

کتاب جامع ریکی

مجموعه مطالب و مقالات درباره ریکی، ماهیت و عملکرد آن



گردآوری، تدوین و تالیف: فرامرز پورموسی

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

در طی مدتی که در اینترنت مشغول تحقیق و تفحص درباره ریکی بودم ، به عینه می دیدم که در اکثر سایت ها مطالب جسته و گریخته ای درباره ریکی نگاشته شده است که به طور عمده اقتباس از کتب ریکی و یا ترجمه و نوشته اساتید این رشته در ایران و سایر کشورهای جهان می باشند. به همین دلیل ، جای خالی مجموعه ای که مطالب بسیار مهم و ضروری ریکی را در یکجا گردآوری و در خدمت عزیزان علاقمند به ویژه کسانی که آشنایی با ریکی ندارند قرار دهد، به خوبی احساس می شد. این مجموعه را در پاسخ نیاز آن دسته از عزیزانی که آشنایی مقدماتی با ریکی دارند اما به دنبال مطالب علمی تر و تخصصی تر می باشند ، تهیه کرده ام. لازم به ذکر است که برخی مطالب ابتدایی را درباره ریکی می توانید از طریق جستجو در اینترنت به دست آورید.

کتابی که پیش روی دارید مجموعه ای از برگزیده ترین مطالب و مقالات درباره ریکی می باشد که حاصل گشت و گذار در دنیای اینترنت و جستجوی بیش از صدها سایت فارسی و انگلیسی هست. در این کتاب تا حد توان کوشیده ام منابع و مآخذ مطالب را ذکر کنم که تا حد زیادی در این امر موفق بوده ام، اما ، با توجه به اینکه برخی مطالب توسط شاگردانم تهیه شده و در سایت کلوب در اختیار سایر عزیزان قرار گرفته بودند ، در بعضی جاها می بینید که به منبع اشاره ای نشده است. دلیل آن نیز بر می گردد به عدم منبع دهی برخی شاگردان عزیزم. در تدوین و نگارش این کتاب به طور عمده از سه منبع استفاده کرده ام: (۱) مجموعه مقالات و تحقیقات شخصی ام درباره ریکی. (۲) سایت های ایرانی با موضوع ریکی. (۳) کتب فارسی و انگلیسی موجود .

ذکر این نکته بار دیگر ضروری به نظر می رسد که این کتاب نوشته من نیست ، بلکه گردآوری و تدوینی از مطالب ضروری درباره ریکی می باشد.

نکته مهم دیگر اینکه هیچ ریکی کاری نباید ادعای درمان صرف داشته باشد ، ریکی هرگز جایگزین طب پزشکی نیست ، بلکه در کنار آن به عنوان تسریع کننده به کار می رود.

درباره مولف

فرامرز پورموسی هستم ، استاد و مدرس ریکی بیش از بیست و سه سبک ریکی در ایران.

برخی سبک هایی که در آنها با لطف پروردگار به درجه استاد مدرسی نایل شده ام به شرح
زیر می باشند:

Usui ,Kundalini /Kundalini Booster , Innersun , Dakini , Deo ,Lavender
Flame ,Violet Flame , Gold , Dolphin , Ethereal Cryastals , Tacyon ,
Ayurveda , Surya Shakti , Money , Fusion , DNA , Seichim , Karuna Ki ,
.....

تماس با بنده :

calmnesseverf@yahoo.com

www.reikilight.blogspot.com

www.reikilight.blogfa.com

eternalpeacef@gmail.com

calmnesseverf@YAHOO.com

ریکی انرژی است که در غرب حدوداً یک دهه است که شناخته شده است. در حال حاضر در جهان بالغ بر یک میلیون کارورز ریکی وجود دارد که در مقایسه با جمعیت جهان رقم چندان چشم گیری نمی باشد. بنابراین اطلاعات و تحقیقات انجام شده در مورد آن در مقیاس محدود بوده، که این امر نیز به نوبه خود منجر به ارائه دانشی سطحی در مورد ریکی شده است. برای توضیح ریکی از منظر علمی ما به ناچار نیازمند یک سری مفاهیم دست اول علمی خواهیم بود.

تبیین علمی ممکن است به روش های زیادی صورت گیرد اما شیوه رایج برای ارائه یک فهم عقلانی در مورد مکانیزم برخی از پدیده ها؛ شیوه ای است مبتنی بر منطق اصول علمی صلب و استثنا ناپذیر.

برای مثال برای ارائه تبیین عقلانی در مورد ریکی ما ناچاریم از اصطلاحاتی چون پدیده های زیراتمی (subatomic matter)، ناقطبیدگی (unpolarized vortex theory)، تصویر انعکاسی (mirror imaging) و... استفاده کنیم.

هر چند این شیوه ممکن است بهترین روشی باشد که کارورزان ریکی را جهت ارائه تبیینی عقلانی از ریکی، راضی کند اما دارای کاستی ها و نواقصی نیز خواهد بود، زیرا استفاده صرف از اصطلاحات فنی فیزیکی، به تایید و معتبر ساختن ریکی نمی انجامد بلکه تنها یک تبیین عقلانی مبتنی بر اصلاحات رایج و فنی مورد استفاده در فیزیک به دست میدهد (البته همان طور که بعداً بحث خواهد شد، ما می توانیم در مورد این اصلاحات خاص، بر اساس مشاهداتمان در ریکی صحبت کنیم).

بنابراین ما وقتی از این اصطلاحات علمی استفاده می کنیم، در واقع به منظور ایجاد یک چارچوب مفهومی یا تئوری برای فهم بازنمایی های بالینی ریکی است، نه معتبر ساختن یا معتبر ساختن ریکی.

ریکی یک انرژی زیر اتمی بی قطب (unpolarized subatomic energy) می باشد، که بصورت هماهنگ و متوازن در سطوحی که در حالت های نا هماهنگ و ناموزون انرژی قرار دارند، جاری شده و انتشار می یابد و برای بیرون آمدن از جهان زیر اتمی، انرژی ریکی باید حالت قطبیدگی پیدا کند تا بتواند وارد جهان پدیداری و فیزیکی شود. جهانی که به واسطه زمان، دستخوش تغییر و تحولات می شود. ریکی به واسطه تقابلی که با تصویر انعکاس (mirror image) از هر نوع تکرار ناهماهنگی در سطوح مختلف انرژی پیدا می کند، دارای حالت دو قطبی ساختن (polarization) در اثر تضاد موجود می شود و بدان وسیله هارمونی طبیعی را باز تولید می کند که اگر این وضعیت را برای بدن انسان متصور شویم باید گفت که، فرایند شفای طبیعی را بدن تسریع می بخشد.

به منظور معتبر ساختن و تبیین این تعریف از ریکی ما باید از فرایندی علمی برای مشاهدات بالینی و توجیه منطقی نتایج آن استفاده کنیم. ما این روش را برای بسیاری از چیزهایی که در زندگی روزمره از آنها استفاده میکنیم، به کار می بریم، به این صورت که چیزهایی را که به طور منسجم و بدون موارد نقص عمل می کنند همچنان مورد پذیرش بوده و دارای ابعاد و در مقابل آن هایی که مورد نقصی برایشان پیدا شود، بی اعتبار شده و رد می شوند. مثلاً یک داروی جدید اگر به لحاظ بالینی بدون عوارض جانبی باشد و نتایج قابل قبول و منسجمی نیز داشته باشد، مورد استفاده قرار می گیرد و اعتبار آن نیز صرفاً به واسطه نتایج مشاهدتی اش می باشد. حال اگر یک بار این دارو اثر نکند و یا عوارض جانبی داشته باشد، دیگر هیچ اعتباری نخواهد داشت.

این قضیه برای فهم ریکی نیز خیلی مهم و اساسی است. شاید ما نتوانیم به واسطه به کارگیری اصطلاحات فنی علمی و یا طرح های خیالی و ذهنی، ریکی را ثابت کنیم و یا معتبر جلوه دهیم و این چیزها تنها برای تبیین چارچوب مفهومی آن باشد، اما آنچه مهر تاییدی بر وجود ریکی است، تنها تجربیات و نتایج بالینی دستان درمانگر صدها نفر از هزاران ریکی کاری است، که به طور روزانه، از این انرژی در درمان خود و دیگران استفاده می کنند. بررسی مشاهدات این

درمانگران و بیماران آنها، این اجازه را به ما می دهد که روزه روز تصویر شفاف تری از نتایج بالینی ای که ریکی به همراه داشته است به دست آوریم.

