

KARIN E. J. KOLLAND

Intuitives Reiki

NACH SENSEI MIKAOMI USUI

DER 1. GRAND

DIE KOSMISCHE MUTTERSPRACHE

Hanael Bücher mit Seele

КАРИН КОЛЛАНД

Интуитивное Рэйки

БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ

УДК 615.85
ББК 53.59
К60

Перевод с немецкого Т. Дубовой

Колланд Карин

К60 Интуитивное Рэйки — базовый уровень / Перев. с нем. — М.: ООО Книжное издательство «София», 2014. — 224 с.

ISBN 978-5-906749-13-0

Первая Ступень «Интуитивного Рэйки» Карин Колланд порадует новизной своего подхода и действительно новой информацией *всех* последователей системы Рэйки.

Она вдохновит новичков принять Посвящение, поможет тем, кто уже получил его, глубже понять все, что происходит с ними и в мире вокруг них.

Но полезна она будет и опытным рэйкистам — и Второй Ступени, и даже Мастерам.

УДК 615.85
ББК 53.59

Intuitives Reiki nach Sensei Mikaomi Usui
Copyright © 2010 Hanael Bücher mit Seele,
Karin E. J. Kolland Verlags KEG.
All rights reserved.

Все права зарезервированы, включая право на полное или частичное воспроизведение в какой бы то ни было форме.

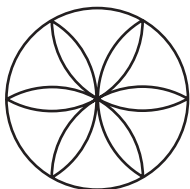
ISBN 978-5-906749-13-0

© ООО Книжное издательство «София», 2014

Оглавление

Предисловие	8
Медитация	10
Универсальная энергия жизни	11
Рэйки — это энергия	18
Космический праязык	20
Рэйки, практика исцеления наложением рук	25
Вспомни, кто ты есть на самом деле!	30
Рэйки приходит к тебе	34
Посвящение в Рэйки	37
Дуальность	46
Готовность воспринимать то, что есть	53
Первое, что ты получаешь по праву рождения	58
Мудрость Рэйки	64
Сеанс Рэйки самому себе	73
Сеанс Рэйки партнеру	82
История Рэйки	88
Целительная сила Рэйки	93
Именно сегодня отпусти всякий гнев!	99
Именно сегодня отпусти всякое беспокойство!	105
Относись с уважением к своим родителям, учителям, старшим по возрасту и всем другим людям	112
Второе, что ты получаешь по праву рождения, — это твои мысли, чувства и действия	117
Стоп! Где я сейчас?	124

Честно зарабатывай свой хлеб!.....	129
Относись с любовью ко всему живому.....	136
Рэйки — это улыбка в ладонях	143
Рэйки — это улыбка сердца.....	146
Язык твоего тела	149
Четыре причины возникновения болезни	155
Кризис выздоровления.....	168
Преобразование слабости в силу	171
Болезни. Что они означают?.....	176
Жить счастливо и уйти из жизни с миром	215
Рэйки на всю жизнь	218
Твой дневник	221



*С любовью и радостью
посвящаю эту книгу людям,
которые в суете нашей жизни
ежедневно вспоминают о том,
кто они есть на самом деле!*

*Спасибо всем друзьям Света,
помогавшим мне в создании этой книги*

Предисловие

Кому не хочется быть молодым, здоровым, стройным и бодрым? Все мы мечтаем до конца дней своих вести активный образ жизни, ощущать, как кровь бежит по жилам, легко и свободно двигаться, любоваться красотой природы, смеяться и веселиться, радоваться краскам жизни, а ночью мирно и безмятежно засыпать, ощущая тепло и покой. Нам нравится вести остроумные беседы, покорять высоты, переживать фантастические приключения и невероятные чувства, мы хотим вслушиваться в тишину, замечая в ее божественном звучании великую симфонию Космоса.

Короче, мы хотим жить! Чувствовать жизнь всем своим существом, всей душой. Когда мы таким образом говорим «да» своей жизни, в нас пробуждается любовь, стремление быть любимыми, нам хочется, чтобы наша жизнь продолжалась вечно, чтобы у нас была возможность поделиться тем, что мы переживаем. И мы делимся своими переживаниями, создавая различные произведения, осуществляя действия и поступки, рассказывая о своих идеях и идеалах.

