Dwayne JaQuenex por la composición y el diseño que hace que sea tan fácil la lectura de este libro.

Finalmente, rindo homenaje a mis estudiantes por su apoyo a este proyecto.

Y a ti, lector, que sigues una investigación asidua en este camino, te doy también mis más fervientes gracias.

PRESENTACIÓN

Este libro testimonia un conocimiento del Reiki totalmente dominado y claramente expuesto. Su autora, Paula Horan, psicóloga diplomada, aborda el tema desde el punto de vista del sanador holístico prudente y buen conocedor de la persona comprometida en una búsqueda espiritual, y de un verdadero maestro de Reiki.

Por otra parte, su formación profesional y espiritual le permite elevarse por encima de los debates de escuela, en favor de los principios eternos del Reiki. Su descripción de los mecanismos de acción de este método en los diversos planos físico, sutil y causal de la enfermedad destaca la importancia de las relaciones que establece entre el Reiki y otros sistemas terapéuticos, así como las implicaciones espirituales que se desprenden de las mismas.

Dado mi interés personal en el dominio de la medicina holística, y por mi título de maestro de Reiki, director de los seminarios *Tree of Life*, codirector de la primera clínica Kundalini de los Estados Unidos y autor de *Spiritual Nutrition and the Rainbow Diet*, puedo aportar mi opinión a los resultados de esta investigación.

Por otra parte, el enfoque de Paula Horan corrobora las ideas enunciadas por mí en mi libro, según las cuales el ser humano es el asiento de varios campos energéticos: el cuerpo físico compuesto por una energía densa, y los cuerpos etéricos, que yo llamo campos de energía sutil en función organizadora (SOEF).

Estos últimos se desplazan a una velocidad a la vez superior e inferior a la de la luz, característica que refleja la naturaleza pluridimensional del cuerpo humano.

Esos campos de energía sutil actúan como vórtices que sincronizan las vibraciones de la energía cósmica, más rápidas que la velocidad de la luz, y las del cuerpo, mucho más lentas.

También desempeñan el papel de modelo de referencia para la estructura y la función de los cuerpos físico, etérico y mental. En el plano físico, cuantos más campos de energía sutil queden activados, más eficaz será su función organizadora. Actuando a niveles diferentes, determinan un perfecto funcionamiento del sistema organizador del ADN-ARN, de la producción de enzimas, de la síntesis de las proteínas y de la renovación de las células. Si la división y el funcionamiento celular se ejecuta en buenas condiciones, lo mismo ocurrirá con las glándulas, los demás órganos y los tejidos, de modo que gozaremos de buena salud.

Si, por el contrario, los campos de energía sutil se debilitan o se desorganizan por el efecto de las tensiones emocionales, espirituales, o por desequilibrios en el modo de vida, entonces ofrecerán un modelo de referencia imperfecto, cuyo resultado será la enfermedad.

El debilitamiento de esos campos de energía y su desorganización activan el proceso de envejecimiento que, según la segunda ley de la termodinámica, es un crecimiento de la entropía. Así, la estimulación de los campos de energía sutil y la organización resultante son un factor de regeneración y curación.

Según el principio de la termodinámica, se trata de la inversión del proceso de entropía. El Reiki proporciona a los campos de energía sutil un aporte directo de energía vital, lo que permite su activación y su reorganización. O sea que, al invertir el proceso de envejecimiento, el Reiki retarda el aumento de la entropía. Esta acción se manifiesta de manera directa sobre los campos de energía, e indirectamente sobre el equilibrio de los chakras.

Cuando los cuerpos sutiles y los chakras no están alineados, se produce un bloqueo que impide la penetración de la energía vital en el cuerpo. Cuando se consigue realinearlos, la energía puede ya circular libremente. El fenómeno de entropía, así invertido, permite obtener la curación emocional y espiritual, y una vez que el lector haya asimilado ese concepto tan simple, estará en condiciones de comprender el libro de Paula Horan.

La autora también destaca el principal aspecto del aprendizaje del Reiki, o sea que éste no necesita de prolongados estudios, ni siquiera de un entendimiento intelectual del tema, aunque algunos de nosotros podamos experimentar un gran placer con esta gestión. Todo el interés del Reiki reside en su sencillez, y en este sentido constituye un medio de curación al alcance de todos. Es con esta óptica que Paula Horan enseña esta terapia en los países del tercer mundo. El Reiki es un don divino destinado a todos los que necesitan recibirlo.

Este libro ahonda en otra cuestión importante, relativa a la ayuda que el Reiki puede proporcionar a todos los individuos ansiosos de emprender un camino espiritual. Y a este respecto, las observaciones que he efectuado con mis estudiantes confirman las de la autora: las iniciaciones al Reiki parecen entrañar unos progresos espectaculares en el plano espiritual. Además, los mismos van acompañados de un profundo júbilo, de una alegría espontánea, que sustenta una práctica personal asidua.

Por otra parte, estoy de acuerdo con la autora cuando insiste en la importancia del período de purificación de 21 días, ya que permite a los estudiantes tener conciencia del carácter de las transformaciones que tienen lugar en esta fase.

Si, como demostré científicamente en *Spiritual Nutrition and the Rainbow Diet*, se admite que el ser humano es un cristal vivo compuesto de cristales líquidos y sólidos, animados de vibraciones, entonces la investigación de la autora aporta una explicación teórica al plano vibratorio.

Los pensamientos y las emociones negativas o disonantes emiten vibraciones de baja frecuencia en nuestra estructura cristalina; el Reiki aumenta el ritmo vibratorio y recarga nuestras capacidades potenciales de energía. Esta recarga poderosa tiene como efecto desalojar las formas de pensamiento cristalizadas de los focos de fijación y eliminarlas del cuerpo físico y etérico.

Si conseguimos simplemente observar esta liberación sin implicarnos en ella, nuestro sistema quedará definitivamente liberado. He podido observar que este proceso afectaba asimismo a los individuos que practicaban la meditación.

Una vez dichos focos disonantes eliminados, el conjunto de

la estructura cristalina del cuerpo puede ponerse en resonancia, permitiéndole la libre circulación de la fuerza universal de la vida. Cuanto más eficaz sea esa circulación, más fácil será despertar el kundalini o energía espiritual de transformación.

Y ese despertar, a su vez, acelerará la liberación emocional y mental. El Reiki no sólo pone el poder de curación al alcance de todos, sino que permite que los profanos logren un grado de transformación espiritual reservado hasta ahora a los individuos entregados a una búsqueda espiritual.

El verbo creador y el amor que siente la autora por el Reiki permiten al lector seguirlo con facilidad en todas las formas de aplicación para la curación física y las diversas situaciones abordadas.

Por ejemplo, cabe preguntarse de qué manera puede el Reiki acelerar el proceso de desintoxicación durante un ayuno, o si verdaderamente puede reparar un aparato mecánico. Lo cierto es que actúa.

Con ocasión de un viaje de enseñanza práctica por Europa, en compañía de mi esposa, ésta se quedó encerrada en el lavabo de un museo de Ginebra, ya que la cerradura se hallaba en mal estado. Mientras uno de los participantes estaba de guardia, yo decidí aplicar el Reiki sobre el sistema de cierre de la puerta, y a los pocos instantes cedió el pestillo y mi esposa quedó liberada.

En los retiros espirituales en los que practicamos el ayuno, utilizamos el Reiki en grupo y la técnica del cristal, que parece acelerar el proceso de desintoxicación, disminuyendo los efectos habituales del ayuno. Los motivos que este fenómeno, como indica el especialista en toxemia, doctor Tilden, se deben a la capacidad de los órganos para eliminar las toxinas, cosa que depende de la fuerza vital del cuerpo. Cuando mayor sea esa energía vital, más eficaz será el proceso de desintoxicación. El tratamiento por el Reiki, al aumentar esa vitalidad, estimula la función de los órganos encargados de esta tarea.

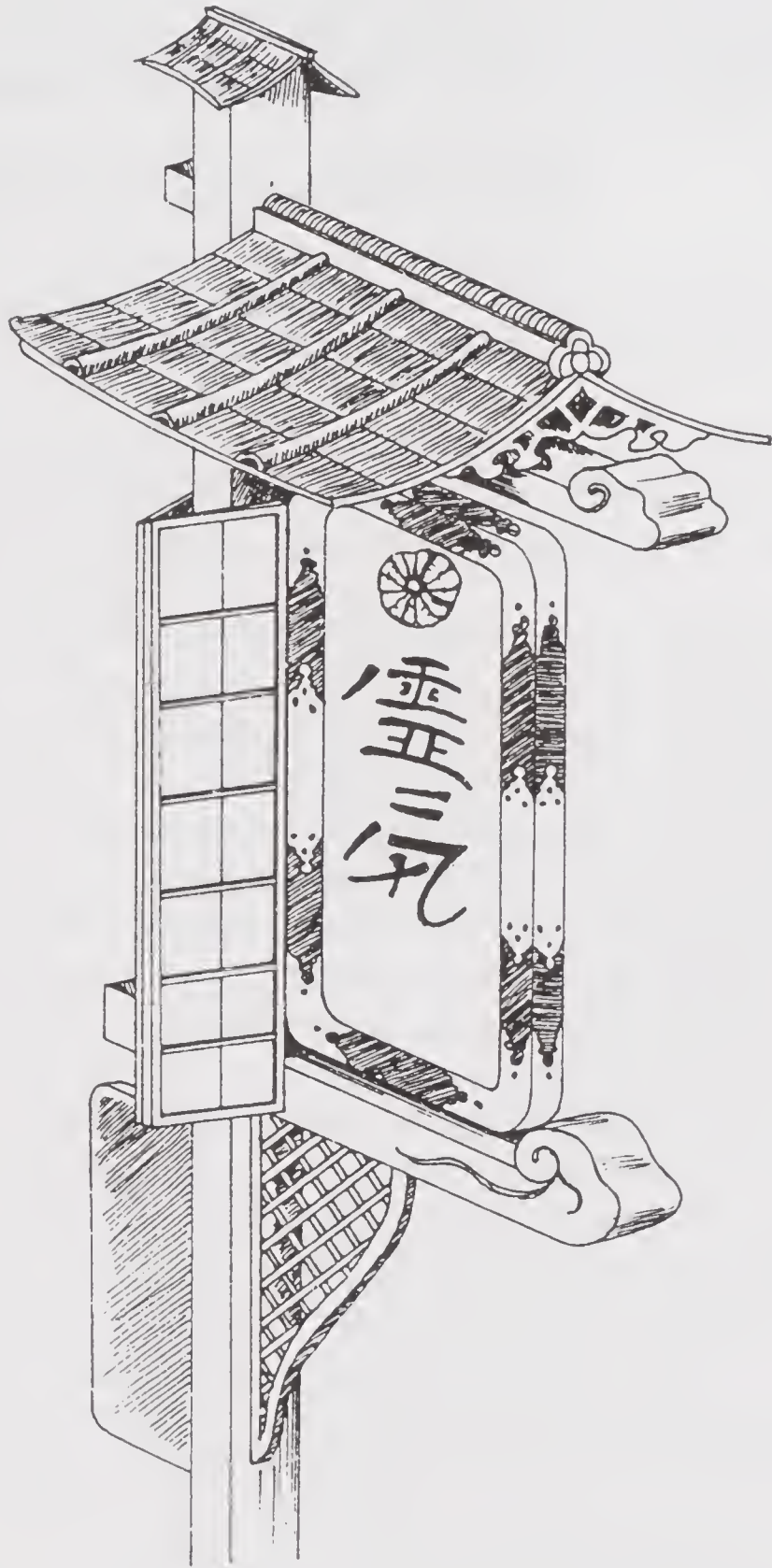
Este libro nos ofrece una penetrante visión de las formas de acción del Reiki, que será útil tanto a los maestros del método como a los lectores no iniciados.

Gracias a su larga experiencia de sanadora y a sus conocimientos tan extensos de las terapéuticas curativas, Paula Horan

consigue transmitirnos una visión de conjunto de una gran unicidad, así como una clara descripción de los mecanismos de acción del Reiki y de los principios generales de la curación.

Si el Reiki es recibido como una forma de gracia por todos los que desean pasar por esa experiencia, espero que este libro sea también considerado como una gracia por cuantos lo lean.

doctor Gabriel Cousens, Maestro de Reiki



INTRODUCCIÓN

En el mundo actual existe una gran necesidad de comprensión del Yo profundo, de una reestructuración global del ser, lo que no es otra cosa que la búsqueda de un estado de “emanencia”.*

Hace dos mil años, el hombre fue iniciado por primera vez por el agua. Los Evangelios relatan que Juan Bautista, que predicaba en el desierto, bautizaba a los hombres mediante una inmersión en las aguas del río Jordán. La iniciación por el agua tenía como objeto la purificación y la regeneración del cuerpo, o sea nuestra naturaleza física y animal, con el fin de prepararle para recibir toda la fuerza vibratoria de las enseñanzas. Esta iniciación surtió un efecto espectacular sobre la humanidad al sustituir la ley del talión del Antiguo Testamento por las enseñanzas del Nuevo Testamento, que ordena poner la otra mejilla, actitud adoptada en nuestra época por Ghandi y Martin Luther King.

Pero es difícil cambiar los hábitos mentales, y si varios cambios positivos se observan hoy día, fuerza es comprobar que las guerras continúan asolando el planeta, el reparto de las riquezas prosigue dentro de un desequilibrio absoluto y la destrucción del ambiente continúa con un completo desprecio hacia las leyes de la ecología. Evidentemente, la política y la religión no pueden aportar todas las respuestas. Solamente un cambio radical de los comportamientos y una toma de conciencia a escala planetaria aportarían las soluciones. Aunque la iniciación por el agua haya obligado a la humanidad a dar un gran salto ade-

* Véase el Glosario, pág. 185.

lante, ofreciéndonos nuevas posibilidades, una profunda purificación mental todavía tiene que llevarse a efecto.

Ahora, veinte siglos más tarde, recibimos el bautismo del fuego: la purificación del espíritu fundada en el conocimiento trascendido por el amor. Este conocimiento puede adquirirse mediante un esfuerzo consciente o, si continuamos trasgrediendo las leyes naturales, será la misma naturaleza la que, por medio de catástrofes innumerables, como incendios forestales, accidentes químicos o nucleares, impondrá a los hombres un cambio de mentalidad. Fijaos en cómo los perjuicios por el fuego han sido tan numerosos durante los últimos años.

Ese bautismo por el fuego es la preparación a la próxima iniciación por el Espíritu. Según la ciencia hermética, el ser humano no puede alcanzar esa fase hasta después de haber pasado por la purificación corporal del agua, y espiritual por el fuego. Dicho de otro modo: el hombre no podrá liberarse de las cadenas del temor y la ignorancia y elevar su nivel de conciencia hasta haber regenerado su cuerpo por la energía vital y purificado su espíritu por la verdad y el amor.

Los senderos de la purificación que conducen al estado "emanencia" son numerosos, y en realidad existen tanto como individuos sobre la superficie del globo.

Tras haber sufrido en el pasado de epilepsia generalizada y tumores en los senos, he comprobado retrospectivamente que la dolencia había abierto un camino privilegiado en el sentido en que me abrió la vía de la gestión holística y sus modalidades de curación a las que me habían inclinado. Así descubrí la dependencia del espíritu y la materia, y la importancia de la nutrición.

Este estudio me sirvió para ahondar y dominar diversos métodos curativos por el espíritu y fue el origen de una investigación sobre la naturaleza intrínseca de las técnicas de curación psíquicas practicadas en México y Brasil.

Después descubrí el Reiki. Jamás he conocido un método tan sencillo y completo, capaz de curar el cuerpo y el espíritu, permitiendo además alcanzar un estado de equilibrio general conducente a la experiencia de la "emanencia".

Esta obra, que trata ante todo del Reiki, también se dirige tanto al profano como al practicante formado en esta disciplina.

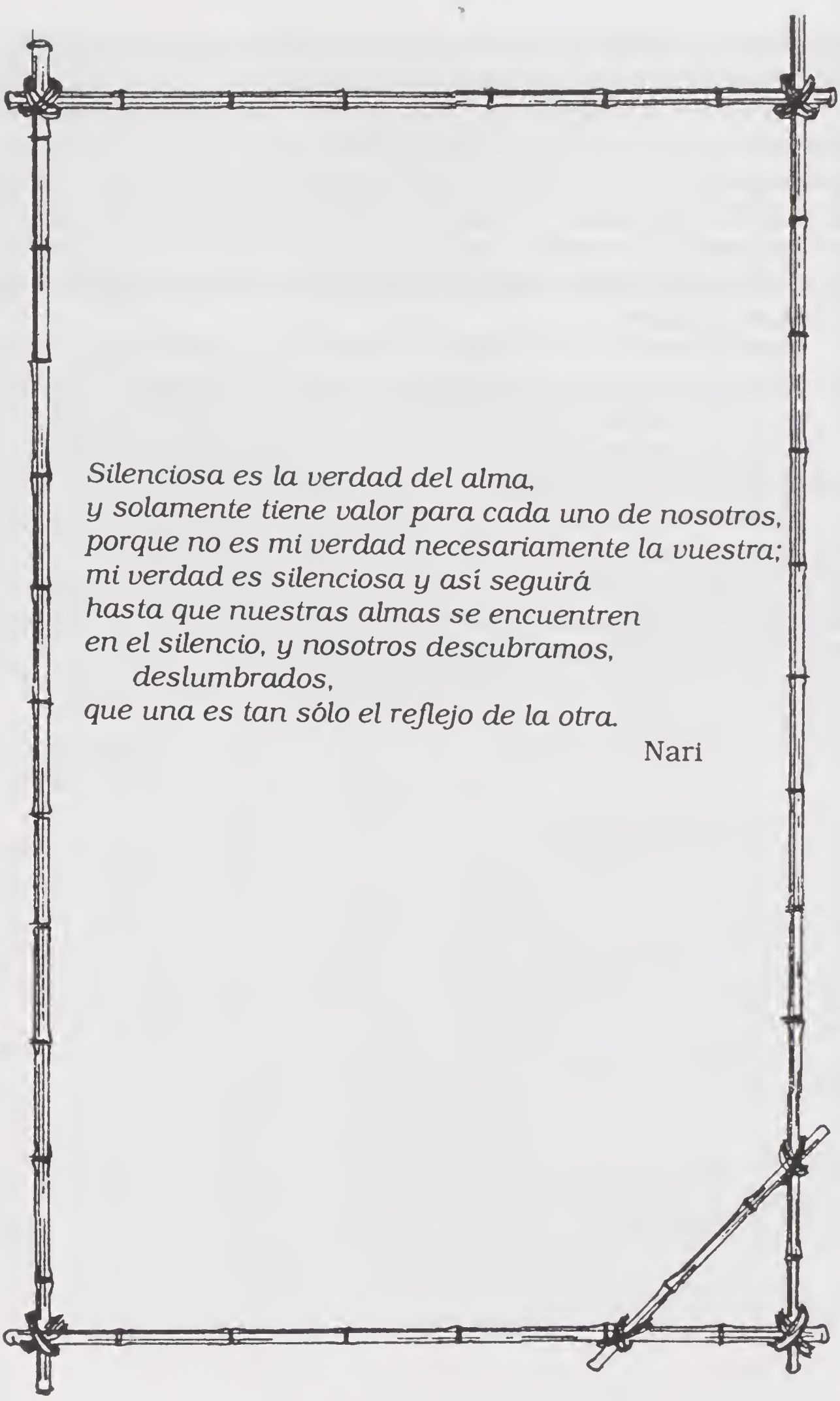
Contiene, no obstante, un conjunto de informaciones relativas a otros métodos de curación espigados durante mi investigación.

Mi formación como psicóloga me ha permitido también incluir unos datos de psicología corporal que pueden ayudar a los practicantes a comprender los mecanismos que rigen ciertas causas de enfermedad y sus lazos con las zonas de elección de los bloqueos de energía. También he añadido al final del libro una Bibliografía, que permite profundizar en el dominio de las técnicas curativas.

Dedico este libro a todos mis discípulos del Reiki a través del mundo, que me han concedido el privilegio de guiarles hacia un más alto grado de "emanencia". Yo les ofrezco además mi gratitud por haberme proporcionado la experiencia directa de su elevado índice de conciencia en este proceso de armonización.

Todos me han ayudado a confirmar la realidad de nuestra integración en el Espíritu Universal. Espero que esta obra consiga reafirmar esta verdad en cada uno de ellos, ayudándoles a proseguir su búsqueda en la vía del desarrollo de la conciencia, recordándoles de paso algunos elementos que están en la penumbra. Les deseo Amor, Luz y siempre más "Emanencia".

Paula Horan



*Silenciosa es la verdad del alma,
y solamente tiene valor para cada uno de nosotros,
porque no es mi verdad necesariamente la vuestra;
mi verdad es silenciosa y así seguirá
hasta que nuestras almas se encuentren
en el silencio, y nosotros descubramos,
deslumbrados,
que una es tan sólo el reflejo de la otra.*

Nari



CAPÍTULO 1

Descripción del Reiki

Reiki es un término japonés que significa Energía Universal de Vida. Sus componentes *rei* y *ki* tienen como definición en el alfabeto japonés (*kanji*), espíritu universal, trascendental, poder misterioso, esencia. Esta energía universal de vida está muy próxima al *Chi* [o *Qi*] de la acupuntura china, a la energía vital de los occidentales o a la energía bioplasmática de los investigadores rusos.

Todos poseemos el Reiki, pues esa energía la adquirimos al nacer. El aprendizaje del método Reiki se diferencia de los otros métodos de curación por una iniciación, llamada asimismo armonización en la medida en que se trata de una puesta en resonancia, con la que el estudiante se familiariza en los diversos estados de su adquisición.

Por la imposición de las manos toda persona dotada de una potente corriente magnética puede favorecer la aceleración del proceso curativo. Pero todo el que ha recibido la iniciación del Reiki ha tenido la experiencia de una técnica muy antigua, destinada a concordar el cuerpo físico y el cuerpo etérico a un nivel de vibración superior. Además, ciertos centros energéticos llamados chakras se despiertan, permitiendo la circulación y la vibración de una mayor cantidad de energía vital.

El Reiki, si está canalizado por el donante, no lo transmite éste sino que es absorbido por el receptor. Además, si se imponen las manos sobre el cuerpo para tratarlo, no absorberá más que la cantidad necesaria de energía para las regiones o zonas deficientes.

No sólo el donante no queda jamás privado de su energía durante ese intercambio, sino que se beneficia del mismo, pues-

to que la energía que penetra por su chakra coronario atraviesa todos los centros superiores hasta el corazón y el plexo solar.

Mientras que el cuerpo del donante conserva parte de esa energía, el excedente sigue los meridianos de los brazos y las manos, penetrando en el cuerpo del receptor. No obstante, éste no agota las energías del donante (energía negativa o bloqueo), ya que el Reiki sigue un circuito purificado, abierto con ocasión de la iniciación del donante.

El autotratamiento es una de las mayores ventajas que ofrece el Reiki. Basta con que un sujeto iniciado sienta la intención de prodigarlo, tanto a sí mismo como a otros, para que la energía esté inmediatamente disponible.

Esta técnica es de una gran eficacia para obtener la relajación del cuerpo y de las tensiones. Aumenta la energía vital del cuerpo y crea un equilibrio entre el cuerpo físico y el etérico. Y este proceso desencadena la liberación de las emociones y los bloqueos de energía.

El Reiki no es una religión, ni se apoya en ningún dogma o doctrina. En realidad, es una antigua ciencia curativa, que había caído en el olvido desde hace milenios, y que el doctor Usui redescubrió en el esoterismo de los sutras tibetanos.

Investigadores de la universidad de Stanford, con la ayuda de unos aparatos muy sensibles, capaces de medir el flujo de energía que penetra en el cuerpo, consiguieron determinar que la energía Reiki penetra en el cuerpo del sanador por la coronilla de la cabeza (chakra coronario), y que emana de las manos.

El flujo de energía procede del norte, o del sur si uno está más abajo del Ecuador. Se ha comprobado, asimismo, que esta energía, cuando está activada, adopta la forma de una espiral desplazándose en sentido contrario a las agujas del reloj, y se la compara con la cadena doble en espiral del ADN.

Cuando tiene lugar el tratamiento se observa un aumento de la energía que emana de las manos. El doctor Bara Fischer de Santa Fe, Nuevo México, eminente investigador conocido por su ingenioso método que permite identificar la energía vital con ayuda del procedimiento Kirlian, ha fotografiado antes y después de una sesión de tratamiento a distancia. El cliché tomado durante la sesión, comparado con el tomado antes de la misma,



revela un grado de radiación muy superior al precedente, cuyo campo de emanación es mucho más reducido.

Una vez liberado el cuerpo de las zonas de tensión, se observa una clara radiación bioplasmática, o descarga de la energía que atraviesa el cuerpo físico. Hay que destacar, no obstante, que los resultados del tratamiento varían según el individuo, y que el factor determinante es el mismo receptor.

Cada individuo solamente absorbe la cantidad de energía vital que necesita para liberar, activar o transformar la energía del cuerpo físico y el cuerpo etérico.

El Reiki no sólo permite modificar la estructura química del cuerpo, regenerando los órganos y la formación de los tejidos o de la materia ósea, sino que puede favorecer el equilibrio mental.

De todos modos, no se trata de un sistema de creencias que exijan del beneficiario alguna preparación o instrucción, sino tan sólo el deseo de recibir y aceptar la energía suficiente.

Sin embargo, desde el punto de vista del practicante, y en la medida en que no se trata de una doctrina, una vez claramente expresada la solicitud de tratamiento, la energía siempre quedará activada si es utilizada de acuerdo con las normas corrientes de aplicación.

Es muy notable la energía Reiki empleada en el desarrollo de la conciencia. En realidad, es la clave que conduce a la luz. Pero, y esto es válido en casi todos los terrenos, sólo la experiencia permite apreciar sus efectos. Deseo que este descubrimiento sea para todos vosotros un motivo de júbilo.

CAPÍTULO 2

Origen e historia del Reiki

Hacia 1780, en Japón, durante la era Meiji y a mediados de la misma, el doctor Mikao Usui era decano de una pequeña universidad cristiana de Kyoto. Este período fue de gran renovación en la historia del Japón y en el mismo se produjeron una serie de cambios en todas las capas de la sociedad.

A fin de recuperar la iniciativa industrial el gobierno, ansioso de ponerse a la altura de Occidente, abrió las puertas a los "bárbaros" extranjeros, con el fin de introducir todas las técnicas de la revolución industrial en el país, empezando por los ferrocarriles.

Con los diplomáticos volvieron los misioneros cristianos, que lograron un mayor interés del pueblo hacia el cristianismo, enriqueciendo de este modo el eclecticismo religioso existente (muchos japoneses celebran el casamiento de acuerdo con la tradición sintoísta y su entierro según los ritos budistas). El doctor Mikao Usui adoptó sin reservas el cristianismo y llegó a ser sacerdote, y luego decano de un seminario.

Durante una discusión con sus discípulos, uno de éstos le preguntó al maestro si interpretaba al pie de la letra las enseñanzas de la Biblia. Y como Usui respondiera afirmativamente, los estudiantes le recordaron las curaciones milagrosas de Jesús, subrayando las palabras de Cristo:

"El que crea en Mí realizará las obras que Yo hago. Y aún las hará más grandes."

El estudiante preguntó por qué no existía en el mundo ningún sanador capaz de ejecutar las mismas acciones. Cristo había ordenado a sus apóstoles curar a los enfermos y resucitar a los muertos.

-Y si esto fue así, deseamos que nos enseñes su método.

Usui no supo hallar una respuesta. Según el código de Honor Japonés, un decano debe responder a todas las preguntas de sus discípulos. Ante tal imposibilidad, Usui presentó su dimisión y tomó la decisión de elucidar este misterio. Eran los misioneros norteamericanos quienes le habían dado su instrucción cristiana, y como el cristianismo era la principal religión de los Estados Unidos, decidió iniciar sus investigaciones en el seminario de teología de la universidad de Chicago. Después de largos e infructuosos estudios, Usui continuó sus investigaciones en el extranjero.

Sabiendo que también el Buda obtuvo fama por sus curaciones milagrosas, Usui determinó regresar al Japón con la esperanza de descubrir algún hecho nuevo acerca de las curaciones espontáneas.

Todas las crónicas que relataban los milagros de Cristo se habían extraviado, pero tal vez hallaría en el sutra del Loto de la Buena Ley alguna aclaración. A su regreso se dirigió a los monasterios budistas, donde expuso sus preocupaciones.

Pero siempre recibió la misma respuesta, o sea que hoy día la gente sólo se interesaba por las curaciones espirituales.

Decepcionado, más resuelto a tener éxito en su encuesta, prosiguió su búsqueda. Después de diversos fracasos, llegó a un monasterio Zen, donde por primera vez le animaron a perseverar en su investigación. El Superior estuvo de acuerdo en que debía de ser posible curar el cuerpo físico, como hiciera el Buda, pero que desde hacía muchos siglos prevalecía la búsqueda espiritual.

El Superior, tras declarar que lo que se había realizado en una época podía ser posible en otra, invitó a Mikao Usui a continuar la investigación en su monasterio. Y el entusiasmo del Superior alentó a Usui, el cual se sumergió en el estudio de los sutras en japonés.

Pero al ver que no conseguía ningún fruto empezó a estudiar chino, a fin de ahondar en todos los textos de los sutras existentes en dicha lengua. Sin embargo, también los resultados fueron escasos, por lo que emprendió el estudio de los sutras tibetanos.



Aunque esta determinación exigía un conocimiento del sánscrito, reemprendió la tarea con el mismo ardor de antes. Poco después de ese período efectuó un viaje al norte del Tibet. Unos manuscritos tibetanos descubiertos en el siglo pasado relataban las peregrinaciones de un santo llamado Isa, que varios eruditos han identificado con Jesucristo.

No se puede afirmar que Mikao Usui tuviera acceso a esos documentos o a otros que describiesen casos de curación, pero sí parece cierto que después de haber terminado su estudio de los sutras tibetanos, Usui creyó estar en posición de la verdad acerca de las curaciones de Cristo. Sólo quedaba ponerlo en práctica.

Pensando, pues, haber encontrado una llave del saber sobre las curaciones, Usui visitó a su amigo el maestro Zen para que le aconsejase respecto a la aplicación de esa ciencia. Los dos juntos meditaron sobre ese asunto y ambos llegaron a la conclusión de que Usui debía ascender a la montaña sagrada (el monte Kuri Yama), situada a unos veintisiete kilómetros de Kyoto, donde practicaría el ayuno y la meditación. Era como una empresa semejante a la de los indios norteamericanos cuando persiguen una visión.

Usui no tardó en iniciar su peregrinaje hacia la cumbre del monte sagrado. Al llegar a un sitio dado, cara a Oriente, amontonó veintiuna piedras que le permitirían medir el paso del tiempo.

De esta manera llegó al día vigésimo de su ayuno, víspera del último día. Había luna llena y su mano buscó a tientas la última piedra. Hasta entonces no había sucedido nada fuera de lo corriente, pero él seguía rogando con fervor. De pronto, divisó en el cielo una luz parpadeante y vio que caía hacia él, agrandándose a medida que se aproximaba.

Usui, atemorizado, quiso huir pero logró serenarse y convencerse de que quizá se trataba de la señal que aguardaba desde tanto tiempo atrás. Por consiguiente, no podía abandonar su búsqueda cuando tal vez estaba tocando ya los resultados.

Entonces recibió el impacto de la luz en su frente y creyó haber pasado ya al otro mundo. Vio ante sí danzar miles de burbujas multicolores, que no tardaron en volverse translúcidas, y

se dio cuenta de que cada una de ellas encerraba una letra sánscrita de color dorado, en tres dimensiones.

Se le iban apareciendo una a una, lo que le permitía grabarlas en su memoria. De repente, Usui se sintió invadido por un gran sentimiento de gratitud. Como el fenómeno se había producido hallándose él en un estado cercano al trance, al recuperarse por completo quedó sumamente extrañado al ver que era ya de día.

Impaciente por compartir con el Superior su reciente experiencia, Usui descendió del monte, pareciéndole que su cuerpo era más recio, incluso rejuvenecido, lo cual no dejaba de ser raro tras un ayuno tan prolongado. En realidad, era el primer "milagro" de la jornada.

En su precipitación tropezó con una piedra y se lastimó el dedo gordo de un pie. Cuando intentó darle masaje para calmar el dolor comprobó con gran sorpresa que en unos instantes la salida de la sangre había cesado y que la herida se cauterizaba rápidamente: acababa de producirse el segundo milagro.

Continuó su camino y llegó a un albergue, donde decidió descansar. Todo aquél que realiza algún método de ayuno sabe que es peligroso romper una larga abstinencia con una comida algo copiosa. El posadero, al observar el ropaje monjil y la barba hirsuta del huésped, comprendió que acaba de pasar por un prolongado período de meditación y le ofreció un caldo. Pero Usui declinó el ofrecimiento y exigió una comida, una verdadera comida. Cuando la hubo ingerido se sintió muy en forma: tercer milagro.

Antes de abandonar el albergue, la nieta del posadero, que le había servido la comida, y cuya mejilla estaba hinchada desde hacía varios días, sufrió un fortísimo dolor de muelas. Los modestos medios de su abuelo no le permitían consultar a un odontólogo de Kyoto, por lo que Usui le propuso su ayuda, que la niña aceptó de buena gana. Usui, entonces, colocó sus manos a cada lado de la cara de la jovencita y rápidamente se atenuaron la inflamación y el dolor. Fue éste el cuarto milagro.

Cuando por fin llegó Usui al monasterio, halló al Superior presa de un ataque de reumatismo. Mikao Usui creyó deber suyo relatarle su aventura, y al mismo tiempo le impuso las

manos sobre las zonas dolorosas de su cuerpo; el dolor cesó rápidamente, lo que dejó al monje estupefacto.

Usui le pidió consejo sobre el empleo que debía hacer de su nuevo don, y aquél le animó a continuar su meditación. Tras madura reflexión. Usui decidió dirigirse a un distrito pobrísimo de Kyoto con el propósito de curar a los mendigos del barrio. Pensó que al curar a esa gente les permitiría adquirir un nuevo nombre en el templo y un nuevo lugar en la sociedad.

Cuando llegó a aquel distrito, puso manos a la obra de inmediato, curando a jóvenes y ancianos sin distinción. Obtuvo unos resultados casi maravillosos, pues muchos quedaron totalmente curados. Pero unos siete años más tarde, mientras proseguía con su labor, reconoció varios rostros familiares, especialmente el de un joven que le llamó la atención de manera especial.

—Creo que nos conocemos —le dijo Usui.

—Ciertamente —asintió el otro—. Yo fui uno de tus primeros casos de curación. Recibí un nombre nuevo, luego un empleo e incluso me casé. Pero no conseguí hacer frente a mis responsabilidades: la vida del mendigo es mucho más fácil.

Usui encontró otros casos análogos, y empezó a desesperarse. ¿Cuál era el error cometido? Después de larga reflexión, comprendió que no había sabido insuflarles el sentido de la responsabilidad, empezando por el de la gratitud. Y asimismo comprendió que toda curación física, para que sea duradera, debe ir acompañada de un equilibrio psíquico, puesto que prodigando el Reiki sin discernimiento había reforzado a los mendigos en sus actitudes ante la vida.

En este sentido, la importancia de un cambio de energía le pareció absolutamente vital. Todo acto recibido exige una contrapartida, sin la cual la vida está desprovista de valor.

Fue en aquella época que el doctor Usui estableció los cinco principios fundamentales del Reiki. Y abandonó los distritos pobres de Kyoto para enseñar por todo el Japón. También fue en esa misma época cuando adquirieron todo su sentido, con ocasión de su visión, los símbolos que le habían sido revelados, y que debían servirle para armonizar a los individuos permitiéndoles asumir la responsabilidad de su bienestar.

Ayudándoles a aumentar su energía, podrían llegar a dominar su propio ego. Cuando Usui hubo afinado y perfeccionado su método, formó a los discípulos jóvenes que deberían seguirle en sus desplazamientos.

A principios del siglo XX, poco antes de su muerte, Mikao Usui le confió al más entusiasta de entre ellos, el doctor Chujiro Hayashi, antiguo oficial de la marina, la responsabilidad de perpetuar la tradición del Reiki. Así fue cómo Hayashi fundó la primera clínica de Reiki en Tokio.

En 1935, Hawaya Takata, una joven natural de Hawái, con nacionalidad norteamericana, se presentó en la clínica de Hayashi. Estaba gravemente enferma, sufriendo de diversos trastornos orgánicos y de una depresión sobrevenida a la muerte de su marido, todo lo cual la mantenía en un estado de suma debilidad.

Poco antes de sufrir una intervención quirúrgica, estando de visita en casa de sus padres, oyó la voz de su difunto esposo, aconsejándole que rechazase la operación. La joven confió sus dudas al médico que la trataba y éste le sugirió que probase el tratamiento del Reiki. Lo probó, y finalmente quedó curada.

Muy impresionada por este resultado, Hawaya Takata decidió iniciarse en el Reiki, pero no tardó en averiguar que ese campo estaba exclusivamente reservado a los hombres. Sin embargo, con su determinación de mujer "gaijin" (extranjera), se rebeló contra ello, y al final su perseverancia dio unos frutos excelentes. Primero siguió las enseñanzas del primero y el segundo grados, y cuando más tarde regresó a Estados Unidos, se instaló por su cuenta.