احساس در دستها

Sensation in the hands

در طی درمان با ریکی، درمانگر، حالت‌های خاصی را در کف دستان خود احساس می کند که اغلب حالاتی چون گرما، سوزش، مور مور شدن، حالتی شبیه به عبور جریان‌های الکتریکی یا برق گرفتگی خفیف، حالت سوزن سوزن شدن، سرما و... و حالتی که در بیمار پدید می آید نیز ممکن است مشابه حالت کف دستان درمانگر باشد و یا اینکه متفاوت و برعکس باشد. مثلا درمانگر در کف دستان خود احساس سرما کند ولی مریض در موضع درد احساس گرمای شدیدی داشته باشد. که درمانگر بواسطه همین تغییراتی که در کف دستان خود احساس می کند، به تشخیص موضع درد می پردازد و پس از آن نیز با دادن انرژی به موضع نیازمند به انرژی، فرایند بازیابی هماهنگی و هارمونی در آن ناحیه را تسریع می کند، تا انرژی در آن ناحیه بصورت متعادل و نرمال در آید.

جاری شدن (ریکی) بصورت اتوماتیک (Switches an automatically) یکی از جالبترین مشاهدات در مورد پدیده ریکی این است که، وقتی یک کارورز ریکی دستانش را بر روی و یا حتی نزدیک یک ارگانیزم زنده قرار می دهد، ریکی بطور خودکار جاری می شود (در صورتیکه یک ناهماهنگی در سطح انرژی آن ارگانیزم وجود داشته باشد). این اتفاق ممکن است حتی هنگامی که کارورز ریکی خواب باشد نیز پیش بیاید و این مشاهدات این مسئله را مطرح می کند که آیا انرژی ریکی، انرژی ای آگاه است؟

و گرنه، چگونه بصورت خودکار جاری می شود؟

جریان انرژی ریکی در هر دو دست بصورت مشابه و یکسان است.

The Reiki is the same in both hands

برای مثال اگر درمانگر، بیماری را با یک دست ، حدود یک ساعت درمان کند، این زمان نصف زمانی می‌شد که درمانگر از هر دو دست بطور همزمان استفاده می‌کرد. و یا اینکه درمانگر می‌تواند با یک دست خود یک بیمار را درمان کند و با دست دیگر خود، بیمار دیگری را درمان کند.

ریکی تمام شدنی نیست

Reiki dose not run out

یکی دیگر از مشاهدات متداول در مورد ریکی این است که ریکی تمام شدنی نیست یعنی اگر کسی یک بار در عمرش با این انرژی همسوس شده باشد، تا آخر عمر خود (چه از این انرژی استفاده کند و چه استفاده نکند)، این انرژی با وی خواهد بود. فقط ممکن است حساسیت‌های کف دستان درمانگر و قدرت تشخیص وی کاهش یابد که آن نیز با تمرینات بیشتر و با مرور زمان جبران خواهد شد.

جریان ریکی تحت تاثیر سلامتی درمانگر واقع نمی‌شود

The Reiki Flow is not affected by the health of the practitioner

یک رد مریض بواسطه اینکه سطح انرژی فیزیکی پایینی دارد نمی‌تواند در سلامتی دیگران چندان موثر باشد؛ اما مشاهدات ریکی کاران نشان داده است که اگر فردی بیمار تنها یکبار با انرژی ریکی همسو شود می‌تواند کانال قوی‌ای برای انتقال جریان ریکی به بیماران دیگر نیز باشد. و این نشان می‌دهد که قدرت ریکی ربطی به سلامتی فرد درمانگر ندارد بلکه با عبور از بدن درمانگر، انرژی او را نیز متعادل کرده و فرد بیمار را نیز شفا می‌دهد.

تاثیر ریکی بر روی گیاهان و حیوانات

Reiki works on animals and plants

تجربیات کارورزان ریکی نشان می‌دهد که این انرژی نه تنها بر روی حیوانات و جانوران و گیاهان تاثیرات مثبت و هماهنگ کننده‌ای می‌گذارد بلکه گیاهان حتی سریعتر از انسانها نسبت به ریکی واکنش نشان می‌دهند.

حتی تجربیات نشان داده است که حیوانات اهلی نسبت به جانوران و گیاهان دیگر، آرامتر و کندتر به ریکی عکس‌العمل نشان می‌دهند و فرایند بازیافت سلامتی در آنها کندتر است؛ که این نیز به این دلیل است که آنها بیشتر در معرض استرسهای عاطفی و فشارهای محیطی قرار دارند.

هر انسانی می‌تواند با انرژی ریکی همسو شود

Anybody can be initiated to Reiki

فرآیند همسویی با انرژی ریکی حتما باید توسط یک استاد ریکی انجام شود. به تعبیری در فرایند همسویی، کانال انرژی فرد با انرژی ریکی همسو می‌شود و فرد از آن به بعد می‌تواند ریکی را از خود عبور دهد. مشاهدات نشان داده است که هر فردی از هر نژاد و تیره‌ای با هر نوع دیدگاه فکری، فرهنگی، مذهبی و دینی می‌تواند با انرژی ریکی همسو شود.

هر کس می‌تواند خود را با ریکی درمان کند

One can treat oneself with Reiki

مشاهدات نشان داده است که حتی فرد درمانگر نیز اگر خود دچار بیماری شود، می‌تواند بواسطه انرژی ریکی به درمان خود بپردازد و خود را درمان کند. انرژی ریکی در درمان استرسها و فشارهای روانی بسیار مفید است.

ریکی چه در درمان خود و چه در درمان دیگران و همینطور در درمان بسیاری از عارضه‌های فیزیکی مفید واقع شده است ، بدون اینکه هیچ عارضه جانبی داشته باشد. بیماریها را بصورت ریشه‌ای درمان می کند و به همین دلیل است که دوره درمانی طولانی تری نسبت به سیستمهای دیگر دارد و علاوه بر این می تواند مکمل خوبی برای تسریع بخشیدن به فرآیند درمان ، چه در پزشکی و چه در حوزه های دیگر درمانگری (مانند شیاتسو، فشار درمانی، هامیوپاتی و...) باشد.

فرضیه های علمی و نتیجه گیری

Scientific hypothesis and conclusion

یکی از فرضیات علمی در مورد ریکی این است که ریکی یک انرژی زیر اتمی است (انرژی ای جهانی) که وقتی بخواهد با جهان پدیداری و فیزیکی ارتباط برقرار کند، در سطوحی از انرژی که دچار ناهماهنگی و عدم تعادل شده است، به لحاظ تضادی که بین این انرژی (ریکی) و انرژی جهان پدیداری بوجود می آید، دارای حالت قطبیدگی (**polarize**) می شود و انرژی ناهماهنگ و نامتجانس را هماهنگ می کند.

با این حال نحوه کارکرد ریکی و مسئله آگاهانه بودن این انرژی، با توجه به سطح رشد دانش امروز، همچنان متافیزیک ریکی را در حالتی اسرار آمیز قرار داده است که البته این نیز به نوبه خود تبیینهای منطقی علم را به چالش می کشد و افکار زیادی را روز به روز، بیشتر به خود جلب می کند.

ترجمه نجمه زارع

<http://www.parama.com/html/science.html>

ریکی در آب

این روش توسط استاد ریکی Godiam Dosch بر اساس تجربه ایشان در انواع مختلف ریکی به وجود آمده است. این روش در واقع انجام ریکی با حفظ تمام مراحل آن در آب گرم است (حین انجام این روش سر مراجعه کننده یا خود فرد از آب بیرون است).

ترکیب آرام بخش نیروی آب و نیروی قدرتمند ریکی توسط برخی از ریکی کاران انجام می شود.

می توان موارد زیر را از فواید این روش برشمرد:

لذت و تجربه بهتر اثرات مثبت ریکی

درمان بهتر استرس

درمان بهتر ترس از ناامنی و اضطراب

اما اثر واضحتر آن برای کسانی است که از آب می ترسند. موارد درمان ترس از آب با این روش دیده شده است.

این روش حتی برای کسانی که با آب میانه خوبی ندارند توصیه می شود.

برای اطلاعات بیشتر به سایت <http://www.wasserreiki.de> مراجعه نمایید.

