

5. REIKI

5.1. Principios de Reiki

Solo por hoy:

- No te enojés (disfruta, pásatelo bien).
- No te preocupes (ríe).
- Trabaja en tu desarrollo personal.
- Agradece.
- Sé amable con todos.

5.2. Mas información acerca del Reiki

Mikao Usui (Japón 1.865 – 1.926) buscó el sentido de la vida. Llegó a la conclusión de que es: alcanzar un estado de máxima paz interior (Anshin Ritsumei).

Lo alcanzó en el monte Kurama, después de unos días de ayuno y meditación, y también comprobó que él tenía capacidad de sanación.

5.3. Conceptos

REIKI = una energía universal

REIKI HO = método de Reiki (Ryoho), método para gestionar la energía Reiki, lo transmite el maestro a sus discípulos

Usui fundó el primer método Reiki = Usui Reiki Ryoho, en 1.922.

Usui también fundó la Usui Ryoho Gakkai (Dento Reiki) en 1.922 y fue su primer presidente (actualmente está, desde 2.010, el 8º presidente).

5.4. Métodos de Reiki

Actualmente hay métodos Reiki, occidentales y tradicionales, con las siguientes diferencias:

- Occidentales: se caracterizan por gestionar la sanación y la autosanación (el propósito de la sanación Reiki no es el alivio de la enfermedad o sus síntomas, sino la reactivación, gracias a la ayuda del Reiki, de la fuerza vital inherente, dentro de nosotros, con el fin de recuperar nuestro estado saludable).
- Tradicionales: se caracterizan por la gestión de la sanación y la autosanación y la elevación de la consciencia de quienes los practican (para alcanzar estados de paz interior).

Cada método de Reiki fue fundado por un maestro de Reiki p. ej:

- Usui fundó el primer método Reiki = Usui Reiki Ryoho
- Phyllis Furumoto fundó el Sistema Usui Shiki Ryoho, el primer método Reiki occidental
- Hiroshi Doi fundó el método Gendai Reiki

Como ejemplo, profundizaré más en el método Gendai Reiki (Gendai Reiki Ho).

5.4.1. Gendai Reiki Ho.

Se estructura en cuatro niveles: nivel 1, nivel 2, nivel 3 y maestría.

Para que una persona tenga el nivel 1, precisa seguir el curso correspondiente impartido por un maestro. El maestro le entrega el diploma de nivel 1.

Para que tenga el nivel 2, precisa tener el nivel 1 y seguir el curso del nivel 2 impartido por un maestro.

etc, (con diploma).

Cada maestro es iniciado por otro maestro, que le transmite su linaje (energético).

P. ej.: el linaje de Hiroshi Doi (fundador del método Gendai Reiki) es:

Mikao Usui -----> K. Taketomi ----->

K. Koyama -----> Hiroshi Doi

(fue el maestro de ----->)

5.5. Prácticas

a) Asistir a conferencias, leer libros, etc. acerca de Reiki.

b) Sesiones. Recibir sesiones de Reiki de un practicante, diplomado, en un método de Reiki o de un terapeuta Reiki. (Diplomado buscarlo por Internet, o según la experiencia de algún conocido).

c) Convertirse en practicante de nivel 1, siguiendo el curso correspondiente, impartido por un maestro.

5.6. Referencias

<https://www.federeiki.es/>

Federación española de Reiki

<https://reiki-japones.com/author/rsaruh/>

Maestra de Reiki japonesa, de método tradicional.

<http://fundacionsauce.org/>

Fundación especializada en Reiki principalmente.

<https://alianzadereiki.eu/>

Alianza de Reiki.