En 1938, el doctor Hayashi y su hija la visitaron, y la señora Takata fue iniciada con el grado de maestro poco antes de que sus visitantes volvieran al Japón.

El doctor Hayashi, que era un gran místico, presintió la inminencia de la guerra contra Estados Unidos, y adoptó sus disposiciones al respecto. Hawaya Takata, sensible a esas preocupaciones, decidió ir al Japón, donde de inmediato fue puesta al corriente de las premoniciones del doctor Hayashi acerca de las cercanas catástrofes.

Para Hayashi, el final del conflicto no tenía la menor duda:

Japón sería vencido y habría numerosísimas víctimas entre la población. Puso en guardia a la señora Takata, diciéndole qué medidas debería tomar para proteger el Reiki.

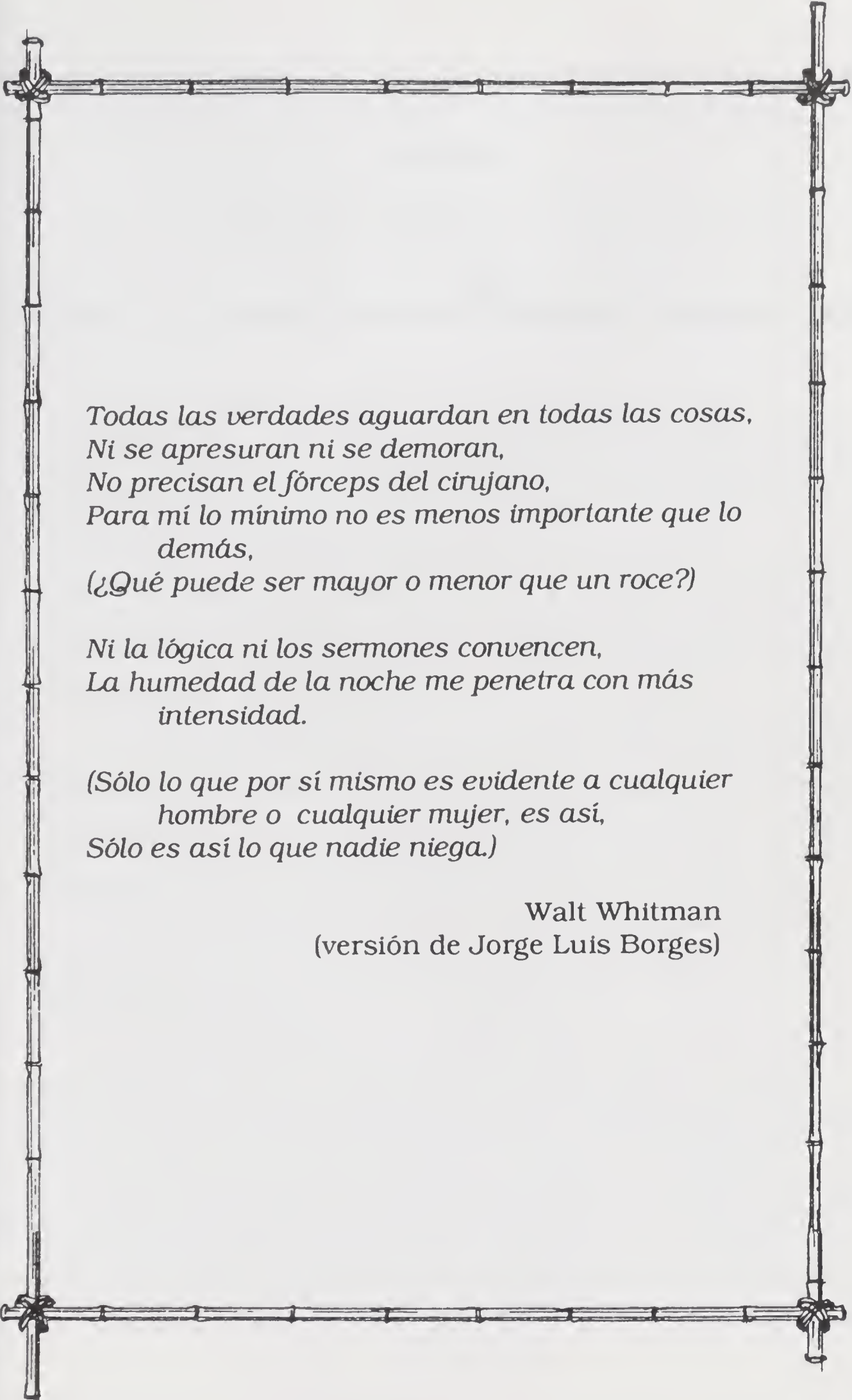
Como el doctor Hayashi no quería verse complicado en modo alguno en la contienda que se avecinaba, decidió organizar su paso a otro plano de existencia, y un día, a finales de los años 30, se vistió con un ropaje de ceremonia y, rodeado de sus amigos, abandonó su cuerpo por decisión voluntaria.

La señora Takata permaneció algún tiempo en el Japón para organizar las exequias y luego partió hacia Hawai, donde tuvo la suerte de escapar al encarcelamiento de los japoneses instalados allí durante la Segunda Guerra Mundial. Además, esa mujer férreo carácter, continuó su enseñanza del Reiki en Norteamérica después del conflicto bélico, o sea durante la era del maccartismo, uno de los períodos de mayor intolerancia de la historia de Estados Unidos.

En los años 70, la señora Takata empezó a formar otros maestros, y a su muerte, que tuvo lugar en diciembre de 1980, tenía ya veintiuno. Hoy día son más de doscientos los que enseñan el Reiki por todo el globo.

Mi objetivo como maestra del Reiki es aportar mi concurso a mis estudiantes, ayudándoles especialmente a poner en resonancia las vibraciones de su cuerpo físico y su cuerpo etérico, para poder acceder a un más alto nivel de conciencia.

Cuanto más seamos los que persigamos este objetivo, mejor lograremos volver a equilibrar las energías planetarias.



*Todas las verdades aguardan en todas las cosas,
Ni se apresuran ni se demoran,
No precisan el fórceps del cirujano,
Para mí lo mínimo no es menos importante que lo
demás,
(¿Qué puede ser mayor o menor que un roce?)*

*Ni la lógica ni los sermones convencen,
La humedad de la noche me penetra con más
intensidad.*

*(Sólo lo que por sí mismo es evidente a cualquier
hombre o cualquier mujer, es así,
Sólo es así lo que nadie niega.)*

Walt Whitman
(versión de Jorge Luis Borges)

CAPÍTULO 3

En qué se diferencia el Reiki de otros métodos curativos

La clave del Reiki reside en su sencillez. Mientras que otras formas de terapia exigen varios meses, incluso años de aprendizaje para formar un practicante, el Reiki puede transmitirse durante un fin de semana.

Es probable que al individuo acostumbrado a los métodos de trabajo intelectuales subordinados a la duración ese ritmo le parezca desconcertante. La diferencia principal radica en el proceso de armonización, que sitúa al Reiki en la categoría de métodos de trabajo sobre la energía.

El Reiki otorga un poder curativo al iniciado, idea extraña a la cultura occidental desde la era cartesiana. La mayoría de médicos, enfermeras, masajistas y terapeutas familiarizados con la percepción del cuerpo humano, habiendo recibido ya la iniciación, comprueban un aumento inmediato de energía o de calor emanando de sus manos cuando ejecutan un tratamiento.

Por tanto, cualquier individuo que posea una experiencia sensorial percibe unas reacciones inmediatas como resultado de esa iniciación, sin contar las sensaciones que a menudo se manifiestan durante las sesiones de iniciación.

Pero para aquellos que no poseen esta experiencia del cuerpo humano o cuya sensibilidad está atenuada, el tiempo y la práctica serán necesarios para adquirir la percepción inmediata de los cambios que se operan en el cuerpo del receptor.

No es la percepción en sí lo que está en juego, sino más bien las ideas preconcebidas que nos impiden ver el lenguaje corporal. Todo tratamiento conseguido requiere una actitud de escucha. A tal efecto, yo concedo a mis discípulos una duración experimental lo bastante prolongada para que puedan desarrollar

esta capacidad, permitiéndoles verificar la presencia de diferentes sensaciones en el donante, aunque disminuidas en relación a las experimentadas por el practicante inicialmente. Por otra parte, guío a mis discípulos por una serie de ejercicios destinados a aumentar sus sensibilidad respecto al cuerpo humano.

Mi propia experiencia de masajista a bordo de un barco de crucero hace unos años me ha permitido comparar el inmediato aumento de calor producido, sólo cinco minutos después de un tratamiento por el Reiki, con el grado mínimo de calor resultante de 10 sesiones consecutivas de masaje completo.

Como poseía cierta formación en varias técnicas de enfoque corporal, y además me interesaba ante todo por la acción sobre los tejidos internos, el Reiki fue para mí un descubrimiento asombroso. Me convencí de que para obtener unas profundas modificaciones en la estructura cuerpo-espíritu era necesario un trabajo sumamente minucioso. Y mi sorpresa fue tremenda cuando algunos clientes, para quienes yo había asociado recientemente el Reiki a sus masajes habituales, manifestaron su interés acerca de las sorprendentes sensaciones de energía que mi tratamiento les proporcionaba.

Después, inesperadamente, me relataron sueños evocadores, la desaparición de antiguos dolores y fenómenos de inspiración entre amigos artistas.

Atrajeron asimismo mi atención otros aspectos interesantes relativos a ese trabajo apasionante sobre la energía. Normalmente, durante una sesión de masaje, y especialmente en un trabajo en profundidad, es importante que el donante no bloquee la articulación de la rodilla, sino que ha de doblar ligeramente la pierna, tal como se practica en el Taiji, cosa necesaria para el vaciamiento de las ondas nocivas hacia la tierra.

Para ayudar a un cliente, por ejemplo, a distender una zona de tensión en la nuca o los hombros, yo dirijo su respiración mientras él elimina, con un esfuerzo consciente, el ácido láctico de sus músculos. Si yo continúo en contacto con su zona de tensión, las ondas nocivas penetrarán en mis manos, y después en mis pies, antes de ser evacuadas hacia la tierra. Pero si durante la operación mis rodillas quedan bloqueadas, la energía penetrará por mis brazos, atravesará mi cuerpo y al llegar a mis

ENERGIA-TRABAJO

REIKI

Bionergética
Acupresión
Biomagnetismo
Yoga

**Métodos para
desarrollar
la conciencia**

Zen
Relajación
Método Silva
Yoga

Métodos Gestuales

Artes marciales
Deporte
Yoga
Euritmia

**TERAPIAS
PARA
CUERPO Y
PSIQUE**

Imaginería mental

Análisis de los traumas
Visualización creativa
Biofeedback

Acción

Ritos chamánicos
Psicodrama
Terapia gestalt
Pirobatia

Memoria y catarsis

Renacimiento
Grito primal
Regresión a vidas
pasadas

Expresión corporal

Improvisación
(Mary Whitehouse)
(Isadora Duncan)
Expresión del
movimiento

Métodos corporales

“Masaje sueco”
Método Trager
Rolfing
“Touch for Health”
Kinesiología

rodillas se verá reconducida hacia la región de mi cuerpo correspondiente a la del donante de la que ya surgió al principio.

Esto tal vez parezca complicado cuando un individuo se inicia en las técnicas de los movimientos de energía corporal, pero para dominar ese proceso sólo hace falta adquirir unos cuantos reflejos. Yo descubrí, ante mi enorme asombro, que este problema no se plantea en la práctica del Reiki, ya que el Reiki queda absorbido por el receptor y pasa por un canal abierto a este efecto en el donante.

Por esto el practicante no absorbe jamás la energía del receptor, estando ésta siempre orientada hacia el exterior, aparte de una energía residual almacenada en la región del plexo solar, que representa una cantidad suplementaria. Es una ventaja para el receptor que la energía que absorbe siga un canal autónomo purificado, de forma que no esté nunca en contacto con la energía del donante.

He citado algunos aspectos físicos propios a esa forma de curación, que le otorgan su carácter único. Ahora me gustaría compartir con vosotros algunas reflexiones que el Reiki me ha introducido a relacionar con mi formación de psicóloga.

En otras técnicas curativas basadas en la energía, como el magnetismo o la curación por el espíritu, el practicante ha de mantener una atención constante sobre la transmisión de la energía, sin interferencias por parte del receptor.

Con el método del Reiki no sucede lo mismo, ya que una vez formulada la voluntad inicial de tratamiento y aplicadas las manos sobre el cuerpo, la corriente de energía empieza a circular libremente, sin que en ningún instante deba contribuir la concentración del donante.

Es frecuente que la relajación de la tensión ocasione el surgimiento de recursos y emociones olvidados, en los que el receptor puede sentir la necesidad de explayarse. También es posible mantener una conversación durante la sesión, lo cual significa una gran ventaja, aunque yo aconsejo a mis discípulos que acorten la conversación puesto que las sensaciones experimentadas por el cliente, que suelen ser de naturaleza profunda, y en su mayor parte impublicables, la palabra, en esa fase, podría interferirse con el proceso de liberación, lo que, desde el

punto de visita terapéutico, plantea una cuestión importante: la de la dependencia.

He comprobado a menudo, en el transcurso de mi experiencia como psicóloga, que las mismas personas presentan los mismos problemas bajo diferentes facetas. A veces he tenido la impresión que cuanto más hablaban de un problema, tanto más lo fijaban en su conciencia. Así, en vez de favorecer el alivio, sólo agravaban su tensión.

El papel del psicólogo consiste, precisamente, en ayudar a un individuo a modificar los pensamientos negativos y las “reacciones condicionadas”. El Reiki elimina ese proceso de verbalización, y así, durante la sesión de tratamiento y algún tiempo después, sobre todo durante los 21 días de purificación que siguen a cada uno de los tres grados, las emociones tienden a aflorar a la superficie. En ocasiones, van ligadas a los recuerdos, pero muchas veces la emoción queda simplemente liberada sin que intervengan los procesos intelectuales de explicación o de análisis, los cuales, en conjunto, podrían fijar dicha emoción, impidiendo que la estructura cuerpo-psyque (o espíritu) se liberase de ella.

A este respecto, sugiero a mis discípulos que comprueben la presencia de tales emociones, que pueden manifestarse inopinadamente, y que reconozcan su surgimiento, cosa que facilita su liberación, en lugar de ignorarlas; o sea, que deben identificarlas conscientemente. Es este enfoque sensible el que ayuda a eliminarlas con mayor rapidez.

Otro aspecto sobre el que es necesario insistir se refiere a la importancia de esta liberación emocional. He hallado muchas veces individuos que, tras un largo período de depresión, estaban presos de la cólera. Como ésta desprende una tremenda fuerza vibratoria, mucho más fuerte que la fuerza de la depresión, el individuo se acostumbra a la misma e incluso puede tomarle gusto a esta nueva forma de depresión, lo cual obstaculiza todo acceso a los niveles de expresión superior.

La espectacular dimensión que adquiere la cólera al estimular el ego hasta un elevado grado de excitación, la torna seductora, pero no es en realidad más que la expresión de un sentimiento de impotencia engendrado por la incapacidad de asumir la responsabilidad de nuestras acciones en la vida.

Es importante, por tanto, comprender que, según el proverbio “se cosecha lo que se siembra”, o “siembra vientos y recogerás tempestades”, no se trata, en suma, más que de la ley eterna que rige el fenómeno de causa y efecto. Tu vida es un espejo. Reconoce lo que te sucede y líbrate de las escorias que de nada te sirven. Tú eres el creador, comprende la importancia que tiene asumir la responsabilidad de tus actos. En esto reside precisamente una de las claves de este enfoque.

Pero el Reiki no se detiene en el primer grado de iniciación, pues cada individuo ha de decidir si desea continuar por el camino de la curación. Tú eres el capitán a bordo y sólo tú puedes decidir el encaminamiento de tu evolución, adaptando el mismo a tu grado de compromiso personal. De éste experimentarás el sentimiento de exaltación intensa que proporciona la realización de cada iniciación como un verdadero beneficio.

Ya hemos visto los diversos aspectos que dan al Reiki su carácter único. Como otras terapéuticas, su objetivo es la búsqueda del equilibrio y la armonía física, mental y espiritual del ser humano. En este sentido, el Reiki es un don.

Participar en la iniciación del Reiki es reconocer que se está dispuesto a aceptar ese poder. Un poder de co-creación dado a cada individuo cuando nace, y cuyo privilegio es una responsabilidad enorme, así como un sentido creciente de unión con sus semejantes.

*La existencia es un equilibrio perpetuo.
Perder la conciencia momentánea del ambiente
es arriesgarse a resbalar
por la maroma de la vida.*

Nari



CAPÍTULO 4

Efectos del tratamiento Reiki

Los efectos terapéuticos del Reiki varían en razón de los individuos y están subordinados a las necesidades, latentes a veces, del organismo. De todas maneras existe un denominador común entre los beneficios que provoca cada tratamiento (véase esquema de la página 43).

Si el tratamiento puede variar en su aplicación de un practicante a otro, el objetivo siempre es el mismo: cuidar la zona corporal perturbada y el sistema endocrino (véase esquema de la página 45). El tipo de tratamiento que enseñaba la señora Takata obraba sobre el sistema glandular, y es éste el que controla la producción de hormonas del cuerpo, y de ahí su gran importancia. Según la medicina tradicional, estas glándulas son estimuladas por los neurotransmisores. El cuerpo se comunica con el sistema nervioso por medio del cerebro, cuya corriente nerviosa estimula a las glándulas que segregan las hormonas necesarias para la homeostasis.

En el plano etérico, cada uno de los siete chakras o centros de energía corresponde a una glándula endocrina (véase la situación de las glándulas endocrinas en la ilustración de la página 45, y la de los siete chakras en la página 125). De esta forma, el sistema endocrino desempeña el papel de transmisor de energía hacia los chakras del cuerpo etérico, e inversamente, los chakras transforman la energía que devuelven al cuerpo físico mediante las glándulas endocrinas. Por consiguiente, existe una interacción a todos los niveles.

Para apreciar mejor esta interdependencia de los diferentes sistemas, un investigador experimentado, el doctor William A. Tiller, profesor en el Departamento de Ciencias de la Materia, de

la Universidad de Stanford, ofrece un nuevo modelo teórico del funcionamiento del cuerpo humano. Hasta el presente, el conjunto del cuerpo médico y los agrónomos han considerado que el funcionamiento de los organismos vivos actuaba de acuerdo con el modelo de reacciones siguientes:

Función ↔ estructura ↔ química ↔ energía ↔ electromagnética.

Modelo incompleto que sólo describe las interacciones a algunos niveles. En general, cuando se comprueban fallos de estructura procedentes de un desequilibrio químico, se procede a una rectificación por medio de un reajuste al entorno químico, con medicamentos para los seres humanos, y abonos y fertilizantes para la tierra.

Nos hallamos de este modo frente a un problema, o sea que los dos organismos, cuerpo o planta, y los gérmenes que los amenazan, tras adaptarse a las nuevas modificaciones químicas, desarrollan a su vez una mayor resistencia, que engendra como una escalada sin fin del proceso de adaptación.

Así, la proporción de productos químicos en el organismo crece e influye en el nivel de funcionamiento deseado, y entonces esto afecta a otros niveles, de lo que resulta toda una serie de efectos nocivos.

Poseemos muchas pruebas de tales efectos en la agricultura, y el gran número de intoxicaciones mortales causadas entre la mano de obra empleada en la vendimia es un buen ejemplo.

En medicina, este problema se halla en el origen de numerosas enfermedades engendradas por los tratamientos. Afortunadamente, muchos médicos se han dado cuenta de este peligro y se han inspirado en la medicina oriental, adoptando métodos preventivos. Conocemos sobradamente los efectos mortales de los rayos X sobre las reacciones de la energía electromagnética del cuerpo humano.

El doctor Tiller, dudando de la validez del modelo clásico de reacción, subraya las capacidades potenciales que ofrecen los procedimientos de energía física y sutil en el tratamiento de los desequilibrios funcionales.

Los osteópatas han obtenido notables resultados en el tra-

EFFECTOS DEL TRATAMIENTO REIKI



tamiento de las funciones humanas mediante la vía indirecta de las manipulaciones corporales. Además, las alarmantes noticias sobre diversos efectos no físicos, que se han producido en unos 200 años, destacan la mediocridad del modelo propuesto.

El doctor Tiller, por su parte, propone revisar el modelo teórico en el sentido de un modo de transformación multidimensional que actúe del modo siguiente:

función ↔ estructura ↔ química ↔ energías espacio-temporales positivas (el cuerpo físico) ↔ energías espacio-temporales negativas (el cuerpo etérico) ↔ mente ↔ espíritu ↔ alma

Utiliza los términos de energía espacio-temporal positiva para describir el cuerpo físico, y energía espacio-temporal negativa para el cuerpo etérico, subrayando así el lazo de parentesco que los une, como demuestra la expresión algebraica de su masa y sus energías respectivas.

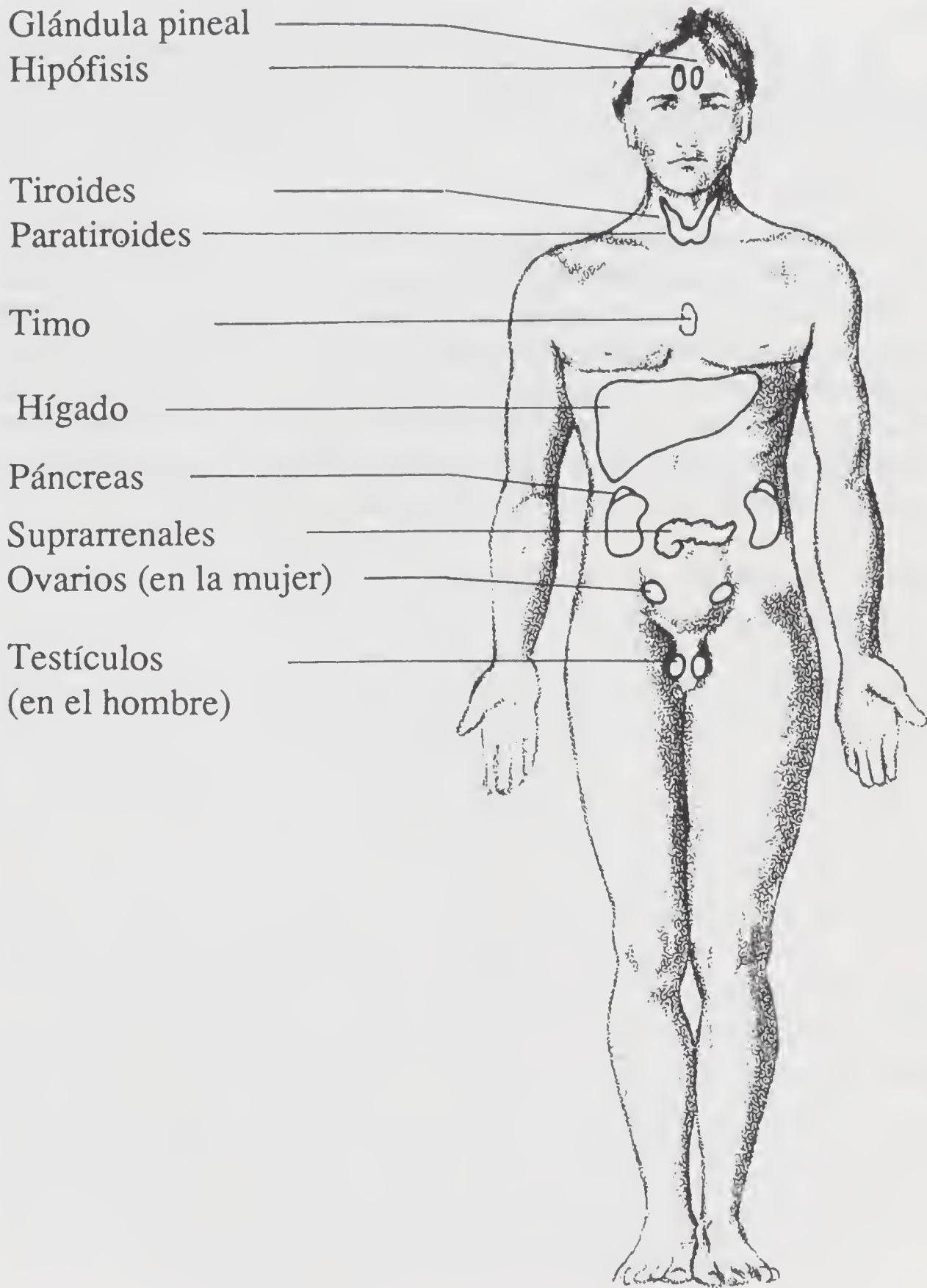
Para comprender mejor algunas de las relaciones de su modelo, el doctor Tiller se refiere a las relaciones espíritu-estructura-función en el aikido, zen o yoga; espíritu-química y química-espíritu en psiquiatría, para no nombrar más que algunas. Según el doctor Tiller:

Lo anterior conduce naturalmente a una nueva dimensión de la curación: si se desarrolla una patología en alguno de los planos, para que el sistema vuelva a su armonía general los mecanismos de curación deberán intervenir en todos los planos. La patología se desarrolla inicialmente al nivel mental y propaga sus efectos sobre los dos niveles espacio-temporal negativo y positivo.

Tiller propone un modo de curación ideal, destinado a extirpar la patología en su origen y a corregir el estado mediante un retorno a un "pensamiento adecuado". Indica como segunda elección, un método curativo que actúe sobre la estructura al nivel espacio-temporal negativo (cuerpo etérico). Y finalmente, una acción sobre la estructura espacio-temporal positiva (cuerpo físico), que en realidad es el enfoque de la medicina moderna.

Como ya se indicó, los practicantes del Reiki siempre han reconocido la relación existente entre los cuerpos etérico y físico, gobernados por los chakras y el sistema endocrino.

SISTEMA ENDOCRINO



Además, el Reiki en su segundo grado enseña unas técnicas que permiten tratar la enfermedad a su nivel mental, o sea en su origen. No hay, pues, la menor duda de que el asiento del mal se halla situado en el espíritu, tal como asevera el doctor Tiller.

Me gustaría llevar personalmente este razonamiento más adelante, añadiendo que la causa de la enfermedad es el resultado de una desincronización entre la mente y el alma. La energía Reiki actúa naturalmente sobre los tres niveles: físico, etérico y mental.

Yo animo a mis discípulos a consultar la obra de Louise Hay titulada *Sana tu cuerpo*.^{*} Sus ideas para el tratamiento de estos enfermizos precisos apela al pensamiento positivo que trata de reacondicionar el espíritu mediante fórmulas afirmativas, y a eliminar del cerebro el concepto de enfermedad. El Reiki actúa asimismo en este sentido, permitiendo que el individuo libere sus zonas de tensión y las emociones urdidas de aquéllas, provocando la eliminación de las causas de enfermedad.

^{*} Publicado en castellano por Ediciones Urano, Barcelona.



CAPÍTULO 5

Los cinco principios del Reiki

El doctor Usui formuló los cinco principios del Reiki poco después de haber abandonado el distrito pobre de Kyoto. En aquella época comprendió algunos rasgos propios de la raza humana. Originalmente, había intentado socorrer a los mendigos y pobres con la esperanza de proporcionarles una tabla de salvación y un medio para reintegrarse en la sociedad. Pero cuando vio que varios fracasaban por este camino, negándose a asumir las responsabilidades cotidianas de la vida, se impusieron a él cierto número de deducciones.

De una parte, que no se adquiere en la vida ningún cambio duradero si el individuo no experimenta el deseo íntimo de tal cambio, o si su voluntad de curación no le incita a buscar dicho cambio. De otra parte, que la participación del individuo en el proceso de su curación es algo realmente esencial. Finalmente, que toda tentativa de ayuda a otra persona debe ir acompañada de un intercambio de energía, puesto que el doctor Usui comprobó que la curación recibida pasivamente sólo sirve para reforzar los esquemas negativos en muchos individuos. En consecuencia, convenía exigir una contrapartida por parte del sujeto tratado, a fin de asegurarse su colaboración.

Partiendo de esta reflexión, Mikao Usui definió dos reglas principales: la primera, que una persona debe pedir su curación (un practicante no debe tratar más que a los que han solicitado un tratamiento). Y segunda, que todo cuidado prodigado ha de ir acompañado de una contrapartida (ser deudor a un tercero por un servicio prestado es en sí anormal, por lo que es esencial que se establezca un intercambio de energía, sea de la clase que sea, para liberar a la persona de toda obligación).

El doctor Usui también descubrió que era imperativo que el practicante se muestre neutral ante los resultados obtenidos. Al fin y al cabo, es posible que la vida de un mendigo sea rico en enseñanzas a los seres que la han elegido. No somos nosotros quienes debemos juzgar si los demás han elegido bien o mal. Este mismo razonamiento se aplica a una enfermedad: no es imposible que un individuo *Cree* ese estado en su subconsciente a fin de vivir ciertas experiencias, incluida la de la muerte. Usui, como practicante experto, concibió que una “curación prematura” podía ser la transgresión de un proceso de vida esencial para el hombre.

Cuando llegó a la conclusión de que no era de su incumbencia curar a la humanidad, sino ayudar a cada uno a tomar a su cargo la curación, Usui definió un conjunto de líneas directrices destinadas a desarrollar la conciencia y la capacidad de un individuo para asumir las responsabilidades en todos los actos de la vida.

Esta experiencia le condujo finalmente a penetrar las razones que incitaban a las grandes religiones a crear un privilegio en el terreno espiritual: al parecer, las causas de las enfermedad tienen su asiento en una región indeterminada del alma y el espíritu. Si es cierto que uno es lo que de él se piensa, entonces toda modificación de vida implica un cambio de actitud. Según la primera premisa de la ciencia hermética, todo es espíritu, y lo que proyectamos con nuestros pensamientos se manifiesta en el plano físico, de modo que, emitiendo pensamientos acerca de la generosidad y la gratitud, podemos engendrar el amor y la abundancia.

Tras sus largos años de experiencia entre los mendigos de Kyoto, esas ideas tuvieron una gran limpidez a los ojos de Usui. Había tratado a muchos individuos, viendo cómo muchos de ellos volvían a su antigua condición. En consecuencia, decidió no tratar más que a los sujetos que mostrasen un verdadero deseo de llevar una nueva forma de vida. Comprendió e hizo suya la máxima de Cristo: “No arrojéis perlas a los puercos”. Dicho de otro modo, no malgastéis vuestro talento en quienes no lo merecen.

Los cinco principios enseñados por Usui se refieren natu-

ralmente a los individuos que se hallan en el camino de la evolución. Pero si, por otra parte, uno es la imagen de lo que piensa, también es posible emprender ese camino adoptando los mencionados principios.

*En el plano humano
Busco los signos externos
de riqueza para mi bienestar.
Esta actitud ignora la gracia
que existe en todo lo creado.
Y este error puede corregirse por medio
de un lento despojo. Las joyas
de la abundancia acuden
con toda naturalidad solamente
a los seres bien equilibrados.*

Nari

Primer Principio

Hoy serás agradecido

Albergar un sentimiento de gratitud hacia la vida es vivir en la abundancia. Si mantenemos esta clase de pensamientos, y no solamente el agradecimiento a los bienes y bondades recibidos, sino también la confianza de que siempre nos serán concedidos, seremos un polo de atracción para la abundancia.

Este es nuestro estado natural. Sólo la doble idea de escasez impresa en la conciencia de la raza (el inconsciente colectivo), y nuestro propio acondicionamiento impide a los hombres aceptar lo que les es debido. Uno de los conceptos fundamentales en que se fundan las grandes filosofías y las religiones antiguas es el de la profusión. Las últimas enseñaban que comprenderse a sí mismo es comprender a Dios, que la introspección permite trocar el temor en amor, la ignorancia en sabiduría y la escasez en abundancia.

En los manuscritos de Nag Hamadi, descubiertos en Egipto en 1945, conteniendo unos Evangelios anteriores al Nuevo Testamento, Filipo cita las palabras de Jesús: "Vosotros seréis lo que veis". O sea que si no veis más que lo que os falta, continuaréis en el camino de la necesidad. Si, por el contrario, sois conscientes de la infinita abundancia que os rodea y agradecéis los bienes recibidos, os beneficiaréis de forma creciente.

Nada nos falta en este planeta, únicamente es defectuoso el reparto de los recursos, porque está fundado en nuestra convicción de escasez, sin hablar de la avaricia humana, estando así engendrada también por el temor a las necesidades.

Ser agradecido es admitir en el yo interior que se participa del movimiento universal y que el sentimiento de aislamiento que experimentamos no es más que una ilusión. Saber aceptar la abundancia que os pertenece por derecho es también importante. Pues si en vuestro subconsciente creéis no ser dignos de las riquezas del Universo, obstaculizáis el aporte de abundancia.

Hoy día, mucha es la gente que padece un sentimiento de alienación de lo absoluto... lo que lo abarca todo. Este estado de

cosas, que viene de lejos, ha engendrado un malestar que incluso impide a los que parecen vivir de acuerdo con las leyes de la armonía universal que lleguen a la cima del éxito y la prosperidad. Cada uno ha de sondear las causas de este problema. Porque en muchos casos, el espíritu de triunfo está atrofiado o es ignorado.

Sin embargo, la energía vital universal puede rehabilitar esta función natural, y una vez alcanzado este objetivo, quedará libre el camino del éxito y la prosperidad. En el reino de lo absoluto, cada acción y cada causa están coronadas por el éxito. Si algunos individuos no logran este resultado es porque en ellos existe un desequilibrio, y están como cerrados a su realización.

El hermetismo sugiere un ejercicio simple que permite la puesta en resonancia del cuerpo con la fuerza vital del lugar en que vive. Se trata del ejercicio de la estrella, que consiste en adoptar durante tres a cinco minutos la posición erguida, con los pies separados y los brazos caídos a cada lado del cuerpo, la palma de la mano izquierda mirando al cielo y la de la mano derecha hacia el suelo. La corriente magnética penetra por la mano izquierda hasta el corazón y la región del plexo solar recarga al cuerpo, mientras que el excedente baja a la tierra, por la mano derecha. Si se practica por la mañana, este ejercicio tiene un efecto dinamizador, y por la noche, proporciona una sensación de relajación. Para los iniciados del Reiki, a los que se recomienda la práctica del autotratamiento, se trata de una versión muy amplificadora de esta energía.

Una vez tomado contacto con la energía vital universal, con el cuerpo penetrado de ella, fijaréis la atención en la idea del éxito, de la riqueza, en relación con todos los aspectos de vuestra vida. Esta energía desarrolla las capacidades del Yo, abriendo canales para recibir la corriente cuyo poder magnético establece una relación con los deseos del ser.

La etapa siguiente necesita un esfuerzo constructivo, orientado hacia el objetivo fijado. El recurso a las fórmulas afirmativas de éxito o prosperidad no bastan para materializarlas. Para conseguirlas, el pensamiento positivo debe ser apoyado por la energía vital, que es la fuerza fundamental del Universo. La atracción producida por las corrientes magnéticas de esa ener-

gía, aumentada con una acción constructiva, permitirá obtener una mayor abundancia. Por tanto, se necesita cierta disciplina para actualizar esa corriente y aporte de prosperidad. El esfuerzo permanente que ha de proporcionar la conciencia para mantener el sentimiento de gratitud favorecerá a la atracción magnética de la abundancia.

El tratamiento personal, a su vez, modificará los viejos esquemas inconscientes que impedían el paso de la corriente de prosperidad. Aprended a vivir a partir de hoy en la abundancia y sed agradecidos.

*Si no hallamos respuesta
a las preguntas que formulamos
es porque no sabemos escuchar.*

Nari

Segundo Principio

Hoy no sufrirás inquietudes ni angustias

Inquietarse es olvidar que cada cosa tiene su razón de ser en el Universo. Si estamos en perfecta armonía con nuestro Yo profundo, si cada día lo vivimos plenamente, estamos conscientes de haber hecho todo lo que se halla bajo nuestro poder, y el resto radica en la energía universal.

La inquietud es una forma de pensamiento provocada por un sentimiento de alienación del Yo (el espíritu divino). Es vano inquietarse por el pasado, puesto que en todas las situaciones de la vida cada uno de nosotros actúa lo mejor que sabe y de acuerdo con la sabiduría de que dispone en aquel momento. Nosotros somos el producto de nuestro propio condicionamiento y reaccionamos en consecuencia.

Si una acción pasada causa remordimientos, comprended que fue el fruto de vuestras capacidades y las circunstancias del momento. Agradeced, pues, la lección y continuad vuestro camino. Pensad también que las injusticias de las que habéis sido víctimas fueron el resultado de las acciones de otros individuos asimismo condicionados. **Deseadles el bien**, esperando que también ellos hayan aprendido la lección.

Inquietarse por el porvenir también es estéril. A este respecto, he aquí la máxima que he adoptado: “Esperar lo mejor de la vida, y cuando nos dan algo inesperado, estar seguro de que es algo adaptado perfectamente a vuestra presente situación”.

Incluso lo que al principio os parezca negativo, puede llegar a ser una rica enseñanza en el futuro. De alguna manera, hasta inconscientemente, habéis ayudado a crear esa situación, y siempre por alguna razón. Agradeced, por tanto, lo conseguido y proseguid vuestro camino.

Dejaos guiar por el Yo profundo y no obstaculicéis el movimiento universal de la vida. Sabed que en la corriente armoniosa de vuestro ser, los sucesos están sincronizados. Desde el momento que hayáis cumplido con la parte que os corresponde, sed confiados.