تفاوت ریکی با سایر روش های شفابخشی چیست؟

ریکی گونه و حالتی از انرژی درمانی است ، مشابه با روش تماس جهت شفاء و شفابخشی پرانا. اساسی ترین تفاوت ریکی در سادگی محض آن است (گذشته از چند تکنیک قرار دادن دست ، متد و روش خاص دیگری جهت آموزش وجود ندارد). و اینکه آگاه باشیم که هیچکس ، دیگری را شفا نمی بخشد. به عبارتی تمامی فرآیند شفابخشی، روحانیت و الوهیت خالص است و مجرد اتفاق می افتد .

به عنوان مثال چنانچه من دستان خود را به جهت درمان بر بدن شما قرار دهم ، بدن شما به سادگی آنچه را که جهت درمان نیاز دارد از کانال دستان من دریافت خواهد نمود .

البته شما می توانید نسبت به این موضوع به دید شک و تردید بنگرید زیرا که نهایتاً ریکی فرآیند تغییر و بهبود را بر روی ذهن انجام می دهد ، اما حداقل می بایست نسبت به احتمال دریافت ریکی ، ذهنی باز و پذیرا داشته باشید . و چنانچه این پذیرایی ذهنی وجود داشته باشد آنگاه بدن شما با استفاده از هوش ذاتی و درونی خود نسبت به دریافت آنچه نیاز دارد به راحتی اقدام خواهد نمود.

ناگفته نماند که در ریکی نیازی به نشستن درجایی و سعی در به جریان انداختن انرژی نیست. به سادگی و تنها با قصد سهیم شدن در یک درمان ، انرژی شروع به جاری شدن در دیگران می نماید و این کلید آن است : ریکی همواره در جریان است و هیچگاه ارسال و فرستاده نمی شود و حتی در مرحله دوم آن یعنی سهیم شدن در درمان از راه دور .

اما در هر صورت هر کس باید حداقل و تنها بیاموزد که چگونه به ندای دست های خود گوش فرادهد.

و در درک موقعیت واقعی مان که ما هیچ انجام نمی دهیم (که همه چیز که در سراسر جهان به وقوع می پیوندد وابسته و منبعث از الوهیت و روحانیت محض است) ، ریکی می تواند به راحتی به عنوان آسانترین هنر شفابخشی نامیده شود

www.reikiworld.ir

ویژگی های ریکی

انرژی پاک ریکی به صورت کاملا هوشمند و پویا در طبیعت موجود هست. برخی از ویژگی هایی که این انرژی را از بقیه انرژی های همسان و غیر همسان جدا می سازد عبارتند از :

۱. ریکی انرژی خود استاد نیست ، بلکه اساتید ریکی به عنوان انتقال دهنده ریکی هستند و در حکم کانالی عمل می کنند که از طریق آنها فرد گیرنده قادر به برقراری ارتباط با منبع لایزال ریکی می شود. اجازه بدهید برای درک بهتر موضوع مثالی بزنیم:

یک سد پر آب و بسیار بسیار بزرگ را در نظر بگیرید که میلیونها متر مکعب آب در خود ذخیره دارد و به واسطه قرار گرفتن در مسیر چسمه های زیر زمینی آبش همیشه تامین هست. حال ، کشاورزان مناطق نزدیک این سد را تصور بفرمایید که قصد استفاده از آب این سد را برای آبیاری مزارع و مراتع خویش دارند. واضح است که این کشاورزان هرگز نمی توانند مستقیما از این سد ، آب را بر اراضی خویش جاری سازند چرا که نه امکانش هست و نه اراضی توان ذخیره این همه آب را دارند. بنابراین برای اینکه آب پشت سد به صورت بی خطر قابل استفاده باشد نیاز به وجود کانال هایی هست که آب را به صورت کنترل شده و با

هدایت کامل به هر محل دلخواه برسانند. اگر پشت سد کانال کشی مناسبی انجام پذیرفته باشد آب سد به راحتی و به قدر نیاز بر اراضی جاری خواهد شد. ریکی نیز دقیقاً حکم آب پشت سد را دارد به عنوان منبعی لایزال از انرژی اما افراد اگر خواهان استفاده و برقراری ارتباط با آن باشند باید توسط استاد ریکی که کانال ریکی هست به این منبع وصل شوند.

پس این ویژگی چند مزیت بزرگ دارد:

اول) ریکی انرژی خود استاد نیست که تمام شدنی باشد؛ بارها و امواج منفی استاد را به گیرنده منتقل کند؛ فرد انتقال دهنده را خسته کند؛ از انرژی فرد انتقال دهنده بکاهد و نیازمند هدایت از طرف استاد باشد. بلکه ریکی انرژی لایزال کائنات هست بنابراین هیچگونه ضرر و عارضه جانبی برای گیرنده نداشته و استاد را نیز هرگز خسته نکرده و از انرژی او نه تنها نمی کاهد بلکه به واسطه ورود به بدن استاد، وی را نیز سر حال تر می کند.

دوم) ریکی پایان ناپذیر است به این معنی که تا کائنات وجود دارد ریکی نیز هست.

۲. ریکی هوشمند است و به صورت کاملاً هوشمندانه در فرآیند تسریع درمان بیماری ها و کاربرد های دیگر عمل می نماید. دلیل هوشمندی ریکی به دو ویژگی آن باز می گردد که : الف - این نیرو هفتمین و در حقیقت کامل ترین گونه انرژی های موجود در طبیعت است که پیوند انرژی فیزیکی و جسمی را با انرژی معنوی و روحانی امکان پذیر می سازد. ب - ریکی توسط وجود یگانه عالم هستی ایجاد شده و در مسیر چرخش کائنات قرار داده شده است. بنابراین، با احاطه کامل به ویژگی های انسانی و سایر موجودات عمل می نماید.

۳. از آنجا که ریکی را قدرت برتر هدایت می کند ریکی به درستی می داند چه کند تا به شفای شخص گیرنده ریکی کمک کند و می داند کی " منفی در کجای سیستم انرژی لطیف شخص وجود دارد. کی همان تعبیر کلی انرژی هست که در مکاتب گوناگون به گونه های متفاوت تعبیر و نام گذاری شده است با اسامی مانند چی ، پرانا ، نیروی خلقت و روش کار ریکی بدین صورت هست که با ورود به بدن فرد گیرنده بلافاصله با " کی " منفی واکنش نشان می دهد و ابتدا تمام فرآیند درمان را بر همان نقطه یا نقاط متمرکز می کند. ممکن است فرد گیرنده درد یا بیماری خویش را به بخشی از بدن خود مرتبط بداند که در حقیقت منشا و عامل اصلی ایجاد بیماری نیست. ریکی در این مورد کاملاً هوشمندانه عمل کرده و خود می داند کدامین نقطه را مورد هدف قرار دهد تا به فرآیند درمان سرعت ببخشد.

۴. بر عکس سایر مکاتب و سنن تمرینات روحی که به سالها تمرین و ریاضت و طی طریق های خاص نیاز دارند ، ریکی فرآیندی بسیار ساده و در عین حال قدرتمند است. ریکی بر خلاف یوگا نیازی به تمرینات فیزیکی ندارد. (البته توجه کنید قصد ما هرگز بیان برتری ریکی بر یوگا و .. و یا بالعکس یوگا به ریکی و... نیست. هدف مقایسه بین این روش ها هست . در حقیقت تمامی این روش ها و سنت ها و مکاتب ماورایی و متافیزیکی شناخت خویشتن و قرب الهی را نشانه گرفته اند. پس منشا و مقصد تمام این سبک ها وجود بی مثال خداوند متعال هست).

۵. ریکی ابدا مخصوص سن و تیپ و سلیقه و مکتب و گروه و فرقه خاصی نیست. هر کس با هر دینی ، سنی ، تحصیلاتی ، گرایشات فکری و نیروی بدنی می تواند آن را فرا گرفته و به نفع خویش و دیگران آن را به کار برد.

۶. ریکی قادر است در بعد زمان و مکان سفر نماید. به زبان ساده تر ، طبق اصول فیزیکی برای انرژی هرگز نمی توان جا و مکان و بعد و زمان خاصی را تعیین و مقرر نمود. انرژی آزادانه در طبیعت موجود است و تنها بر اساس نیاز از صورتی به صورت دیگر تبدیل می شود. بنابراین ، ریکی نیز که کامل ترین درجه انرژی کائنات هست ، از این قاعده تبعیت می نماید. کاربران ریکی سطح دو که با سمبل " راه دور " ریکی آشنا می شوند می توانند برای رهایی از آلام و درد ها و عذاب های زندگی گذشته به اولین زمان شروع خاطرات و گرفتاری های خویش در زمان گذشته ریکی انتقال دهند تا به کلی از آنها رهایی یابند.