Большинство людей мечтают о том, чтобы их жизнь нашла свое продолжение в потомстве, чтобы их любовь была настолько большой и сильной, что смогла бы сотворить чудо зарождения новой жизни, чудо появления на свет нового человечка.

Людам хочется многого: богатства и изобилия, радости и наслаждения, они постоянно стремятся к новым свершениям. Однако мы не можем постоянно находиться в движении, и потому нам периодически требуется покой, чувство защищенности и безопасности, а самое главное — чувство

близости любимых людей. Ибо чего стоят самые великие радости мира, если не можешь разделить их с дорогим тебе человеком? Какое значение имеет даже самый большой успех, если некому тебя с этим успехом поздравить? Жизнь становится чудом, когда ты ощущаешь себя единым со всем сущим. Тогда то, что ты переживаешь в своей жизни, из простого приключения и опыта превращается в познание и мудрость. Стремление твоего сердца становится Граалем, готовым принять в себя твои глубочайшие чувства.

Готов ли ты ощутить чудо своей жизни?

Готов ли ты жить полной, здоровой и счастливой жизнью?

Готов ли ты к *Рэйки*?

Медитация

靈氣

Глубоко в центре моего существа есть бездонный источник любви.

Любовь наполняет все мое тело, все мое существо, мое сердце, мое сознание. Я позволяю своей бесконечной любви изливаться. Я открываю свое сердце — и любовь, истекая из него, льется, струится во все стороны. Она окутывает и пронизывает все сущее на этой Земле, на суше, в воде и в воздухе. Она нежно прикасается к сердцам всех людей. Моя любовь соединяет меня с мудростью Вселенной, она соединяет меня с миром ангелов и с Вознесенными Мастерами, она питается их любовью. Любовь в изобилии возвращается ко мне.

В бесконечности жизни, там, где я нахожусь, все целостно и совершенно.

*Я нахожусь в единстве с бесконечной силой
Божественной любви.*

Универсальная энергия жизни

Жизненная энергия — это скрытый двигатель нашей жизни. Религия, музыка, эзотерика, естественные науки, медицина, биология — почти все области науки и искусства изучали великую тайну энергии жизни. Люди написали и продолжают писать о ней огромное количество толстых томов, взгляды и точки зрения на этот вопрос бесконечно меняются, и, пожалуй, единственное, что остается постоянным, — это сам факт бесконечных изменений их взглядов. Все остальное — только логические модели, которыми мы пользуемся, чтобы научиться понимать, что же это такое — наша жизненная энергия.

Учение Рэйки — тоже логическая модель, призванная служить руководством по наработке собственного опыта работы с универсальной энергией жизни.

В логической модели Рэйки есть ты — человек, то есть живое существо, через которое протекает живая энергия.

Кроме того, в логическую модель Рэйки можно включить и все, что тебя окружает, — людей, предметы, Космос в самом широком смысле этого слова, Вселенную со всеми ее живыми обитателями, такими же, как ты, похожими на тебя или, может быть, совершенно иными, не имеющими с тобой совершенно никакого сходства. Здесь тоже присутствует энергия, универсальная жизненная энергия, которая движет субатомными частицами и упорядочивает их, удерживает планеты в пространстве и заставляет их двигаться, координирует работу молекул в камне, растении, животном и человеке. Жизнь без энергии невозможна.

Развитие без энергии невозможно. Материя не может существовать без энергии. Любая форма, лишенная энергии, распадается на части. Так давайте сначала займемся тайной энергии, рассмотрим эту универсальную жизненную силу. Когда мы начинаем изучать энергию, одной из первых присущих ей особенностей, которая сразу обращает на себя внимание, оказывается *наличие ритма!* Любая энергия, любой ее вид постоянно находится в состоянии изменения:

вдох — выдох,
отлив — прилив,
движение — покой.

Этот ритм, присущий энергии, создает пространства, которые мы затем учимся различать:

вдох — внутреннее пространство,
выдох — внешнее пространство,
отлив — движение в направлении внутреннего пространства,
прилив — движение в направлении внешнего пространства,
движение — исследование внешнего пространства,
покой — исследование внутреннего пространства.

Этот присущий энергии ритм определяет также и время в пространстве. Чтобы вдохнуть, требуется определенный промежуток времени. Чтобы выдохнуть, тоже требуется определенный промежуток времени. Для отлива и прилива тоже необходимо какое-то определенное время, движение и покой тоже чередуются во времени.