La inquietud provocada por una forma de pensamiento irracional crea unas barreras suplementarias que nos aíslan de nuestra conciencia. Dejad hoy que vuestro Yo profundo tome las riendas y liberaos de todos vuestros cuidados e inquietudes.



Tercer Principio

Hoy no te encolerizarás

La cólera es una emoción completamente estéril. Como la mayoría de las reacciones inadecuadas, se funda en un sentimiento de alienación de la conciencia universal. La cólera expresa el deseo de dominar una situación en la que se nos escapa el control de los acontecimientos, y en la que estamos en desacuerdo con nuestro Yo profundo, o sea con el objetivo universal de la vida.

Muchos individuos confían en su Ego para orientarse en el curso de su vida, en vez de seguir los consejos de su naturaleza profunda, para que los oriente en la corriente natural y armónica de la vida. El Ego está sujeto a los deseos y las aspiraciones inadecuadas que tanto nos exponen a los tormentos y desdichas.

Cuando nuestras ambiciones agotan nuestras fuerzas vitales y nos enojamos con las personas de nuestro entorno que no están a la altura de nuestros objetivos o nuestros deseos, olvidamos fácilmente que quienes nos rodean no son sino el reflejo de nosotros mismos.

Cada uno de nuestros pensamientos origina una causa cuyo efecto puede manifestarse en el momento en que menos lo esperamos. En realidad, cada situación es un espejo, la reflexión directa de una causa y del efecto que hemos creado. Si algunas personas desencadenan nuestra cólera o desvelan nuestros puntos débiles, no podemos hacerles responsables de nuestro enfado, y cada cual tiene que aprender.

Reaccionamos frente a los demás por la necesidad natural y mutua de asimilar ciertas lecciones. Es esto lo que demuestra Carlos Castaneda al mostrarse agradecido respecto a los tiranos de su vida. Son ellos los que nos permiten descubrir las flaquezas de nuestro Ego. Observando nuestras reacciones con respecto a los demás podremos identificar los problemas con los que tropieza nuestra conciencia, y entonces estaremos en condiciones de modificar los esquemas negativos.

A partir de ahora, cuando alguien desencadene vuestra cólera, afrontad vuestras emociones para tener conciencia de vuestras debilidades, ya que esto os permitirá progresar.

Subrayaré, en fin, que la cólera no debe suscitar un sentimiento de culpabilidad en quien la experimenta. Esta tendencia forma parte de nuestros esquemas desde hace tantas generaciones que resulta muy difícil reprimirla cuando nos hiere la cólera ajena.

Con mayor razón, en nuestra sociedad, el hombre consagra lo mejor de sí mismo a sus ambiciones, y cuando siente que se le escapan lo toma todo al pie de la letra, y el sentimiento de impotencia que se origina da nacimiento a su indignación.

Cuando uno se esfuerza por enmendar su comportamiento, conviene liberar las emociones, no retener la cólera, sino templan las acciones expresando con calma las sensaciones experimentadas frente al comportamiento negativo de un tercero.

Si éste insiste en su tono provocador, es preferible rechazar el enfrentamiento a fin de recuperar el dominio personal.

Cuando está a punto de producirse un incidente, la conducta ideal consiste en reprimir toda reacción intempestiva e impregnarse de un sentimiento de generosidad. ¿Puede alguien sentir cólera con una sonrisa en los labios? Sonrisa que seguramente también servirá para desarmar al provocador.

La cólera es una energía disonante que puede engendrar la enfermedad del cuerpo físico. Por consiguiente, es preferible aprender a transformar esta energía mediante un enfoque constructivo. Hoy no debéis encolerizaros, sino estar agradecidos.

*Nosotros somos quienes
creamos nuestros dragones.*

Nari

Cuarto Principio

Hoy trabajarás honradamente

Una de las reglas fundamentales de una vida armoniosa es la honradez hacia uno mismo, cuyo resultado es un sentimiento de amor propio. Pero esto implica que se afronte toda verdad sin rodeos.

Cuántos individuos viven en un universo de fantasmas y sólo tienen del mundo real una visión truncada... Esta ausencia de lucidez conduce generalmente al desorden. Ciertamente es que en el mundo actual no es fácil enfrentarse con la verdad. Aunque queramos examinar nuestro comportamiento con lucidez, descubrimos el papel desempeñado por las situaciones y los demás en nuestra vida, y aprenderemos el sentido del término compasión.

Aceptar la verdad, estar de acuerdo con la finalidad del Yo, es también la forma de vivir más sencilla, ya que la verdad es sinónimo de luz y claridad. Considerar la vida con una perfecta honradez permite discernir más fácilmente las lecciones que nos da y asimilarlas con menos esfuerzo. Los fantasmas engendran un mundo complejo en el que el rechazo de lo real elabora un conjunto de mentiras que, si bien protege contra la verdad, crea un auténtico laberinto en el que el Yo está prisionero.

Sed sinceros con vosotros mismos y comprobaréis el valor ejemplarizador que tendrá esta cualidad sobre vuestro entorno. Después, será fácil aplicar la máxima: "Haz a los demás lo que te gustaría que ellos te hiciesen".

Realizar el trabajo conscientemente es estar de acuerdo con el ser profundo. Esta verdad se aumenta con un sentimiento de amor, tanto para uno mismo como para los demás, que es el creador de la armonía en la vida.

Hoy contemplaréis de frente la verdad y trabajaréis honradamente.

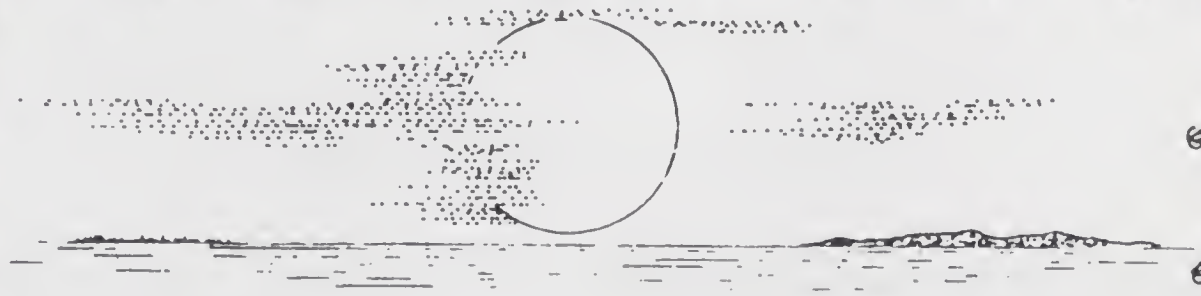
Quinto Principio

Hoy amarás y respetaras todo lo que vive

Si está claro que todos procedemos de un mismo origen, es igualmente cierto que todas las manifestaciones de vida son interdependientes. Los daños que le causamos a nuestro planeta, debido a la ignorancia de las sutiles leyes de la ecología, nos han llevado a la conclusión de que la supervivencia de la humanidad depende de su voluntad de reemplazar el egoísmo que la induce a monopolizar la naturaleza por el respeto a toda forma de vida.

La física reconoce hoy en día que todos hemos salido de la misma fuente de energía y que la materia sólida no es más que una energía animada de vibraciones diferentes. Toda materia vibra, pero a distintos niveles, pese a lo cual todos están intercomunicados, puesto que ninguna barrera sólida separa a los cuerpos.

Por tanto, puede admitirse que el hecho de aceptar las múltiples facetas de nuestra personalidad tendrá un efecto sobre los seres que nos rodean. De igual manera que reconocer las suyas nos afectará a su vez. En consecuencia, toda energía positiva dirigida hacia nosotros o hacia los demás contribuirá a la transformación del planeta. Cada persona, animal, planta o mineral, participa del Todo. Amar y respetar a los demás es testimoniar amor y respeto hacia nosotros mismos y nuestra tierra nutriente.



Los principios de la energía Reiki

Hoy serás agradecido

Hoy no sufrirás inquietudes ni angustias

Hoy no te encolerizarás

Hoy trabajarás honradamente

Hoy amarás y respetarás todo lo que vive



CAPÍTULO 6

Qué son las armonizaciones

El proceso de armonización es la clave y el alma del método de curación natural del doctor Usui. Reiki es el término japonés que significa fuerza universal de vida, que cada uno de nosotros heredamos al nacer.

Todo individuo puede transmitir la energía magnética vital a los demás mediante la imposición de manos. Pero lo que diferencia el método del doctor Usui, haciéndolo único, es su proceso de armonización, que se efectúa durante una serie de iniciaciones.

En realidad, se trata de una técnica tibetana muy antigua transmitida por un maestro en forma de energía amplificada. Esta iniciación obra sobre el individuo abriendo un canal para la energía cósmica, que penetra por el chakra coronario hacia los centros de energía superiores, y se escurre por las manos. El ritmo vibratorio del cuerpo se amplifica en un período de purificación de veintiún días. Este período es necesario por la presencia de esquemas negativos y bloqueos que la activación del campo energético permite eliminar.

Este proceso de armonización sumamente preciso sólo puede transmitirlo un maestro de Reiki, que a su vez haya sido iniciado al método del doctor Usui. Hay dos centros de formación principales, uno dirigido por Phyllis Lei Furumoto, nieta de la señora Takata, que lleva el nombre de *Reiki Alliance*. Varios de los 22 miembros formados por la señora Takata son miembros de ese grupo

El segundo es la *American International Reiki Association (AIRA)*, dirigida por la doctora Barbara Weber Ray. Los maestros de ambos grupos están plenamente calificados para transmitir

esta iniciación, y la elección de la persona no es más que una cuestión de afinidad. También hay médicos que, como yo, han estudiado en ambos grupos. En efecto, mi maestro de Reiki obtuvo el primero y el segundo grados de su iniciación en la *AIRA* y el tercero con un maestro de la *Reiki Alliance*. Muchos maestros dan conferencias como introducción en varias ciudades. Es aconsejable la asistencia a una o dos de las mismas a fin de escoger el maestro. Todos están igualmente calificados, pero lo mismo que en todos los terrenos de actividad, cada uno posee un enfoque personal con el que conviene estar de acuerdo.

Uno de los puntos sobre los que insisto ante mis discípulos se refiere a la diferente manera en que cada cual puede sentirse afectado por esa iniciación, ya que esas variaciones dependen principalmente del nivel vibratorio del individuo en el momento de la iniciación.

Es decir, si antes habéis aprendido a desarrollar la conciencia y, al mismo tiempo, habéis alcanzado un elevado nivel vibratorio, la iniciación os ayudará a realizar un considerable progreso. Para el que empieza por este camino, ese progreso o aumento de energía será proporcional a su nivel inicial. Sin embargo, lo más notable del Reiki es que después de ese gran paso al frente, ayudado por el proceso de armonización, gracias a las sesiones cotidianas de autotratamiento, podréis continuar aumentando el nivel vibratorio y la fuerza de curación al tratar a otras personas cuando os sea posible.

La primera parte de la enseñanza tiene como objetivo esencial preparar al cuerpo físico a recibir, o sea canalizar, una cantidad de energía vital cada vez mayor. Los cuatro niveles de armonización del primer grado están destinados a amplificar el ritmo vibratorio de los cuatro centros de energía o chakras de la parte superior del cuerpo.

Durante la primera iniciación, el corazón y el timo están sincronizados, y el primero se pone en resonancia con el cuerpo etérico.

La segunda iniciación se refiere a la glándula tiroides, y sobre el plano etérico ayuda a abrir el chakra de la garganta, nuestro centro de comunicación.

La tercera iniciación actúa a la vez sobre el tercer ojo, que

corresponde a la hipófisis, o centro superior de la conciencia y la intuición, y sobre el hipotálamo, que gobierna el humor y la temperatura.

La cuarta iniciación atiende al aumento de las capacidades del chakra coronario, nuestro lazo de unión con la conciencia espiritual y su compañero físico correspondiente, la epífisis.

Esta última sesión completa el proceso cerrando el canal, y de este modo la capacidad de transmitir la energía Reiki la poseeréis durante toda la vida. En consecuencia, es esencial completar las cuatro sesiones de iniciación a fin de asegurar la apertura permanente del canal de energía.

Una vez puesto el cuerpo en resonancia con la energía Reiki, será ya vuestra definitivamente. Aunque se halle dormida durante unos años, estará a vuestra disposición tan pronto como queráis utilizarla.

En el segundo grado del proceso de armonización, los progresos obtenidos en el plano vibratorio son ya espectaculares, y al menos cuatro veces superiores a los del primer grado.

Los tres símbolos o claves destinados al tratamiento a distancia también se enseñan en esta etapa. Contrariamente al primer grado, cuyo objetivo principal era el cuerpo físico, el segundo grado se concentra en la puesta en resonancia del cuerpo etérico. El tercer ojo, o sexto chakra, se despierta, y esto tiene, en general, el efecto de aumentar las facultades de intuición del individuo. Poco después de la iniciación del segundo grado, y especialmente durante el período de purificación de 21 días, el discípulo debe efectuar la experiencia de una intensa sensación de energía en el chakra raíz, causada por la estimulación de los centros sexuales y de supervivencia que activa lo que los indios denominan energía Kundalini. Mediante ciertas técnicas, es posible, como yo enseñé a mis discípulos, convertir una parte de esa energía bajo otra forma, gracias a la cual se pueden estimular las facultades intuitivas y espirituales, elevando asimismo el nivel de conciencia.

El tercer grado de armonización tiene como función formar a los maestros. Como las anteriores, esta iniciación tiene como efecto aumentar el índice de frecuencia, además de activar los símbolos clave que permiten al iniciado transmitir el método.

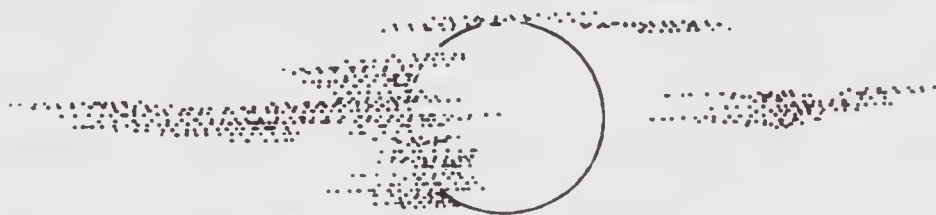
Este punto es importante puesto que es esencial que cada individuo tenga conciencia de que, al elegir la recepción de esa iniciación, se compromete personalmente.

Un maestro de Reiki no tiene ningún poder sobre sus estudiantes, siendo simplemente un individuo que, agradeciendo ser dueño de su destino, ha decidido asumir una parte mayor de responsabilidad en su vida.

Como co-creador con lo absoluto, acepta conscientemente la consecuencia de sus actos. Al llegar al término de su empresa, el maestro de Reiki obtiene el poder de emplear este antiguo método tibetano, que usará a su vez para iniciar a otras personas que deseen emprender esta senda.

El proceso de armonización puede calificarse como genial y excepcional, ya que permite acceder a la misma esencia de nuestro ser. Esto no es posible en tiempo normal sino cuando nos hallamos en un estado de superconciencia, caso rarísimo. El Reiki proporciona el estímulo que acelera el proceso de acceso a ese estado de conciencia.

Una práctica cotidiana del tratamiento personal permite desarrollar ese poder, afinándolo. Si decidís recibir la iniciación al Reiki, obtendréis un gran desarrollo de la conciencia, y pasaréis por un período de purificación durante el cual podréis desprenderos de vuestros viejos esquemas. Recibir esa iniciación es dar un paso decisivo hacia el dominio de sí mismo.



*El viento de lo infinito barre mi corazón, mi cuerpo y mi
alma
trayéndome el soplo de una renovación.*

Nari



Iniciación al primer grado

**REPRESENTACION FOTOGRAFICA
DE LAS 22 POSICIONES DE LAS MANOS**

Las fotografías siguientes servirán de guía a los iniciados de primer grado y les remitirán en su memoria a las posturas sugeridas por el tratamiento completo. Este última cubre los chakras principales y el sistema endocrino correspondiente (véase Capítulo 4). Es, por lo tanto, necesario que el practicante apele a su intuición, la que le permitirá identificar las posiciones propicias en cada caso, capacidad que se afinará con la experiencia.

Sugiero que la sesión de tratamiento completo de una hora sea dividido como sigue: 40 minutos sobre la parte frontal del cuerpo y 20 minutos sobre la parte dorsal. La duración media para cada postura varía entre 2 y 5 minutos, pero esta duración será ampliada cada vez que una región parezca absorber más energía que otra. Sobre la zona atacada por la enfermedad, la duración de la imposición recomendada es de 30 minutos.

A fin de identificar mejor la posición de las manos sobre el cuerpo, las fotografías han sido tomadas sobre un modelo desnudo. No obstante, como el Reiki atraviesa la materia, no es necesario desvestirse para "recibir" un tratamiento.

Primera posición

Comience por su centro.

Coloque enseguida las manos ligeramente abombadas sobre los ojos, como en la fotografía, o mejor, aproxime las manos para que los dedos se junten para poder cubrir mejor la frente. Esta posición permite incluir el chakra del tercer ojo.



Segunda posición

Coloque las manos sobre las sienes.



Tercera posición

Cubra las orejas. (La acupuntura nos enseña que en la oreja se encuentran las terminaciones nerviosas correspondientes a cada parte del cuerpo.)



Cuarta posición

Haga girar suavemente la cabeza del receptor hacia un costado (véase la fotografía) y cubra los huecos del occipital. Proceda de igual forma del otro lado, hasta que la absorción de la energía haya cesado.



Quinta posición

Coloque una mano sobre la nuca y otra sobre la garganta, manteniéndolas en tensión para evitar toda presión sobre las cuerdas vocales. Puede también colocar las manos a uno y otro lado de la garganta.



Sexta posición

Cubra la tiroides con una mano colocada sobre la parte hundida del cuello, y la otra sobre el timo, más abajo (véase el esquema del sistema endocrino).



Séptima posición

Descienda gradualmente hacia la zona del corazón guardando siempre una mano en contacto con el cuerpo; mantenga cada posición durante la duración requerida.



Octava posición

Progrese hacia el plexo solar, siempre procediendo por etapas.



Novena posición

Cubra el punto *ki o chi*, unos tres dedos por debajo del ombligo.



Décima posición

Con un hombre, conviene incluir el anillo inguinal situado en la ingle, y los testículos.



Undécima posición

La posición indicada aquí corresponde a la mujer. Coloque las manos inmediatamente por encima del hueso púbico de manera de cubrir los ovarios.



Duodécima posición

Las rodillas son el asiento del miedo al cambio y de la muerte del ego. En esta época de cambio es necesaria una gran cantidad de energía, en esta región, en la mayor parte de los individuos.



Decimotercera posición

Cubra los pies en dos o tres posiciones. La igual que las orejas o las manos, la planta de los pies contienen terminaciones nerviosas que corresponden a los diversos órganos del cuerpo. Así, cuando se cubre estas tres regiones, se está tratando el conjunto del cuerpo. Según las necesidades, terminará la parte frontal del cuerpo agregando otras posiciones: brazos, espalda, codos, o un órgano en particular.



Decimocuarta posición

Pase a la zona dorsal comenzando por los hombros. Estos son el asiento de las tensiones y el lugar donde cargamos literalmente el peso del mundo.



Decimoquinta posición

Descienda hacia la región dorsal del corazón.



Decimosexta posición

Cubra enseguida la parte dorsal del plexo solar.



Decimoséptima posición

Trate los riñones.



Decimoctava posición

Cubra la región lumbar.



Decimonovena posición

Trate la región sacro-iliaca.



Vigésima posición

Coloque una mano ligera sobre el sacro y otra sobre la 7^a vértebra cervical en la base del cuello. Las mismas sensaciones de energía de picoteo, del pulsación o de calor que se manifiestan en la dos manos será la indicación de que la energía de la columna vertebral está equilibrada. Levante entonces lentamente las manos, y proceda con rapidez a la posición siguiente.



Vigésima primera posición

Los dedos cerrados, las manos colocadas en V, descienda con un movimiento rápido a lo largo de la columna vertebral tantas veces como parezca necesario.



Vigésima segunda posición

Termine esta serie de movimientos subiendo hasta arriba de la 7^a vértebra cervical y descendiendo cada vez hasta abajo del sacro.



CAPÍTULO 7

Iniciación al primer grado del Reiki

Unas de las primeras preguntas que formula el alumno al comienzo de la iniciación se refiere a la existencia de los niveles de enseñanza. En la época del doctor Usui, los estudiantes acompañaban a sus maestros en sus desplazamientos, y se iniciaban poco a poco en los diversos niveles de energía hasta dominar el método y ser ya aptos para enseñar a su vez.

La descomposición del método se adoptó en una época reciente para facilitar su difusión. Además, es deseable que cada grado quede completado con un período de adaptación que permita al alumno familiarizarse con el nuevo campo vibratorio y las técnicas de cada uno de los niveles.

Durante el primer grado, dividido en cuatro sesiones, el estudiante se prepara para recibir la energía Reiki de manera definitiva. En esta etapa conviene sintonizar el nivel vibratorio del estudiante para preparar su cuerpo a fin de que pueda recibir una cantidad suplementaria de energía. Igualmente se efectuarán reajustes en el cuerpo etérico.

El método de aplicación del Reiki es muy sencillo. Su aprendizaje no entraña ningún proceso mental, y hasta un niño puede adquirirlo mediante una iniciación normal de dos días.

Por regla general, las enseñanzas del primer grado se dan en cuatro sesiones de cuatro horas cada una: tras una introducción sobre los orígenes del Reiki, los discípulos aprenden la serie de posiciones de las manos utilizadas en el tratamiento personal. Luego, vienen las dos primeras sesiones de iniciación a la práctica del tratamiento. A partir de este momento ya se pueden observar las diferencias sensibles, como una sensación de calor, picores o pulsaciones en las manos.

La segunda sesión contiene ejercicios destinados a desarrollar la sensibilidad a la energía sinestésica, y la enseñanza de la posición de las manos para el tratamiento de base a otros. Luego, viene la práctica del tratamiento de grupo. En esta etapa, el discípulo empieza a experimentar vibraciones en la absorción de la energía de un cuerpo a otro. Todos los alumnos podrán realizar la experiencia de una sesión de tratamiento dispensado por los miembros del grupo.

La tercera sesión reúne las dos últimas etapas de armonización del primer grado. A ellas siguen los cambios de impresión sobre lo adquirido por cada uno de los participantes. A éstos yo les animo a llevar un diario por el período de los 21 días, describiendo los cambios sobrevenidos, cosa que resultará muy útil, ya que permitirá comprobar la eficacia del Reiki en el proceso de purificación y curación. También aconsejo a mis alumnos a que realicen, antes de acostarse, un ejercicio de memorización o mnemotecnia. Hoy día, es urgente que cada uno de nosotros adopte la responsabilidad de desarrollar su conciencia.

Muy poca gente se da cuenta que en realidad vivimos las veinticuatro horas del día en un estado seudohipnótico. La hipnosis, propiamente dicha, no es más que un medio de ayudar al espíritu a concentrarse en un sólo objetivo a la vez. En efecto, en la mayoría de sujetos se comprueba que la hipnosis provoca en ellos una disminución de la visión periférica. Se obsesionan con una sola idea. ¿Pero acaso no es cierto que pasamos la mayor parte del tiempo que estamos despiertos en un estado hipnótico debido a nuestro condicionamiento? Sin duda, nuestra capacidad visual está más ampliada en nuestra vida normal que en un estado de hipnosis provocado, pero nuestro comportamiento sigue siendo, no obstante, tributario de los viejos esquemas. Vemos el ejemplo de esto en nuestra vida profesional.

Familiarizados con la personalidad de nuestros compañeros de trabajo o colegas, tenemos inclinación a limitar nuestras relaciones con cada uno de ellos a algunos temas vulgares. Como nuestro espíritu ha adoptado un mismo escenario puesto a prueba en el pasado, adapta tan sólo una variante a cada situación. De modo que en la mayoría de los casos calcamos

nuestras reacciones de los modelos preestablecidos, y por eso limitamos el número de nuevas experiencias vividas.

Peró cuando Cristo dijo a los hombres que debían “convertirse en niños”, quiso dar a entender que cada día han de aprender a contemplar la vida con una nueva mirada. Por tanto, hay que aprender a vivir cada instante, tal como se presenta, espontáneamente, sin ideas preconcebidas, que a menudo son el origen de una interpretación equivocada de la realidad.

Para la gran mayoría de personas adultas volver a encontrar el alma de su infancia es un auténtico desafío. La realización de este objetivo exige un gran esfuerzo de conciencia y una gran disciplina, siendo imposible conseguirlo sin una verdadera voluntad de cambio diario del comportamiento. A este efecto, cabe observar lo positivas que son las reglas de urbanidad. El hecho mismo de tomar conciencia multiplicará su eficacia. Y la próxima vez que saludéis a un conocido en la calle no os contentaréis con murmurar un “buenos días” apresurado y seguiréis vuestro camino, sino que miraréis al otro a los ojos, estableceréis el contacto, os sentiréis regenerados y ayudaréis a los demás a que obren de igual manera.

La próxima vez que paséis por una calle conocida, experimentaréis un sentimiento de amor hacia los que os rodeen... y notaréis la diferencia. Todos los esfuerzos que hagáis para “despertaros” influirán en quienes os rodean por un fenómeno de ósmosis. Con la práctica, el despertar de la conciencia os costará mucho menos esfuerzo y acabará por ser algo natural, sintiéndose invadidos por un inmenso sentimiento de gratitud.

Una especie de autoexamen practicado cada noche os ayudará a continuar por este camino. Memorizad los detalles de la jornada, la manera cómo habéis reaccionado ante tal individuo o cual situación, estableced una diferencia entre lo que os parece apropiado y lo que ha de ser modificado. ¿Cuál ha sido el incidente que más os ha sorprendido? A este respecto, observaréis que los recuerdos más vivos son los correspondientes a circunstancias en que la conciencia estaba vigilante.

Ese ejercicio ayudará a tener conciencia de las actitudes personales y, con el tiempo, os sorprenderéis al ver que desempeñáis el papel de “espectador de ti mismo”. Por lo demás, al

enfrentaros a una nueva situación, veréis que sois capaces de reprimir la manifestación de un reflejo condicionado.

Durante esos ejercicios de memorización será sumamente útil el uso del tratamiento personal por el Reiki, pues os permitirá eliminar los viejos esquemas negativos arraigados en vosotros, y reequilibrar vuestras energías mentales.

Durante estos ejercicios, tendréis sin duda la experiencia de antiguas emociones, que aflorarán a la superficie, y ésta será la ocasión de liberaros de ellas, así como de los comportamientos negativos que habían provocado.

Una de las cuestiones que abordo durante el primer grado se refiere a la ayuda a dar a las personas comprometidas en un proceso de curación. Antes de iniciar un tratamiento, es preciso asegurarse de que el receptor está dispuesto a seguir un mínimo de tres sesiones consecutivas por un período de tres días, a ser posible. Se ha comprobado que ese lapso de tiempo es necesario para que se lleve a cabo la transferencia de energía del cuerpo físico al etérico y viceversa. En realidad, el mejor enfoque es esa serie de sesiones sucesivas.

De todos modos, si se trata de una persona que padece una enfermedad aguda, puede observarse durante ese período un aumento pasajero de los síntomas, provocado por la aceleración de la energía. Entonces, parece alejarse el dolor rápidamente al tercer día. Es importante que el paciente sea informado de esta eventualidad, y tranquilizado acerca de su final.

Si se trata a un individuo que sufre una enfermedad crónica, como la artritis, se comprobará una reducción inmediata de los dolores. En general, en el caso de enfermedades crónicas, la continuación del tratamiento le asegura al paciente una mejora durante cierto tiempo. Y si la crisis debe sobrevenir de nuevo, ello sucede varias semanas después del tratamiento. Este efecto es el resultado del lento proceso de eliminación de las toxinas responsables de la enfermedad que, en esta última fase, oponen una resistencia final antes de soltar su presa.

Al parecer, los últimos vestigios de la enfermedad, como resultado del proceso fisicoquímico, son los más tenaces. Cuando se produce esa exacerbación de los síntomas es necesario tranquilizar al paciente, destacando el carácter saludable de tales

manifestaciones que anuncian la última fase, o sea la de la total eliminación de las toxinas. En esa etapa, un tratamiento permite acelerar el proceso de desintoxicación.

Sin embargo, la experiencia dice que es preferible no comunicarle al paciente, en esa fase, si padece de una enfermedad crónica, la eventualidad de dicha crisis, puesto que se podría provocar una reacción inoportuna ante un fenómeno de aumento aleatorio. Llegado el caso, se puede tranquilizar al enfermo para ahuyentar sus temores, subrayando el carácter natural y saludable de esta reacción. Respecto a las enfermedades agudas, como es frecuente esa reacción, si será necesario y oportuno preparar al paciente para la aparición de ese proceso y para las sensaciones que resultan de una rápida reacción física a las enfermedades.

En caso de crisis grave, conviene aconsejar al individuo que consulte a un médico. De todas maneras, si el paciente absorbe solamente la cantidad de energía que le falta, el tratamiento que se le prodigue acelerará siempre el proceso de curación. Cabe pensar que, en caso de enfermedad crónica, el paciente ya habrá consultado antes a un médico, mas a pesar de eso el tratamiento ayudará al cuerpo a librarse de las toxinas acumuladas desde largo tiempo atrás.

Ningún retraso en la curación puede adelantarse con la remisión de las enfermedades graves o crónicas. No es posible adelantar ningún pronóstico sobre los efectos del tratamiento, debido a que cada individuo es el dueño de su curación, y a que cada caso es único. El canal por el que circula el Reiki es tan sólo un vehículo por el que el receptor absorbe la energía necesaria para el equilibrio de los diversos planos de su ser.

Insisto en dos puntos: un individuo absorbe solamente la cantidad de la energía que le falta a su cuerpo, y los efectos no siempre son perceptibles inmediatamente.

Por eso no es cosa del donante evaluar el resultado de su acción o formular un juicio al respecto. Siempre hay que tener presente que un individuo puede obtener ventajas secundarias de su enfermedad y que no debe estar necesariamente dispuesto a beneficiarse de una curación física.

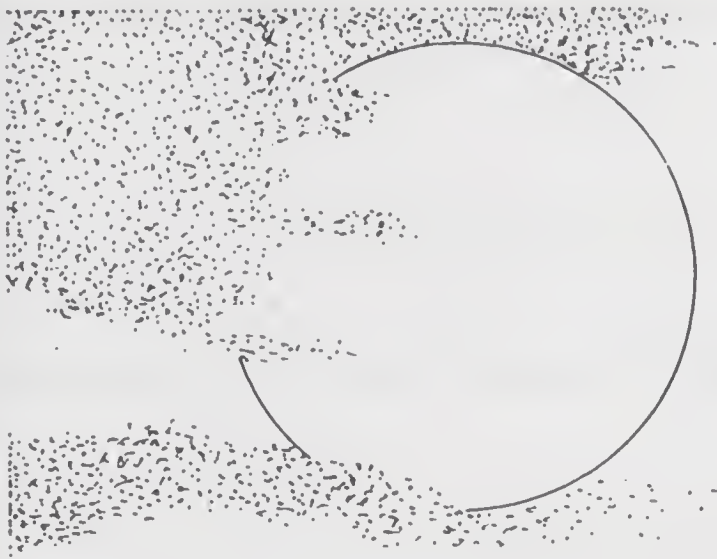
En la cuarta etapa de la iniciación, cada alumno da y recibe

un tratamiento completo de una hora, lo que le ayuda a distinguir las variaciones de temperatura de una zona del cuerpo a otra. Esto permite afirmar que la cantidad de energía absorbida lo es en función de las necesidades de cada individuo.

Acto seguido, el alumno aprende a concentrarse en las regiones del cuerpo cuya absorción parece más manifiesta. Una nueva sesión de tratamiento en grupo cierra esta parte de la enseñanza, durante la cual cada alumno se beneficia de una experiencia de tratamiento personal.

Durante la sesión siguiente, los alumnos pasan por un examen sancionado por un certificado de primer grado. A los estudiantes se les anima a seguir las reuniones de grupo propicias a la práctica del tratamiento.

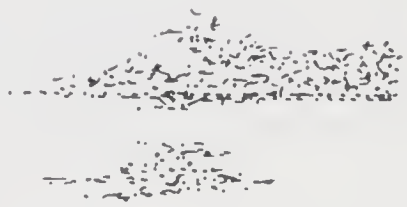
Cada uno de los grupos que yo he formado han sido el origen de una experiencia enriquecedora, ya que cada individuo aporta su propia energía y su contribución personal al grupo. La evolución individual y la franca camaradería que se desarrollan durante esas relaciones crean tal exaltación que a menudo es difícil interrumpir los cursos al final de las sesiones o al fin de semana. El estímulo creado por el aumento de energía es una auténtica ayuda para despertar la conciencia y conducir al descubrimiento de uno mismo. Sabréis exactamente cuándo habrá llegado el momento de recibir la iniciación de primer grado.



*Yo soy el viento, el mar y el velero,
aparejado para todos los huracanes.*

*Yo soy el cielo, blanco y azul.
Yo lo soy Todo, fuerte y leal.,
Yo navego hacia riberas lejanas.
Yo soy Todo, hombre y Dios.*

Nari



CAPÍTULO 8

Los 21 días de limpieza y purificación

Tal como hemos visto, cada una de las tres etapas de la preparación va seguida de un período de purificación de 21 días. Bajo el efecto de la aceleración del ritmo vibratorio del cuerpo físico y el cuerpo etérico, las energías residuales, densas y negativas, afloran a la superficie y quedan liberadas.

Tal como enseña la física, la materia sólida no existe, ya que todo se compone de energía más o menos densa y, por consiguiente, animado de vibraciones.

Así, los minerales están formados por energía, que vibra a una frecuencia muy baja. De igual modo, el ritmo vibratorio de los bloqueos y los esquemas emocionales impresos en nuestro cuerpo físico y nuestro cuerpo etérico es inferior al de las ondas que surgen del pensamiento o las de la energía creada por los pensamientos positivos y generosos. Y comprobamos que el aumento del ritmo vibratorio que resulta de la práctica constante de una ascesis facilita grandemente el mantenimiento de un flujo positivo, por un efecto de la aceleración.

La iniciación al Reiki produce un súbito aumento del nivel de vibración, que desencadena y acelera el proceso de eliminación de las antiguas energías negativas arraigadas en nuestro sistema. Pero éstas no pueden entrar en resonancia con las vibraciones más finas, producidas en el proceso de armonización.

Gracias a la rapidez de este último, se pone en marcha la liberación de las emociones y los sentimientos rechazados, condición indispensable para el engrandecimiento de la conciencia. Si, a pesar de todo, el cambio es rápido, sólo con el tiempo serán efectivas las transformaciones. Se necesitan unos tres días para que la energía efectúe el recorrido de los siete chakras. Aunque

la apertura del canal Reiki se sitúa entre el chakra coronario y el chakra cardíaco, los centros de la parte inferior del cuerpo también son importantes y su ritmo vibratorio obtiene el correspondiente reajuste.

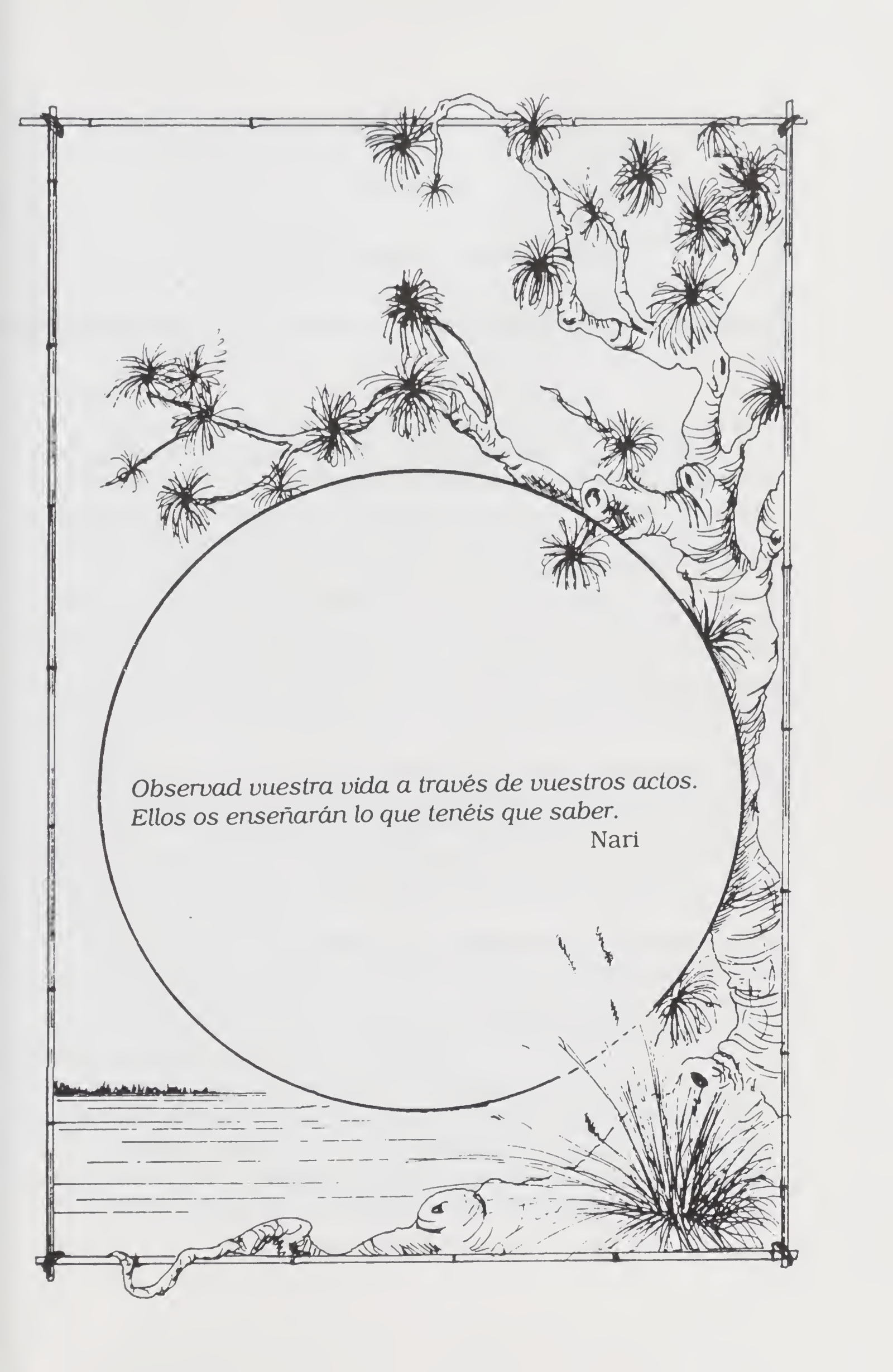
Después de este período de purificación se observan sin la menor duda algunos signos externos típicos: sueños diversos, sensaciones extrañas, trastornos emocionales o físicos, como la desintoxicación o la desaparición de dependencia tenaz frente a ciertos alimentos favoritos, para no citar más que algunos cambios susceptibles de intervenir en distintos niveles del cuerpo físico y el etérico.