در این حالت ، ریکی اولین و اصلی ترین عامل ایجاد مشکل در زمان گذشته را شناسایی نموده و ارتعاش " کی " منفی آن را تغییر می دهد یا تبدیل به " کی " مثبت می نماید و بدین سان در مدت زمانی کوتاه و به طور معجزه آسا بسیاری از ناراحتی های روحی و روانی را که ریشه در گذشته دارند نابود و برطرف می نماید.

همچنین از ریکی می توان برای بهبود شرایط حال و ایجاد امکانات لازم برای موفقیت در آینده استفاده نمود.

عده ای از عزیزان در مورد امکان همسویی و فراگیری ریکی از راه دور از من می پرسند. سوالاتی از قبیل : آیا برای من که در فلان شهرستانم امکان فراگیری ریکی از راه دور هست؟ آیا باید ریکی را فقط در کلاس های حضوری یاد گرفت؟ آیا حضور در کلاس ها برای فراگیری الزامی است؟ آیا نمی توان ریکی را از راه دور آموخت به صورت غیر حضوری؟

در پاسخ این عزیزان باید عرض کنم که چون نمی شود برای انرژی جا و مکان تعریف کرد ، لذا امکان همسویی با شیوه غیر حضوری نیز کاملاً وجود دارد و عملی است و در سراسر دنیا اساتید بسیار زیادی آموزش غیر حضوری ریکی ارائه می دهند که هیچ تفاوتی با آموزش حضوری ندارد.

تنها عده ای متعصب می گویند که حضور در کنار استاد توان همسویی را افزایش میدهد که در پاسخ این عزیزان باید گفت: مگر ریکی انرژی خود استاد است که بودن یا نبودن در کنار ایشان بر اخذ و ارسال و دریافت تاثیر گذار باشد!!!!

استاد ریکی تنها نقش کانال و واسطه انتقال ریکی را ایفا می کند. بنابراین امکان انتقال انرژی با هر بعد مسافتی امکان پذیر است.

مساله دیگر نیز این است که در همسویی حتما لازم نیست شاگرد و استاد در یک زمان با هم به اصطلاح بنشینند و همسویی انجام شود. برها شده که استاد انتقال ریکی را به فاصله یک هفته تنظیم می کند و فراگیر ریکی هر زمان وقت داشته باشد می تواند آن را یاد بگیرد.

پس: عزیزانی که به هر دلیلی امکان حضور در کلاس های آموزش ریکی را ندارند می توانند آن را به صورت غیر حضوری نیز فرا بگیرند.

دوستان گرامی

کتاب: روح ریکی (والتر لوبک - ویلیام لی رند - فرانک آرجاوا پیتر) را حتما برای مطالعه توصیه می کنم.

معجزه ریکی رو می تونین در این کتاب بخونین.

ریکی برای موارد زیر به کار می رود:

۱. خود درمانی و درمان هر نوع بیماری دیگر.

۲. برنامه ریزی تحصیلی و شغلی و

۳. موفقیت در امورات زندگی

۴. کاهش و از بین بردن هر نوع اضطراب و هیجان منفی

۵. به دلیل اینکه انرژی ریکی هوشمند است و از طرف منبع پاکی ها هدایت می شود می توان آن را برای شناسایی و از بین بردن موارد بیماری زایی که در هاله و بدن فرد پنهان هستند به کار برد.

۶. انرژی فرستادن به زمان گذشته (بله، زمان گذشته)، حال و آینده. گذشته: برای از بین بردن تمام خاطرات بیماری زا و یا مواردی که باعث احساس عذاب وجدان در فرد شده اند. حال: برای بهبود اوضاع و رهایی از استرس.

آینده: برای روبراه شدن و اخذ نتیجه بهتر در کلیه اموری که قصد انجام آن را داریم (به عنوان نیروی کمکی، نه تعیین کننده صرف) (که آن فقط کار خداست و بس).

۷. حفاظت از خود و خانواده در برابر انرژی منفی محیط و افراد شرور.

۸. دادن انرژی به غذا و نوشیدنی ها برای بارور کردن آنها و شارژ انرژی.

۹. کمک به رشد سریع گیاهان و درختان.
۱۰. ارسال انرژی از راه دور برای کمک به افراد نیازمند (زلزله زده و...).
۱۱. رفع انسداد های عاطفی و فیزیکی در هاله افراد.
۱۲. کمک برای از بین بردن بیماری های مزمن و فراگیر (اپیدمی) در یک ناحیه و یا کشور خاص.
۱۳. تقویت انرژی خود و دیگران.
۱۴. تقویت سیستم ایمنی بدن.
۱۵. پاکسازی هوا / اتمسفر یک فضا یا اتاق خاص.
۱۶. ایجاد آنتن ریکی (در اشیایی که همیشه همراه خود دارید تا پیوسته به شما انرژی ریکی ارسال دارند).
۱۷. استفاده همراه سنگ های درمانگر.
۱۸. بسط و توسعه فضای عاطفی و انرژی مثبت در یک محل و یا محیط کاری.
۱۹. جذب نعمات و برکات خداوندی با به کار گیری **Prosperity Reiki**.
۲۰. برکت دادن به پول و اموال و محیط کاری.
۲۱. بالا بردن سطح هوشیاری برای تمرکز بهتر در موقع لزوم.

در این پست لیستی از مطالعات کامل شده بیمارستانی و بالینی را که توسط "مرکز ملی طب مکمل و جایگزین" آمریکا

National Center for Complementary and Alternative Medicine (NCCAM)

درباره تاثیر ریکی بر بیماری های مختلف و نحوه درمان آنها انجام شده در اختیار شما عزیزان قرار می دهم.

لینک مطالعه انجام شده درباره تاثیر ریکی بر روی نوعی بیماری ماهیچه ای

<http://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT00051428?term=Reiki&rank=3>

لینک مطالعه انجام شده درباره تاثیر ریکی بر ایدز پیشرفته

<http://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT00032721?term=Reiki&rank=4>

لینک مطالعات در حوزه های تاثیر ریکی و نوروپاتی

<http://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT00010751?term=Reiki&rank=6>

سیستم ژاپنی توضیح انرژی‌های حیاتی

در ضمن کندو کاو در هنر شفابخشی سنتی آسیایی و کاروبیوتیک که جرج اهاساوا آن را پایه‌گذاری کرد، در اوایل سالهای ۱۹۹۰ با یک سیستم ژاپنی طبقه‌بندی انرژیهای حیاتی آشنا شدم که بسیار آموزنده بود. این سیستم، خلاء مهمی را در اطلاعاتی که در اختیارم بود پر کرد. نمی‌توانستم تصور کنم که میکائو اوسویی ریکی را عملاً "از هیچ" به وجود آورده باشد. هر چه آدمها به وجود می‌آورند همیشه در کار، مشاهده و تجربه دیگران ریشه‌هایی دارد. در نتیجه، میکائو اوسویی نیز باید سیستم درمان طبیعی ریکی خود را در زمینه‌ای از پیش موجود ابداع کرده باشد. برای من بسیار جالب بود که درک خود ریکی از راه توصیف کارکردها و خواص سایر انرژیهای حیاتی که همراه با ریکی یک سیستم را تشکیل می‌دهند، تا این حد آسان‌تر می‌شود.

سیستم انرژی حیاتی که در این بخش شرح داده شده تا حدی از مدل چینی پنج عصر گرفته شده است. تعجبی ندارد که بسیاری از اندیشه‌های معنوی که امروز "ژاپنی اصیل" دانسته می‌شود، بیشتر از چین آمده است. مسلماً یک خاستگاه این سیستم، تائوئیسم اولیه دارای گرایش شمنی چینی است.

قبل از آنکه به بررسی سیستم کهن انرژیهای حیاتی ژاپنی "جدید" بپردازم چند نکته اساسی را در مورد مفهوم کی شرح می‌دهم.

در زبان ژاپنی، کی، یک عبارت کلی برای همه انرژیهای حیاتی است. کی، واژه ژاپنی واژه چینی ((چی)) است که از تای چی جوان، کی گونگ، و طب سنتی چینی با آن آشناییم. به علاوه، شباهتی بین کی و مفهوم پرانا در فلسفه هندی شرقی وجود دارد. اما کی، چنانکه اغلب ادعا می‌شود، همان نوع نیروی حیاتی که ویلهم رایش کشف کرد و آن را ارگون نامید، نیست. شرح تمام تفاوتها به دلیل کمبود حجم این بخش امکان پذیر نیست، اما نوشته‌های ویلهم رایش مسلماً ارزش کند و کاو دارد. این نوشته‌ها حاوی شرح مفصلی از کیفیت‌های خاص

اُرگون است که با بسیاری از ویژگیهای کی که در این کتاب و در بسیاری از نوشته های طب سنتی چینی آمده، قابل مقایسه است. این مقایسه، درک تفاوتهای این مفاهیم را آسانتر می کند.