Если мы посмотрим на человеческий организм с этой точки зрения, мы заметим, что дисбаланс в процессах дыхания (вдох — выдох) и физических нагрузок (движение — покой) может вызвать серьезные нарушения. Чтобы мы хорошо себя чувствовали и оставались здоровыми, вдох и выдох должны гармонично сменять друг друга. Движение и покой тоже должны гармонично чередоваться, и тогда мы сможем долго оставаться бодрыми и здоровыми.

Этот ритм, в котором чередуются вдох и выдох, движение и покой, у каждого человека свой, не такой, как у других. Одному организму требуется достаточно долго находиться в состоянии покоя, чтобы он затем смог начать активную деятельность и результативно работать. Другому для отдыха требуется совсем немного времени, после чего он может долго и активно работать, а третьему необходимо часто и понемногу отдыхать и работать также в течение не слишком длительного времени.

Но наше общество оставляет мало свободного пространства для балансировки ритмов в соответствии с индивидуальными особенностями каждого отдельного человека. Условия труда на рабочем месте навязывают нам определенный ритм, который, вполне возможно, совершенно не совпадает с нашим основным, базовым ритмом. Происходит наложение одного ритма на другой, мы вынуждены жить в несвойственном нам ритме и постепенно разучиваемся прислушиваться к своему собственному ритму — тому, что заложен в нас природой. А наш собственный ритм — это движущая сила всех жизненно важных функций нашего организма.

Наш собственный ритм — это движущая сила нашего сердца, пульса и циркуляции крови. С ним связано наше дыхание, усвоение кислорода и выведение из организма продуктов обмена веществ и токсинов. Сердце (кровообращение) и дыхание существенным образом определяют все жизненно важные функции в нашем организме. Наше тело — это чудо механики, физики и химии. Центральный диспетчерский пост, регулирующий работу нашего организма, расположен в мозгу. С помощью электромагнитных импульсов, направляемых по нервным проводящим путям ко всем органам, мозг управляет всем нашим организмом: процессами питания, пищеварения, обмена веществ, восстановления энергии, движения, роста, восприятия посредством органов чувств, деления клеток и т. д.

Вообще-то наше тело работает совершенно самостоятельно. Тебе ведь не надо думать о том, что вот сейчас нужно вдохнуть, а теперь выдохнуть, а вот теперь напрячь одну мышцу и одновременно расслабить другую, а потом согнуть коленный сустав — и все это для того, чтобы сделать всего лишь один шаг. Правда состоит в том, что, если бы тебе приходилось осознанно отдавать все команды нервам, мышцам, связкам, системам кровообращения и обмена веществ для того, чтобы ты смог сделать единственный шаг, ты за год не прошел бы и километра.

Тем не менее своим дыханием ты можешь управлять вполне осознанно, когда захочешь. Тебе не нужно все время дышать осознанно, но время от времени ты можешь это делать, и иногда делать это совершенно необходимо!

Почему?

Просто потому, что твой собственный ритм дыхания, который ты даже не осознаешь, подстроился к требованиям повседневной жизни, к обстоятельствам, существующим в семье, в обществе, на работе и т. д. Осуществляя осознанное дыхание, ты ослабляешь эту неосознанную привязку дыхания к обстоятельствам своей жизни и, так сказать, освобождаешь дыхание, позволяешь ему обрести свой собственный первоначальный ритм.

Упражнение

Сделай осознанно пару глубоких вдохов и выдохов. Стоя или сидя расслабься, сделай медленный и глубокий выдох, чтобы весь воздух вышел из легких, затем позволь воздуху самостоятельно вливаться в тебя до тех пор, пока ты не наполнишься им. Задержи дыхание ненадолго и позволь ему выйти из легких в своем естественном ритме. Чем больше ты при этом расслабишься, тем в большей степени твое дыхание сможет обрести свой собственный ритм чередования вдохов и выдохов.

Запомним это!

Обычно дыхание происходит без моего участия.

Но я могу осознанно управлять своим дыханием!