Durante algún tiempo, algunos pueden parecer desagradables, especialmente cuando es eliminada la energía negativa. Pero si con ocasión de esas experiencias adoptáis una actitud positiva aceptándolas sin concederles una importancia excesiva, pronto se desanudarán y desaparecerán sin molestias.

A menudo sugiero a mis alumnos que lleven un Diario durante este período para anotar los cambios que sobrevienen. Puede ser útil aprender a recordar los sueños. Hay que apelar a la autosugestión, repitiendo la fórmula: “Me acordaré de mis sueños cuando despierte”.

No hay que olvidar tener el Diario siempre al alcance de la mano para no perder el tiempo buscándolo. Al cabo de una semana notaréis un aumento espectacular en vuestra capacidad de memorización. Los sueños constituyen un medio ideal para sintonizar con el subconsciente. Al principio, os parecerán sin duda herméticos o desprovistos de sentido, pero con el tiempo veréis como poco a poco se desprende de ellos un esquema. El uso regular del tratamiento personal al acostarse y por la mañana al despertar, tras haber anotado los sueños, puede ser una valiosa ayuda en esta etapa.

La continuación del tratamiento tras el período de purificación inicial aumentará los efectos del proceso empezado, afinando las capacidades energéticas. A medida que os despojéis de las emociones y los esquemas inadecuados, experimentaréis un sentimiento de gratitud en vuestro ser, gracias al cual alcanzaréis un nivel mucho más elevado de abundancia en todos los terrenos.



*Observad vuestra vida a través de vuestros actos.
Ellos os enseñarán lo que tenéis que saber.*

Nari



CAPÍTULO 9

Iniciación al segundo grado del Reiki

Esta iniciación tiene por objeto, de una parte preparar el cuerpo para recibir un flujo creciente de energía Reiki, y por otra, enseñar a los alumnos el poder de los símbolos clave empleados en la curación a distancia, y una forma más poderosa de tratamiento curativo de la esfera mental y emocional.

La armonización del segundo grado activa otro plano de energía, que afecta al ritmo vibratorio de los cuerpos físico y etérico, que necesita un nuevo período de purificación de 21 días, similar al primero, permitiendo la adaptación del cuerpo y los centros de energía a la nueva frecuencia. La iniciación a este grado aporta diversos métodos de florecimiento y desarrollo individual.

Mientras que el primer grado de iniciación tiene como objetivo amplificar la energía del cuerpo físico, preparándolo para canalizar la entrada de la energía bienhechora, la del segundo grado está centrada en la preparación del cuerpo etérico o bioplásmático, y estimula el desarrollo del centro de la intuición localizado en la hipófisis.

Para la ciencia hermética, esta glándula es el centro receptor de las ondas telepáticas. En la India la llaman el "Ojo de Shiva", y los tibetanos, el tercer ojo. La hipófisis gobierna la emoción y la recepción de las vibraciones mentales, y es una glándula sumamente sensible y delicada.

Al parecer, tras la iniciación al segundo grado las ondas esféricas del pensamiento emitidas por ese centro, que por naturaleza tienden a dispersarse fácilmente, son cada vez más limpias y fáciles de localizar, tanto en la emisión como en la recepción, de manera que un alumno iniciado al segundo grado po-

drá, con el tiempo, recibir un mayor número de informaciones procedentes de ese centro.

El desarrollo de la intuición tiene, en nuestra época, un carácter vital, por ser el portavoz de nuestra conciencia profunda. Sólo poniéndonos a su escucha descubriremos la orientación ideal de nuestra vida y estaremos en completa armonía con el mundo que nos rodea.

De esta manera, nuestras actividades se encadenarán coherentemente y nuestra vida será más serena. Nuestra conciencia profunda contiene el conocimiento universal, no está sometida a ninguna obligación temporal o espacial, y para obrar sólo ha de valerse de la lógica o la razón.

La intuición es infalible porque engloba la causa y el efecto, el pasado y el presente, el presente y el futuro. Si nos dejamos guiar por la intuición todo se vuelve positivo, aunque a veces entre en conflicto con nuestro intelecto.

Para desarrollar la intuición hemos de aprender a distinguir los deseos inmediatos que emanan de nuestro ego modelado por los estereotipos de la cultura de masas de las necesidades de la conciencia superior. Un medio sencillo para lograrlo consiste en diferenciar las sensaciones que provocan los deseos inadecuados de los otros. Cuando se sigue la voz de la intuición, os invade una sensación de paz y armonía, incluso en una situación que parezca negativa, mientras que los deseos nefastos tienden a producir una sensación molesta. Aprended a escuchar la voz de la sabiduría y la paz, que os otorgará una sensación de armonía, no obedezcáis a las exigencias agresivas y perturbadoras de vuestros deseos inmediatos que siempre dan una sensación de insatisfacción. Cuanto más escuchéis la voz de la intuición, más ésta se desarrollará, y más fácil os resultará escuchar a vuestro Yo superior, que os guiará hacia una confianza y una sabiduría mucho mayores.

Tal como lo vemos, la iniciación al segundo grado ofrece un potente estímulo para el sexto sentido, desarrollo que la práctica del autotratamiento y el uso de las claves del Reiki permitirán continuar.

Durante el segundo grado, se enseñan tres claves que favorecen la concentración del espíritu sobre la emisión del Reiki

más allá del tiempo y el espacio. Para los que han seguido esta enseñanza, las llaves abren la puerta de la potencia Reiki. En esto no hay ninguna magia, pues simplemente sirven de puntos de focalización para el espíritu del practicante, ayudándole a canalizar la emisión de la energía a una larga distancia, y a concentrar la potencia para el tratamiento del cuerpo mental y el cuerpo emocional.

El principio se funda en las seculares leyes universales que rigen el traslado de la energía por el espíritu. La mayoría de pensamientos se transmiten como rayos de luz a partir de un centro. A medida que se propagan, tienden a perder potencia y, por tanto, a decrecer, exactamente como las ondas concéntricas que forma en la superficie del agua la caída de una piedra.

Para transmitir un pensamiento a distancia hay que emitirlo en la forma de un potente rayo. A este efecto ideó el doctor Usui las llaves del Reiki, que son inmediatamente aplicables por todo individuo iniciado al segundo grado. Afirmer que se transmite la energía es bastante inexacto, incluso en el segundo grado, pues la energía es siempre absorbida por el receptor y no transmitida por el donante, el practicante establece un circuito entre el receptor y él mismo, mediante el cual la energía puede circular libremente.

Esta iniciación puede darse durante un fin de semana o entre veladas. En la primera, se enseñan las llaves y otros elementos de conocimiento, paralelamente al proceso de armonización. La segunda velada está principalmente destinada a la aplicación de las llaves y a la adquisición de una técnica curativa de la esfera mental. La última velada se consagra enteramente a la curación a distancia. Las diversas aplicaciones de las llaves son objeto de discusión, siendo invitado el estudiante a poner en práctica estas facultades.

La técnica de curación mental favorece la liberación de los condicionamientos resultantes de experiencia pasadas. Es frecuente que en nuestra vida ciertos acontecimientos susciten reacciones negativas por nuestra parte. Si después nos hallamos enfrentados a circunstancia análogas, en vez de abordarlas con un espíritu abierto, tendemos a reaccionar de acuerdo con los esquemas preestablecidos, aunque sean inapropiados.

Las experiencias negativas tienen el efecto de programarnos sin darnos cuenta de ello, y por eso a veces reaccionamos ante ciertas circunstancias sin la menor reflexión. Una de las llaves del Reiki, si se conoce bien su utilización, permite modificar este comportamiento.

Una enfermedad suele ser a menudo el resultado de un desequilibrio entre el cuerpo y el espíritu. En el libro de Louise Hay, *Sana tu cuerpo*, se halla una explicación sobre las causas de algunas enfermedades, así como en el Capítulo 16 de esta obra están descritas las diferentes partes del cuerpo unidas a ciertos tipos de emoción y la enfermedades que engendran.

Todas estas informaciones pueden asociarse con la técnica del tratamiento del cuerpo mental, siendo su objetivo fundamental poner al receptor en resonancia con su ser profundo.

El estudiante del segundo grado también puede utilizar esta técnica para su uso personal, pues le ayudará a desarrollar sus facultades intuitivas cuando se haya librado de sus esquemas negativos. Esta iniciación produce cambios y desarrollos múltiples que los estudiantes han de estar preparados a sufrir en diversos niveles de su ser. De esta transformación se desprende una mayor responsabilidad aumentada con un poder curativo mucho mayor. El segundo grado abre la puerta a unos niveles superiores de conciencia. Simultáneamente, se despierta la voz de la intuición, y de ello resulta una auténtica sensación de unidad y plenitud.



El que haya descubierto en sí mismo la luz divina de la intuición, revelará su sabiduría, se convertirá en una estrella de seis puntas, la estrella de la sabiduría, y dará nacimiento al amanecer de un nuevo día, anunciando una era de paz, de armonía y poder.

Eugene Fersen



CAPÍTULO 10

Técnicas y métodos accesorios asociados al Reiki

Los métodos que van a describirse no están directamente relacionados con el Reiki. Al finalizar el segundo grado, muchos estudiantes reciben mensajes de su centro de iniciación que les guían en el proceso de curación. La señora Takata asociaba el Reiki a diversos métodos que no figuran en las directrices dadas por el doctor Usui. Cada uno de nosotros posee dones propios y no deberíamos vacilar en experimentar todo intento de extender o mejorar la gama de métodos curativos. El tratamiento Reiki no exige la atención del donante, ya que el flujo de energía que su cuerpo conduce hacia el receptor se logra sin ningún esfuerzo por su parte, y sus posibilidades de observación siguen, en consecuencia, estando intactas, y su espíritu está en libertad de concentrarse en lo que desee. Aunque el Reiki representa un modo de curación completa y autónoma, es posible asociarlo a las siguientes técnicas:

Eliminación de los bloqueos de energía

A veces, durante el transcurso de un tratamiento, observaréis que una o varias zonas del cuerpo sólo parecen absorber una débil, incluso ninguna, cantidad de energía, y que continúan estando frías al tacto. Ante todo, aseguraos de haber identificado bien un bloqueo, que la energía que circula por vuestras manos y que provoca una importante variación de temperatura en relación al cuerpo no induce a error. Si no es éste el caso, podéis recurrir al método siguiente:

Después de cinco a diez minutos de imposición de manos

sobre la zona fría del cuerpo, o que no parece absorber la debida cantidad de energía, o ninguna, tal vez tendréis la intuición de hallaros ante un bloqueo de energía. Para disolverlo rápidamente, deberéis concentrar la energía en una masa compacta en la superficie de la piel; luego, la astréis con la mano izquierda y la alejaréis del cuerpo. Con la mano derecha, la enviaréis con un movimiento lateral a la superficie de la piel, y rodearéis la mano izquierda de luz blanca con la ayuda de la mano derecha, tras lo cual soltaréis la bola. Volviendo a colocar las manos sobre el cuerpo, sentiréis probablemente un aporte de energía, que indicará que el organismo se ha liberado del bloqueo y ya puede absorber toda la energía que necesita.

Sin embargo, debo subrayar que la operación descrita puede efectuarse por medio de un proceso mental. La elección de esta solución debe tener en cuenta, no obstante, el estado psicológico o la forma de pensar del receptor, al que esas prácticas podrían perturbar.

En otras personas, estas manipulaciones de energía serán, por el contrario, benéficas como soporte visual, testimonio de la verdadera supresión de un elemento negativo.

Como comprobó Albert Schweitzer:

“Los hechiceros tienen éxito por la misma razón que los médicos: cada paciente tiene en sí su propio remedio. Y nos consultan por ignorar este aserto. Nosotros somos eficaces cuando conseguimos poner en marcha los mecanismos de curación propios de cada individuo.”

Es, pues, el practicante quien ha de identificar el elemento que estimulará la fe del paciente en su propia curación.

Esta técnica de la eliminación de los bloqueos de energía la aprendí de un curandero mexicano cuando yo llevaba a cabo mis investigaciones en el terreno de los métodos curativos parapsicológicos. Paralelamente, descubrí que los individuos perciben, aunque de manera inconsciente, la presencia de los bloqueos de energía en su cuerpo. Para estimular el proceso de curación es útil recurrir a las manipulaciones visuales, que ayudarán al enfermo a tener conciencia de un cambio efectivo. A menudo, en el transcurso del tratamiento, el receptor experi-

menta en su cuerpo movimientos de energía o de calor en acción. La potencia del Reiki permite, con el tiempo, disolver todos los bloqueos. De todos modos, la utilización de técnicas conscientes, como las que acabamos de describir, puede acelerar dicho proceso.

Los bloqueos de energía tienen diversos orígenes. Sin embargo, en su mayoría son el resultado de emociones dormidas y no expresadas. El Capítulo 16 examina en detalle sus diferentes causas y, especialmente, las regiones del cuerpo donde tienen precisamente su asiento tales emociones. El pensamiento negativo es una de las causas responsables del bloqueo de energía. Cuando una persona está obsesionada por ciertos pensamientos, éstos parecen adquirir una energía propia y son susceptibles de componerse como una masa oscura y compacta en una región dada del cuerpo. Los teósofos los denominan formas-pensamientos, ya que adquieren una seudovida, como los “elementales”.

El hombre medio no sospecha el poder del pensamiento. En realidad, todos los pensamientos se acumulan en el cuerpo etérico o energético de la tierra, por cuya razón importa tanto que seamos individuos conscientes. Los pensamientos que afloran en nosotros, sólo rozándonos, no almacenan generalmente ninguna fuerza propia y se disipan rápidamente. Pero si durante algún tiempo obsesiona a un individuo una idea negativa, la fuerza de ese pensamiento o idea creará pequeñas entidades llamadas espíritus “elementales”, que a su vez ayudarán a perpetuar los mismos pensamientos.

Las enemistades familiares o de clanes, transmitidas de padres a hijos ofrecen un ejemplo de este fenómeno. Inversamente, el pensamiento positivo, repetido muchas veces, puede engendrar una forma de vida que se irá reproduciendo. Es importante comprender este fenómeno, ya que hoy día, cuando una potencia de energía de amor es enviada a la tierra para asegurar su curación, muchos individuos experimentan una apertura de conciencia que afecta a sus facultades intuitivas. Entre los que han desarrollado la capacidad de ver los elementales, algunos, faltos de referencias culturales susceptibles de explicar esos fenómenos, han llegado a dudar de su equilibrio mental. En Brasil o en Inglaterra, países en conjunto más abiertos que la

mayoría a estas manifestaciones, se han creado sociedades que tratan estos temas y cuya vocación es informar de los mismos al público. Esta es una necesidad, puesto que las personas reconocidas capaces de observar ciertos fenómenos, y a menudo tildados de enfermos mentales, son en realidad individuos dotados de capacidades psíquicas, pero poco cultivadas.

Los llamados fenómenos psíquicos todavía suscitan temor en muchos países occidentales, lo cual puede estar relacionado con el recuerdo de los procesos por brujería inscritos aún en la conciencia popular. Para empezar, hubo todas aquellas víctimas torturadas y quemadas en las hogueras, cosa que puso fin al uso de las facultades intuitivas; luego, vino el pensamiento racional y lógico, que triunfó con pensadores como Descartes. Si hoy día el racionalismo y la lógica dominan nuestro pensamiento, fuerza es comprobar que ni uno ni la otra han permitido resolver los grandes y graves problemas de nuestra época.

Sin embargo, empezamos a asistir a un cambio y poco a poco viene el intelecto a ocupar el lugar que le corresponde junto a las facultades intuitivas, volviendo a su papel normal de utensilio del espíritu. Se comprueba que incluso los hombres de negocios se dejan guiar por su intuición y no sólo por la lógica, cosa que ponen de relieve las numerosas obras editadas acerca de este terreno, proponiendo el desarrollo de esta capacidad para triunfar.

Pero en realidad, no hacemos sino reconquistar las facultades psíquicas que el hombre poseyó en un lejano pasado. La telepatía, por ejemplo, es una facultad natural, que comparte igualmente el reino animal. El pensamiento, en los animales, se manifiesta en forma de imágenes, lo que confirman los telépatas que leen en el espíritu de los animales enfermos, a fin de permitirle al veterinario establecer el diagnóstico. Y si los animales poseen esas facultades, ¿por qué no los seres humanos? Yo compruebo que mis estudiantes sufren cada vez más un desarrollo avanzado de la conciencia intuitiva, particularmente después de las enseñanzas del segundo grado. Por consiguiente, hemos de rendirnos a la evidencia y aceptar el carácter natural de estos dones divinos.

Cuando las capacidades psíquicas se revelan en forma ne-

gativas, es necesario buscar la causa en sí. Estar amenazado por “monstruos”, por ejemplo, puede indicar que las formas-pensamientos negativos son la causa de ello en la persona implicada. Se puede, entonces, intentar anularlas por medio de una identificación visual, que produce una transmutación de energía. Los espíritus malvados no existen, y sólo los crea la ignorancia. Fenómenos como el de la posesión no pueden producirse a no ser que la persona crea en su subconsciente haber caído bajo el poder de otra. Todo aquel que crea poder poseer a otro demuestra ser un ignorante, ya que las mismas causas producen los mismo efectos. Durante siglos hemos abdicado de nuestro libre arbitrio ante las autoridades políticas y religiosas, y ahora todavía estamos sometidos al poder de estas instituciones. Bien, ha llegado el momento de asumir las responsabilidades que nos corresponde por derecho. Hemos de aprender a elegir conscientemente un gobierno, una religión, y a no seguir ciegamente el espejo de nuestros padres que, a su vez, siguieron el de los suyos, y así sucesivamente.

Ese espíritu de rebaño conserva en cada nueva generación los mismos bloqueos emocionales y el espíritu de dimisión. Es preciso que rompamos las cadenas de la ignorancia y la hipnosis de masas, eliminando de nuestro cuerpo los bloqueos resultantes de renegar de nosotros mismos, a saber, de nuestro papel de cocreadores con la esencia de la vida universal. Somos seres de luz, y sólo la conciencia de esta evidencia nos permitirá unir nuestras vibraciones y elevar nuestro nivel de ondas colectivas. Todo es el resultado de la toma de conciencia de sí mismo. El Reiki favorece esta proceso restableciendo la energía y el equilibrio en las partes del cuerpo largo tiempo privadas de los cuidados y los beneficios de la energía vital.

Tomaos el tiempo de escuchar a vuestro cuerpo e identificad las zonas posibles de bloqueo. La práctica del autotrata- miento cotidiano, y especialmente el uso de las técnicas destinadas al tratamiento del espíritu, adquiridas en el segundo grado, os ayudarán a reabsorber los modelos de comportamiento erróneos. Sin duda, veréis remontar hacia la superficie emociones arraigadas y sueños reveladores. Tendréis conciencia de su origen apelando a vuestro conocimiento de las regiones del

cuerpo donde están situados los bloqueos, como se ve en el Capítulo 16, y adoptaréis las formulas positivas que os permitirán erradicar las formas-pensamientos negativas. Louise Hay, en su obra ya mencionada, propone una gran variedad de fórmulas afirmativas destinadas a unos problemas clínicos muy precisos, así como el libro de Bodo Baginski y Shalila Sharamon: *Reiki Universale Lebensenergie*, tiene un capítulo consagrado a las causas esotéricas de la enfermedad física. Estos métodos, asociados a vuestras capacidades, os permitirán establecer un programa de curación personal.

Colores y sonidos

El poderoso poder terapéutico de los colores fue objeto de numerosas obras. La doctora Joyce Nelson, de San Diego, California, se dedicó a diversas investigaciones con el fin de evaluar la naturaleza de los efectos de los colores sobre los individuos expuestos a luces de color. Durante la experiencia, los sujetos estaban unidos a un polígrafo cuyos electrodos evaluaban el reflejo psicodérmico.

Expuestos a una luz violeta, varios individuos registraron una desaceleración del pulso. En lo opuesto del espectro, el pulso de los sujetos masculinos era más sensible que el de las mujeres a una aceleración bajo el influjo del color rojo. En el transcurso de sus investigaciones, la doctora Nelson tuvo igualmente la oportunidad de descubrir las propiedades bienhechoras de los colores en el tratamiento de los enfermos. Y además, asoció la cristaloterapia a sus descubrimientos para enseñar la curación natural.

El doctor Bara Fischer, de Santa Fe, Nuevo México, organiza cursos en los que introduce la terapia por los colores (método Dinshad). La misma consiste en proyectar sobre el enfermo uno de los doce matices del color correspondiente al síntoma identificado.

En la siguiente lista se ven las propiedades de cada color y sus efectos sobre el cuerpo:

Rojo: excita el sistema nervioso, estimula la circulación así como la actividad física y sexual. Ayuda a curar las infecciones, las lesiones debidas a los rayos X y las quemaduras ocasionadas por los rayos ultravioletas.

Anaranjado: tonifica los bronquios, estimula la tiroides y el estómago, alivia los calambres y favorece la formación ósea.

Amarillo: activa el sistema linfático, el sistema motor y sensorial, las funciones digestivas y la producción hormonal.

Amarillo limón: mantiene el cuerpo y el cerebro, regula los bronquios y acelera el proceso curativo.

Verde: ejerce una acción sedante, equilibra el cuerpo y el cerebro, estimula la hipófisis, actúa como antiséptico.

Turquesa: activa el proceso de cicatrización de las lesiones graves y las quemaduras.

Azul: tiene una acción antiespasmódica y sedante, rebaja la fiebre, alivia el prurito, estimula la glándula pineal.

Indigo: tiene el mismo poder sedante que el azul. Estimula la glándula paratiroides, reabsorbe abscesos y tumores, calma las emociones.

Violeta: estimula el bazo, los glóbulos blancos, rebaja la fiebre. Ejerce una acción antiespasmódica.

Púrpura: rebaja la temperatura del cuerpo, el ritmo cardíaco y el pulso. Tiene una acción sedante sobre los riñones. Controla la hemorragia de los bronquios.

Magenta: actúa sobre el equilibrio emocional, restablece la tensión arterial, estimula las glándulas suprarrenales y los riñones.

Escarlata: estimula las glándulas suprarrenales y los riñones, las emociones y los órganos sexuales, y aumenta la tensión.

Yo animo a mis estudiantes a explorar ese terreno de aplicación con fines terapéuticos, pero también en el aspecto de la vestimenta. A veces, con ocasión de una sesión de tratamiento en que asocio el Reiki al renacimiento (véase Capítulo 11), aconsejo al receptor que lleve el color correspondiente al chakra en que se necesita una liberación de energía. También he descubierto la valiosa ayuda que me aportan los cassettes de Jon Monroe relativas a los colores en el trabajo sobre la liberación de las emociones. Las mismas están provistas de registros que utilizan los doce sonidos correspondientes a los doce colores de la gama de vibraciones de Darías Dinshad.* En realidad, los colores emiten vibraciones que corresponden a las de las notas de la escala musical. De este modo es posible asociar las siete notas musicales a los siete chakras y, jugando sobre estas correspondencias, se logra restablecer el flujo de energía en las zonas “muertas”, y estimular el proceso de curación en otras partes del cuerpo.

Cristales

Desde hace algunos años, la utilización del cristal de cuarzo en el terreno de la curación obtiene un gran éxito. El cristal puede amplificar y dirigir las energías naturales del donante. Al mismo tiempo que se efectuaba la evolución radical en el aspecto de la ciencia humana, descubrimos el uso del cristal, cuya técnica puede remontarse a la Atlántida. Además de los numerosos ensayos emprendidos sobre los poderes curativos de los cristales, la ciencia tradicional también ha descubierto las propiedades de la estructura cristalina. En los últimos años la ciencia se ha valido de la técnica del cristal en las investigaciones sobre la energía solar, en las comunicaciones y en el almacenamiento de la información.

* Véase también *Chakra-Orgel*, de Marianne Uhl (Durach, 1989).

Cuando los cristales se hallan sometidos a una fuerte presión, emiten una frecuencia eléctrica mensurable. Esta propiedad, que tiene el nombre de “piezoelectricidad” es hoy día objeto de aplicaciones diversas. Cuando se somete el cristal de cuarzo a presión, emite electrones. Inversamente, si se le aplica al cristal una corriente eléctrica, el resultado es un movimiento mecánico. La regularidad de ese movimiento es lo bastante precisa como para permitir su utilización en relojería.

Los cristales están presentes en la naturaleza y existen abundantemente en todo el planeta. Pero, gracias a las técnicas modernas, hoy día la ciencia puede producir cristales sintéticos.

Un cristal es un cuerpo formado a partir de una sustancia mineral o azúcar que se presenta en forma geométrica y cuyas moléculas o átomos adoptan estructuras regulares, ofreciendo un aspecto simétrico. La precisión matemática y geométrica que gobierna la formación de los cristales le otorga unas propiedades que los convierte en una herramienta de programación. Otro campo de aplicación es el de la curación, pues las estructuras cristalinas son capaces de crear y contener una matriz de energía específica por cuya mediación una información puede transmitirse a los diversos y sutiles planos de la existencia.

La interrelación de los diversos planos del cuerpo, y la extrema flexibilidad de la energía Reiki, que le permite alcanzar todos los cuerpos sutiles, han sido tratados en el Capítulo 4. Si la energía Reiki penetra el cuerpo físico y el cuerpo etérico simultáneamente, alcanzando así el nivel mental donde se halla la causa de la enfermedad, los cristales parecen obrar ante todo sobre las energías sutiles.

Como ya se subrayó, las modificaciones que intervienen a nivel del cuerpo etérico pueden percibir las los individuos dotados de clarividencia, o registrados por instrumentos sensibles, y esto antes de que se manifiesten en el cuerpo físico en forma de enfermedad. En esto intervienen las propiedades intrínsecas de los cristales, pudiendo amplificar y concentrar la energía directamente sobre las zonas afectadas del cuerpo etérico.

Si la enfermedad ya se ha manifestado en el plano físico, los beneficios reales obtenidos con la ayuda de los cristales en el cuerpo etérico ejercerán un efecto corrector en el cuerpo físico.

Así, los cristales son una ayuda muy valiosa en la liberación de los bloqueos de energía y las formas-pensamientos negativas localizadas al nivel etérico, aunque no llevarán a cabo los esquemas mentales y emocionales que están en la raíz del mal. Por tanto, se mide todo el valor de los cristales en este caso, pero también sus límites, ya que no podrán impedir que el individuo recree las formas-pensamientos negativas responsables de la enfermedad.

Lo anterior pone en evidencia la superioridad del Reiki, que es un agente poderoso que obra al nivel de las causas. Claro que también se puede intentar conjugar estos dos métodos a fin de obtener una curación más duradera. Mientras que la enseñanza del segundo grado ofrece una preparación completa para la práctica del tratamiento a distancia, la del primer grado da a los estudiantes la capacidad de programar un cristal, bastando con sostenerlo en las manos para cargarlo de energía Reiki. El cristal cargado debe ser acto seguido entregado a la persona que necesita los cuidados para que se trate a sí misma, o llevarlo encima.

Se puede cargar un cristal con una intención curativa que se transmite a distancia, teniéndolo en las manos y tratando de enfocar la energía que recibe el enfermo. Dado que los cristales operan al nivel de la frecuencia electromagnética o energía sutil, las energías controladas por el espíritu del donante son amplificadas y simultáneamente transmitidas a distancia hacia la persona implicada.

El estudiante de segundo grado posee, además, la capacidad de programar un cristal por medio de una técnica mental particular cuyo efecto es el de amplificar la energía de modo que actúe a nivel de las causas. Este proceso activa las vibraciones del cristal hasta un grado de frecuencia superior. Randall y Vicki Baer, autores de varias obras sobre la técnica de los cristales, subrayan la diferencia existente entre cargar y activar un cristal.

Cargar un cristal consiste en renovar sus capacidades vibratorias, y activarlo significa aumentar su poder. Mi experiencia me ha demostrado que el Reiki del primer grado permite cargar el cristal, y que el del segundo grado tienden a activar el conjunto de sus capacidades vibratorias.

Otro aspecto interesante que deseo destacar, y que permite explicar la asombrosa resonancia que une a los seres humanos con el cuarzo, es que el cuerpo humano es de naturaleza cristalina. La biología empieza a saber que muchos tejidos vivos están compuestos de cristales líquidos. Marcel Vogel, famoso investigador que trabajó para la IBM durante 26 años, descubrió que si se talla un cristal de cuarzo según un corte particular, pueden sintonizarse sus vibraciones con la frecuencia del agua. Como el cuerpo humano consta de agua en gran parte, no es sorprendente que reaccione tan bien a las propiedades curativas del cuarzo.

En agosto de 1988 tuve el placer de encontrarme con el doctor Igor Smirnoff y a su esposa Irena, dos investigadores recién emigrados de la antigua Unión Soviética. Ambos han participado en la investigación sobre el parto en el agua, y el doctor Smirnoff ha puesto al día, con ayuda de cristales, una fórmula que permite programar el nacimiento en un ambiente líquido, acompañado de sonidos emitidos por delfines o ballenas. Desde su nacimiento se enseña a los recién nacidos un programa de natación especial que tiene como efecto desarrollar hasta un grado elevado sus facultades intuitivas. Al cabo de unas semanas, esos bebés pueden dormir de lado, flotando, perfectamente tranquilos, en la superficie del agua. A las seis semanas, pueden sostenerse en pie, y se ha comprobado que flotando en una oscuridad absoluta logran reconocer a sus respectivas madres si éstas se encuentran alrededor de la balsa. Estas facultades, asombrosas en unos recién nacidos, demuestran los lazos estrechos existentes entre los cristales programados, el agua y los seres humanos.

A continuación, expongo una guía resumida de los elementos de base relativos a la técnica de los cristales. Para más datos, consultar la Bibliografía.

Cómo elegir los cristales

El criterio a seguir para la elección de un cristal es hallar aquél con el que entre en resonancia vuestro campo de energía. A la manera de los individuos que tienen ondas vibratorias dife-

rentes, cada cristal posee su propia frecuencia. El color, la talla, la forma y el tipo son otros tantos factores importantes en la elección, así como el uso al que se le destine. En ese aspecto, vuestra intuición y vuestra sensibilidad al campo energético del cristal serán las mejores guías.

El doctor Joyce Nelson, autor de *Crystal Gypsies' Guide to: the Metaphysical Properties of Color*, es también un experto de las terapias basadas en los colores y las piedras preciosas. Para desarrollar su sensibilidad a las energías sutiles recomienda los ejercicios siguientes:

1. Frotar las manos una contra otra durante un minuto aproximadamente.
2. Separarlas lentamente a unos quince centímetros una de otra, y después acercarlas sin que se toquen. Continuar estos movimientos hasta experimentar una impresión de comezón, de calor, u otros efectos sutiles debidos a los movimientos de energía. Una vez desarrollada esta sensibilidad, desplazar las manos sobre los cristales, intentando detectar una energía análoga.

Limpieza y purificación de los cristales

Sea cual sea el origen del cristal que hayáis comprado o recibido como obsequio, será prudente purificarlo, ya que el cristal de cuarzo tiende a absorber las vibraciones que se hallan, o hallaban, en su entorno inmediato. Los cristales conservan la energía y los esquemas de pensamiento de los individuos que los han tenido en las manos o han estado en contacto con ellos. Los cristales que se llevan encima o se utilizan diariamente deben purificarse con regularidad, como mínimo una vez por semana. Los cristales colocados en un ambiente armonioso sólo necesitan un mantenimiento periódico. Los métodos más corrientes de purificación son:

1. Meterlos en una solución de agua salada durante 24 horas.

2. Meterlos en una solución de agua de mar durante el mismo tiempo.
3. Ponerlos bajo el agua corriente; o bien
4. Soplar sobre cada una de sus facetas para que la superficie recobre su pureza.

Carga de un cristal

Existen varios métodos para renovar la carga vibratoria de un cristal.

1. Colocándolo sobre el punto focal de una configuración de cristales.
2. En el centro energético de una pirámide durante varias horas.
3. Para cargarlo de vibraciones cromáticas, se debe untar con gel de color y exponerlo a un haz de rayos luminosos.
4. Asimismo, se pueden depositar cristales en ciertos lugares de la tierra por los que circulen corrientes electromagnéticas potentes.

Finalmente, el Reiki es en sí mismo un medio poderoso para recargar cristales. Este proceso está al alcance de todos los practicantes del Reiki. Sostened el cristal entre las manos con la intención de cargarlo y concentraos en el uso al que lo destináis.

Activar un cristal

Como hemos visto, la activación de un cristal consiste en amplificar su potencia energética total, de forma que aumente

su carga. Randall y Vicki Baer, en *The Crystal Connection*, aconsejan exponer un cristal a las variaciones de temperatura importantes para inducir la activación. Sin embargo, esas variaciones deben ser graduales para evitar el rompimiento del cristal.

Asimismo, esos autores sugieren exponer el cristal a condiciones climáticas extremas, como tempestades, tormentas, etc. Paralelamente a la utilización de un transformador Tesla, recomiendan el empleo de un generador electrostático o de una rejilla de configuración cristalina más sofisticada.

En su segundo grado, el Reiki permite aumentar la capacidad del cristal.

Programación del cristal

Si la ciencia se sirve ya de los cristales para almacenar la información en los ordenadores, nada impide intentar la programación de los cristales de cuarzo para diversos objetivos. Programar un cristal significa cargarlo con cierta energía y esquemas de pensamiento. Los siguientes ejemplos están extraídos de la guía de la doctora Joyce Nelson, *Gypsies: Guide to Crystals*:

1. Programación del tratamiento:

Si deseáis programar vuestro cristal con un fin curativo bien preciso, tratad de visualizar en pensamiento el proceso de curación del mal físico, o cualquier otro problema, de la persona de referencia. Experimentad la energía curativa que circula por el cristal e imaginad al mal totalmente curado. Sed lo más exactos posibles. Terminada la programación, podéis curar a la persona sosteniendo el cristal sobre su cuerpo y dejando que vuestro espíritu guíe la energía adonde deseéis. Imaginad a la energía pasando de vuestro cuerpo al del receptor mediante el cristal. Igualmente podéis dar o prestar el cristal a la persona interesada para que se cuide a sí misma, sea activamente, o llevándolo simplemente encima. Tras unas sesiones de tratamiento el cristal deberá sufrir la purificación antes de ser reprogramado.

2. Programación de los colores:

Cada color del espectro emite una vibración que puede usarse de muchas maneras. Los colores poseen un poder innegable de acción sobre la personalidad, las emociones, el estado de ánimo y también sobre los trastornos físicos. Se escogerá el color por los efectos especiales y se programará en el cristal que se usará como acabamos de indicar. Véase la guía sobre las propiedades de los colores para su empleo. Podéis aumentar el efecto de la programación untando los cristales con gel de color y exponiéndolos a la luz de una lámpara, del sol, etcétera.

Los cristales son unos cuerpos neutros que emiten una energía capaz de concentrar de manera coherente y en un elevado grado los efectos de la programación. Como se acaba de indicar, la programación es el proceso de almacenamiento de una energía dada y de unos esquemas de pensamiento que luego podrán ser transmitidos a voluntad a objetos o seres humanos.

Hay que subrayar que el uso de cristales requiere por parte del usuario una toma de conciencia de las responsabilidades que le incumben, puesto que aunque los cristales pueden servir para la comunicación por el espíritu, su objetivo más noble, como afirma Marcel Vogel, es aliviar los males de la humanidad.

Para quienes conocen la historia de la Atlántida, se crea o no en su existencia, ofrece a los hombres un caso de prevención ejemplar. Así, nos enseña la necesidad de ser prudentes y aumentar nuestra conciencia individual y colectiva para no dejar que nos superen los descubrimientos de los que tan pródiga es nuestra época. Los cristales programados pueden ser herramientas poderosas en la evolución individual y la transformación de los seres humanos; conjugados con el Reiki sus posibilidades son tan infinitas como las del espíritu humano.