اُرگون یک نوع بیان انرژی حیاتی است، اما اصطلاحی عمومی برای انواع مختلف انرژیهای حیاتی لطیف مثل چی یا کی یا پرانا نیست. این تفکیک بسیار اهمیت دارد چون قوانینی که در اُرگون صدق می کند معمولا برای تمام انواع کی نیز صدق می کند، اما در عمل کارکرد ندارد.

خیلی کلی بگویم، انرژیهای حیاتی ویژگیهایی دارند که در درجه اول در اثر متقابل تشدید کنندهی آنها قابل مشاهده است. این اثر متقابل به اعتبار تاثیر متقابل میدانهای الکترومغناطیسی خاصی بروز می کند. ویژگی آنها در امکانپذیر ساختن سیستمهای اندامی دارای عملکرد مستقل و خنثی کردن انتروپی، و نیز راههای مختلف دادن امکان حرکت به سوی یگانگی و تولید مثل به این سیستمها نهفته است.

کی به شکل کیفیتهای مختلفی که روی یکدیگر تشکیل می شوند، در بدن انسان گردش دارد. اینها عبارت اند از:

۱- ککی (Kekki)

۲- شیوک (Shioke)

۳- میزوک (Mizuke)

۴- کوکی (Kuki)

۵- دنکی (Denki)

۶- جی کی (Jiki)

۷- ریکی (Reiki)

در نتیجه شکلی از انرژی که ککی نامیده می شود و در این متن با شماره ۱ آمده است، بزرگترین قدرت را دارد اما توانایی ساماندهی آن ناچیز است.

شکلی از انرژی که با شماره ۷ (ریکی) ذکر شده است، بیشترین توانایی را برای ساماندهی جریان انرژی در ذهن و بدن دارد، اما در عین حال قادر به تاثیر مستقیم نیست. بنابراین آخرین انرژی که در این فهرست آمده، نوعی برنامه کنترل است برای اینکه هر آنچه سیستم انسان نیاز دارد با نیروهای صحیح، به میزان درست، در زمان درست، و با متناسب ترین ریتم، و مفید ترین روش انجام گیرد. بقیه انرژیهای بین ۱ تا ۷ در اثر متقابل با یکدیگر، کارکردهای مختلفی به شرح زیر به وجود می آورند.

مسئله این نیز مهم است که بدانید اندامهای انرژی، مانند آنچه از چاکراهای یوگای هندی می شناسیم، در اینجا شرح داده نخواهند شد. بلکه، اینها کیفیتهای انرژی با ویژگیهای منحصر به فرد هستند. این نیروها در هر اندام انرژی یک موجود زنده وجود دارند. البته، آنها در اندام کارکردی که به آنها نزدیک تر است با تراکم بیشتر متمرکزند.

ویژگیهای هفت انرژی حیاتی اصلی

۱- ککی

شکلی از ککی که قدرت غذا دهنده برای موجود زنده فراهم می کند و به ژاپنی ککی نامیده می شود. کک از واژه کتسو به معنی "خون" گرفته شده است.

در نتیجه ککی یعنی "ککی خون"، که با اندام انرژی اولین چاکرا که در انتهای ستون مهره ((دنبالچه)) قرار دارد ارتباط بسیار نزدیک دارد. سلولها ککی را برای حفظ جسم سلولی و تامین

انرژی کار کردن مصرف می کنند. این کیفیت انرژی زمانی به وجود می آید که مثلاً یک موجود طی تبادل، تغذیه و برخورد با سایر موجودات زمینی، در جریان بی پایان تغذیه کردن و تغذیه شدن قرار می گیرد. ککی زمخت ترین و ساده ترین کیفیت انرژی در بدن است. بنابراین، برای نیروهای سازمان دهنده برتر، آسانترین و دسترس پذیرترین انرژی برای غذا دادن به ساختارهایی خاص است.

ککی مانند گل رسی است که بی نهایت تعداد آجر می توان از آن ساخت، پخت و برای ساختن بنا مورد استفاده قرار داد. زمانی که ککی به نحوی در فرایندی گنجانده شود، به شکل دیگری از انرژی تغییر شکل می دهد.

ککی یا نیروی حیاتی به فرصتی نیاز دارد تا جمع شود و به چیزی غذا دهد تا آن چیز وظیفه اش را در حیطه آفرینش به انجام رساند. ککی به تنهایی نمی تواند این وظیفه را انجام دهد. وقتی ککی این وظیفه را انجام می دهد از کیفیت انرژی ای که در زیر می آید، کمک می گیرد.

۲- شیوک

این شکلی از ککی است که به بدن ساختاری می دهد که حیات کی بتواند در آن جمع شود و اثر گذارد. این کی کمک می کند ککی "جفت و جور" بماند و حتی تحت فشار از هم گسیخته نشود، زیرا ذخایر کافی در این ساختار انباشته شده است. این کی برای ادامه هستی اش اراده و استحکام دارد و به ژاپنی شیوک نامیده می شود. این واژه را می توان "کی نمک" یا "کی مواد معدنی" ترجمه کرد. شیوک ساختاری است مجهز به قدرت اتصال، شکلی است که ککی برای مدتی در آن نگهداشته می شود و این مدت با طول دوره حیات یک موجود یا یک سلول تطبیق می کند. به این ترتیب، شیوک هستی یک موجود را می آفریند. این میدان نیروی انسان

زمانی پدید می آید که افراد در می یابند تجسد زمینی آنها اساساً هدفی دارد. چیزی که نمی خواهد هدفی را به انجام رساند، به ساختاری هم نیاز ندارد که برای تحقق آن هدف مناسب باشد. این، یعنی پذیرفتن وجود زمینی مان به عنوان فرصتی مهم و پایا برای تجربه کردن و برآوردن نیازهایمان.

شیوک همچنین نشانگر ساختمان طبیعی آدمیزاد، امکانهای بنیادی ما برای تحقق خود، و طبعاً محدودیت‌هایمان است. اگر شیوک به شیوه‌ای خشونت آمیز از بین برود، ککی درون آن آزاد است که آن را رها کند و یک شیوک دیگر را پیروانند که به آن امکان عمل دهد. شیوک در واقع ظرفی است که ککی در آن نگهداری می شود، و ککی نیز وظیفه خاصی را به انجام می رساند. این وظیفه تا حدی به وسیله ظرف و تا حدی به وسیله نیروهای دیگر تعیین می شود.

علاوه بر این شیوک، مثل ککی، ارتباط نزدیکی با چاکرای اول دارد. شیوک برای اینکه وظیفه اش را انجام دهد و معنای هستی اش را به عمل تبدیل کند، به ارتباط با مواد و موجودات زنده دیگر، به خصوص از نوعی که خود نماینده آن است، نیاز دارد. تجلیهای گوناگون آن را نیروهای حیاتی برتر می آفرینند.

۳- می زوک

این شکلی از کی است که اجازه می دهد روابط مبنای ارتباطها باشند، و بنابر این وقتی به معنای فیزیکی با هم هستیم از بین رفتن حس جدایی و تجربه شادی، لذت و حس امنیت را امکانپذیر می کند. این کی را "می زوک" می نامند که بسیاری از تجربه‌های مهم دیگر را نیز امکانپذیر می کند. می شود آن را "کی آب" یا حتی "کی مایعات" ترجمه کرد. می زوک نیروی ارتباط، نیروی "پیروز شدن با تسلیم شدن (سرسپردگی)" است. این کیفیت انرژی حیاتی زمانی به وجود می آید که مثلاً می پذیریم با برهم کنش همیشگی رشد و زوال جاری هستیم، که هر یک از ما به شیوه خاص خودمان در رقص جاودانه نیروهای آفریننده شرکت

داریم. علاوه بر این، می زوک الگوهای احساسی اساسی اعتماد بنیادین، آرزو و توانایی از خود گذشتن برای دیگری را ایجاد می کند. می زوک معمولا نماینده انرژی اصلی تمام هیجانهاست. این انرژی مسئول جنسیت و تمایلات جنسی، لطافت و بدن - آگاهی است. در عین حال، برای ما امکان خوردن همه چیز و پشتیبانی از سوخت و ساز را فراهم می آورد. می زوک با اندام انرژی چاکرای دوم، که درست بالای استخوان عانه در قسمت پایین شکم است، ارتباط دارد. این نیرویی است که ککی محصور در شکلهای مختلف شیوک را جمع می آورد و ساختارها را از آن شکل می دهد. می زوک جریان نیروها را از یک شکل به شکل دیگر امکان پذیر می کند. بدون می زوک شکلهای شیوک منزوی می مانند، زیرا درون خودشان جامد و کند و بدون هیچ حرکت واقعی گرفتار می مانند. می زوک احتمالا با ارگون، که ویلهلم رایش دانشمند اتریشی آن را کشف کرد، انطباق دارد.