Аналогичный принцип существует и в отношении процессов движения. Ты ходишь автоматически, не давая никаких указаний мышцам. Но ты же можешь и совершенно осознанно отдавать приказы своей мускулатуре, управляя таким образом процессами движения тела. Спортсмену, ожидающему от своего тела достижения высоких результа-

тов, эти знания полезны, ведь с помощью «ментальных тренировок» он может укрепить свои мышцы, управлять ими и способствовать их развитию. Мысленная тренировка — это не что иное, как осознанное направление внимания на процессы, происходящие в теле, это намеренное управление этими процессами, их регулировка. Мы осознанно становимся начальником распределительного устройства у себя в голове, устройства, которое до сего времени работало самостоятельно, без участия нашего сознания.

Опираясь на эти соображения, мы приходим к выводу, что у нас в мозгу постоянно работает некое распределительное устройство, занимающееся координацией всех происходящих в нашем теле процессов, работы всех его органов. Вопрос только в том, кто стоит у руля твоего сознания (подсознания)? Ты сам, Бог или тетушка Джулия, которая всю жизнь вбивала тебе в голову, что нельзя сопеть так громко, поскольку это неприлично?

То же самое с нашей жизненной энергией. Она подарена нам вместе с рождением, и первый свой вдох мы делаем совершенно неосознанно. В конце своей жизни мы делаем свой последний выдох, и как это произойдет — осознанно или неосознанно, воспримем мы это как неизбежность или как милость и освобождение, — зависит от того, насколько далеко продвинулись мы в своем человеческом бытии, насколько мы пробуждены и осознанны, насколько мы сами определяем то, что происходит в нашей жизни.

Ты не обязан заботиться о своей жизненной энергии, но ты *можешь* это сделать. Если ты воспользуешься предоставленной тебе возможностью осознанно проявлять данную тебе Богом волю для укрепления своей энергии жизни и управления ею, то у тебя есть два пути:

- путь эгоизма, а следовательно, путь, ориентированный только на себя, на пользу себе, без оглядки на других живых существ,
- или путь стремления к своему высшему благу и высшему благу всех других существ и всего Великого Целого.

Всё, что существует, — это энергия (Свет) и сознание.

Рэйки — это энергия, энергия жизни, и Рэйки — духовный Свет Первоисточника, то есть Бога. Бог являет собой высший уровень сознания и разума. Ты — творение Света, дитя Бога. Все, что нас окружает, происходит из одного и того же источника, все создано духовным Светом.

То, чем мы являемся, — это подарок, полученный нами от Бога.

Но вот чем мы станем — это уже наш подарок Богу.

Рэйки — это энергия

Всем нам знакомо ощущение бодрости и свежести, наполненности энергией, когда мы решительно и вдохновенно шагаем по этому миру. И всем нам также знакомо состояние обессточенности: усталость, отсутствие всякой энергии, когда даже слова не хотят произноситься, прямо-таки прилипая к языку, руки-ноги словно свинцом налились, и мы тащимся, подчиняясь исключительно дисциплине и железной воле, заставляя себя делать то, что нам положено.

Когда человек находится в таком обессиленном состоянии, ему грозит опасность впасть в депрессию или заболеть. Болезни способны прокрасться в клетки нашего организма, когда ему не хватает энергетического питания.

Рэйки — это энергия жизни.

Собственно говоря, жизненную энергию мы получаем с самого рождения, но *на семинаре по Рэйки мы можем научиться снова осознанно применять эту природную энергию и использовать ее себе на благо, для восстановления здоровья.*

Рэйки укрепляет наши хорошие природные качества.

Рэйки снабжает свежей энергией наше тело, нашу душу, наш дух.

Рэйки дает нам силы, смелость и вдохновение.

Рэйки — это энергия, которая соединяет, поддерживает и удерживает вместе составляющие части единого целого. Эта соединяющая энергия поддерживает всю работу организма, способствует гармонизации всех обменных процессов в нем и позволяет нашим клеткам наилучшим

образом общаться друг с другом, с органами и с мозгом. Мы ощущаем ее как активизацию сил самоисцеления. Это не нечто чужеродное, нет, это наш собственный, дремлющий в нас потенциал, который мы вполне сознательно активизируем.

Мне кажется, что наше тело давно уже ждет, когда же мы наконец начнем дарить ему свое внимание, проводя себе сеансы наложения рук, и с благодарностью воспринимать то, что нам представляется само собой разумеющимся, — его потрясающую работоспособность. Когда же мы наконец начнем понимать, что наше тело — это же чудо! Это чудо жизни!