Armonización de los chakras

Los lazos directos que unen los chakras y el sistema endocrino han sido abordados ya en el Capítulo 4. Entonces se demostró que el sistema de curación natural por el Reiki, tal

como fue expresado por el doctor Usui, tiene en cuenta la existencia de una relación entre el cuerpo etérico y el cuerpo físico por intermedio de los chakras y las glándulas endocrinas.

Chakra es un término sánscrito que significa "rueda". El término es apropiado ya, que el chakra se aparece a la persona dotada de clarividencia como un disco de luz en espiral. La localización de los chakras en el cuerpo etérico corresponde al lugar de las glándulas endocrinas del cuerpo físico. El cuerpo etérico es un campo eléctrico compuesto de vibraciones sutiles que envuelve por completo al cuerpo físico, estando ambos unidos por una corriente de energía. El cuerpo etérico absorbe las energías sutiles del ambiente y las modifica por medio de los chakras, que las transmiten al cuerpo físico por medio de las glándulas endocrinas.

El sistema endocrino controla la producción y el equilibrio de las hormonas, que ejercen un poderoso efecto sobre el humor y las emociones. De esta manera se puede comprender que un desequilibrio del sistema de los chakras ejerza una gran influencia sobre el sistema endocrino. Pero si tal desequilibrio se produce en el sistema endocrino, la incidencia sobre el sistema de los chakras será inevitable, porque la energía efectúa un movimiento de vaivén permanente entre los dos sistemas.

La energía Reiki, que es absorbida simultáneamente por los dos sistemas, representa un método excelente de reequilibrio. Por otra parte, en la medida en que el practicante del Reiki transmite los movimientos de energía hacia las regiones que carecen de ella, la localización de los desequilibrios se ejecuta sin tanteos.

Los chakras afectan no sólo a las glándulas endocrinas sino también a los órganos vecinos en ciertas regiones del sistema nervioso. Cada chakra tiene su función propia correspondiente a ciertos tipos de emociones y a factores relativos al desenvolvimiento humano. Si un chakra está desequilibrado, la función dependiente del mismo también lo estará en grados diversos.

Todos los chakras tienen la misma importancia, cosa que conviene destacar, pues el carácter "espiritual" de los chakras superiores incita a numerosas personas a concentrar solamente sus esfuerzos en aquéllos. Pero todo es manifestación del espíri-

tu divino y si un chakra no está en armonía con el conjunto, el desequilibrio será general. Los chakras inferiores más bien están sintonizado con las energías terrestres, y de ahí su relación con los elementos de la tierra, mientras que los chakras superiores están ligados a formas de energía más etéreas o cósmicas.

El corazón, que es el centro del cuerpo, también es el punto de reunión de las dos formas de energía. Ahí se juntan las dos polaridades espíritu y materia, cuya expresión es el amor. El corazón está unido al elemento aire y es realmente el punto de encuentro del cielo y la tierra. Hoy día es primordial desplegar nuestros esfuerzos sobre los cuatro chakras inferiores, puesto que sólo su desenvolvimiento nos aproximará a nuestra madre la Tierra y nos ayudará a curar nuestro planeta. No hemos de olvidar que la materia (la tierra), o polaridad femenina (la madre), debe merecer toda nuestra consideración y nuestro amor, lo mismo que lo merece el cielo, o polaridad masculina (el padre).

Los tratamientos completos por el Reiki sirven perfectamente para equilibrar los chakras y para favorecer la curación a todos los niveles. Si se prefiere un método rápido pueden ejecutarse los ejercicios siguientes:

Estando de pie, el receptor se coloca de perfil, y el practicante pone una mano a unos centímetros ante el bajo vientre y la otra mano a unos centímetros de la punta del sacro, en el sitio del chakra base. Debe dejar así las manos unos minutos, dos o tres, hasta sentir subir y bajar como una onda de energía. Hay que continuar igual, subiendo y abarcando cada chakra durante el mismo tiempo, hasta el chakra coronario.

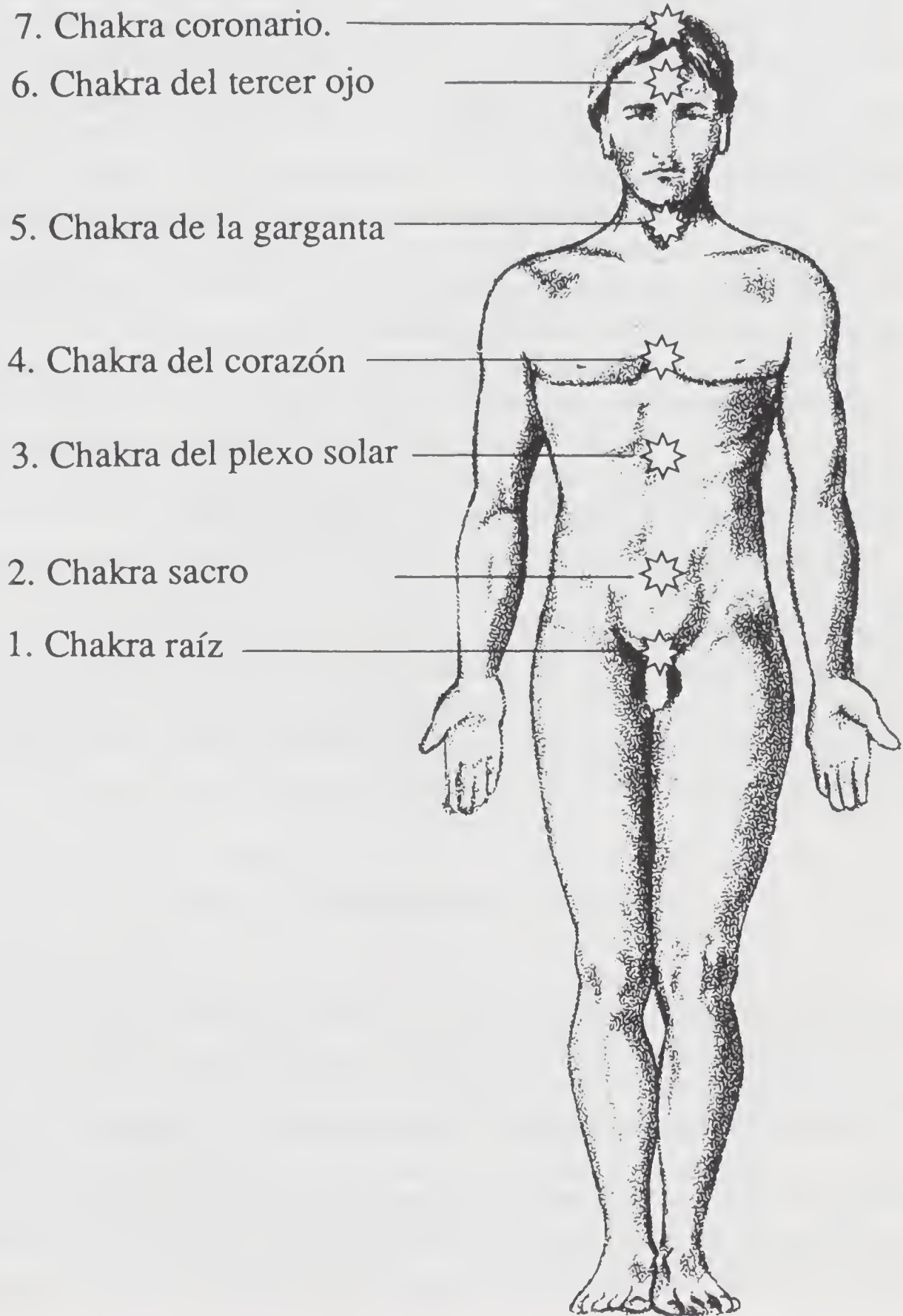
Entonces se colocan ambas manos en lo alto de la cabeza, dejando descubierta la fontanela. Al cabo de unos minutos, se vuelven a colocar las manos sobre cada uno de los chakras descendiendo hacia la base de forma que se integre la energía y se cierren los centros.

Equilibrio del cielo y la tierra: el receptor está tendido de espaldas. Se coloca una mano en lo alto del cráneo, lo más cerca posible de la zona que reposa sobre una superficie, y la otra so-

LOS SIETE CHAKRAS PRINCIPALES

7. *Chakra coronario* (Sahasrara)
Sistema endocrino: glándula pineal
Organos: corteza cerebral, ojo derecho
Función: unificación de las actividades espirituales
6. *Chakra del tercer ojo* (Ajna)
Sistema endocrino: hipófisis
Organos: sistema nervioso simpático / hipotálamo
Función: centro de la intuición, asiento de la voluntad y la clarividencia.
5. *Chakra de la garganta* (Vishuddha)
Sistema endocrino: tiroides
Organos: garganta, pulmones
Función: comunicación, expresión, clarividencia.
4. *Chakra del corazón* (Anahata)
Sistema endocrino: timo
Organos: amor, compasión
Elemento: aire.
3. *Chakra del plexo solar* (Manipura)
Sistema endocrino: suprarrenales
Organos: estómago, hígado, vesícula biliar (sistema digestivo)
Función: centro del poder y la sabiduría
Elemento: fuego
2. *Chakra sacro o esplénico* (Svadisthana)
Sistema endocrino: gónadas
Organos: órganos genitales
Función: centro de la energía sexual, centro de las sensaciones y emociones
Elemento: agua
1. *Chakra raíz* (Muladhara)
Sistema endocrino: suprarrenal
Organos: riñones, vejiga, espina dorsal
Función: Supervivencia, vitalidad física, asiento de la energía kundalini, creatividad, abundancia.
Elemento: tierra

LOS SIETE CHAKRAS PRINCIPALES



bre el chakra base, por encima del hueso púbico. Cuando se sienta una pulsión análoga a la anterior, una sensación de picazón o de calor, se desplaza una mano sobre la frente (chakra del tercer ojo) y la otra sobre el vientre (tres dedos por encima del ombligo). Hay que aguardar también a experimentar la misma sensación de antes en las manos, o a percibir intuitivamente que están equilibrados. Acto seguido, se coloca una mano suavemente sobre el chakra de la garganta y la región de la tiroides, sin presionar la tráquea, y la otra sobre el plexo solar. Cuando se sienta que los dos chakras están equilibrados, se colocan ambas manos sobre la región cardíaca. Terminada la sesión, se levantan lentamente las manos y se apartan del cuerpo del receptor, calculando la sensibilidad del campo áurico.

Hay que asegurarse de que la conciencia intuitiva participe en el proceso de reequilibrio de las energías corporales, y no hay que temer poner en resonancia diferentes chakras, según las necesidades del receptor, pues los desequilibrios varían de uno a otro individuo, y podéis ayudarle de varias maneras.

El Reiki del segundo grado puede usarse asociando los símbolos en los sitios más apropiados. La armonización de los chakras tendrá por efecto el reequilibrio de todos los sistemas corporales, por lo que es aconsejable, cuando se opera con un tratamiento Reiki, concentrarse en los centros de energía. El sistema endocrino experimentará los beneficios y la aceleración del ritmo vibratorio del cuerpo estimulará la conciencia.

Centrado: la experiencia del medio

En el mundo actual, dominado por la cultura occidental, tendemos generalmente a identificarnos con nuestra inteligencia, considerándola como la función suprema del espíritu. Después de Descartes, la intuición hasta entonces predominante, fue sustituida por la lógica y el pensamiento racional. Además, tenemos tendencia a asociar la inteligencia con la personalidad. Durante siglos, millares de hombres y mujeres acusados de hechicería fueron quemados en las hogueras. De esta manera desapareció por completo la antigua sabiduría de los Wicca (sa-

bios), que habían sido los sanadores, los hombres-medicina de la civilización precristiana.

En realidad, la pérdida de las facultades intuitivas y psíquicas se remonta a los comienzos de la Edad Media, pues la Iglesia, tratando a la sazón de someter las poblaciones a su autoridad, penalizó todas las manifestaciones del ocultismo, y esa política fue un arma en manos del poder secular.

De este modo se convirtió la inteligencia en la facultad suprema, hasta el punto de que en la actualidad los lugares santificados de la educación han eclipsado a las iglesias.

Las universidades, los templos modernos del saber, son actualmente los grandes instrumentos de condicionamiento para la cultura de masas. El desarrollo de la inteligencia está alcanzando su apogeo y está claro que ella sola no puede dar todas las respuestas a los problemas que debe solucionar la humanidad. Para enfrentarse con los futuros desafíos, hemos de reconocer que la inteligencia no es, en realidad, más que una herramienta, y renunciar a considerarla como la esencia de nuestro ser. A continuación podremos desarrollar nuevamente las facultades intuitivas latentes.

Las iniciaciones del primero y el segundo grado del Reiki dan acceso al conocimiento intuitivo. El autotratamiento permitirá aumentar esas facultades dormidas desde tanto tiempo.

En mis cursos enseñé a mis alumnos un procedimiento sencillo para ayudarles a concentrar su conciencia en el *Hara*, o centro de percepción del cuerpo. Cuando nos concentramos en el Hara (chakra esplénico), o centro *Chi*, nombre que los chinos dan al chakra que gobierna las emociones y la sexualidad, el chakra del tercer ojo, de polaridad contraria, también se equilibra y se abre.

Llevando nuestra atención (asiento de nuestra conciencia) sobre el chakra esplénico, estamos en fase con nuestras verdaderas sensaciones. Cuando estamos centrados en el Hara, nos abrimos naturalmente a las facultades intuitivas situadas en el chakra del tercer ojo.

El proceso puesto en juego es muy sencillo. Yo les pido a mis estudiantes que se sienten en una postura cómoda, bien en el suelo en la posición del loto, con las piernas cruzadas y la es-

palda ligeramente adelantada, bien en una silla, (el cuerpo también adelantado, de forma que la columna vertebral esté perfectamente en equilibrio y distendida), las orejas en la prolongación de los hombros, y éstos alineados con las caderas. Luego, les guío por el proceso de visualización siguiente:

“Empezad por respirar profundamente. Inspirad por la boca y expeled por la nariz. Continúad así, con una respiración lenta y profunda. Intentad ahora de visualizar una bola de luz resplandeciente de un maravilloso color dorado que flota sobre vuestra cabeza. Esta bola de luz dorada es la conciencia. Continúad la respiración. Ved cómo vuestro aliento agranda la bola de la conciencia. Cada vez que espiréis el aire, proyectáis la resplandeciente luz de vuestra conciencia. Mantened una respiración lenta y profunda. Ahora, aspirad largamente hacia el centro de la luz de vuestra conciencia. Cuando espiréis, veréis a la bola flotar y penetrar por lo alto de vuestra cabeza y mezclarse con la bola violeta y luminosa del chakra coronario.

»Inspirad largamente a partir de la bola luminosa de vuestra conciencia espiritual. Vedla aumentar de volumen con vuestro aliento, se torna caliente y chispeante, mientras que espiráis; vedla brillar y salir de vuestro cuerpo para expandirse fuera. Continúad respirando lenta y profundamente. Cuando exhaléis, visualizad la bola luminosa dorada emanando de la cumbre de la cabeza para mezclarse con la bola de luz purpúrea del chakra coronario.

»Inspirad profundamente esta nueva luz púrpura y dorada, surgida de vuestra conciencia profunda. Ella se agranda bajo el efecto de vuestro aliento y, mientras espiráis, la veis irradiar a vuestro alrededor calor y amor. Seguid respirando con un ritmo lento y profundo... y al espirar ved la bola luminosa dorada separándose lentamente del centro violeta de vuestra conciencia y flotar suavemente hacia el centro de la frente, el centro de la intuición de un hermoso azul índigo: el tercer ojo.

»Ved la bola dorada luminosa unirse a la resplandeciente luz de vuestra conciencia intuitiva. Seguid respirando. Efectuad una inspiración profunda a partir de la bola luminosa de color índigo y dorado, llenándola con el calor y la claridad de vuestro

aliento, a medida que espiráis, y vedla propagarse a vuestro alrededor.

»Inspirad lenta y profundamente en el centro de esta bola luminosa índigo y dorada. Ved cómo vuestro aliento la carga con la luz de vuestra intuición y ved su luz dulce y chispeante flotar en el espacio que os rodea. Seguid respirando. Inspirad larga y profundamente a partir del azul luminoso y dorado del chakra. Al espirar, ved la bola dorada separarse poco a poco del chakra luminoso índigo y descender hacia la garganta en el azul turquesa luminoso del chakra. Ved cómo se unen mientras la energía de vuestro aliento llena vuestro centro de comunicación. Al espirar, irradia luz y amor hacia los que os rodean. Mientras inspiráis, ved cómo la bola turquesa se llena con la luz y energía de vuestro soplo. Al espirar, la veréis surgir y brillar hacia vuestro entorno. Inspirad otra vez profunda y lentamente a partir de la bola luminosa turquesa dorada. Espirad y ved cómo la bola dorada se separa de nuevo y flota suavemente hacia el corazón para penetrar en la bella luz esmeralda que del mismo sale.

»Ved la bola dorada unirse a la bola verde esmeralda y a la conciencia de vuestro amor penetrar en vuestro corazón. Seguid respirando y sentid cómo vuestro aliento llena vuestro corazón con la luz y la energía del amor; luego, espirando poco a poco, ved la soberbia luz esmeralda chispear irradiando la energía de vuestro amor hacia los que os rodean.

»Ved esas ondas de amor repartirse por el planeta; luego, volviendo a inspirar, sentid otra vez la energía del amor de vuestro aliento dilataros con la destellante luz esmeralda y dorada. Volved a inspirar largamente a partir de esa luz esmeralda y nuevamente impregnadla con la radiación de vuestro amor, y al espirar ved a la resplandeciente bola dorada de vuestra conciencia separarse lentamente y flotar hacia el plexo solar... centro de la potencia y la sabiduría.

»De nuevo se une a la bola amarillo vivo del plexo solar en el centro de la caja torácica. Continúad inspirando profunda y lentamente. Bajo el efecto de vuestro aliento, la bola de luz amarillo dorada aumenta de volumen y se llena con la energía de vuestro centro de sabiduría y potencia, comunicándole la fuerza del

amo. Volved a espirar y ved la luz chispeando y comunicando sus emanaciones de potencia hacia vuestro entorno.

»Aspirad largamente, llenad de nuevo el centro amarillo dorado con la energía de vuestro aliento y sentid al espirar la luz y el calor de vuestra potencia y vuestra sabiduría irradiando e impregnando a los seres que os rodean, penetrándolos con vuestro amor.

»Aspirad dulce y largamente a partir del chakra amarillo dorado, y cuando espiréis la bola dorada se separará lentamente para flotar hacia el soberbio chakra anaranjado, tres dedos más abajo del ombligo, llenando el centro *Chi* o *Qi* con la luz dorada de vuestra conciencia. Con el calor de cada inspiración, vuestro abdomen se llena con la luz anaranjada y dorada que surge del centro de la emoción y la sexualidad, y al espirar sentid el sentimiento de amor irradiando su hermosa luz anaranjada y dorada hacia vuestro entorno.

»Seguid respirando lenta y profundamente difundiendo el sentimiento de amor en vuestro vientre y las emanaciones de luz anaranjada hacia vuestro entorno. Continúad la respiración abdominal penetrandoos con el sentimiento de amor y experimentando el calor de la luz anaranjada y dorada mientras vuestra conciencia se inmoviliza en ese centro.

»Experimentad una sensación de paz y sosiego, al invadir vuestro cuerpo. Seguid respirando. Inspirad largamente a partir del Hara, y al espirar ved la luz dorada separar y flotar hacia la punta del sacro, en el chakra raíz rojo. Mientras las dos bolas se interpenetran, sentid la cálida luz rojo-dorada irradiando la región pélvica, impregnándola con la radiación del amor y la abundancia.

»Al inspirar, ved a la luz rojo dorada insuflar un sentimiento de amor a toda la región de la pelvis, mudando las funciones de supervivencia de ese chakra en energía de abundancia.

»Al espirar, ved la chispeante luz rojo dorada irradiar hacia vuestro entorno y difundir hacia afuera las ondas luminosas de vuestra abundancia; luego, al inspirar, sentid esa luz volver a vosotros, impregnada de prosperidad. Seguid respirando, y vuestro aliento, penetrado por la energía de la abundancia, se difundirá a partir del chakra raíz, invadiendo todo vuestro cuer-

po. Al espirar, ved la luz del amor y la abundancia difundiéndose a vuestro entorno. Cuando volváis a inspirar, veréis la bola luz dorada separarse del chakra rojo raíz y flotar elevándose hacia el Hara para reintegrarse a la bella luz anaranjada del centro de las sensaciones.

»Al espirar, veréis la luz dorada y la luz anaranjada interpenetrándose. Concentrad vuestro aliento en ese centro y sentid cómo os invade la plenitud. Al inspirar, sentid la luz anaranjada y dorada llenar vuestro ser y todas las emociones disolventes se borrarán mientras espiréis. A cada inspiración, experimentaréis un sentimiento de sosiego y equilibrio, y vuestro aliento difundirá la energía del amor en toda la esfera abdominal. Al volver a espirar, veréis la luz anaranjada y dorada de esa energía expandir sus ondas de amor y abundancia, y al momento volverá hacia vosotros mientras inspiréis.

»Contemplad la paz que reina en ese centro y sentiréis abrirse un canal en vosotros, uniéndoos a todos los seres y al mundo. Relajaos en el centro de esta tranquilidad y luego abrid lentamente los ojos y reemprended el contacto con el mundo que os rodea.»

El ejercicio descrito está destinado a favorecer el centrado de vuestro ser. A medida que os desplazéis de un chakra a otro, es posible que experimentéis una resistencia al movimiento de vuestra conciencia. Si, durante el ejercicio, percibís la presencia de un bloqueo en un sitio dado, expulsad el aire de los pulmones varias veces con energía, a fin de disolver las zonas de tensión. Cuando hayáis ejecutado la experiencia del centrado y hayáis logrado despertar vuestra inteligencia, podréis reducir la duración del ejercicio espirando dos o tres veces, y unos cuantos segundos dirigiréis el centro de vuestra conciencia en vuestro abdomen, poniéndoos en ritmo alfa. Estas son dos ventajas propias de ese ejercicio de centrado.

Los sanadores han sido objeto de un abundante investigación, pues resulta que cuando operan, al menos los más eficaces, logran que su cerebro emita ondas alfa que el receptor parece captar por un fenómeno de ósmosis. Yo animo a mis estudiantes a realizar el experimento, que consiste en mezclarse a

una multitud o entrar en un supermercado, donde reinan agitación y ruido, para practicar el ejercicio del centrado. Resulta sorprendente comprobar la rapidez con la que uno puede abstraerse en tal lugar y estar completamente sosegado y sereno; los ruidos se amortiguan y se convierten en un leve murmullo. Sin embargo, hay que observar que no es que uno actúe sobre el ambiente sino tan sólo que las ondas alfa del cerebro son absorbidas automáticamente por los que te rodean.

Dicho de otro modo: cuando mi cerebro está en ondas alfa, mi cuerpo se convierte en un canal natural por el que circula la energía hacia los individuos de mi entorno inmediato.

Este proceso se deriva del mismo fenómeno que el que usaba de adolescente para dominar mis crisis de epilepsia. Me ponía en fase con las ondas apacibles emitidas por el cerebro de las personas que me rodeaban, y así reducía los efectos de la crisis. Al parecer, las ondas sosegadas ejercen un efecto tranquilizador sobre los campos de energía estática o disonante.

Esforzarse por centrarse diariamente es asegurar un curso apacible al modo de vida. No solamente os beneficiaréis de un estado de equilibrio físico y emocional, sino que lograréis influir incluso al campo energético de las personas que os rodean comunicándoles esa misma energía curativa, sin que ello requiera un gran esfuerzo por vuestra parte.

CAPÍTULO 11

El Reiki en combinación con otros métodos curativos

El Reiki se adapta muy bien a otros métodos terapéuticos. En el capítulo anterior hemos visto varias técnicas destinadas a reforzar el efecto del Reiki. Ahora dedicaremos la atención a los diversos métodos de enfoque del cuerpo cuyos efectos pueden ser mejorados por el Reiki. Muchos masajistas del mundo asocian el tratamiento del Reiki a diversos tipos de masaje: desde el clásico masaje deportivo, hasta el shiatsu, la acupresión, el Jim Shin y el *Trigger Point*, para nombrar sólo algunos. Otros enfoques, como el Rolwing o la labor de liberación emocional, también son mejorados por el Reiki. Mi método es el siguiente:

Haced que el receptor se tienda de espaldas. Dad masaje a su cuello durante unos minutos y luego proceded a un masaje completo del rostro y la cabeza. Seguid con todas las posiciones del Reiki relativas a la cabeza, y luego tratad el conjunto del sistema endocrino y los chakras, fijando la atención en las zonas afectadas.

Terminad con el tratamiento de las rodillas y los pies. Es primordial no ignorar las rodillas, ya que son el asiento de la aprensión a la muerte de nuestro ego (yo trascendental) y el del cambio (véase Capítulo 16, pág. 166). Actualmente atravesamos un período de grandes cambios y es necesario energizar esas regiones. Los pies, y principalmente la planta de los mismos, reúnen zonas reflejas en correspondencia con todo el organismo.

Este, pues, es un sitio ideal para terminar el tratamiento de la parte delantera del cuerpo. Ahora hay que pasar al masaje. Empezad por aplicar aceite sobre los hombros, y una vez masajeados, continuad con el torso, las piernas y los pies. El

receptor dará media vuelta y aplicaréis aceite en el dorso de las piernas y los pies, y remontaréis para masajear la espalda. Terminados los masajes, se trata toda la parte de la espalda con el Reiki y se acaba con una técnica que permite armonizar el flujo de energía a lo largo de la columna vertebral.

Lo anterior es una de las sugerencias para asociar el Reiki a los masajes. Pero si os dejáis guiar por vuestra intuición, descubriréis múltiples posibilidades.

Es importante observar el papel que puede desempeñar el Reiki en la medicina alopática. Un médico que trate de localizar tumores puede utilizar el Reiki para detectar las zonas deficientes de energía y, al mismo tiempo, transmitir esa energía bienhechora a su paciente.

El Reiki es asimismo eficaz para la reducción de las fracturas, pues disminuye el dolor y acelera el proceso de curación. Los pediatras lo emplean para todo lo relativo a los cuidados o manipulación sobre los niños enfermos. Cada vez hay más médicos que se interesan por este método de curación, cuyas muchas posibilidades van descubriendo, posibilidades adecuadas para reforzar el efecto de su tratamiento. También han descubierto que el Reiki provoca una potenciación de los medicamentos administrados. Gracias al trabajo de Dolores Krieger y a su buena terapéutica, la eficacia de la curación por la imposición de manos es objeto de un gran reconocimiento en el campo médico. La energía amplificada del Reiki, asociada a la técnica de la imposición de manos, da a este enfoque una nueva dimensión. Muchas enfermeras en busca de nuevos métodos de curación susceptibles de mejorar sus contactos con los enfermos se interesan por el Reiki, ya que éste posee un mayor poder regenerador sobre los pacientes. En las unidades de reanimación el tratamiento por el Reiki es un gran recurso, tanto para los recién nacidos, como para los niños, y los adultos, pues la mayor energía que aporta reconforta a todos los enfermos.

En otros aspectos, como en la homeopatía, la naturopatía o la medicina ayurvédica, el Reiki produce los mismos efectos magnificadores sobre los tratamientos. Cuando se cargan los medicamentos con esta energía se duplica su acción sobre el

proceso de curación. Otra práctica en la que la asociación del Reiki es de gran eficacia es la del ayuno.

El ayuno terapéutico es uno de los métodos curativos más antiguos, pues fue utilizado a través de todas las épocas para curar una miríada de enfermedades, como la artritis, el asma, las afecciones dérmicas y epidérmicas, la tensión arterial, los trastornos digestivos y las perturbaciones hepáticas y renales.

Muchas enfermedades son el resultado de una alimentación excesivamente abundante o demasiado pobre, y también de una falta de ejercicio. La inactividad y el consumo de alimentos demasiado ricos conducen a una autointoxicación. El funcionamiento de las glándulas y el metabolismo se retrasan, se debilita el poder de eliminación de los órganos por la presencia de residuos tóxicos que se acumulan en las células del cuerpo y se instala la enfermedad.

La artritis reumatoide, por ejemplo, está provocada por el depósito de cristales de ácido úrico y minerales en las articulaciones y en ciertos tejidos. Una elevada tensión arterial asociada a la fatiga, está causada por los depósitos de residuos metabólicos que los finos capilares sanguíneos retienen en las arterias y obstruyen la corriente sanguínea. El ayuno es un método muy eficaz de purificar el organismo de las sustancias nocivas acumuladas.

Al tercer día de un ayuno se acorta el proceso de autólisis. Al cabo de 72 horas de ayuno, el cuerpo empieza a digerir sus propios recursos, empezando por los residuos y las sobras. Se trata siempre de toxinas, quistes, tumores y los excedentes de minerales que el cuerpo elimina en primer lugar. Luego, el organismo empieza a quemar las grasas. Por eso, a los tres días, cuando desaparece la sensación de hambre, también desaparecen los vértigos y la sensación de cansancio. En Escandinavia, los médicos que han adoptado la vía biológica para curar a sus pacientes usan la práctica del ayuno para lapsos de tiempo que duran de siete a sesenta días, y obtienen resultados sorprendentes. Si un paciente está muy débil o muy enfermo, empiezan por recetarle un régimen nutritivo a fin de revitalizarle, y posteriormente se le aplica el método del ayuno.

Existen diferentes tipos de ayuno, y algunos consisten en

no beber más que agua pura; otros asocian los zumos de frutas y legumbres. Uno mezcla el zumo de limón con jarabe de arce junto con pimienta de Cayena, todo ello diluido en agua. La clave para tener éxito en un ayuno está en usar solamente zumos de frutas y legumbres frescas. Pero hay que prepararlos en el último instante, a fin de beneficiarse de las enzimas frescas. La terapéutica de Max Gerson, una de las curas de cáncer más conocidas, desarrollada entre las dos guerras mundiales para curar la tuberculosis, se funda en la ingestión de alimentos naturales crudos, cuyo efecto es limpiar el organismo y reforzar el sistema inmunitario del cuerpo. Albert Schweitzer fue un gran defensor del método Gerson, pues su esposa se curó gracias al mismo.

Durante un ayuno, es importante absorber una gran cantidad de líquido, aunque se aconseja tomar dos lavativas por día para asegurar la eliminación de las materias tóxicas.

A los tres días de ayuno, las materias fecales son poco abundantes y no permiten efectuar los movimientos peristálticos, de forma que las toxinas se acumulan en el intestino. Por tanto, hay que prevenir la toxicidad. A los que consideren el ayuno por primera vez, les aconsejaré que consulten a un experto en medicina holística. Existen también obras sobre el tema que les darán indicaciones exactas sobre la manera de llevar a cabo un ayuno en las mejores condiciones, la forma de prepararlo y de interrumpirlo.

El Reiki es un instrumento valioso al respecto, ya que disminuye numerosos síntomas que a veces sobrevienen en los tres primeros días. Aumentando la fuerza vital del organismo, estimula las defensas inmunitarias y acelera el proceso de eliminación. Para los que adopten una cura biológica de carácter holístico, el ayuno asociado con el Reiki ofrecerá una alternativa sumamente eficaz.

Si el ayuno aporta un medio de purificación apropiado al organismo sometido a una larga acumulación de toxinas, también podemos tener necesidad de liberar nuestro cuerpo de esquemas emocionales negativos y restablecer un enfoque positivo a la vida.

La curación de nuestro cuerpo emocional es tan importante

como la del cuerpo físico. Pero las tensiones que acumulamos en nuestro cuerpo, debidas a la fatiga física e intelectual, lo modelan al cabo de los años (véase Capítulo 5), modelando asimismo nuestra personalidad.

Bajo el efecto de tensiones emocionales repetidas, desarrollamos en general mecanismos de defensas negativos. Para liberarse de esos modelos anacrónicos, algunos de los cuales se remontan al trauma del nacimiento, la técnica del renacimiento o técnica del hálito original, se utiliza desde hace más de quince años.

Su fundador, Leonard Orr, empezó a usarla a comienzos de los años 70. Las sesiones se desarrollan a menudo en un baño burbujeante a la temperatura del cuerpo para reproducir un ambiente cercano al ambiente intrauterino. La respiración es relajada y con ritmo, torácica y no abdominal, el aire se absorbe por la boca o la nariz. El objetivo primordial es movilizar las energías corporales. Es frecuente que durante esas sesiones invadan todo el cuerpo sensaciones de picores o vibraciones.

En muchas personas se produce una rigidez de las manos, causada por la liberación de las tensiones acumuladas y una resistencia a la circulación de la corriente de energía por el organismo. Generalmente, esto es el indicio de que una vaga tristeza asciende a la superficie, tratando de liberarse. Si se mantiene esa respiración, estos síntomas se manifiestan con suma rapidez. A medida que se transforma cada forma-pensamiento negativa en pensamiento positivo con ayuda del terapeuta, se abre el camino hacia la curación. Se aconsejan varias sesiones para llegar a lo que Leonard Orr llama la liberación del hálito. Esta se produce cuando el individuo revive el instante de su primer grito, al nacer. Eliminando los daños sufridos por la respiración al nacer, este método permite restaurar un modo respiratorio adecuado y obtener una curación espectacular.

La respiración consciente también tiene por efecto desencadenar en algunos individuos un proceso regresivo en la memoria de sus vidas anteriores. Debo subrayar a este propósito, que esos recuerdos existen realmente, sea crea o no en la reencarnación. Existen diversas hipótesis sobre este tema, pero lo que aquí interesa es el poder innegable que esos recuerdos

tienen para liberar al individuo de emociones rechazadas y dar luz a las reacciones a veces inadecuadas que les son imputables y que condicionan nuestras actitudes frente a ciertos sucesos de la vida actual.

Numerosos problemas de esta vida tienen cierta relación con imágenes e impresiones que pertenecen a vidas anteriores. Cuando se reviven plenamente tales experiencias, empiezan a borrarse las dificultades del presente. Si, por ejemplo, uno vive en esta existencia una relación difícil con la pareja, hay muchas probabilidades de que durante la regresión aflore a la conciencia una escena o unas imágenes pertenecientes a una vida anterior, que tengan relación con la situación del momento. El hecho de revivir esos acontecimientos permite liberarse de los mismos. Vuestras reacciones actuales se os aparecerán bajo una luz nueva y comprenderéis los motivos que dan ocasión a cierto número de conductas en esta vida, relacionándolas con circunstancias pasadas.

Con ocasión de mi primera experiencia de renacimiento, tuve la intención de revivir los dos primeros años de mi vida. Por razones que aún desconozco, las sesiones de regresión bajo hipnosis no me habían permitido llegar hasta más allá de los dos años. Tenía, pues, la esperanza de llegar hasta mi nacimiento, y llegado el caso, revivir parte de mi infancia. Lo que sucedió fue totalmente inesperado. Regresé a una existencia anterior que se desarrollaba en Japón, en Hiroshima, donde se produjo la explosión de la bomba atómica en la Segunda Guerra Mundial. Una experiencia claro está, sumamente traumatizante, pero cuyo poder de catarsis fue asombroso. Tras esa sesión, me vi liberada de numerosas emociones y logré además la explicación de mis actitudes en esta vida y de las enfermedades que había padecido.

Comprendí también que las condiciones de mi vida actual eran una elección propicia a ciertas enseñanzas. El hecho de haber revivido mi muerte y el conocimiento adquirido de sus circunstancias me ayudaron a enfrentarme con las dificultades del presente, y a tener confianza en el porvenir. Las experiencias que he vivido gracias a este método han sido sumamente saludables. Liberándome de las emociones residuales, he podido

forjar unas reacciones nuevas y positivas frente a los sucesos de mi vida actual. Por otra parte, esta experiencia ha contribuido a desarrollar en mí una mayor conciencia de mis motivaciones y mis actitudes frente a ciertas situaciones, cosa que fue para mí muy benéfica.

Asociando el Reiki al renacimiento se obtiene un método de tratamiento muy eficaz y capaz de producir numerosos efectos positivos.

El ejemplo siguiente ilustra el valor de esa asociación. Es uno de mis viajes al extranjero, un joven tartamudo me rogó que le ayudara. Mi primera reacción fue aconsejarle la iniciación al Reiki para que aprendiese a curarse a sí mismo. Sin embargo, mi intuición me impulsó a ayudarle personalmente y le concedí una entrevista. Cuando se presentó, comencé el tratamiento con la imposición de manos sobre la región de la cabeza, y después sobre el chakra de la garganta. Fue entonces cuando sufrió un espasmo y los brazos y las manos le empezaron a temblar. Una formidable ola de energía recorría todo su cuerpo. Entonces decidí emplear la respiración consciente, cuyo efecto fue acelerar la crisis, en tanto el joven manifestaba reacciones semejantes a la que a veces provocan los ejercicios prácticos de bioenergía. Terminado este proceso, afloró a su conciencia el recuerdo de una vida pasada ligada directamente a su defecto. Al final de la sesión había mejorado notablemente su tartamudez, si bien persistía en forma atenuada.