برای اینکه امکان روابط بی شمار به شکلی مناسب برای افراد و رشد آنها غربال و به تجربه هایی ماندگار و از لحاظ شخصی معنادار تبدیل شود، نیروی دیگری باید می زوک را به طور اختصاصی تعلیم و راه را عملا به آن نشان دهد.

۴- کوکی

شکلی از کی که با ایجاد مرزها، پذیرنده کردن در زمینه ای خاص، شکل دادن و کوشیدن، به موجود زنده در خلق روابط درست با بخشهای دیگر آفرینش کمک می کند، کوکی نامیده می شود. ترجمه این واژه "کی گازها" یا "کی هوا" است. کوکی تحقق خود است: رشد کردن، از خود آگاه شدن، از لحاظ شخصی به نحوی در زندگی مفید بودن است. این میدان نیرو وقتی تجلی می یابد که مثلا ما فردیت خود را درک می کنیم و می پذیریم و آن را در شیوه ای که به زندگی مان شکل می دهیم، درگیر می کنیم. این کیفیت کی با چاکرای سوم، که زیر جناغ سینه در ناحیه معده است، ارتباط دارد.

کوکی به علاوه پشتیبان توانایی تفکر منطقی و تجزیه غذاست. همان نیرویی است که کاراته کار برای شکستن یک قطعه بتنی با مشت خود به کار می‌گیرد، همچنین بخش مهمی از نیروهایی است که شفاگران فیلیپین برای انجام عمل جراحی با دست خالی از آن استفاده می‌کنند.

کوکی انگیزه انتخاب راه و تجربه خودمان بودن را به ما می‌دهد. کوکی همچنین مراقب است تحت تاثیر آدمهای دیگر از راهی که برای ما مناسب است منحرف نشویم.

برای اینکه رشد، کوشش و شکوفایی به بهای جهان اطراف تمام نشود، بلکه برای خیر و منفعت گروه دیگر نیز به تحقق درآید، کوکی به نیرویی نیاز دارد که آن را یاری کند تا به سوی نیازهای راستین شخصیت یک فرد و موجوداتی که این فرد با آنها در ارتباط مستقیم است، جهت یابد. این، یعنی یافتن ریتم دو جانبه‌ای برای رقص زندگی، بدون اینکه مدام پا روی پای دیگری بگذاریم.

۵-دنکی

شکلی از کی که تلاش، ارتباط با نفس، و نیاز به رشد کردن با رعایت دیگران را در ما ایجاد می‌کند، دنکی می‌نامند. می‌توان آن را "کی تندر" ترجمه کرد. جالب است که قدرت تندر در شش نگاره شماره ۵۱ خرد و پیشگویی چینی، یی چینگ، تماس دهنده انساها با نیروی آفریننده نامیده شده است. تندر ابتدا ما را هراسان و وحشت زده می‌کند، اما این تجربه پالایش دهنده می‌تواند در یافتن نگرش درست نسبت به امور مادی و عمل به شیوه‌ای اخلاقی و معنوی به ما کمک کند.

این نوع انرژی حیاتی زمانی در درون ما به وجود می آید که بپذیریم رشد ما نباید به بهای خوب زیستن ما یا آدم دیگری که با او ارتباط داریم باشد. دنکی، به علاوه، الگوهای عاطفی عشق، همدلی، بردباری و اعتماد به خدا را به وجود می آورد، اما فقط به این شرط که تحت تاثیر دنکی هیچ فعالیت دیگری که توجه ما را منحرف کند، انجام ندهیم.

با به یاد آوردن این نکته که تندر با ترساندن ما را شفا می دهد و پاک می کند، می توانیم این قانون عجیب رادرک کنیم. اگر ما این واکنش را با معطوف کردن توجه به رخدادی "بی آزار" سرکوب کنیم، دنکی نمی تواند بر ما تاثیری کامل داشته باشد. دنکی به زندگی مولفه های می دهد که از لحاظ اجتماعی سامان دهنده است و سائق صیانت ذات را نیز در ما بسیار تقویت می کند، البته نه از سر ترس بلکه از طریق قدرت عشق به آنچه هستیم. این کیفیت انرژی حیاتی یک حالت طبیعی منصف بودن در ارتباط با دیگران، شکیبایی، و درک خوش نیتی از هر آنچه متفاوت است به وجود می آورد.

برای آنکه رفتار ملاحظه گرانه ای فردی ای که بر اثر دنکی در ما به وجود آمده است به نحوی کنترل شود که کاملاً یکی شدن با اجتماع و رضایت از خود، رشدمان را دچار سکون نکند، به کیفیت قدرت دیگری نیاز داریم. دنکی با چاکرای چهارم، مرکز قلب، ارتباط دارد.

۶- جی کی

شکلی از کی که به ما کمک می کند در هر شرایطی مکمل کاملاً مناسب خود را بیابیم، که جنبه های پنهان و نزیسته ما را به نحوی که نتوانیم از آن چشم پوشیم به ما می نمایاند، و یا همزمان کمک مان می کند، استعدادهای نهفته خود را با متمرکز کردن توجه بر آنها شکوفا کنیم، جی کی می نامند.

این واژه را می‌توان "نیروی مغناطیسی" یا "نیروی جمع‌کننده" ترجمه کرد. این میدان خاص نیروی زمانی در دسترس ماست که چالشهای معنی دار و روابط ماندگاری را که برای رشدمان حیاتی‌اند، با مسئولیت بپذیریم. جی کی مولد گیرایی و ساختار فردی ما و جهان اطراف مان بنا به خواستی حقیقی است که منشا الهی و سه کیفیت اساسی نیروی آفریننده را دارد: جی کی نماینده قدرت زیبایی شناسی، هنر و زیبایی به هر شکل است. این نیرو مراقب است که "هر ظرف، دری مناسب داشته باشد"، همچنین وقتی گرما بالا می‌رود چون راه فراری از وضعیت نیست فشار درون ظرف را زیاد می‌کند. اتفاقی نیست که این استعاره شما را به فکر روابط میان‌دازد. مسلماً اینجا ارتباط‌هایی می‌توانید، پیدا کنید. جی کی انرژیهای دیگر را نشان می‌دهد و تجلی آنها را متناسب با هستی فردی موجود مورد نظر هماهنگ می‌کند. تجلی مغناطیسی انرژی حیاتی با چاکرای پنجم، که در زیر گردن و بالای سینه است، ارتباط دارد.

برای اینکه اثرهای شکل‌های انرژی حیاتی که در شش نقطه قبل شرح داده شد به نحوی درست با هم کوک شود، و این انرژیها از لحاظ فرآیندهای حیات فعال شوند، باید نیروی کنترل‌کننده‌ای در بالاترین سطح وجود داشته باشد تا یک تعادل جریان پایدار (هم ایستایی) در کل سیستم به وجود آورد.

۷- ریکی

شکلی از کی که کاربرد هم‌افزای (تشدید‌کننده) صحیح تمام شکل‌های فرعی نیروی حیاتی را به مفهومی کل‌نگر سازماندهی می‌کند، ریکی می‌نامند. این واژه را می‌توان "نیروی روح" یا "قدرت معنوی" نیز ترجمه کرد. این کیفیت انرژی حیاتی است که در جهان مادی به نیروی آفریننده الهی، یعنی سرچشمه تمام حیات، نزدیک‌ترین است. ریکی سه بخش الگویی شخصیتی

یعنی کودک درون، خودمییانی، و خودبتر را با هم هماهنگ می کند تا هر سه در یک سیستم متصل به هم بمانند، نه این که به دلیل ویژگیهای متفاوتشان جداگانه در تلاش باشند.