Многие мои ученики рассказывали мне, что после посвящения в Рэйки у них было ощущение, будто они *более прочно слились со своим телом* и теперь теснее с ним связаны. Такая прочная, непосредственная и наполненная любовью связь с собственным телом делает нас тем, чем мы должны быть: осознанными, пробужденными и здоровыми людьми, которые радуются тому, что активно и с удовольствием могут в своем здоровом теле путешествовать по жизни в поисках новых приключений.

Космический праязык

Мир, в который мы приходим, в котором рождаемся как человеческие детеныши, — это мир рук. Этим мы отличаемся от мира животных, которые, рождаясь, попадают непосредственно в руки Матери Земли.

Первыми нас обычно встречают руки акушерки, врача, матери, отца. В первые дни после рождения заботятся о нас чьи-то руки, а не слова. Руки поддерживают нас и ведут, благодаря чьим-то рукам мы учимся ориентироваться в этом мире. Научившись ползать, трогать и ощупывать вещи, мы познаем себя — и здесь нам опять помогают наши руки. Благодаря им мы впервые узнаем границы своего маленького мирка, которые действуют на нас успокаивающе, дарят нам чувство безопасности и защищенности. Как только мы попадаем туда, где нет защищающих нас рук, мы быстро узнаем, что такое удар и что такое боль.

Самый первый язык, который мы узнаем, — и не важно, где мы при этом живем — в Африке, Америке, Японии или Австрии, — это язык рук, ведь мы живем в мире рук. Руки нас держат, пеленают, ласкают, кормят, успокаивают, ведут, дарят нам ощущение безопасности и защищенности. Язык рук — это обучающая энергия. Иногда мы воспринимаем руки как что-то мягкое, нежное и приятное, а порой ощущаем, как они нас крепко держат, строго направляя или останавливая. Случается, что мы ощущаем, как от этих рук исходит энергия неуверенности и нервозности. Благодаря им мы узнаем, что такое бережность, нежность и защита.

В младенчестве большую часть жизненного опыта и впечатлений мы получаем через руки. Позже другие органы чувств, например зрение и слух, разовьются настолько, что мы сможем ориентироваться в мире и с их помощью. Но все равно руки остаются на первом месте во всем: в нашем развитии, в понимании, в происходящих в нас изменениях.

Когда вспоминаешь о детстве, то понимаешь, насколько субъективен, насколько переменчив наш мир. Вообще-то мир всегда остается субъективным и переменчивым, поскольку все, что мы можем воспринять в этом мире, зависит от наших личных физических, психических и духовных возможностей. Слепой воспринимает мир совсем не так, как зрячий, глухой — иначе, чем человек с нормальным слухом, восприятие мира парализованным человеком сильно отличается от восприятия того, кто может передвигаться сам.

Мы растем и учимся выглядывать за узкие рамки своего маленького мирка, отправляемся в путешествие, чтобы изучить мир как единое целое, Космос, Вселенную. Мы шагаем по горам и долам, плаваем по морям и океанам, летаем с континента на континент, любимся усыпанным звездами ночным небосклоном, изучаем под микроскопом устройство клетки, что-то исследуем и рассчитываем. Мы устанавливаем связь между великим и малым, пытаемся отличить живое от неживого, открываем созвучие внутреннего и внешнего, мы ищем начало и не находим конца. Мы начинаем понимать, что через свой субъективный взгляд на мироздание мы входим в контакт с непостижимой на самом деле беспредельностью и что в течение

человеческой жизни невозможно изучить даже крохотную частичку космического многообразия и всех его закономерностей.

Иногда люди чувствуют себя перегруженными таким многогранным проявлением жизни. Они не могут охватить взглядом целое, теряют опору и веру. Некоторыми из них овладевают сомнения, они становятся недоверчивыми и подозрительными, их жизнью управляет страх. Чтобы избежать хаоса, они начинают возводить вокруг себя стены: экзистенциализм, материализм, капитализм, догматизм, перфекционизм. В результате создается куча правил и законов и выстраиваются защитные стены и плотины.

И хотя эти нами же самими созданные законы оказывают нам огромную помощь, служа опорой в этой жизни, с ними следует обращаться поосторожнее. Ведь со временем стены, служившие нам опорой, превращаются в стены, отгораживающие нас от этого мира, и тогда наши собственные идеалы начинают приносить нам одни страдания и превращаются в фатализм, криминал, мазохизм — начинается незаметное, часто не осознаваемое самим человеком разрушение. Становится больным дух, становится больной психика (душа), становится больным тело. Опора утрачена — и внешний мир превращается в угрозу, он становится неудобным, человек старается убежать от него. Начинается *борьба*.