El joven experimentó un enorme alivio y una sensación de ligereza mental. Le aconsejé la visualización creadora con una serie de imágenes y una lista de afirmaciones positivas para curarle totalmente. Volví a verle unos días más tarde y observé la mejora de su expresión verbal. Su voluntad de curarse junto con el Reiki y el método del renacimiento habían transformado la vida de aquel joven.

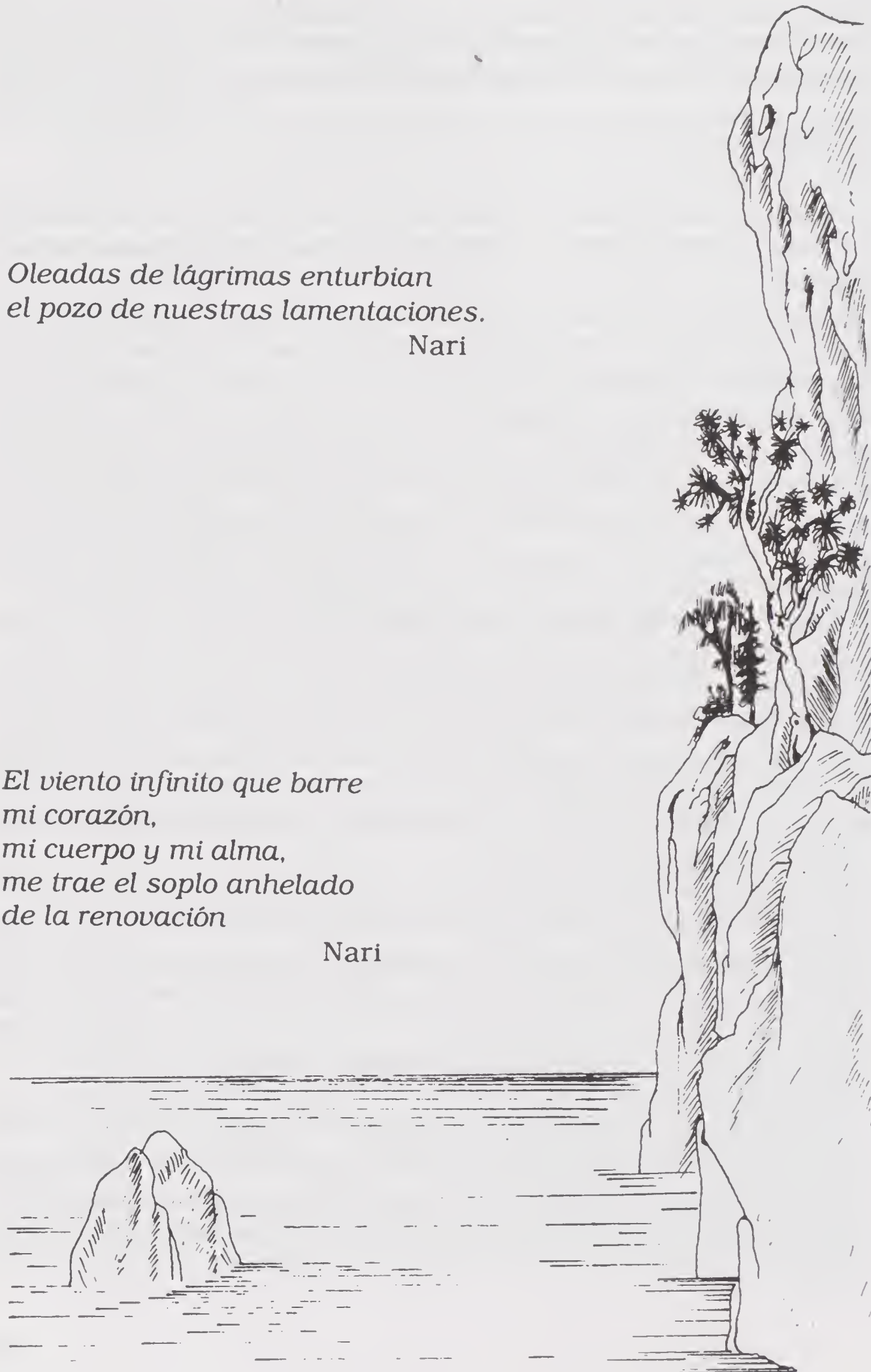
Creo haber demostrado la riqueza de posibilidades en este terreno. Existen otras y os animo a emplear el Reiki en vuestro propio terreno de competencia. Esta energía complementaria os aportará su ayuda en la elaboración de vuestro método de tratamiento.

*Oleadas de lágrimas enturbian
el pozo de nuestras lamentaciones.*

Nari

*El viento infinito que barre
mi corazón,
mi cuerpo y mi alma,
me trae el soplo anhelado
de la renovación*

Nari





CAPÍTULO 12

Tratamientos colectivos

El tratamiento colectivo constituye un medio ideal para compartir la energía Reiki entre amigos. Yo incito a mis alumnos a encontrarse con este fin. La duración de este tratamiento es generalmente más corta que la de las sesiones individuales, pues son varias las personas que intervienen concertadamente sobre el mismo cuerpo. La experiencia corporal que proporciona la imposición de las manos de diez a doce donantes es una experiencia muy grata. Además, la convergencia de varios canales de energía hacia un mismo fin duplica los efectos.

Con ocasión de la preparación al primer grado del Reiki, dispongo siempre seis sillas alrededor de cada mesa de masaje, u otra mesa de talla análoga dispuesta a este efecto. Una silla queda situada a la cabecera de la mesa, otra a sus pies, y las siguientes se disponen a una y otra parte de dicha mesa.

Una persona ocupa el sitio del receptor y las otras seis ocupan sus lugares en torno a la mesa. El donante situado en la cabecera dirige la sesión y vigila su duración. Cada vez que modifica la posición de las manos, los otros donantes le imitan. Generalmente, empiezo por un tratamiento breve para que todos los participantes tengan su turno sobre la mesa y se beneficien de un tratamiento de diez minutos, o sea cinco minutos sobre la parte delantera y otros cinco sobre la parte dorsal del cuerpo.

Durante esta sesión de diez minutos cada persona sentada, o de pie si la posición es más cómoda, en torno a la mesa, cubre tres posiciones sobre cada cara del cuerpo. Cualquier cambio en la posición de las manos ha de estar sincronizado con los movimientos del donante a la cabecera de la mesa. Cada vez que un nuevo receptor ocupa su sitio en la mesa se asiste a un verda-

dero juego de sillas. Cuando le toca el turno al donante de la cabecera, los otros se desplazan una silla en el sentido contrario a las manecillas del reloj. Así, los participantes tienen la oportunidad de tratar todas las partes del cuerpo y comparar las diferencias de reacción de un cuerpo a otro.

La imposición de manos sobre una parte dada dura sólo un minuto y medio, pero el alumno, no obstante, se da cuenta de que ciertas regiones no han podido absorber suficiente energía, así como que el cambio de posición interrumpe el proceso de absorción. Al día siguiente, cuando dan y reciben un tratamiento completo de una hora en la sesión con dos compañeros, pueden entonces identificar con mayor exactitud las variaciones de calor que se manifiestan durante el tratamiento completo.

Las sesiones de tratamiento cortas proporcionan a los estudiantes la ocasión de desarrollar la sensación sinestésica del cuerpo, y el conjunto de sensaciones percibidas por el donante sobre diferentes receptores le ayuda a calcular mejor las variaciones de calor que se manifiestan en sus manos cuando entran en contacto con una región deficiente y cuya absorción de energía es, en consecuencia, más grande.

Cuando el alumno ha integrado la noción de sinestesia, se le aconseja que prolongue la duración de las sesiones de grupo, siendo el tiempo permitido para cada imposición de manos de 3 a 5 minutos, según las necesidades.

El tratamiento colectivo es especialmente eficaz para las enfermedades degenerativas como el cáncer o el sida. En 1987, en Santa Fe, Nuevo México, la Reiki Alliance fundó la *Casa de Corazón* para acoger a los enfermos de sida. Un protocolo de dos o tres series de tratamiento individuales o colectivos fue instaurado con miras a reequilibrar la energía de los enfermos. Los practicantes del Reiki del mundo entero podrían tratar de establecer una red de centros destinados al tratamiento del sida y el cáncer. Serían innumerables los beneficios que el tratamiento por la imposición de manos aportaría a los enfermos hospitalizados, si estuviera ello permitido. Sería magnífico poder aprovechar las posibilidades de curación a distancia que poseen los iniciados al segundo grado.

Aparte del aspecto de la curación individual, el tratamiento

colectivo practicado al nivel del segundo grado permite obrar al nivel del cuerpo sutil del planeta. Mediante esto se intentará favorecer el retorno a la paz en los países donde prosiguen las guerras o incluso enviar energía a la capa de ozono.

Todo aporte de energía vital será beneficioso para las situaciones conflictivas, sabiendo además que solamente es absorbida la cantidad de energía que necesita un individuo o una situación.

Con el Reiki disponemos de un medio excelente para curar los males del planeta, que desesperadamente necesita hoy día nuestra ayuda. Mientras la tierra nos ofrece su abundancia ¿no podríamos concederle un poco de atención e intentar reequilibrar su campo de fuerzas? ¿No sería un intercambio beneficioso, además de ser nuestra manera de significarle nuestro agradecimiento? Se dispense un tratamiento a los individuos, a las regiones, o a todo el planeta, el proceso de curación que se realizará tendrá un efecto reflejo sobre la humanidad. Para que cada uno de nosotros esté de acuerdo consigo mismo, la humanidad debe formar un todo. Pero también vale la inversa: para que la humanidad sea un todo el individuo debe recobrar su unidad primordial. Mientras que en las sociedades orientales, como Japón, la noción de grupo ha prevalecido, Occidente ha preferido apostar sobre el desarrollo del individuo. Los dos caminos son aceptables, pero solamente con el tratamiento por el Reiki podemos contemplar el equilibrio de los dos.



CAPÍTULO 13

Tratamiento de los niños, las plantas, los animales y los alimentos

El tratamiento Reiki es muy apreciado por las mujeres embarazadas, porque alivia los pequeños males y molestias que acompañan casi siempre el embarazo, como los mareos de los primeros meses, o los dolores lumbares más tardíos.

El Reiki es excelente para calmar a la mujer sujeta a las fluctuaciones emocionales provocadas por la abundante secreción de hormonas en este período. Cuando le di los tratamientos a mi hermana durante su embarazo, comprobé que el feto parecía apreciar la energía que le comunicaba el Reiki, pues se movía como con alegría, y sus pies y sus codos chocaban contra la pared abdominal de la madre. Pareció cambiar más a menudo de posición durante las sesiones, cuando aún se lo permitía el espacio. Durante el parto recurrimos al Reiki, y mi sobrina se benefició de esa energía desde su nacimiento.

En el terreno vegetal, los practicantes del Reiki amantes de la jardinería conocen los beneficios que las plantas obtienen de esa energía. Los granos tratados antes de ser plantados dan plantas más vigorosas que los otros. Basta con tenerlos en la palma de las manos y dejar que absorban toda la energía que necesitan. Los tallos, al salir de la tierra, han de tratarse manteniendo vuestras manos en su superficie. No hay que vacilar en tratar a las legumbres con regularidad, ya que no sólo crecerán sanas y robustas sino con más abundancia. Comprobaréis iguales efectos en flores y arbustos, pues las yemas tienden a multiplicarse y el crecimiento de los árboles se acelera de forma espectacular. Igualmente podéis aumentar la duración de la vida de las flores ya cortadas y tratar así a las plantas de interior.

La vida de las plantas ha sido objeto de numerosos estudios. Experiencias científicas han demostrado que las plantas reaccionan a nuestras emociones y que son sensibles a la música. Asimismo, se ha comprobado que hablarles favorece su desarrollo. Los éxitos obtenidos por la comunidad de Findhorn, al norte de Escocia, se conocen en todo el mundo. En esa región costera árida y barrida por los vientos, un grupo de individuos ha transformado esa tierra empobrecida en un paraíso verdeante. En total armonía con el medio ambiente, asociándose con el espíritu de la naturaleza, esos hombres han logrado superar multitud de obstáculos y han conseguido hacer brotar de un suelo ingrato una vegetación exuberante. Por el ejemplo de Findhorn y el de otras comunidades creadas a imagen suya, puede creerse que al comunicarse con los "elementales" de la naturaleza, el hombre puede ejecutar sus mismas proezas en la tierra.

El segundo grado del Reiki permite intentar el tratamiento de los elementales de algunas plantas para favorecer su labor en la tierra. Así, la colaboración entre el hombre y los espíritus de la naturaleza podría dar lugar a la regeneración del sistema ecológico.

También los animales son sensibles a la energía del Reiki, puesto que se ha comprobado que este tratamiento ejerce sobre ellos un innegable efecto apaciguador. A veces, un animal rechaza esa energía, y en ese caso hay que respetar su reacción. Pero en general, los animales se benefician de los dones del Reiki lo mismo que los seres humanos. Los resultados obtenidos en el reino animal demuestran que el sistema de pensamiento no interviene en el proceso curativo, lo cual no rechaza la idea de que la fe en un tratamiento favorece su eficacia.

Como la anatomía animal no se diferencia mucho de la anatomía humana, cuando hay que cuidar a un animal se puede deducir la posición aproximada del órgano afectado con referencia al cuerpo del hombre. Por tanto, hay que proceder de la misma manera, teniendo en cuenta las zonas receptoras de energía, por lo que se tratará, dentro de lo posible, el sistema endocrino.

Si el animal se halla muy agitado y la imposición de manos

ofrece algún peligro, se recurrirá al tratamiento a distancia. Por lo general, unas caricias bastarán para aplacar al animal antes de tratarle. Luego, se adoptará la posición de las manos confiando en vuestra intuición. Descubriréis entonces que el Reiki es un método excelente para cuidar la salud de los animales domésticos.

También es posible servirse del Reiki para energizar ciertos objetos. Además de los cristales ya mencionados, las piedras preciosas y las joyas son otros tantos ejemplos. Hemos de tener presente que cualquier materia emite vibraciones a diversas frecuencias y que todo lo existente en el plano físico está animado por la energía primordial en diferentes etapas de evolución. Así pues, si la materia es vibración, el Reiki puede penetrarla de la misma forma que en campo etérico del cuerpo humano impregna su medio ambiente. De este modo es posible sanear un lugar como una habitación de hotel, donde la energía Reiki destruirá todas las emanaciones etéricas negativas.

En un plano más inmediato, puede intentarse tratar a un automóvil, una barca, etc. Los objetos que utilizamos tienden a impregnarse de nuestra energía sutil y, en realidad, quedan afectados por nuestros humores. Ya habréis ciertamente observado que a menudo, en los momentos en que se atraviesa un período negativo, o si se está deprimido, vuestro automóvil sufre una avería, y que su dueño padece, a su vez, un ataque de cólera. Los navegantes de buques de recreo saben perfectamente que esto es verdad, puesto que también saben que un yate adquiere la personalidad de su propietario. Las máquinas que usamos se impregnan de nuestra energía y reflejan, hasta cierto punto, nuestros humores, convirtiéndose en el alma de nuestro ánimo o viceversa. Cuando estos dos aspectos de nosotros mismos se hallan en desacuerdo se impone el Reiki, que ayuda a prevenir una avería u otras molestias mecánicas.

A esto hay que añadir que los alimentos se aprovechan asimismo de las ventajas del Reiki. En muchos países la población consume en gran parte alimentos cocidos y, por tanto, desprovistos de vida. En Norteamérica, por ejemplo, la alimentación de hombre de la calle está constituida por un 75% de productos cocidos y otros 25% de alimentos crudos. En los países en los

que hay más personas centenarias, como en Rusia, Bulgaria, la India, entre los hunzas, o en América Central entre los pueblos descendientes de los mayas, el régimen de esas gentes se compone de un 73% de alimentos crudos y el resto cocidos.

Los productos que se consumen frescos aportan enzimas vivas que mantienen la juventud y la salud del cuerpo y previenen la degeneración, principal causa del envejecimiento del ser humano. Un régimen alimenticio basado en productos frescos es un poderoso factor de salud. Si alguna vez estáis en una situación que os imposibilite encontrar alimentos frescos, el Reiki os ayudará aportando la energía vital que le falta a vuestra alimentación. Basta con imponer las manos encima del plato, así como también se puede favorecer la función digestiva tratando la parte del cuerpo afectada por aquélla.

Hemos visto en este capítulo algunas de las posibilidades que ofrece el Reiki. Su energía canalizada y amplificada puede energizar toda forma de vida, comprendida la materia "inerte". Dad libre curso a vuestra imaginación y apelad a vuestra intuición para explotar sus infinitas riquezas.

CAPÍTULO 14

La importancia de los cambios de energía

Durante su larga estancia en los distritos pobres de Kyoto, el doctor Usui adquirió una experiencia íntima de la naturaleza humana, y llegó a la conclusión de que cualquier cuidado prodigado a un enfermo exige una contrapartida, o cambio de energía. Cuando al final de su larga encuesta recibió el poder de efectuar curaciones espontáneas, su primer pensamiento como cristiano fue socorrer a los pobres, ayudándoles a encontrar un lugar en la sociedad. Mas con el tiempo se dio cuenta de que muchos de ellos y después de un intento de insertarse en la sociedad, recaían en su antigua condición. Estos individuos no sabían apreciar lo que se les concedía y el tratamiento ofrecido sin condiciones sólo había servido para reforzar sus esquemas mentales.

Comprobado esto, el doctor Usui hizo la definición de dos principios fundamentales, siendo el primero que todo tratamiento debe ser objeto de una demanda, y el segundo que todo gasto de energía y de tiempo debe ser retribuido a su vez (véase Capítulo 5).

Esta contrapartida o intercambio de energía puede adoptar otras formas que la del dinero, como por ejemplo, una acción.

Si el individuo afectado es miembro de la familia o un amigo íntimo, el intercambio tendrá lugar con toda naturalidad y de forma permanente, eliminando toda idea de retribución.

Si es importante que dicho intercambio se produzca entre donante y receptor, también lo es entre maestro e iniciado. Así, cuando yo selecciono a los estudiantes trato de asegurarme no solamente de que están dispuestos a recibir la energía Reiki sino que también son dignos de ello. El principio subyacente es el

mismo que el definido por el doctor Usui: no cuidar más que a los individuos dispuestos a asumir la transformación, ya que en esta vida todo se merece y hay que merecerlo. Nuestra preciosa energía y nuestro tiempo no deben emplearse más que para las buenas causas.

La cuestión del intercambio de energías comporta otro aspecto, el de tributo. La idea de compartir una parcela de la abundancia nuestra, o sea compartir la energía Reiki con los más desprovistos de ella, me seduce en todos los aspectos, pero ha de fundarse, no en la idea de una obligación, sino en un profundo sentimiento de amor, pues de esto depende la calidad de los resultados.

Respecto a mí misma, siento un intenso placer en enseñar en países extranjeros; por vuestra parte y a título personal, podéis aportar vuestra contribución consagrando un poco de vuestro tiempo al tratamiento a distancia de diversas situaciones, como he sugerido en el Capítulo 12, que habla que los tratamientos colectivos. Se puede enviar la energía a distancia a un individuo que lo necesite de esta manera, por ejemplo, si está en la cama.

En realidad, no os será posible obtener el consentimiento del receptor en ese caso, pero sabiendo que el cuerpo sólo absorbe la cantidad de energía necesaria, no corréis el menor riesgo. Además, al enviar el Reiki a las regiones devastadas por una catástrofe natural o por una guerra, las emanaciones de dicha energía se acumularán y acabarán por formar una egrégora que sumergirá a todo el planeta con sus beneficios.

Otra cuestión que frecuentemente se me ha planteado es el aspecto legal de la práctica del Reiki. Naturalmente, la respuesta varía de un país a otro. En Norteamérica, médicos, enfermeros, masajistas, fisioterapeutas, quiroprácticos, acupuntores, digitopuntores, naturópatas, homeópatas y médicos ayurvédicos están todos habilitados para cuidar el cuerpo humano y, por tanto, pueden asociar el Reiki a su especialidad. Numerosos psicólogos han recurrido al mismo, y esto, debido a la potente técnica curativa de la esfera emocional enseñada en el segundo grado.

Los que desean orientarse por el camino de los métodos de

curación psíquica han de conseguir una autorización de su gobierno, de su representante legal, y apelar a las donaciones. Los honorarios sólo pueden percibirse como donativos. En Alemania no es posible practicar de esta manera, desdichadamente, pues hay que poseer una licencia de naturópata, o practicar el Reiki como medio de relajación, ya que el término terapia no debe mencionarse en este aspecto. Por tanto, hay que informarse ante las autoridades de cada país.

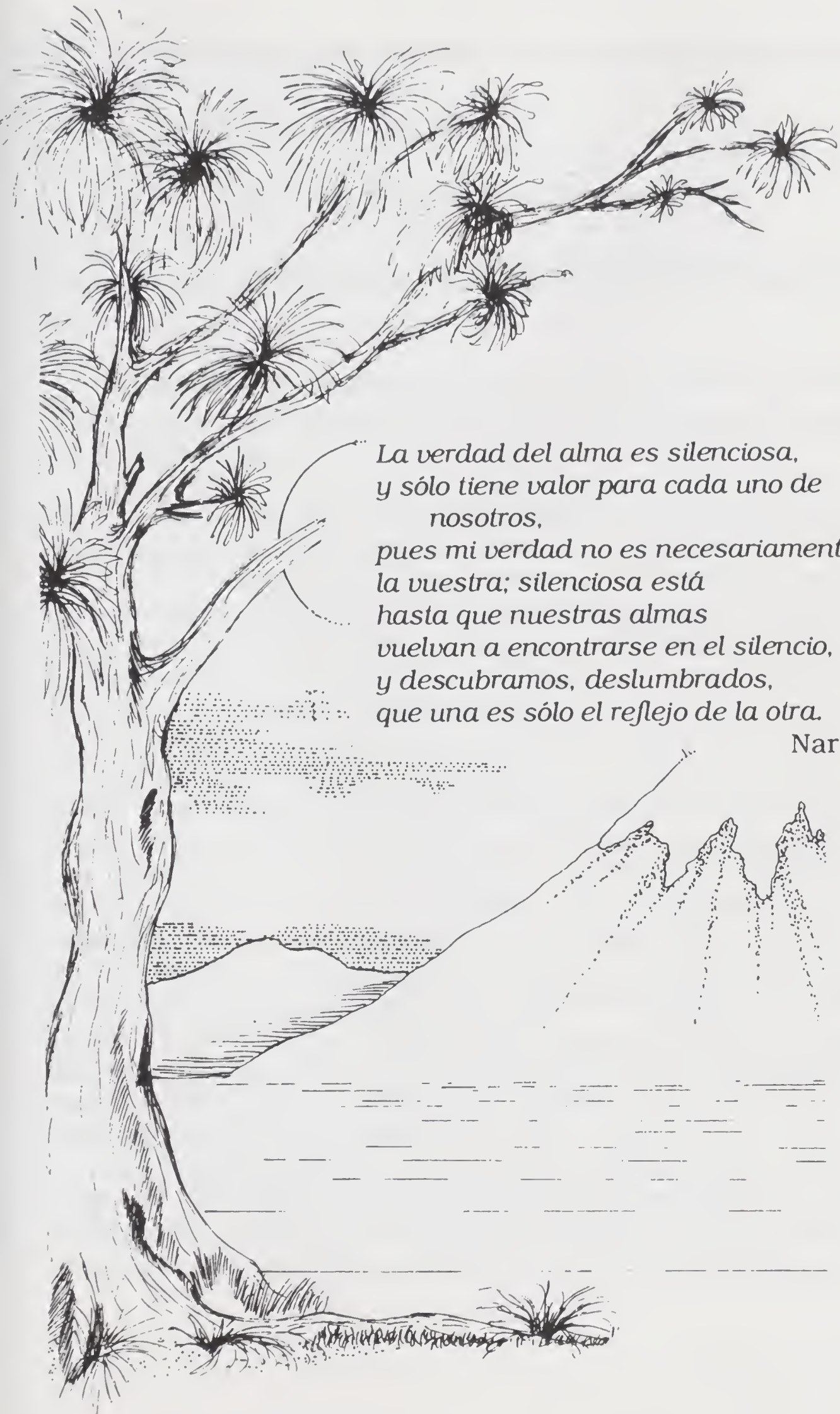
Respecto al intercambio de energía o los honorarios, os podéis referir al precio de una sesión de masaje durante una hora. Sin embargo, he de ponerlos en guardia contra efectuar alguna vez un diagnóstico, puesto que esto queda reservado estrictamente a los médicos, y si tenéis la intuición de hallaros frente a una grave afección, no vaciléis en enviar a vuestro paciente a un médico competente. Este consejo sirve también para la receta de los medicamentos, y la prosecución o la suspensión de un tratamiento, ya que todas estas decisiones pertenecen al campo de la medicina.

Aunque uno de los principales principios del tratamiento consiste en obtener el consentimiento del receptor, el donante no puede tratar a nadie en contra de su voluntad. Es muy importante comprender que un enfermo puede inconscientemente aprovecharse de su condición, y pese a solicitar un tratamiento de manera consciente, tal vez no se halle impulsado por un profundo deseo de curarse.

Tomemos, por ejemplo, el caso de un niño que no recibe toda la atención que necesita: ¿no es acaso la enfermedad un medio para conseguirla? Por tanto, se comprende su negativa a ser curado. Si tenéis que tratar por algún tiempo a un enfermo, y sentís intuitivamente que se vuelve dependiente de vuestros cuidados en vez de asumir su propia curación, será mejor poner fin a esta situación anunciándole simplemente que tenéis la sospecha de que él posee la llave de su curación y que nada podéis hacer en su favor. Aconsejadle la iniciación al Reiki, que le dará un método eficaz de autotratamiento, o bien la visualización creadora, o una lista de aforismos intencionados. Tendréis que aprender a discernir el momento oportuno para liberar a vuestro cliente. Esto es esencial, ya que nuestro último

objetivo es desarrollar en cada uno el sentido de la responsabilidad y favorecer la ampliación de la conciencia.

Como hemos visto, el intercambio de energía desempeña un papel preponderante en el proceso curativo. Descarga al receptor de la dependencia de una deuda y obliga a tomar un verdadero interés en el resultado del tratamiento. Si el intercambio se basa en el dinero, la suma tendrá en cuenta los ingresos del paciente. Pero repito que este intercambio puede adoptar otras formas. Dar y recibir son nociones fundamentales en el método Reiki. Para vivir en un mundo equilibrado y armonioso debemos aprender a dar y recibir con naturalidad. Esto ya es un intercambio de energía.



*La verdad del alma es silenciosa,
y sólo tiene valor para cada uno de
nosotros,
pues mi verdad no es necesariamente
la vuestra; silenciosa está
hasta que nuestras almas
vuelvan a encontrarse en el silencio,
y descubramos, deslumbrados,
que una es sólo el reflejo de la otra.*

Nari

CAPÍTULO 15

Tratamiento de enfermedades específicas

La mayoría de enfermedades pueden agruparse esquemáticamente en dos grandes categorías: dolencias de carácter agudo y dolencias crónicas.

Ante un síndrome hay que seguir estas dos líneas directrices. Por definición, las dolencias agudas son de corta duración y generalmente no reaccionan al tratamiento Reiki de la misma manera que las crónicas. Esta diferencia se manifiesta en las enfermedades agudas por una crisis inmediata que anuncia la curación, y que corresponde a un proceso fisicoquímico del organismo. En las enfermedades crónicas, cuando se manifiesta esta crisis, se presenta mucho más tarde.

Cuando una persona que sufre una enfermedad crónica, como la artrosis, empieza una serie de tratamientos Reiki, ve cómo sus dolores van desapareciendo durante las primeras sesiones. Tras varias semanas de tratamiento, esta mejora continúa generalmente hasta el desenlace final de la enfermedad. Precisamente es en esta fase cuando puede producirse una recaída con una recrudescencia de los síntomas. Estos efectos indican la fase final del proceso de desintoxicación que afecta a las zonas donde están arraigados los últimos vestigios de la enfermedad. Cuando el Reiki alcanza las capas profundas, la fuerza de su energía disuelve el mal. El fenómeno puede compararse al de una cerilla que se enciende: la cabeza queda consumida al momento por la llama súbita e intensa.

Esta última manifestación, aunque desagradable, es muy saludable. Es importante que en esta fase el receptor sea tranquilizado acerca de la naturaleza del proceso y que las sesiones se continúen hasta la curación final. Pero este fenómeno no es

obligatorio y los síntomas pueden desaparecer sin complicaciones. Esta eventualidad, que afecta sobre todo a las enfermedades crónicas, justifica que no se informe sistemáticamente al paciente respecto a su presencia posible, a fin de no alarmarle inútilmente. Será mejor esperar, pues llegado el caso siempre habrá tiempo de tranquilizar al enfermo indicándole el carácter positivo de la manifestación. Sería imprudente despertar otros síntomas en el paciente.

Las enfermedades agudas tienen otro carácter. A menudo, la dolencia es de origen relativamente reciente y la persona sufre. En el mejor de los casos, el paciente ya habrá tenido una opinión médica y vuestra función se limitará a acelerar el proceso de curación. En caso contrario, y si el problema es grave, debéis aconsejarle que visite al médico. Cuando se trata de enfermedades agudas, durante los primeros tiempos cabe esperar un recrudecimiento de los síntomas. Este es el resultado de la presión que provoca un aporte súbito de energía en una región deficiente. Este síntoma suele desaparecer a los dos o tres días, y la curación sobreviene rápidamente. Este fenómeno propio de los síntomas agudos se observa en numerosas terapéuticas.

Hace unos años, cuando yo trabajaba a título benéfico en la clínica de un curandero mexicano, un joven llevó a su mujer allí, unos días después de haber tenido un parto. La situación financiera de la joven pareja no les permitía asumir los gastos de una hospitalización o de una comadrona, por lo que el parto había tenido lugar en su domicilio. Algún tiempo después se había declarado una infección, debida sin duda a algunos fragmentos de placenta no expulsados. Habiendo rechazado nuevamente el hospital la admisión de la joven, el marido la llevó a la clínica presa de grandes dolores. El curandero, después de haberla tratado, le explicó que los dolores podían volver a aparecer, pero que desaparecerían rápidamente hacia el tercer día. A continuación descubrí que era efectivamente necesario ese retraso para que la curación del cuerpo etérico se transmita al cuerpo físico.

La mayoría de casos curativos de origen psíquico obran de esta guisa. El Reiki; por el contrario, no requiere ninguna demora de acción determinada porque trata simultáneamente al cuerpo etérico y al físico. Es el cuerpo del receptor el que deter-

mina la duración del tratamiento en función de sus carencias energéticas.

Por consiguiente, cuando os veáis enfrentados a una enfermedad aguda, informad al paciente afectado acerca de la presencia eventual de manifestaciones penosas durante los primeros días del tratamiento, que desaparecerán poco después.

Al revés que en las enfermedades crónicas en las que esa crisis no es segura, en las enfermedades agudas esta tendencia a un recrudecimiento de los síntomas anuncia la curación. Por tanto, es preferible preparar al enfermo a las reacciones propias de este tipo de enfermedades.

Es posible que el Reiki haga que una persona aparentemente sana padezca dolores, denotando así la existencia de un mal en estado latente. En el cuerpo de ese individuo puede estar desarrollándose una enfermedad sin que él tenga conocimiento de tal cosa, de modo que la aceleración de la energía en la zona afectada, comenzando el proceso curativo, puede desencadenar reacciones dolorosas o una serie de molestias.

En mi iniciación al primer grado me vi enfrentada a ese problema. Había venido a visitarme a casa una amiga europea a la que yo había dado una sesión matinal de Reiki. Por la noche, mientras me hallaba trabajando, recibí una llamada del servicio de urgencia del hospital de mi distrito comunicándome que mi amiga estaba hospitalizada a causa de unos dolores fortísimos. Un error del diagnóstico les hacía creer que se trataba de una infección en las vías urinarias, pero resultó que mi amiga tenía cálculos en los riñones. Según toda evidencia, el Reiki había acelerado el proceso de curación y el movimiento de los cálculos en los riñones. De este modo descubrió mi amiga un problema hasta entonces insospechado.

Este incidente destaca la necesidad de no echar las culpas sobre el donante enfrentado a una situación parecida. Hay que tener siempre presente en el espíritu la afirmación tantas veces repetida en esta obra, o sea que el Reiki, por ser absorbido y no transmitido, no puede ser nocivo. Me sentí realmente apenada al ver sufrir a mi amiga, pero no debía sentirme responsable ni culpable por lo ocurrido, ya que su cuerpo solamente había absorbido la energía que necesitaba.

A la larga este incidente fue maravilloso, ya que indujo a mi amiga a tener conciencia de cierto número de problemas, impulsándola a modificar su alimentación y a adoptar diversas reglas de vida sana. Este caso y otros semejantes me han confirmado que el Reiki tiene tendencia a acelerar el proceso de curación del organismo. Para ilustrar este proceso de acción entre mis estudiantes, hago la siguiente comparación: cuando, por ejemplo, después de sufrir un corte, se declara la infección cutánea, los glóbulos blancos acuden a la herida para eliminar a los microbios, y esto origina una penosa presión. Es este mecanismo reparador el causante del dolor. Así, los síntomas y los dolores sólo son la manifestación de un proceso normal de reparación asumido por el cuerpo.

Cuando tratéis aciertos trastornos no olvidéis que el Reiki penetra todas las materias, sean tejidos, maderas, piedras o metales. Por consiguiente, es sumamente posible tratar una fractura enyesada, aunque es más prudente aguardar a la consolidación del hueso antes de tratarlo directamente.

Si halláis un cliente al que el contacto físico le molesta, colocad las manos sólo ligeramente un poco encima de su cuerpo, sin rozarlo. El Reiki se recomienda especialmente a los pacientes que han de sufrir una intervención quirúrgica. Lo idóneo es mantener una sesión antes y otra después de la operación, ya que el Reiki puede acelerar los efectos de la anestesia y provocar una interrupción prematura de la misma.

La señora Takata trataba el sistema endocrino y a este efecto, enseñaba una serie de posiciones sencillas a la que a menudo añadía posiciones que ella había ideado, cosa que yo también hago a ejemplo de otros practicantes.

Las posiciones que se enumeran a continuación también sirven para el autotratamiento:

1. Empezad colocando la palma de las manos sobre los ojos, cubriendo los senos frontales.
2. Después, cubrid las sienes.
3. Luego, las orejas.

4. Colocad las puntas de los dedos sobre el occipucio, en su hueco, detrás de la cabeza.

5. Aplicad una mano sobre el occipucio y la otra sobre la frente. Esta posición que cubre a la vez la glándula pineal, la hipófisis y el hipotálamo es ideal para aliviar el dolor de cabeza y la tensión.

6. Para tratar la garganta se pueden colocar las manos a cada lado del cuello, o bien, cosa que prefiero, colocar una mano detrás del cuello y la otra sobre la garganta, lo que permite abarcar las numerosas glándulas linfáticas a un lado y otro de la tráquea, bajo la mandíbula.

7. Esta posición cubre la glándula tiroides y el timo.

8. Luego, vienen el corazón y el plexo solar, y las glándulas suprarrenales. Aquí completo la técnica de la señora Takata, añadiendo la posición del hígado, inmediatamente bajo la caja torácica, la parte superior de los pulmones, con una mano sobre cada uno de ambos, y la región del bazo y el páncreas, opuestos al hígado. Acto seguido, vuelvo a la posición base.

9. Con el centro del Hara o Chi, la amplitud de tres dedos por debajo del ombligo

10. La posición de los ovarios para las mujeres, por encima del hueso púbico. Para los hombres se colocan las manos en la unión del vientre y los muslos.

11. Luego, se pasa a las rodillas, donde se asienta el miedo al cambio y la muerte.

12. Se termina la cara frontal del cuerpo por los pies. Para la espalda hay que empezar por los hombros y descender hacia el sacro, terminando por el reequilibrado de la columna vertebral.

Asimismo, se pueden incluir otras zonas del cuerpo, para lo cual debéis acudir a la intuición. En caso de trastorno especiales

hay que tratar los órganos aquejados. Por ejemplo, para la diabetes es el páncreas. Cuando se trata de perturbaciones cardíacas se trata evidentemente la zona del corazón. Se aconseja consagrar un mínimo de treinta minutos diariamente a las regiones afectadas, como al lugar donde crece un tumor canceroso.

No hay que olvidar el sistema endocrino, insistiendo sobre el timo, cuyo papel es primordial en el sistema inmunitario.

Dejaos guiar por la intuición y mantened las manos el tiempo necesario sobre las regiones en que se sienta la transmisión de la energía. Varias señales ayudan a identificar el momento en que hay que cambiar la posición de las manos: un profundo suspiro lanzado por el receptor, una disminución del calor o la desaparición de la picazón en vuestras manos... o simplemente una señal de vuestra intuición. La duración media de cada posición es de tres a cinco minutos, aunque la misma puede prolongarse a voluntad.

Finalmente, al tratar a una persona, sean cuales sean los sentimientos que os unan a ella, no debéis en ningún caso implicaros en los resultados del tratamiento.

Esta fue sin duda la lección que me costó más asimilar y entender como terapeuta. No implicarse en las relaciones con un receptor, puesto que éste debe conservar su libre arbitrio en la elección entre la curación o la enfermedad, entre la vida o la muerte.