- ریکی بدون مقید کردن، متصل میکند.
- ریکی بدون هیجان زدگی، برمی انگیزاند.
- ریکی بدون انزوا، جدا میکند.
- ریکی توجه ما را به زندگی و عشق در قلب میکشاند.
- ریکی بدون ایجاد عدم درگیری، شفاف می سازد.
- ریکی بیدار میکند و رشد تمام توانهای نهفته را حمایت میکند.

به نظر من ، اینها انواع اصلی اثرهای انرژی حیاتی کائنات در حالت ناب آن هستند. البته، ما هنوز باید در این راه گام برداریم تا به آن دست یابیم. از آنجا که ریکی فرصت کافی برای انجام این کار را دارد، ابتدا مراقبت می کند که پاکسازی و شفاف سازی که پیش زمینه تمام فرآیندهای دیگر است، انجام شود. برای جلوگیری از خود - مسمومی، حتی به رغم پاکسازی، باید تصمیم بگیریم به روش دیگری زندگی کنیم که سالم تر، معنوی تر، و شخصی تر باشد. ریکی نمی تواند و اجازه ندارد این عمل را که ناشی از قدرت اراده ماست در اختیار بگیرد. اراده آزاد برای انتخاب، هدیه ای الهی است. تسلط یافتن بر آن ، وظیفه ای مقدس است، همانطور که یاد گرفتن استفاده از آن به شیوه ای که در کل آفرینش مفید و معنادار باشد نیز وظیفه ای مقدس است.

شکلهایی از انرژی حیاتی که برتر و یک دست تر از ریکی هستند، نمی توانند خود را مستقیماً در جهان مادی جدایی آشکار سازند.

کی الهی ، که همه چیز از آن آفریده شده است و همه چیز پس از پایان هستی مادی به آن باز می گردد، شین کی نامیده می شود. شین کی در خارج از جهان مادی در بالای چاکرای هفتم، که دو تا سه انگشت بالای تاج سر قرار دارد، از طریق ریکی عمل می کند. ریکی آن قدر به اصل وحدت و نیز به اصل جدایی نزدیک است که فصل مشترکی برای تماس بین این دو تشکیل می دهد. این کار کرد سبب تعادل جریانهای بین و ینگ می شود. در یک جمله، ریکی تمام فرآیندهای گوناگون حیات را تقویت می کند. ریکی با مرکز انرژی پیشانی، چاکرای ششم، ارتباط دارد. این چاکرا بین دو ابرو در بالای ریشه بینی قرار دارد.

بار دیگر باید یادآور شد که گرچه انواع انرژی حیاتی که شرح داده شد با چاکراهای خاصی همنوایی نزدیک دارند، اما انرژیهای این چاکراها نیستند. این انرژیها در چاکراها جریان می یابند. آنگاه نیروهایی فرعی، مثل مریدینهایی که در طب سوزنی با آنها آشنا هستیم، به حرکت در می آیند و رفتارهای خاصی بروز می کند. بنابراین، انواع گوناگون انرژی حیاتی که در این فصل شرح داده شد در قیاس با انرژیهای حیاتی که بعد مستقیماً در چاکراهای اصلی و فرعی، اندامها و مریدینها به گردش در می آیند کیفیتهای ابتدایی تر دارند.

<http://www.soluk->

[Itemid=1&id=23&task=view&reiki.com/index.php?option=com_content](http://www.soluk-Itemid=1&id=23&task=view&reiki.com/index.php?option=com_content)

کاربرد های دیگر ریگی

درمان حیوانات با ریگی

اصول درمان همیشه یکسان است. حیوانات خانگی مانند اسب، گاو، کبوتر، گربه و سگ را با قرار دادن دست روی جایی که حیوان دوست دارد نوازش شود، مانند پشت گوشها و زیر گردن، و نیز جایی که درد دارد، باید درمان کرد.

برای حیوانات کوچکتر، کف دستان گود شده خود را دور آنها قرار دهید و ریگی را به تمام بدنشان بدهید.

می توانید زمانی که حیوان در خواب است نیز ریگی را از فاصله ای نزدیک به آن بدهید.

درمان گیاهان با ریگی:

با ریگی، گیاهان سالم و قوی رشد می کنند. درختان از طریق تنه خود می توانند ریگی را دریافت کنند.

اگر گیاه گلدانی را در دست نگه دارید و از طریق ریشه به آن ریگی بدهید، رشد می کند. همچنین می توانید دستهای خود را در تماسی اندک با گیاه در بالا و اطراف آن نگه دارید.

جوانه ها و تخمها با قرار گرفتن در کف دستهای گود شده شما ریگی را دریافت می کنند.

علاوه بر دادن ریگی، از گیاهان خود نگه داری کنید، تا نتیجه بهتری بگیرید.

درمان اجسام با ری کی

غذا - دارو - لوازم کمکهای اولیه - لباسها - لوازم برقی - ماشینها - باتریها و هر چیز دیگری را که در فکر می گنجد ، می توانید با قرار دادن دست روی آن یا روی قسمت برجسته شیئی که استفاده می کنید ، درمان کنید.

اشیاء کوچک را می توان در کف دستهای گود شده قرار داد . دستها را می توان روی قسمتهایی که برای بهبود مهم به نظر می رسد، قرار داد . از تشخیص خود در این مورد استفاده کنید.

همچنین می توانید چیزهای خیلی بزرگ شامل خانه یا مجتمع مسکونی که در آن زندگی می کنید ، را کوچک تصور کنید و دستهی خود را دور آنها قرار دهید و ری کی بدهید.

ری کی در همه چی جریان می یابد ، پس اجازه دهید تخیل شما آزادانه به حرکت درآید و بهترین استفاده را از این هدیه الهی ببرید.

منبع : ری کی ((انرژی درمانی قدرتمند ، با دستهای شفابخش ---)) (تالیف : راما گوپتا --

ترجمه : دکتر پروین بیات

تأثیرات ریکی

ریکی تکنیک بسیار موثری برای رسیدن به آرامش و کاهش استرس و تنش می باشد.

ریکی راهی برای افزایش خلاقیت و آگاهی است.

ریکی موجب تقویت سیستم ایمنی و بازسازی سلولها و بافتهای بدن می شود.

ریکی انرژی ای است که همواره می توانیم آن را دریافت کنیم.

درمانگران ریکی پزشک نیستند کار آنها کمک به جریان یافتن انرژی حیاتی است.

ریکی مکمل درمان پزشک یا روانپزشک باشد.

ریکی شعور خاص خودش را دارد و بدرستی می داند به کجا برود و چه کار کند و نیازی به

هدایت درمانگر ندارد.

ریکی با ضمیر برتر بیمار ارتباط برقرار می کند و با استفاده از اطلاعات ضمیر برتر تصمیم

می گیرد به کجا برود و چه کاری را انجام دهد.

ریکی هرگز آسیب نمی رساند زیرا به میزان مورد نیاز دریافت کننده جاری میشود.

ریکی مستقیماً به چاکراها می رود و از چاکراها به سیستم غدد مترشحه داخلی منتقل می

شود.

غدد مترشحه داخلی مولد هورمون ها می باشد، هورمونها جسم داخلی را در سلامتی و تعادل

نگه می دارند.

تهیه و تنظیم: پیمان شهزادی

منبع: انرژی درمانی قدرتمند با دستهای شفابخش – نویسنده: راما کوپتا مترجم: دکتر پروین

بیات

ریکی مکمل معالجات پزشکی

ریکی در تمام سطوح درمانی یعنی فیزیکی، ذهنی، احساسی، روحی و... عمل می کند. هر کسی می تواند ریکی را بیاموزد زیرا همه به گونه ای ناقل انرژی هستند ولی به دلیل استفاده نکردن از این حس کانالهای انتقال بسته می شود، و بعد از اینکه به وسیله استاد ریکی مراسم تشریف انجام شود این کانالها باز می شوند و هرگز بسته نخواهند شد. بدین ترتیب قادر خواهید بود به وسیله انرژی، خودتان، دیگران و یا حیوانات را مداوا کنید، البته هرگز ریکی جایگزین معالجات پزشکی نمی شود ولی می تواند آن را تکمیل نماید. ریکی با استفاده از تعادل انرژی در بدن باعث درمان می شود. در نهایت ریکی یک حیات و زندگی جدید برای شماست.

اگر خواهان شفای جسم هستید، باید نخست ذهن را شفا بخشید.