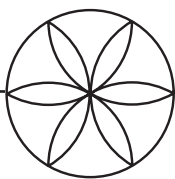
Иногда мы не можем воспринимать мир как ТО, ЧТО ЕСТЬ, независимо от того, как мы к нему относимся, независимо от нашей субъективной оценки. Мы слишком отделились от дающего нам уверенность нашего самого первого родного языка — языка рук.

*Наш родной язык —
язык рук,
мягкий, нежный,
сочувствующий, целительный —
Рэйки.*

Рэйки, язык энергии наших собственных рук, снова соединяет нас с древним священным знанием, существующим в нас. Мы учимся узнавать, что нас создало исполненное любви великое божество. И, значит, мы хороши сами по себе, такие, какие мы есть! С самого начала мы подготовлены доверять самим себе, зарабатывать собственный жизненный опыт и расти. Мы развиваемся. А в развитии важен каждый этап этого процесса. Во время кризиса Рэйки помогает нам вспомнить о том, кто мы есть на самом деле, а именно — любимые дети Бога на пути к вечной жизни, счастью и блаженству.

*Через прорехи в вере
зияет пустота.
Но вот уже и камень
тепло руки забрал.*

Райнер Кунце.
Возможность обнаружить смысл



ИСЦЕЛЕНИЕ НАЛОЖЕНИЕМ РУК

*Самый первый язык, который мы, люди,
узнаем, — это язык рук.*

*Через все руки течет жизненная энергия.
Жизненная энергия — это энергия из Источника,
Который дает жизнь всему.*

*Эта целительная сила,
которую заново открыл наш японский
учитель Усуи,
обитает в нас, и применять ее нужно осознанно.
Усуи назвал ее «Рэйки»,
что означает «универсальная жизненная
энергия».*

Рэйки, практика исцеления наложением рук

Если ты хочешь научиться работать с Рэйки, то вначале тебе нужно научиться чувствовать энергию в руках — и осознанно эту энергию усиливать.

Давай прямо сейчас сделаем упражнение.

Упражнение

Сядь и расслабься. Сделай несколько осознанных вдохов и выдохов. Руки держи перед грудью, повернув раскрытые ладони друг к другу, на расстоянии примерно 30 см. Начиная сдвигать ладони и постарайся почувствовать между ними энергию.

Вокруг тела каждого человека (животного, растения) существует электромагнитное поле. Мы называем его *аурой*. Это тонкоматериальное силовое поле, тесно связанное с нашим телом.

Когда ты очень медленно сводишь ладони, внимательно наблюдая за тем, что происходит, ты можешь это поле почувствовать. Оно ощущается как воздушная подушка. Многие думают, что это и есть Рэйки. Вообще-то это вопрос скорее терминологический, ведь в той или иной степени таким силовым полем обладает любая рука и любое тело пронизано и окутано полем пульсирующей жизненной энергии. Естественно, можно сказать, что «Рэйки» уже находится в каждом человеке.

Но мы должны понимать, что благодаря посвящению в Рэйки наше энергетическое поле начинает пропускать

через себя значительно большее количество божественного Света. Люди, которых посвятили в Рэйки, обычно ощущают сильный прилив энергии в руках и во всем своем энергетическом поле. Это может восприниматься как жар, и люди, практикующие Рэйки, чувствуют различие между обычным энергетическим полем и полем, создаваемым целительной энергией Рэйки.

У большинства людей их собственное энергетическое поле ослаблено или вообще заблокировано. Можно сказать, что под влиянием социума у них нарушен их собственный жизненный ритм, на него насильственно наложен совершенно другой, не свойственный им ритм.

Благодаря посвящению в Рэйки энергетическое поле человека укрепляется и гармонизируется. Очищаются его собственные вибрации, восстанавливается связь с Великим Космическим Источником жизни.

Каждый человек — единственное в своем роде, нужное и бесценное живое существо. Каждый человек обладает своей собственной неповторимой душой, собственным неповторимым сознанием и собственным неповторимым телом. И хотя различия между некоторыми людьми (например, близнецами) иногда практически незаметны, на свете не бывает двух абсолютно одинаковых существ. Даже клонированные овцы и телята отличаются от своих «родителей» по свойствам характера, хотя внешне они их полная копия.