Hace unos años mi madre, que residía en Alemania, padeció un cáncer y tuvo que sufrir una intervención quirúrgica. Los primeros tratamientos a distancia que le prodigué parecieron acelerar su curación. Sin embargo, poco después, la evolución de su estado la impulsó a intentar una quimioterapia asociada a un régimen macrobiótico y a la terapia Gerson. Yo continué con mis tratamientos a distancia desde California a Alemania. Como estoy dotada de empatía, lo que me permite sentir en mi cuerpo los sufrimientos ajenos, cada vez que mi madre pasaba por una quimioterapia yo lo sabía. Había intentado varias veces disuadirla de esos tratamientos químicos infinitamente nocivos, ya que había visto amigos curados al principio por la quimioterapia, pero morir después por los efectos secundarios del tratamiento.

Pese a todo, como sabía que estaba firmemente decidida, le concedí mi ayuda total, sabiendo que necesitaría la mayor cantidad posible de energía positiva. Dos meses más tarde, cuando decidí visitar a varios curanderos “psi” brasileños especializados en la cirugía de manos desnudas, aconsejé a mi madre que me acompañase, a lo que se negó, porque tenía que trasladarse al sur de Alemania para seguir un nuevo tratamiento. Las circunstancias quisieron que ella muriese mientras yo me hallaba en Brasil. Pero un poco antes entró en contacto conmigo y gracias al segundo grado del Reiki logré ayudarla en aquel penoso trance, aunque fuese desde seis mil kilómetros de distancia.

Esos momentos de tan elevada carga espiritual se hallan grabados para siempre en mi memoria. Al principio, me sentí agobiada por la tristeza debida a la desaparición de mi madre, desaparición física, claro, pero unas pruebas innegables me indicaron que no había muerto sino que había sencillamente pasado a otro plano de existencia. Había deseado tanto que me acompañara al Brasil... y esto fue en realidad lo que hizo. Permaneció unas semanas en su cuerpo astral, el tiempo suficiente para que todos los miembros de la familia se reuniesen en Estados Unidos para expresar su dolor y hacerle saber que nuestro cariño la ayudaba en su nueva existencia.

El uso del Reiki en la ayuda a los moribundos es una experiencia de gran alcance espiritual. Qué sentimientos de gratitud me proporcionó el privilegio de poder estar junto a mi madre en tan supremo instante... El único suceso comparable a éste por sus implicaciones fue el nacimiento de mi sobrina. No existe una antinomia natural entre muerte y nacimiento, puesto que ambos son casos de transición. La energía de vida y amor inherente a las dos situaciones se sitúa más allá de toda expresión. En cada situación el ser aparece en toda su perfecta unidad, en el sentido más puro del término. Al nacer, un feto es un ser total, completo, y en el proceso de la muerte, el individuo se despoja de su cuerpo de carne como de un abrigo usado, revelando la belleza intrínseca del ser con ocasión de su paso a otra existencia, a otro plano.

En realidad, cada individuo que tratamos es un ser perfecto, y el “desorden” cuyo testigo somos, es una aberración que

desaparece cuando llega el momento, una vez comprendidas las razones de la enfermedad. Nuestra acción de sanadores consiste principalmente en dar valor y sostén al ser que pasa por la prueba.

Ser sanador es realmente un privilegio, pues cada individuo al que ayudamos levanta brevemente su máscara, ofreciéndonos una fugaz visión de su ser perfecto. Nuestro papel consiste, pues, en ayudar a cada uno a descubrir esta perfección, y en esta tarea, el Reiki es un excelente auxiliar.



CAPÍTULO 16

La psicología del cuerpo o de qué forma las emociones se localizan en él

Para la mayor parte de las personas que abordan el estudio de la psicología, el cerebro es el centro de la actividad mental. Efectivamente, el cerebro es el órgano físico que registra y almacena los pensamientos, las ideas y los recuerdos, como un ordenador. Pero en realidad es el espíritu el que actúa como intermediario del cuerpo etérico o bioplasma, y deja sus huellas en el conjunto del cuerpo físico.

Las máximas populares según las cuales “uno es la imagen de lo que come” y “uno es la imagen de lo que piensa”, explican muy bien este estado de cosas. Si los alimentos que consumimos contribuyen a la estructura de nuestro cuerpo físico, también esto es verdad respecto a los pensamientos que proyectamos y a las emociones que experimentamos. Por tanto, el cuerpo es el reflejo del espíritu y viceversa.

El espíritu reacciona a la menor modificación interviniendo en el cuerpo. Además, el tipo de emociones y pensamientos que nos agitan tienen como efecto modelar los tejidos de nuestra envoltura carnal. Así, se comprueba que la energía positiva ayuda a mantener la flexibilidad del cuerpo, en tanto que la acción y el deseo rechazado tienden a crear bloqueos de energía, primero en el cuerpo etérico y luego en el físico.

Estos bloqueos ponen más rígidos los tejidos y engendran con el tiempo una especie de “coraza”, que es el término usado por Wilhelm Reich para definir la formación de los tejidos que actúan como una protección psicológica. Los masajistas están familiarizados con esta tensión muscular, localizada con frecuencia en el músculo trapecio, en el que llevamos literalmente

el peso del mundo, aunque también en diversas zonas del cuerpo, según la psicología corporal propia de cada individuo.

Cada parte del cuerpo cuenta su propia historia, reflejando su función especial en el conjunto cuerpo-espíritu. Los dos esquemas siguientes ilustran las diversas emociones y su punto de fijación particular en el cuerpo. Es de observar que también existe una relajación directa entre los chakras, que son los siete centros de energía principales, y el tipo de emociones rechazadas en las regiones correspondientes del cuerpo. Esta íntima relación del sistema endocrino con los chakras halla su equivalente en el cuerpo mental y el cuerpo emocional.

Los dos esquemas siguientes revelan que el cuerpo es el espejo del espíritu y las emociones del ser humano. Aparte de los factores de la herencia, el medio ambiente, la nutrición y la actividad física diaria, la fuerza de las emociones y de las formas-pensamientos actúa sobre el cuerpo y modela todos sus aspectos.

El creciente interés que suscita hoy día la psicología del cuerpo y el espíritu me ha impulsado a organizar cursillos sobre este tema, en los que incluyo una introducción a la tarea de la liberación emocional.

Esta enseñanza práctica impartida durante un fin de semana proporciona unos métodos que permiten liberar las zonas de bloqueo presentes en el cuerpo. Al principio, abordé la cuestión de la postura física ideal fundada en el método de la doctora Ida Rolf, creadora del *Rolfing*. Según esta doctora, en el individuo que posee una postura perfecta, cuando está en postura vertical, hallándose de pie, las orejas han de estar en el eje vertical de las rodillas, y éstas deben estar en la prolongación de los hombros, situadas en el eje de las caderas. El menor desvío de la alineación con relación a esta norma permite establecer cierto número de deducciones sobre la personalidad o el carácter del individuo afectado.

La doctora Ida Rolf, bioquímica y fisióloga norteamericana, ha fundado sus investigaciones en los tejidos musculares y su estructura. Y se ha dado cuenta de que los mecanismos neurológicos, los traumas físicos y emocionales, obran sobre la contracción y la rigidez de los tejidos y las aponeurosis musculares.

También comprobó que bajo el efecto del temor, el pesar o la angustia, los músculos adoptan ciertas posturas, llamadas de "protección". A fuerza de repetir tales posturas se tornan rígidas, y obligan al cuerpo a adoptar la actitud correspondiente a la emoción responsable del proceso respectivo.

Si se perturba la alineación natural del cuerpo sobreviene una rigidez general, seguida de un desequilibrio gravitacional, y una vez fijado el esquema resulta visible la deformación de la envoltura muscular.

Cierto número de divisiones clásicas en la estructura física permite simplificar el enfoque a la psicología del cuerpo. Las cinco ilustraciones siguientes se inspiran en el libro *Bodymind* (cuerpo-mente), de Ken Dychtwald.

Para corregir un defecto de postura y restablecer la armoniosa alineación, la doctora Rolf instituyó un tratamiento de diez sesiones, de una hora cada una, comprendiendo manipulaciones profundas de las aponeurosis musculares.

Tras refinar su técnica al cabo de los años, ha comprobado que durante el tratamiento mucho más individuos están sujetos a una gran liberación emocional. Además, las emociones eligen su asiento en ciertas zonas del cuerpo, siendo generalmente las mismas en casi todos los seres humanos.

Si el cuerpo reacciona a los estímulos diversos, experiencias afectivas o traumas físicos, con la tensión muscular, estas reacciones acaban con el tiempo por crear una envoltura muscular o haz muscular, que bloquea y controla los movimientos del músculo y su tonicidad, perpetuando las mismas emociones, aunque ya hayan desaparecido las situaciones que las provocaron.

Esta es la prueba de que si el espíritu afecta al cuerpo físico, una vez modificado éste afectará a aquél. Así, este enfoque, que trata de reestructurar los haces de músculos para realinear la postura, también provoca la salida de las emociones acumuladas en la estructura corporal y su liberación. De esta manera, el individuo queda liberado de sus emociones residuales y siente una gran ligereza en todo su ser.

Nariz

- en relación con el corazón (coloración y volumen)
- olor, reflejo sexual
- amor propio

Boca

- cuestiones de supervivencia
- modo de alimentación
- seguridad
- receptividad a las nuevas ideas

Frente

- inteligencia
- expresión

Cuello

- confluencia del pensamiento y de las emociones
- tensión causada por el rechazo de la palabra

Maxilar inferior

- la tensión señala bloqueo de los sentimientos y la palabra

Brazos y manos

- prolongación del corazón
- expresión del amor y la emoción

Plexo solar (diafragma)

- poderes
- control de las emociones
- centro del poder y la sabiduría

Organos genitales

- en relación con el chakra raíz donde se halla la energía Kundalini
- supervivencia
- temor a la vida

Rodillas

- temor a la muerte
- temor a la muerte y al ego
- temor al cambio

Cara

- nuestras "máscaras"
- personalidades diferentes
- expresión de nuestras reacciones frente al mundo exterior

Ojos

- reflejos de nuestra visión del mundo
- miopía, carácter más abierto
- ventanal del alma

Espacio interciliar

- centro de la intuición
- expresión emocional

Orejas

- capacidad de oír
- expresión de los puntos de acupuntura de las distintas zonas corporales

Pecho

- relación con los seres
- sentimientos de generosidad y amor
- respiración y circulación sanguínea

Abdomen

- asiento de las emociones y los sentimientos profundos
- centro de la sexualidad
- sistema digestivo

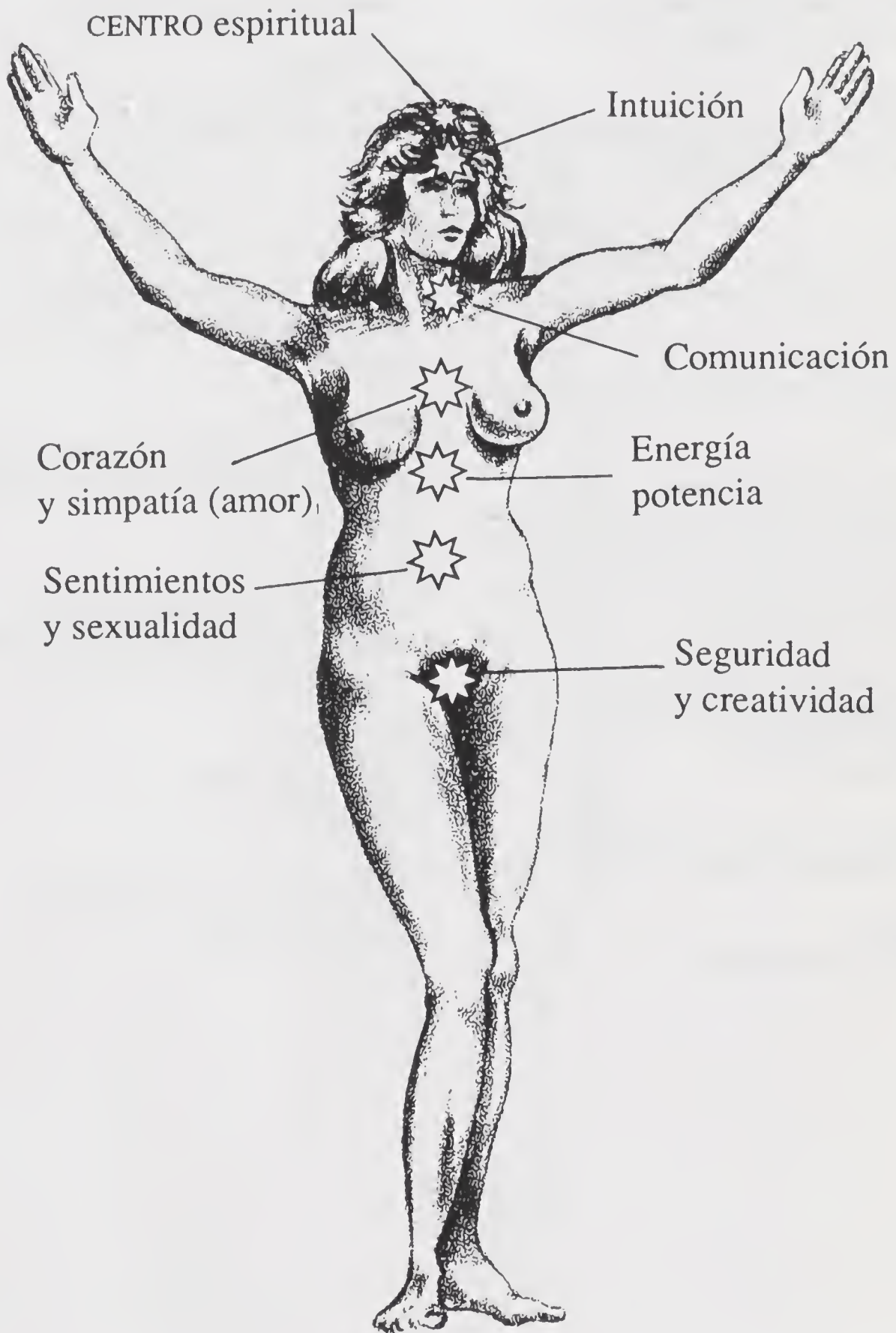
Muslos

- vigor personal
- confianza en las facultades individuales
- falta de confianza en la fuerza física personal

Pies

- calidad del nexo que nos une a la tierra
- en relación con el logro de nuestros objetivos
- temor de la realización de las cosas.

PSIQUISMO Y EMOCIONES DEL CUERPO



Manos

- dar y recibir
- unión con la realidad
- cumplimiento de los objetivos
- temor de la acción

Antebrazo

- medio de acceso a los objetivos
- temor a la inferioridad

Codos

- unión entre la fuerza del brazo y la acción del antebrazo

Espalda (zona superior)

- cólera acumulada (entre los omoplatos)

Espalda (zona inferior)

- coordinación de movimientos inferiores y superiores del cuerpo
- asiento de las emociones, importante en los hombres

Músculos de los muslos

- retención de las emociones, ausencia de liberación
- bloqueo anal

Abductores (interior de los muslos)

- cuestiones relativas a la sexualidad

Tobillos

- crean el equilibrio

Brazo

- expresión del corazón, del amor
- permite el movimiento
- unión con el mundo exterior

Brazo superior

- fuerza de acción
- temor al desaliento

Hombros

- región que soporta el peso del mundo
- temor a las responsabilidades
- asiento de numerosas emociones en las mujeres

Espalda

- asiento de las emociones inconscientes y de las tensiones acumuladas

Pelvis

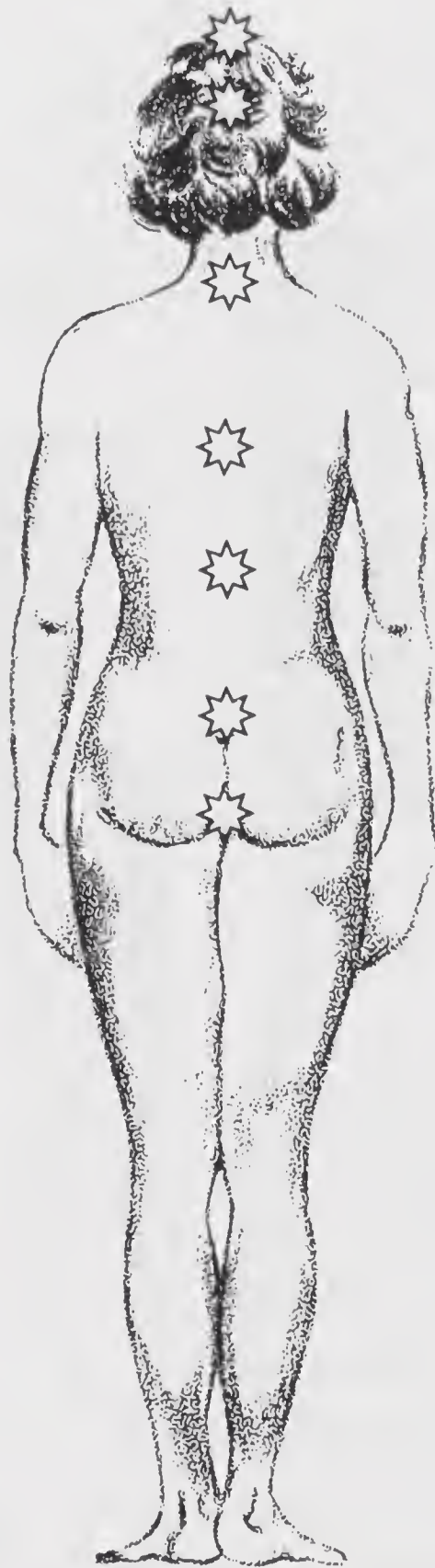
- asiento de la energía kundalini
- raíz de las necesidades y las acciones unidas a la supervivencia

Corva

- control personal
- relajación

Piernas

- movimiento hacia los objetivos
- temor a la acción



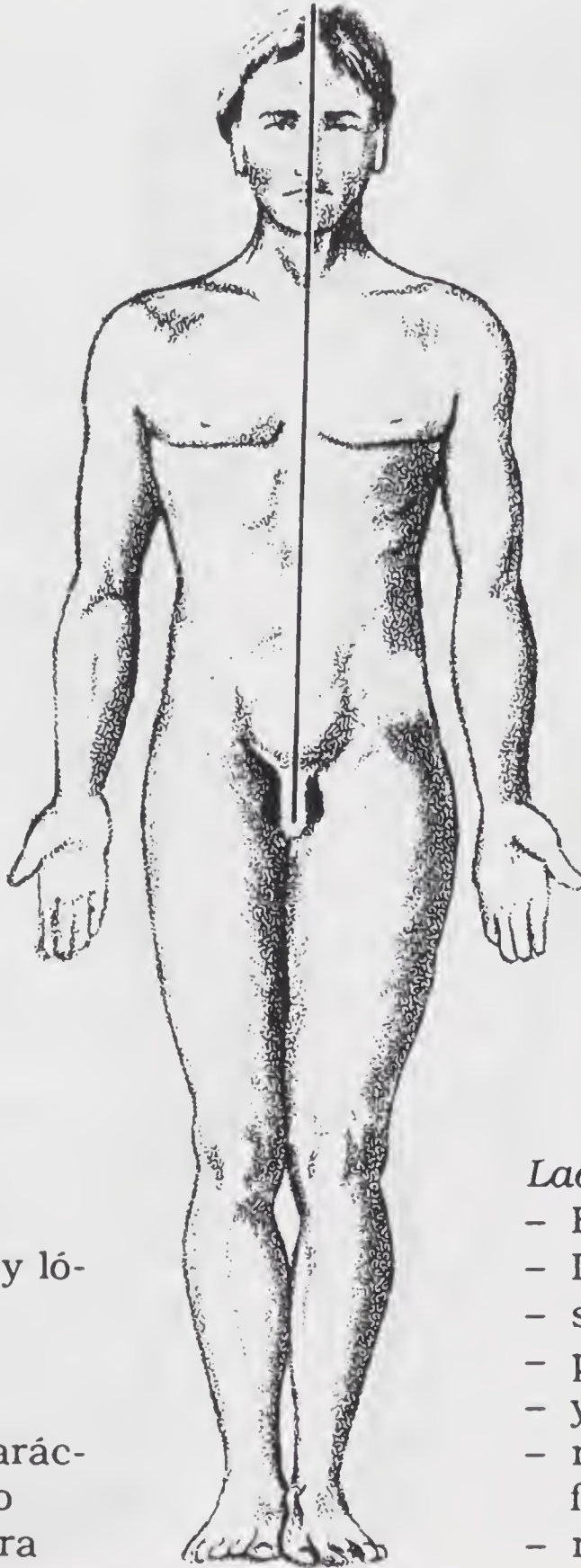
DIVISION CARA-ESPALDA

Cara: Espejo que le ofrecemos al mundo; nuestra máscara social donde se hallan las cuestiones relativas a las emociones de la vida: el amor, los deseos, la tristeza, la alegría, las inquietudes, etcétera. Los dolores del corazón situados en la zona del tórax comprendida entre las costillas y los hombros. El abdomen también es el asiento de numerosas emociones.

Espalda: Cobijo de los pensamiento inconscientes y de emociones que disimulamos: los problemas que aún no estamos prestos a solucionar; las emociones de las que no deseamos tener conciencia; el temor y la cólera se hallan en parte localizadas entre los omoplatos y en los músculos a una y otra parte de la columna vertebral.



DIVISION DERECHA - IZQUIERDA



Lado derecho

- Masculino
- racionalidad y lógica
- seguridad
- yang
- rasgos de carácter masculino
- recela la cólera

Lado izquierdo

- Femenino
- Intuición
- sensibilidad
- pasividad
- yin-
- rasgos de carácter femenino
- recela la tristeza

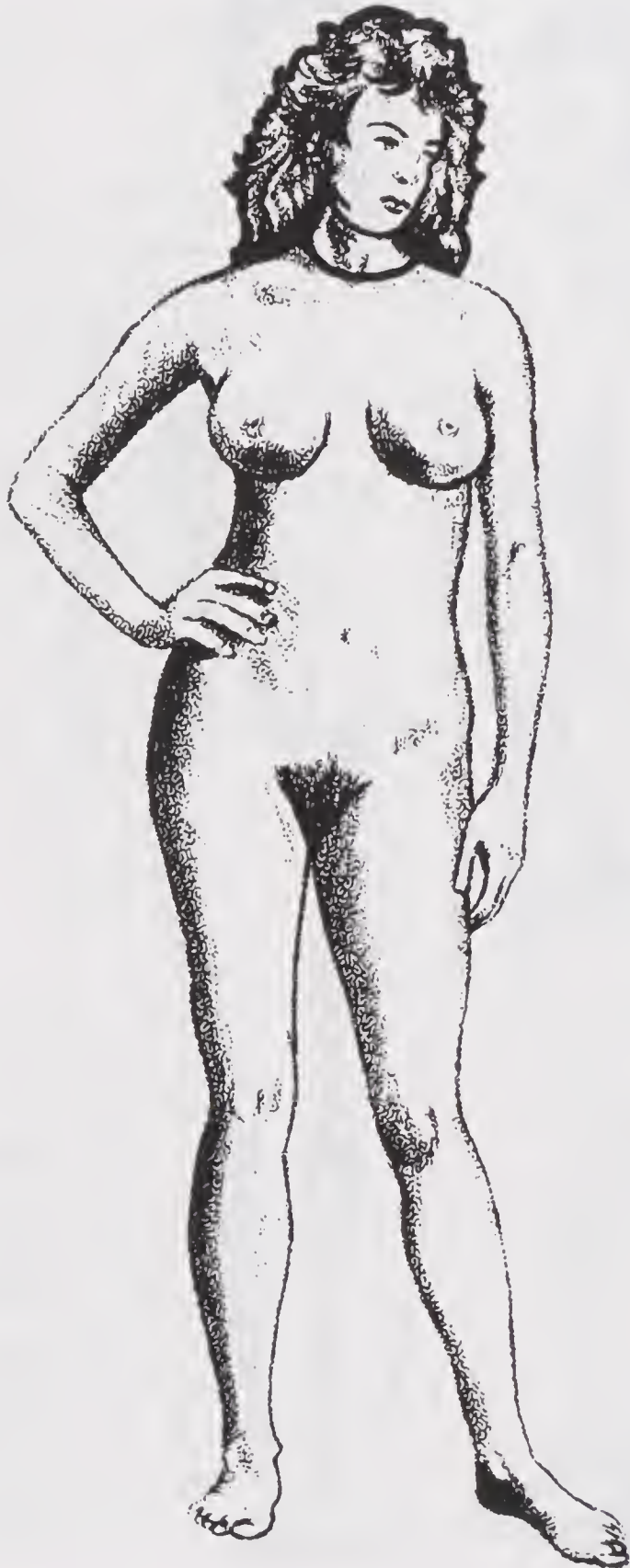
DIVISION TRONCO-CABEZA

Humano

Animal

Inteligencia

Sentimientos



Espíritu

Cuerpo

Razón

Intuición

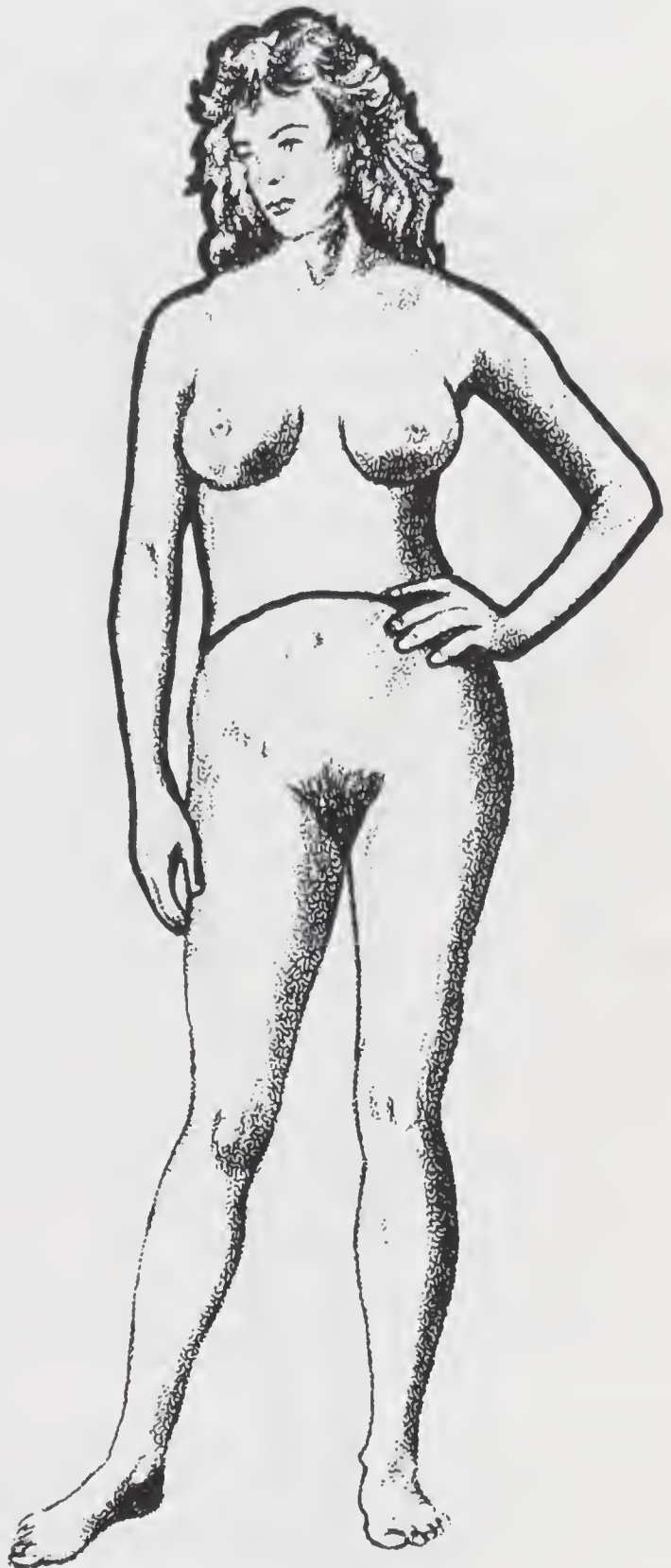
DIVISION ARRIBA - ABAJO

Busto grande
Caderas estrechas
(dominantes masculinas)

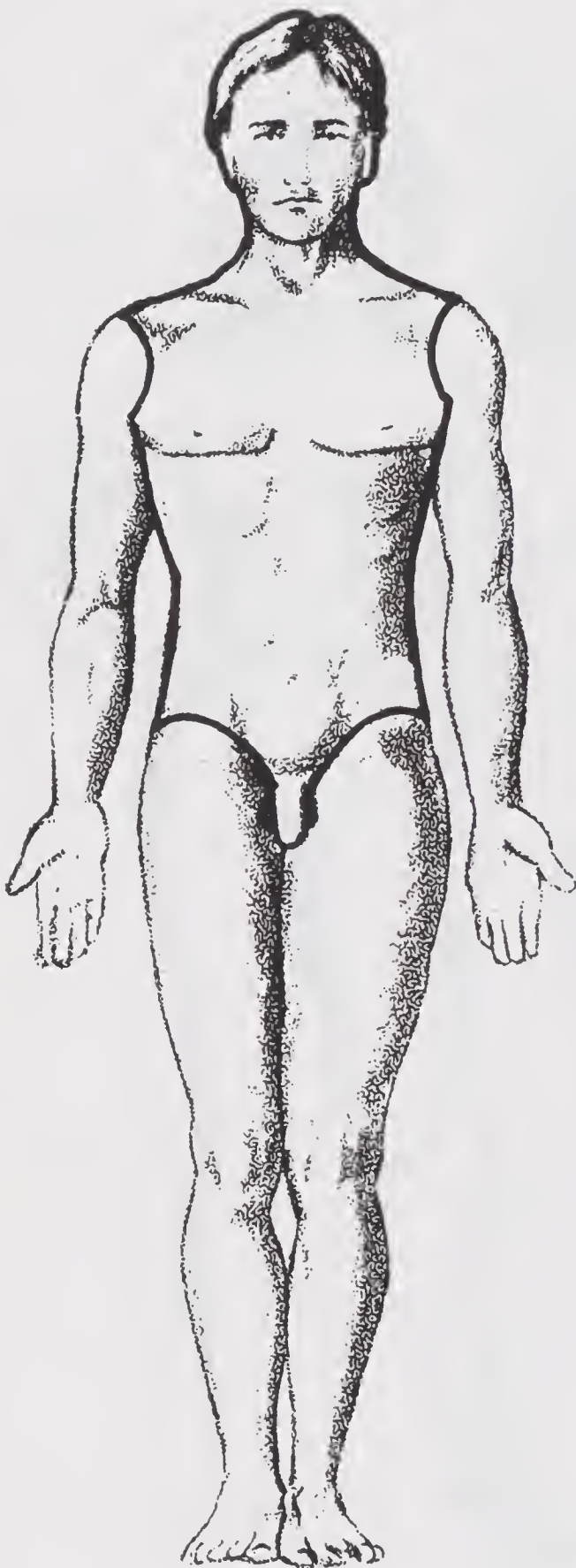
- Carácter expansivo y sociable, seguridad muy desarrollada
- Falta de voluntad y valor en las cuestiones relativas al equilibrio emocional y al apoyo moral
- Personalidad activa

Busto estrecho
Caderas anchas
(dominantes femeninas)

- Tímido, inclinado a evitar contactos, dificultad en las relaciones con los demás; falta de seguridad; poca disposición a la acción.
- Prefiere la intimidad. Estable, casero, y bien unido a la tierra.
- Personalidad pasiva.



DIVISION TRONCO - EXTREMIDADES



Extremidades

Unión con el mundo exterior.

Permiten el desplazamiento en el espacio.

Zonas del cuerpo más activas respecto al mundo

Tronco

Centro del cuerpo, del ser íntimo

Parte poco activa respecto al mundo exterior,

tendencia a la interioridad, reflexivo hacia sí mismo.

Las investigaciones de la doctora Rolf, en las que se inspiraron fisioterapeutas y masajistas, interesó asimismo a los psicólogos, que vieron en ellas unas cualidades capaces de operar profundas modificaciones mentales. Esta investigación tuvo diversas prolongaciones en los años 70, entre otras “el equilibrio psicoestructural”, el “Aston-Patterning” y el “Hellerwork”, siendo todas técnicas de integración postural.

Mientras la labor de la doctora Rolf daba nacimiento a múltiples variantes, otros sanadores descubrían la utilización de los puntos de digitopuntura en el campo terapéutico de la liberación emocional. Chris Criscolm en Galisteo, Nuevo México, conocido por su investigación sobre la regresión a las vidas pasadas, forma parte del grupo que ha dado fama al uso de los meridianos de acupuntura en relación con el trabajo sobre la liberación de los bloqueos de energía.

Esa antigua técnica oriental, que se remonta a miles de años, se utiliza en varios países de Oriente. Mientras los chicos ubicaban el sitio de los circuitos de energía en la acupuntura, o sea los meridianos, y exploraban las corrientes del *chi*, en la India los yoguis estudiaban las funciones del *prana* en los canales de energía llamados *nadis*. La antigua técnica mongola de automasaje en profundidad, el *Chua Ka*, al disolver los bloqueos de energía, ayudaba a los guerreros a librarse del temor antes del combate.

Casi todas las técnicas de este terreno actúan en el mismo sentido, tratando de aumentar la circulación de la energía vital a fin de obtener una presión sobre el bloqueo de los canales energéticos de los cuerpos sutiles. Cuando la fuerza vital choca con un bloqueo de energía, la resistencia producida desencadena un aumento repentino de la frecuencia vibratoria del cuerpo. Esta reacción general moviliza a su vez todo el organismo y ayuda a crear nuevamente el trauma causante del bloqueo. Entonces, el individuo sufre una contrarreacción que le libera de la emoción asociada al suceso.

Esta exteriorización puede adoptar la forma de una intensa descarga verbal, e incluso de una reacción paroxística, llamada en bioenergía respuesta orgástica. El renacimiento, abordado en el Capítulo 11, también se refiere a un empuje de energía vital por

medio de la hiperventilación o respiración consciente, que provoca la necesaria vibración para la eliminación de los bloqueos.

Todos los enfoques que buscan la contrarreacción emocional tienen el mismo objetivo, o sea la búsqueda de una catarsis que se produzca en un nivel superior al intelecto y a las facultades racionales. Esta liberación ayuda a liberar al organismo de los antiguos traumas y su efecto se ve claro en el "grito primal" de Janov. La técnica empleada no es necesariamente el factor primordial del éxito, ya que el resultado depende ante todo del estado psíquico del receptor, que debe estar dispuesto a la exteriorización de tales energías. Sin embargo, se puede obtener un resultado benéfico sin llegar al nivel de catarsis; el individuo se halla en un estado de control consciente y verbaliza la emoción; la aparición de temblores involuntarios puede indicar que los límites de las capacidades de liberación de la persona ya se han alcanzado.

Las condiciones capaces de favorecer la contrarreacción son las siguientes:

En primer lugar, el terapeuta deberá poseer un dominio perfecto de su técnica, así como un sólido conocimiento de la psicología corporal. En todo estado de causa, además de la práctica en la aplicación de su método sobre otra persona, también debería haberla experimentado sobre sí mismo, para comprender sus menores implicaciones. Lo que antecede es indispensable para establecer entre el terapeuta y el paciente una relación propicia a esta aplicación de la técnica y un clima de confianza.

La liberación catártica solamente se produce cuando reina un sentimiento de empatía que elimine toda reticencia por ambas partes.

La empatía es el fruto de una experiencia mutuamente compartida y también es un factor de triunfo, esenciales en esta clase de sesiones.