У каждого человека свое собственное тело, своя душа и свой дух. Однако и человечество в целом имеет одну общую «душу», все люди связаны друг с другом через «Мировую Душу». У каждого человека свой дух — и значит, свое Высшее «Я». Но все люди объединены в высшем (святом)

Духе, в Сознании Христа, Аллаха или Будды, как бы его ни именовали основные религии.

Мировая Душа, в свою очередь, соединяется с Душой Галактики, а Сознание Христа, Аллаха и Будды объединено с сознанием Бога, Всеобщим (всеобъемлющим) сознанием. Существует множество учений, множество точек зрения, описаний отдельных Лучей Света и уровней осознания. Но сейчас мы не будем вдаваться в подробности различных духовных учений, существовавших на протяжении всей нашей истории, а также и ныне существующих, мы удовлетворимся просто тем, что признаем: в каждом из нас и во всех других людях присутствуют три основных, «первоначальных» аспекта.

Тело, душа, дух.

Мы признаем, что существует единый Источник Жизни, который породил всех нас, независимо от того, к какой религии мы себя причисляем или не причисляем, независимо от наших взглядов на мироустройство. Назовем его просто Первоисточником Всей Жизни.

Основные, «первоначальные» аспекты тела, души и духа человека во многих учениях называются «первозвуком», или «первородным звуком» человека. Значит, нам известно, что мы несем в себе Первозданный Звук и также являем собой Первозданный Свет — свет и звук совершенно определенной частоты.

Благодаря посвящению в Рэйки мы, с одной стороны, обретаем связь со своим первозданным звуком, со своим первозданным светом, со своей первозданной частотой вибраций и со своим собственным ритмом, а с другой — обретаем связь с нашим общим великим Первоисточником Жизни. Усиливается частота вибраций, восприятие ритма

и связь с самим собой и с Первоисточником (Богом). Устраняются нарушения, происходит гармонизация. Но все это происходит только тогда, когда мы этого действительно хотим!

В психологии существуют понятия *подсознания*, *надсознания* и *дневного сознания*. По мере увеличения степени духовной пробужденности проявляются еще *осознанность* и *сознание*. Как только канал с Высшим Сознанием (Богом) открывается через Высшее «Я» человека, эта высшая осознанность проникает во все процессы познания правого и левого полушарий головного мозга. Осознанное мышление и анализ, а также осознанное интуитивное восприятие становятся обратной связью с внутренним Светом и внутренним Звуком в каждой клетке человека.

Так подсознание обретает связь с дневным сознанием и высшим сознанием, что позволяет в любое время запрашивать оттуда информацию и использовать его силу. Подобно тому как в компьютере нам доступно все, что в нем сохранено, если мы знаем, как запустить нужную нам программу, и умеем работать с ней, точно так же нам будут доступны все сохраненные в подсознании программы. Теперь мы можем запустить их, можем работать с ними, изменять и использовать.

С помощью Рэйки и медитации мы учимся также изучать отдельные области нашего сознания и все больше расширять свою осознанность в направлении своего высшего сознания. Сделать это быстро не получится, для этого требуется время и практика, однако постепенно нам становится доступной вся информация и ментальное управление становится все более возможным в смысле самоисцеления. Рэйки дает нам энергию и информацию, которые

нам нужны, чтобы иметь возможность осознанно делать шаги по направлению к самоисцелению.

Энергию Рэйки мы вначале ощущаем в своих собственных руках. Благодаря посвящению в Рэйки поток энергии усиливается, поскольку наши энергетические каналы очищаются и снова соединяются в нашем сердце и во всех клетках нашего тела с нашим божественным Светом и Божественным Первичным Звуком — точно так же, как и с «Великим Божественным Источником».

Вспомни, кто ты есть на самом деле!

Когда я получала *Настройку на Первую Ступень Рэйки*, я и вообразить не могла, какой глубинный опыт мне предстоит пережить, какие знания обрести с помощью своих собственных рук. Но я прекрасно помню череду проходивших перед моим внутренним взором образов, которые тронули мое сердце, когда я, закутанная в одеяло, с горячими руками, лежала на полу в центре зала для занятий. Я совершенно точно помню, что одна моя рука лежала на животе, а вторая — на груди, там, где расположен сердечный центр. Это были мои руки, это они заставили меня прислушаться к себе, вслушаться в воспоминания, хранящиеся в каждой клеточке моего тела. Воспоминания проснулись во мне, поднялись откуда-то из глубин памяти и, как в кино, проносились перед моим внутренним взором.

Каждый вечер моя крошечная детская ручка с крепко зажатым в кулачке большим пальцем покоилась в теплой руке моей матери до тех пор, пока я не засыпала. Я чувствовала в своей руке ручку моей маленькой сестренки, когда мы вместе весело бегали по лужайке. Рука мальчика — моей первой любви, робкая и нерешительная. Рука медсестры, на которую я опираюсь после удаления аппендикса. Мужские руки, требовательные и страстные, от которых я спасаюсь бегством. Я видела и чувствовала руку отца, добрую, надежную, ведущую меня по лесу. Я видела и чувствовала, как менялись мои руки. Тонкие, нежные, длинные руки девочки-подростка превратились в сильные руки

Вспомни, кто ты есть на самом деле!

женщины, привычные к любой, в том числе и неженской работе.

Я вспоминала свою жизнь. Я вспоминала себя в своей реальности, в своей прошлой жизни.

Я признала целостность и единство реальности. Было такое ощущение, будто энергия, которая вытекала из моих рук и вливалась в мое тело, пробудила и само это тело, и всё, что оно пережило, пробудила само мое сознание. Это было ясное и открытое восприятие. Новая жизненная сила текла через меня, поднимала меня из моего расплывчатого, неопределенного представления о жизни и переносила в свежесть, естественность и ясность состояния пробуждения. У меня было такое чувство, будто я наконец нашла то, что так долго искала: свою духовную семью.

Я чувствовала импульс, который мои руки сильно и явственно посылали моему телу, мне самой, всему моему существу:

Вспомни себя!

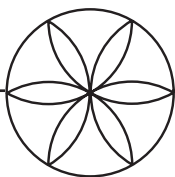
Вспомни, кто ты есть на самом деле!

Тогда я еще не могла понять, но теперь-то я знаю, что в течение тех первых пятнадцати минут в своих наполненных энергией Рэйки руках я снова обрела интуитивный праязык космической истины. А с ним и мудрость, порядок, родной дом, откуда я пришла и где чувствую себя защищенной. У меня было чувство, которое можно выразить словами: наконец-то я дома! Это было начало снятия первых покровов, скрывавших от меня мое собственное внутреннее знание. Я пробудилась в своей естественной духовности.

Тогда я еще не была знакома с историей Рэйки, с учением Рэйки, принесенным нам учителями Усуи, Хаяси и Такатой. Не знала ничего о происхождении этого учения, о его связи с буддизмом, даосизмом и синтоизмом. Не знала ничего о техниках цигун, о тибетском происхождении Рэйки, о медитации *гассё, рэйдзи-хо* или техниках *бёсен* в том виде, в каком их позже стали преподносить некоторые Мастера Рэйки других школ. То, что я ощутила при посвящении, было открытием широкого пространства и прямого доступа к моей естественной духовности.

*Это ты,
та или тот, кто должен увидеть солнце.
Это ты,
та или тот, кто должен себя познать.
Это ты,
та или тот, кто должен ощутить
чудо самопознания.*

Дорогой читатель, твои воспоминания — это твои воспоминания, и они отличаются от моих. Твой жизненный опыт не совпадает с моим, твои знания могут быть совсем другими, отличными от моих. Но в клетках твоего тела хранится истина, подлинное знание — точно так же, как и в моем теле. И независимо от того, какой опыт накопил каждый из нас — ты, я или кто-то другой, — нас питает один и тот же Космический Закон, один и тот же порядок, одна и та же первопричина. Ибо все мы — дети одного космического *Отцовско-Материнского Принципа*, мы дети Бога. Каждый из нас значим, бесценен и неповторим, хотя доступ к Рэйки у каждого из нас может быть свой.



Я ЕСМЬ

*Вспомни себя!
Вспомни, кто ты есть на самом деле!*

*Ты — дитя Бога,
дитя, созданное по образу и подобию
Космического Божества, Матери и Отца.*

*Ты — часть Единого Целого!
Ты неповторим и нужен, ты бесценен!*