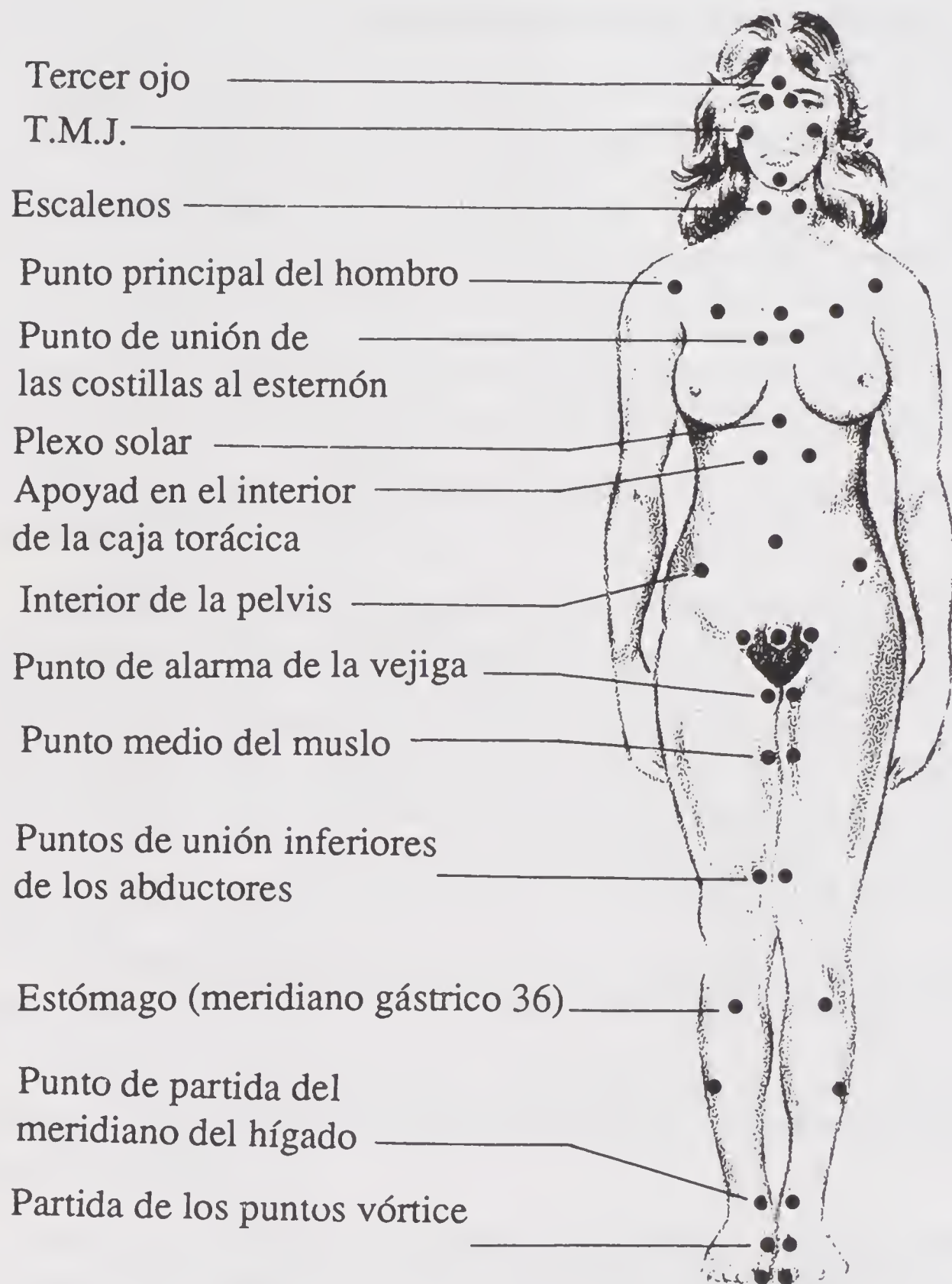
Hay varias técnicas adecuadas para producir una elevada frecuencia vibratoria que permite alcanzar la contrarreacción y son:

la hiperventilación pulmonar,
la visualización mental,
ejercicios análogos a los practicados en bioenergía.

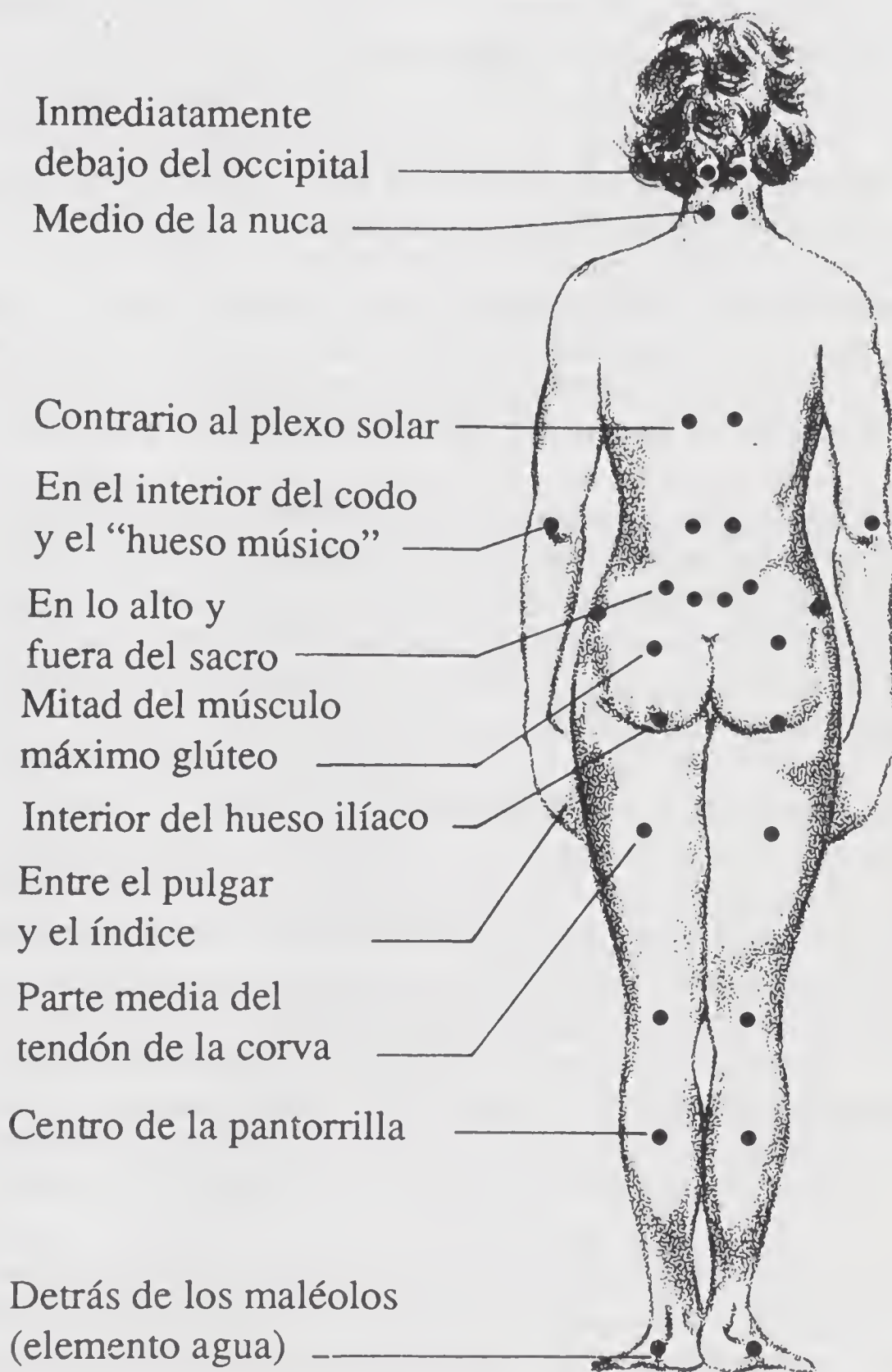
Todos estos métodos surten el efecto de acelerar las corrientes de energía.

PUNTOS DE PRESION PARA LA ELIMINACION DE LAS EMOCIONES INDESEABLES

(Parte anterior)



PUNTOS DE PRESION PARA LA ELIMINACION DE
 LAS EMOCIONES INDESEABLES
 (Parte dorsal)



Como mencioné en el Capítulo 11, es frecuente que yo asocie el Reiki al renacimiento, e igualmente se le puede adjuntar otro método poderoso; el de la presión en los puntos sensibles situados en las zonas de bloqueo.

Al comienzo de los estados de regresión a vidas anteriores, cuando la respiración consciente se usa como técnica principal para provocar un “estado de expansión de conciencia”, generalmente doy una visión de conjunto de la psicología corporal y animo a los participantes a ayudarse mutuamente. Se empieza por localizar las zonas más cargadas de energía y los puntos de presión capaces de favorecer la eliminación de un bloqueo. Intentad hacer lo mismo.

Tomaos el tiempo necesario para estudiar vuestro cuerpo, ayudados por otra persona. Examinad las regiones más tensas y tratad de localizar los puntos “exquisitos” propios a vuestra morfología. Utilizad los esquemas de las páginas anteriores a este efecto.

Os sugiero llamar también a un terapeuta familiarizado con la práctica del “renacimiento” y las técnicas corporales, para que os ayude a determinar las zonas de tensión de vuestro cuerpo. Contadle también cuál es el problema dominante que afecta a vuestra vida actual, y por medio de la respiración consciente le ayudaréis a identificar los puntos clave de vuestro cuerpo. Cuando os hayáis familiarizado con la técnica del renacimiento podréis utilizarla sin ayuda exterior.

Podéis emplear la siguiente técnica de forma individual, o serviros de un ayudante que os guíe en su aplicación. Aconsejo usar la mayor parte de los puntos indicados en el esquema de las páginas 178-179, empezando por los pies.

Aplicad siempre una ligera presión en el momento en que inspire el receptor, que se mantendrá o será anulada en caso de necesidad, durante la espiración. Se intentará, sobre los puntos de bloqueo más importantes, de aumentar la presión, pero cuidando de no obstruir el paso de la energía en el estrecho canal.

Si es necesario, mantened la circulación en movimiento en torno a la zona de bloqueo mediante un movimiento de vaivén sobre el cuerpo. Ayudad al movimiento sin forzarlo, para que la

energía circule libremente. En algunas zonas "inertes" atended a los puntos exquisitos de la zona afectada, como la pelvis y el muslo para la pierna, o el hombro para el brazo.

Hablad lo menos posible para poder concentraros en el proceso. Tratad de que las emociones afloren antes de formular preguntas. A medida que se restablece en todo el organismo la corriente de energía, pueden manifestarse síntomas, contracciones nerviosas o espasmos. La liberación de la energía del chakra de la garganta provoca a menudo una crisis de lágrimas. Dejad que la energía siga su curso natural. Si os ayuda un guía, y tenéis que enfrentaros a una importante reacción catártica, tenéis que aseguraros de una ayuda excelente, para poder impedir que la persona se hiera o bien para poder intervenir en caso de un bloqueo prolongado de la respiración. Sin embargo, en esta fase no es posible otra clase de ayuda.

Sentiréis intuitivamente que se termina el proceso o bien observaréis una reacción consciente en el receptor. También podéis poner fin al proceso pidiéndole al paciente que exprese lo que siente, por ejemplo, lo que ve o cómo reacciona, a fin de reactivar las funciones mentales. Si vosotros mismos hacéis la experiencia de esta descarga emocional, experimentaréis sin duda la necesidad de compartirla con el terapeuta. Y si actuáis como guía, debéis inducir al cliente a analizar su experiencia.

El efecto purificador de esta técnica de contrarreacción sobre los cuerpos de energía sutil es asombroso, aunque no tendrá la fuerza suficiente para modificar las "respuestas aprendidas" y asociadas a esta descarga emocional. Para reeducar antiguos esquemas inconscientes, aconsejo un programa basado en las fórmulas intencionadas, empleadas durante las sesiones diarias de meditación, de quince minutos cada una, por un período de cuarenta días. Esta demora es necesaria para programar el subconsciente.

Hemos alcanzado un estado en el tiempo en que debemos unirnos, formar un grupo movido por una misma voluntad, a fin de obtener la curación del planeta. Todos nosotros, en el plano individual, podemos dar el primer paso, empezando por la purificación del cuerpo emocional. Con el tiempo, la acu-

mulación de las frecuencias vibratorias, resultado de dicha purificación, nos ayudará a recobrar nuestro estado original de ser de luz, en su perfecta unidad, vibrando en armonía con la fuerza universal de vida.

CAPÍTULO 17

El lugar del sistema Reiki en la evolución de la conciencia

En el clima de apertura actual, en el que buscamos soluciones de recambio ante los numerosos problemas que impone la vida, está claro que la curación de una enfermedad no sólo tiene lugar en el plano físico. La fuerza del espíritu sobre el cuerpo cada vez es más evidente a medida que aceptamos examinar honestamente las experiencias así propagadas, probando la pirobacia o la cirugía con las manos desnudas.

A favor de estos acontecimientos, es imposible realizar una búsqueda interior y una toma de conciencia, únicas cosas capaces de quebrantar la coraza de la conciencia. Los esquemas estereotipados y los temores ancestrales transmitidos al correr de los siglos, de generación en generación, se debilitan poco a poco bajo el efecto de la fuerza vibratoria emitida por el sentimiento de amor naciente, al que nosotros nos amoldamos. A partir de ahora, la humanidad no debe esperar sobrevivir en su estado actual de desunión. La situación que hemos creado apenas nos deja la elección de la solidaridad o la muerte. Empezamos a divisar el viejo esquema inconsciente de la alienación, cómo desaparece en pro de una nueva toma de conciencia colectiva que aspira a la armonía y a la paz.

Por mi parte, estoy convencida de que una enfermedad siempre está provocada por las emociones negativas surgidas de un profundo sentimiento de alienación del espíritu divino. Somos víctimas de nuestro falso ego, siempre insatisfecho o impaciente, manifestándose tan pronto como las cosas no suceden como queríamos.

Cuando conseguimos sustraernos unos instantes a sus reivindicaciones incesantes, descubrimos que somos Uno, unidos

a lo absoluto, formando parte integrante del universo y aislados del mismo.

Esta toma de conciencia irá seguida de numerosos efectos saludables. Un recuerdo surgido de la memoria y revivido es portador de curación. En efecto, es en el recuerdo de nuestro ser profundo donde está la llave de ciertos males. Recobrar los sucesos ingratos y responsables de las emociones incontroladas que han reaccionado en nuestro cuerpo físico es otra llave capaz de iluminar un error fundamental, también en relación con nuestro inicial sentimiento de alienación. Hoy día es necesario un cambio radical en las mentalidades humanas para extirpar la raíz de ese sentimiento perjudicial.

Otro terreno en que el Reiki puede resultar de suma eficacia, es que al comienzo del período de purificación de 21 días, tras la iniciación del primer grado, muchos bloqueos emocionales se reabsorben, y la intuición que se desarrolla en esta fase ayuda al individuo a armonizarse con su ser superior.

Amplificando el ritmo vibratorio del cuerpo, el sistema Reiki permite canalizar una mayor energía individual y, en consecuencia, aumentar la frecuencia del cuerpo del planeta. Ayudando a cada individuo a levantar el velo de la conciencia que tiende a oscurecer la visión de la verdad, el Reiki es un poderoso medio de desarrollo.

Emprendiendo el camino del desarrollo interior, hacia una conciencia aumentada de nuestro ser superior, veremos cómo lentamente desaparece el velo y se instala el estado de emanencia.

GLOSARIO

- AGUDO:** Referido a un dolor o una enfermedad. Vivo o violento pero de corta duración
- ARMONIZACIÓN:** Término del Reiki y sinónimo de iniciación. Su objetivo es aumentar el ritmo vibratorio del cuerpo para permitir la apertura de un canal unido a los chakras y destinado al flujo de la energía vital curativa.
- AURA:** Emanación invisible y sutil que irradia en torno a todos los cuerpos humanos, animales, vegetales, etcétera.
- BLOQUEOS DE ENERGÍA:** Designan las zonas situadas en el cuerpo físico y el cuerpo etérico donde se acumula la energía y no puede circular por un desequilibrio.
- CAMPO VITAL:** El cuerpo bioplasmático, la energía correspondiente a los cuerpos físicos; el L-field.
- CANAL:** Nombre dado a la persona cuya gestión ha permitido la apertura de un canal por el que puede circular otra forma de conciencia.
- CANALIZAR:** Servir de vehículo, de receptor y de emisor al flujo de información del Gran Todo.
- CENTRADO:** Colocación de la conciencia en el *Hara* (chakra abdominal). Relajar al intelecto y formar uno solo con el Espíritu Divino.
- CIRUGÍA PSÍQUICA:** Método de curación psíquica conducente a un reajuste del cuerpo etérico con fines curativos. A menudo tiene la apariencia de una verdadera cirugía, pero practicada sin ningún instrumento.
- CONFIGURACIÓN CRISTALINA:** Disposición geométrica de los cristales que permite ampliar la capacidad curativa o la meditación.
- CRÓNICA:** se dice de enfermedades que duran largo tiempo y se desarrollan lentamente.

CUERPO ASTRAL: Uno de los cuerpos sutiles de una frecuencia superior a la del cuerpo etérico. Estrechamente ligado a las emociones.

CUERPO BIOPASMÁTICO: Término usado por los sabios rusos para designar al cuerpo etérico o campo vital.

CUERPO ETÉRICO: Cuerpo bioplasmático o campo vital que rodea al cuerpo.

CUERPO SUTIL: Cada uno de los cuerpos de energía sutil invisibles, siendo la frecuencia vibratoria más elevada que la del cuerpo físico, que componen al ser humano.

CURACIÓN: Proceso por que se recobra la salud.

CURACIÓN PSÍQUICA: Curación obtenida por la proyección de vibraciones o de energía, a menudo a distancia.

CHAKRA: Plexo o centro de energía situado en el cuerpo etérico. Los chakras están íntimamente unidos al sistema endocrino del cuerpo físico.

ELEMENTAL: Forma-pensamiento que ha adquirido una seudovida. Los seres dotados de facultades psíquicos son capaces de verlas bajo múltiples formas. No deben confundirse con los elementales, que son los espíritus de la naturaleza.

EMANENCIA: "Eminencia". Posición de primer plano o superior; título dado a un cardenal. Rasgos sobresalientes de una cosa eminente o elevada, elevación del terreno; persona de rango superior.

Emanar. Proceder, provenir de, exhalarse, originarse, etcétera.

Esencia: 1) materia pura que hace que una cosa sea como es; naturaleza intrínseca. 2) Entidad inmaterial o espiritual. Estos tres términos constituyen una trilogía que engloba los aspectos de la emanencia: neologismo creado por la autora, que ilustra la ley de la tríada en el hombre. Así como en el esoterismo las tres primeras leyes representan los tres componentes de la tríada de una y misma ley absoluta. Se manifiesta en el ser humano a través de lo que puede describirse como el "prisma triangular" del velo que oscurece la conciencia y deforma la percepción. En el estado actual de la historia de la humanidad que sufrió el bautismo de fuego, el fuego del amor que purifica el espíritu, asistimos a los

efectos de esta acción, y vemos cómo se alza el velo de la conciencia, y se instaura el estado de *emanencia*.

La Emanencia es el estado de un individuo que, mediante una búsqueda interior, desarrolla su conciencia y logra un grado de comunicación más profundo, elevándose de este modo hasta su Yo superior (divino, universal). El nivel de conciencia así logrado alcanza a su vez un índice de frecuencias vibratorias más elevado, que el entorno recibe como la emanación del sentimiento amoroso que forma la sustancia propia del Yo superior.

ESQUEMA: Modelo de comportamiento o respuestas aprendidas, fundado en las experiencias pasadas y que vuelven a veces por costumbre.

EJERCICIOS BIOENÉRGICOS: Dispuestos por Alexander Lowen, discípulo de Wilhelm Reich, destinados a aumentar la energía electromagnética del cuerpo, a fin de disolver los bloqueos.

EMISIÓN PLASMÁTICA: Descarga de energía vital al sistema, que se produce cuando desaparece un bloqueo; a veces indica la subida del Kundalini.

ENFERMEDAD: Proceso morboso que altera el funcionamiento del cuerpo físico, causado por un estado de "malestar", que obstaculiza la evolución del individuo

EXORCISMO: Rito destinado a arrojar los demonios del cuerpo de los posesos.

FACTOR CAUSAL: Relativo al origen de la enfermedad y a la ley divina de las causas y los efectos. El cuerpo causal es también uno de los cuerpos sutiles que contiene la memoria de todas nuestras experiencias kármicas, procedentes de nuestras existencias anteriores.

NIVEL VIBRATORIO: Frecuencia a la que vibra la energía.

PROCEDIMIENTO KIRLIAN: Dispositivo inventado por una pareja soviética que permite fotografiar el halo luminoso que emana de los cuerpos.

REACCIÓN FISCOQUÍMICA: Fase final en la eliminación de las toxinas responsables de una enfermedad. A menudo, va asociada a la curación de las enfermedades agudas y crónicas.

BIBLIOGRAFIA

Advertencia: los títulos de los libros no siempre se refieren a la edición original, sino a la edición alemana de los mismos

Capítulo 1

- Arnold, L. y Nevius, S. *The Reiki Handbook, A Manual for Students and Therapist of the Usui Ryoho System of Healing*, Psi Press, Herisburg, 1982.
- Baginski, Bodo y Sharamon, Shalila, *Reiki - Universale Lebensenergie*, Synthesis Verlag, Essen, 1989.
- Moss, T., *The Body Electric*, J. P. Tarcher, Los Angeles, 1979.
- Ray, Barbara, *The Reiki Factor*, Expositions Press, Smithtown, 1982.

Capítulo 4

- Meek, G. (edit.) *Heiler un Heilprozesse*, Hirthammer Verlag, Friburgo, 1980.
- Tiller, William, "The Positive and Negative Space/Time Frames as conjugate Systems", en *Future Science*, editado por Stanley Krippner, Doubleday, Garden City, 1977.

Capítulo 5

- Kehoe, John, *Mind Power: Erkennen, Transformieren, Handeln - Der praktische Weg zu Gesundheit, Lebensfreude und Erfolg*, Windpferd Verlag, Durach, 1989.
- Price, R., *The Abundance Book*, Quartus Books, Austin, 1987.
- , *The Manifestation Process: 10 Steps to the Fulfillment of Your Destres*, Quartus Books, Austin, 1983.
- , *The Superbeings*, Quartus Books, Austin, 1986.

Capítulo 10

Eliminación de los bloqueos de energía

- Horan, Paula, *A Phenomenological Case Study of a Mexican Spiritualist Psychic Surgeon* (disertación), The University for Humanistic Studies, San Diego, 1986.
- Sharamon, Shalila y Baginski, Bodo, *Das Chakra-Handbuch*, Windpferd Verlag, Aitrang, 1990.

Uhl, Marianne, *Chakra-Energie-Massage*, Windpferd Verlag, Durach, 1989.

Capítulo 10

Los colores y los sonidos

Behrendt, Joachim Ernest, *Nada-Brahma: Die Welt ist Klang*, Rowohlt Verlag, Reinbek, 1988.

Cousto, Hans, *Die kosmische Oktave*, Synthesis Verlag, Essen, 1984.

David, W., *The Harmonics of Sound, Color and Vibration: A System for Self-Awareness and Soul Evolution*, Marina del Rey, De Vorss & Co., 1980.

Dinshah, D., *Let There Be Light*, Dinshah Health Society, 100 Dinshah Drive, Malaga, N. J. 08328, EE.UU.

- , *The Spectro-Chrome System*, Dinshah Health Society, 100 Dinshah Drive, N. J. 08328, EE.UU.

Hunt, R. *The Seven Keys to Color Healing: Diagnosis and Treatment Using Color*, Harper & Row, Nueva York, 1971.

Nelson, J., *The Metaphysical Properties of Color*, J. Nelson, 2572 46th Street, San Diego, CA 92105, EE.UU.

Capítulo 10

Los cristales

Alper, F., *Exploring Atlantis* (2 vol), Metaphysical Society, Phoenix Arizona, 1981.

Baer, R. y Baer, V., *Windows of Light: Quartz Crystals and Self-Transformation*, Harper & Row, San Francisco, 1984.

- , *The Crystal Connection: A Guidebook for Personal and Planetary Transformation*, Harper & Row, San Francisco, 1986.

Deaver, Korra, *Die Geheimnisse des Bergkristalls - Heilen, Meditieren und Pendeln mit den magischen Kräften des Quarzes*, Windpferd Verlag, Durach, 1989.

Klinger-Raatz, Ursula, *Die Geheimnisse edler Steine*, Windpferd Verlag, Aitrang, 1990.

Lorusso, J. y Glick, J., *Healing Stoned: The Therapeutic Use of Gems and Minerals*, Brotherhood of Life, Albuquerque, 1979 [en castellano: *Las piedras que curan*, Edaf, Madrid].

Nelson, J., *Guide to: Crystals*, edición de J. Nelson, 2572 46th Street, San Diego, CA. 92105, EE.UU.

- , *Guide to: Metaphysical Properties of Stones*, edición de J. Nelson, 2572 46th Street, San Diego, CA. 92105, EE.UU.

Raphaell, Katrina, *Wissende Kristalle*, Ansata Verlag, Interlaken, 1986 [en castellano: *La iluminación por los cristales*, Neo person, Madrid].

- , *Heilen mit Kristallen*, Droemer/Knauer, Munich, 1988 [en castellano: *La curación por los cristales*, Neo person, Madrid].
- Sharamon, Shalila y Baginski, Bodo, *Edelsteine und Sternzeichen - die geheimnisvolle Kraft edler Steine und ihre Beziehung zu den zwölf Tierkreiszeichen*, Windpferd Verlag, Aitrang, 1990.

Capítulo 10

Armonización de los chakras

- Leadbeater, C. W., *Der sichtbare und der unsichtbare Mensch*, Hermann Bauer Verlag, Friburgo, 1987 [en castellano: *Los chakras*, distintas ediciones].
- Motoyama, H. *Theories of the Chakren, Bridge to Higher Consciousness*, Theosophical Publishing House, Weaton, 1981.
- Sharamon, Shalila y Baginski Bodo, *Das Chakra-Handbuch*, Windpferd Verlag, Aitrang, 1990.
- Uhl, Marianne, *Chakra Energie-Massage*, Windpferd Verlag, Aitrang, 1990.
- , *Die Chakra-Orgel*, Windpferd Verlag, Durach, 1989.

Capítulo 10

Centrado

- Benson, H., *The Relaxation Response*, Berkeley Press, Nueva York, 1978
- Chia, Mantak, *Tao Yoga - ein praktisches Lehrbuch zur Erweckung der heilenden Urkraft*, Ansata Verlag, Interlaken, 1985 [en castellano: *Despierta la energía curativa a través del Tao*, Mirach, Madrid].
- Price, J., *Practical Spirituality*, Quartus Books, Austin, 1985.

Capítulo 11

- Airola, Paavo, *Are You Confused?*, Health Plus Publishing, Phoenix, 1974.
- , *Natürlich gesund: ein praktisches Handbuch biologischer Heilmethoden*, Rowohlt Verlag, Reinbek, 1987
- , *How to Keep Slim, Healthy and Young with Juice Fasting*, Health Plus Publishing, Phoenix, 1974.
- Blackie, M., *The Patient, Not the Cure: The Challenge of Homeopathy*, Woodbridge Press Publishing, Santa Barbara, 1978.
- Cousens, Gabriel, *Spiritual Nutrition and the Rainbow Diet*, Cassandra Press, San Rafael, CA, 1987.
- Chang, S., *The Complete Book of Acupuncture*, Celestial Arts, Millbrae, 1976.
- Gerson, Max, *Eine Krebstherapie*, Hyperion Verlag, Friburgo, 1960.

- Kaptchuk, Ted, *Das große Buch der chinesischen Medizin*, O.W. Barth Verlag, Munich, 1988.
- Kulvinskis, Viktoras, *Leben und Überleben: Kursbuch ins 21. Jahrhundert*, Hirthammer Verlag, Friburgo, 1980 [en castellano: *Nutrición en la nueva era*, Mandala, Madrid].
- Lad, Vasant, *Das Ayurveda-Heilbuch - Anleitung zur Selbstdiagnose, - Therapie und Heilung mit dem ayurvedischen System*, Windpferd Verlag, Durach, 1989 [en castellano: *Ayurveda. La ciencia de curarse uno mismo*, Continente, Buenos Aires].
- , *Die Ayurveda Pflanzen-Heilkunde*, Windpferd Verlag, Durach, 1988.
- Laut, P., *Rebirthing: The Science of Enjoying All Your Life*, Trinity Publishers, San Rafael.
- Orr, Leonard y Ray, Sondra, *Rebirthing in the New Age*, Millbrae, Celestial Arts, 1977 [en castellano: *Renacimiento en la nueva era*, Neo person, Madrid].
- Ray, Sondra: *Celebration of Breath*, Celestial Arts, Millbrae, 1983 [en castellano: *Celebrando la respiración*, Neo person, Madrid].
- Wigmore, A., *The Hippokrates Diet*, Avery Publishing Group, Wayne, 1984.

Capítulo 15

- Baginski, Bodo/Sharamon Shalila, *Reiki - Universale Lebensenergie*, Synthesis Verlag, Essen, 1989.
- Gerson, Max, *Eine Krebstherapie*, Hyperion Verlag, Freiburg, 1960.
- Hay, Louise, *Gesundheit für Körper und Seele*, Heyne Verlag, 1989 [en castellano: *Usted puede sanar su vida*, Urano, Barcelona].
- Kübler-Ross, Elisabeth, *Befreiung aus der Angst*, Kreuz Verlag, Stuttgart, 1983.
- , *Über den Tod und das Leben danach*, Silberschnur-Verlag, 1985 [en castellano: *La muerte: un amanecer*, Luciérnaga, Barcelona].

Capítulo 16

- Dychtwald, Ken, *Körper-Bewußtsein*, Synthesis Verlag, Essen, 1986.
- Lowen, Alexander, *Körperausdruck und Persönlichkeit - Grundlagen und Praxis der Bioenergetik*, Kösel Verlag, Munich, 1988 [en castellano: *Ejercicios de bioenergética*, Sirio, Málaga].
- Mindell, Arnold, *Der Leib und die Träume*, Junfermann Verlag, Paderborn, 1987.
- Rolf, Ida, *Rolfing*, Hugendubel Verlag, Munich, 1988.

INDICE DE ILUSTRACIONES

1. Fotografía Kirlian, antes y después del tratamiento	23
2. Terapias para cuerpo y psique	37
3. Efectos del tratamiento Reiki	43
4. Sistema endocrino	45
5. Los principios de la energía Reiki	59
6. <i>Representación fotográfica de las 22 posiciones de las manos</i>	65
7. Los siete chacras principales	125
8. Psiquismo y emociones del cuerpo (frente)	168
9. Psiquismo y emociones del cuerpo (espalda)	169
10. División Cara - Espalda	170
11. División Derecha - Izquierda	171
12. División Tronco - Cabeza	172
13. División Arriba - Abajo	173
14. División Tronco - Extremidades	174
15. Puntos "exquisitos" (parte anterior)	178
16. Puntos "exquisitos" (parte dorsal)	179

INDICE

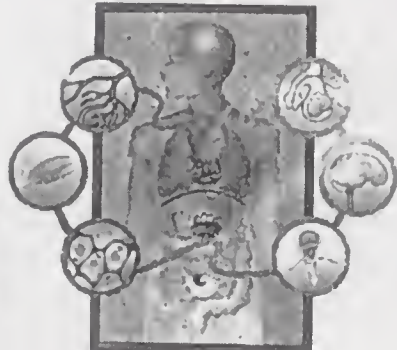
Agradecimientos	9
Presentación	11
Introducción	17
Capítulo I	
Descripción del Reiki	21
Capítulo 2	
Origen e historia del Reiki	25
Capítulo 3	
En qué se diferencia el Reiki de otros métodos curativos.....	35
Capítulo 4	
Efectos del tratamiento Reiki	41
Capítulo 5	
Los cinco principios del Reiki	47
Capítulo 6	
Qué es la armonización	61
<i>Representación fotográfica de las 22 posiciones de las manos</i>	65
Capítulo 7	
Iniciación al primer grado del Reiki	89

Capítulo 8	
Los 21 días de purificación y limpieza	97
Capítulo 9	
Iniciación al segundo grado del Reiki	101
Capítulo 10	
Técnicas y métodos accesorios asociados al Reiki	
Eliminación de los bloqueos de energía	107
Colores y sonidos	112
Cristales	114
Armonización de los chakras	123
Centrado: la experiencia del medio	126
Capítulo 11	
El Reiki en combinación con otras técnicas curativas	133
Capítulo 12	
Tratamientos colectivos	141
Capítulo 13	
Tratamiento de los niños, las plantas y los animales	145
Capítulo 14	
La importancia de los cambios de energía	149
Capítulo 15	
Tratamiento de enfermedades específicas	155
Capítulo 16	
Psicología del cuerpo: o de qué forma las emociones se localizan en él	163
Capítulo 17	
El lugar del sistema Reiki en la evolución de la conciencia ..	183
Glosario	185

**LA MEDICINA
AYURVEDICA**

Cómo curarse a sí mismo por medio de las
terapias tradicionales de la India

Gérard Edde



COLECCION MANDRAGORA

EDITORIAL BIS

**LA MEDICINA
AYURVÉDICA**

Gérard Edde

La doctrina médica india está fundada sobre la constatación de que cada individuo posee un humor dominante: bilis, flema, o viento, y cada temperamento induce ciertas predisposiciones a las enfermedades

186 pp., 15 x 21,5 cm,
ilustrado
ISBN: 84-8027-010-1

AURICULOTERAPIA

Franco Caspani

(desplegable a color de los
puntos de estimulación)

La moderna técnica de la auriculoterapia estimula los puntos reflejos de la oreja para la curación de infinidad de trastornos.

232 pp., 15 x 21,5 cm,
ilustrado
ISBN: 84-86512-33-6

**Franco
Caspani**



Auriculoterapia

COLECCION MANDRAGORA

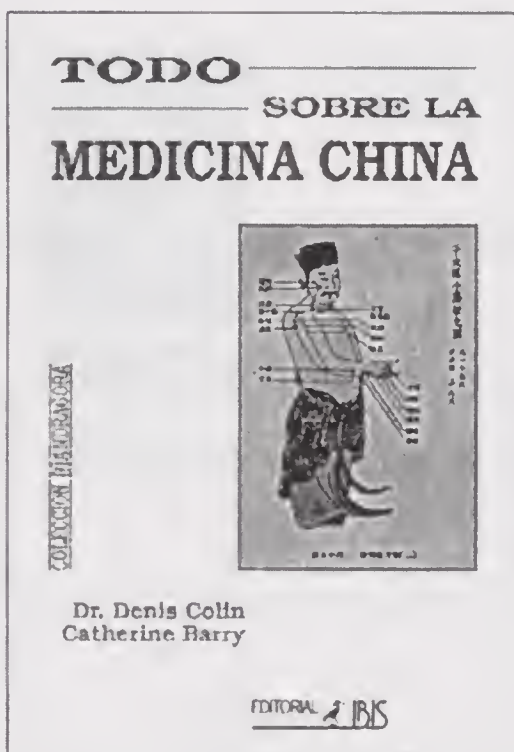
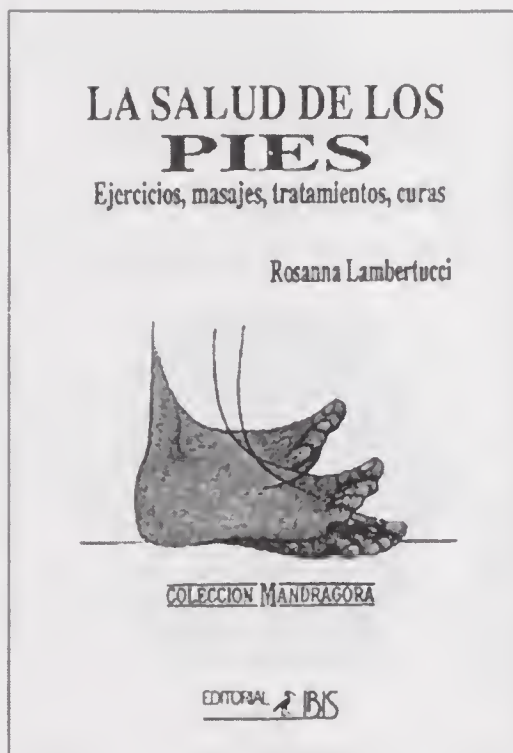
EDITORIAL BIS

**LA SALUD DE
LOS PIES**

R. Lambertucci

Ejercicios, masajes, baños;
zapatos y zapatillas, todo
para actuar sobre las
"bases" de nuestro cuerpo.

120 pp., 15 x 21,5 cm,
ilustrado
ISBN: 84-8027-001-2



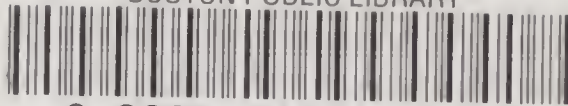
**TODO SOBRE LA
MEDICINA CHINA**

**Dr. Denis Collin
Catherine Barry**

Desde hace 5000 años la
medicina china –recuérdese
la acupuntura– ha sido fuente
de curación y prevención
para millones de personas.

236 pp., 15 x 21,5 cm,
ilustrado
ISBN: 84-86512-82-4

BOSTON PUBLIC LIBRARY



3 9999 04044 111 3

DEMCO

WITHDRAWN

No longer the property of the

Boston Public Library.

Sale of this material benefited the Library

Paula Horan, doctora en filosofía, psicóloga y profesora, reúne en sí las facultades y cualidades de la mujer del siglo XXI: un espíritu científico unido a un profundo humanismo.

Posee vastos conocimientos en el campo de la curación psíquica, dedicándose a dar seminarios y conferencias para ayudar a las gentes a desarrollar sus potenciales ocultos. En 1986 concluyó su doctorado en México, donde estudió con algunos de los «cirujanos mágicos» más reputados, continuando sus experiencias en Brasil, hasta tomar contacto con el Reiki, que desde entonces se ha convertido en su técnica de curación favorita.

COLECCION MANDRAGORA

MEDICINAS HOLISTICAS

**ACUPUNTURA PRÁCTICA,
CON O SIN AGUJAS**

Dr.J.P.Poujol

MASAJE ZONAL DE LA MANO

Clara Blanca Erede

AURICULOTERAPIA

Franco Caspani

**LA CIENCIA INDO-YOGUI
DE LA RESPIRACIÓN**

Yogui Ramacharaka

REIKI

CURACIÓN Y AUTOCURACIÓN
POR LA ENERGÍA UNIVERSAL



Paula Horan describe en detalle el aprendizaje del Reiki y lo distingue de las tesis de la Nueva Era y de su utilización complementaria: homeopatía, alopática, acupuntura, naturopatía, nuevas psicoterapias

OCEANO  Ibis

ISBN 84-8027-027-6



9 788480 270274

COLECCION M ANDRAGORA MEDICINAS HOLISTICAS