مطمئناً بارها و بارها قسمتی از بدنتان دچار درد شدیدی شده و بی اختیار دست خود را روی آن ناحیه گذاشته اید و قلباً احساس آرامش کرده اید. حال می خواهم برایتان بگویم که قلب شما درست احساس کرده. شما با این عمل مقداری شفا به آن ناحیه رسانده اید. در واقع می توانم بگویم این کار یک تکنیک یا ابتکاری نوین نیست. این روش، ریشه در سنتی کهن دارد و انسانها در قرنهای متمادی با آن زیسته اند و آن را در کنار حواس دیگر داشته اند.

متأسفانه با گذشت سالها و پیشرفت علم و تکنولوژی و ما حاصل تمدن، کانالهای انتقال انرژی شفا بخش مسدود و در نتیجه شما ارتباط خود را با انرژی کیهانی از دست داده اید. در حالی که این ارتباط می تواند مکملی برای سایر روش های درمانی باشد. خوشبختانه کشف ریکی توسط دکتر میکائو اوسوئی در اواخر قرن نوزدهم و تعلیم استادانی برای شفای طبیعی، راهی برای استفاده از انرژی شفا بخشی که به طور طبیعی در هستی موجود است گشوده شده. در واقع درمانگر در ریکی کانالی برای انتقال این انرژی محسوب می شود تنها چیزی که شما برای انتقال انرژی (ریکی) نیاز دارید کانالیزه شدن توسط یک استاد ریکی است و جالب اینجاست که وقتی یک بار روند در مورد شما انجام شود این انرژی تا پایان عمرتان با شماست و شما

می توانید از این موهبت الهی استفاده کنید ولی فراموش نکنید که انرژی را درست و بجا برای شفا و ارتباط نزدیک و غیابی به کار برید و آنچه مسلم است این است که ریکی نیازی به باور شما ندارد. ریکی فقط وجود دارد و خود به خود عمل می کند و تاثیر عمیقی بر شما و دیگران دارد. همراه با استفاده از ریکی، احساسات برتر یا الگوهایی که فرد را سالم و سرحال و آگاه از اصول آن می سازد نیز اهمیت دارد و آنها عبارات زیر هستند:

- فقط امروز نگران مباش.
- فقط امروز خشمگین مشو.
- فقط امروز عشق و احترام را به هر موجود زنده ابراز کن.
- والدین، معلمان و بزرگان را محترم بشمار.
- معاش را شرافتمندانه تامین کن و سپاست را ابراز کن.

تاثیرات ریکی بر شما

- ریکی از قدرت طبیعی شفای بدن، توسط خود حمایت می کند.
- ریکی تعادل روحی و تندرستی ذهنی را برقرار می کند.
- ریکی بدن و روح را حیات می بخشد.
- ریکی در تمام سطوح ذهن، روح، بدن و عواطف عمل می کند.
- ریکی انرژی بدن را تعادل می بخشد.
- ریکی انرژی مسدود شده را رها می سازد.
- ریکی سموم بدن را پاک می کند.
- ریکی خود را بر اساس نیازهای گیرنده تنظیم می کند.
- ریکی بر حیوانات، گیاهان و تمامی موجودات زنده اثر می کند.
- ریکی هیچگونه ضرری برای هیچ کس ندارد.
- ریکی باعث رفع استرس و ایجاد آرامش درون می شود.

- ریکی جایگزین معالجات پزشکی نیست ولی می تواند مکمل آن باشد و بهبود فوری را برای شما به ارمغان بیاورد.
- ریکی شیوه شفای مطبوع و جامعی است و در نهایت با شناخت و جریان ریکی، دنیا و حیات جدیدی را تجربه خواهید کرد. سادگی مویید حقیقت ریکی است.
نویسنده: فرحناز دیهیم، منبع: مجله موفقیت

گزیده ای از پاسخ بنده به سوال یک دوست درباره ریکی

ریکی هفتمین و هوشمندترین شکل انرژی موجود در کائنات هست که نیروی جسمانی را با نیروی روحانی پیوند می دهد. من نیز با شما هم عقیده ام که در سال های اخیر سوء استفاده های زیادی از انرژی و انرژی درمانی شده است، اما، چه بپذیریم و چه نه شکل راستین انرژی در کائنات موجود است که بشر می تواند با تذهیب و خودسازی راه استفاده از آن را در جهت درمان خود و دیگران و نیز در مسیر ارتقای روحی روانی خویش پیدا کند. تجربیات و گزارشات بسیار زیادی از کاربرد ریکی در کنار طب رایج گزارش شده است. اما، به اینکه توجه کنیم که ریکی هرگز درمان صرف و جایگزین علم پزشکی نیست. بلکه، در کنار آن راه بهبود سریع تر و کم هزینه تر را هموار می سازد.

ریکی انرژی هوشمند است یعنی دقیقا می داند به چه مقدار و به کدام ارگان هدایت شود تا امر شفا بخشی سریع تر انجام شود. شما تنها کافی است نیت درمان را داشته باشید و بقیه را بسپارید به این انرژی پاک.

ریکی هرگز از طرف خود استاد داده نمی شود، به عبارت دیگر، در ریکی واژه "ارسال" نباید زیاد به کار رود، بلکه، بهتر است واژه انتقال را به کار ببریم. چون، بر عکس برخی روش های درمانی که در آنها انرژی خود استاد یا انرژی دهنده به بدن فرد مورد نظر می رود، در ریکی استاد تنها حکم کانالی را دارد که انتقال انرژی از منبع لایزال را بر بدن مراجع بر عهده دارد. به عبارت دیگر، ریکی از چندین جهت بسیار مهم و جالب است:

اول) اینکه هرگز از بدن و انرژی شخص دهنده نمی کاهد بلکه اتفاقاً چون انرژی به واسطه بدن استاد به بیمار منتقل می شود، خود استاد نیز احساس سرزندگی و شادابی می کند.

دوم) انرژی ریکی هوشمندانه راه خویش را می گشاید و تنها با یک نیت کافی است جریان یابد.

سوم) انرژی ریکی همواره در بدن فرد همسو شده باقی می ماند.

چهارم) انرژی ریکی هیچ آسیبی نه به دهنده و نه به گیرنده نمی رساند. (دهنده = انتقال دهنده)

پنجم) برای همسو شدن و استفاده از آن بر خلاف سایر روش های مرسوم به هیچ وجه نیازی به استفاده از ابزار و آلات و یا ذکرهای پیچیده و یا انجام تمرینات سخت و طاقت فرسا نمی باشد. یعنی اگر شما روزانه تنها ۳۰ تا ۴۵ دقیقه صرف انجام تمرینات ریکی نمایید در حد بسیار عالی می توانید از آن بهره بگیرید.

فوائد ریکی:

ریکی در تمام سطوح درمانی یعنی فیزیکی، ذهنی، احساسی، روحی و... عمل می کند. هر کسی می تواند ریکی را بیاموزد زیرا همه به گونه ای ناقل انرژی هستند ولی به دلیل استفاده نکردن از این حس کانالهای انتقال بسته می شود، و بعد از اینکه به وسیله استاد ریکی مراسم تشریف انجام شود این کانالها باز می شوند و هرگز بسته نخواهند شد. بدین ترتیب قادر خواهید بود به وسیله انرژی، خودتان، دیگران و یا حیوانات را مداوا کنید، البته هرگز ریکی جایگزین معالجات پزشکی نمی شود ولی می تواند آن را تکمیل نماید. ریکی با استفاده از تعادل انرژی در بدن باعث درمان می شود. در نهایت ریکی یک حیات و زندگی جدید برای شماست.

اگر خواهان شفای جسم هستید، باید نخست ذهن را شفا بخشید.

مطمئناً بارها و بارها قسمتی از بدنتان دچار درد شدیدی شده و بی اختیار دست خود را روی آن ناحیه گذاشته اید و قلباً احساس آرامش کرده اید. حال می خواهم برایتان بگویم که قلب شما درست احساس کرده. شما با این عمل مقداری شفا به آن ناحیه رسانده اید. در واقع می توانم بگویم این کار یک تکنیک یا ابتکاری نوین نیست. این روش، ریشه در سنتی کهن دارد و انسانها در قرنهای متمادی با آن زیسته اند و آن را در کنار حواس دیگر داشته اند.

متأسفانه با گذشت سالها و پیشرفت علم و تکنولوژی و ما حاصل تمدن، کانالهای انتقال انرژی شفا بخش مسدود و در نتیجه شما ارتباط خود را با انرژی کیهانی از دست داده اید. در حالی که این ارتباط می تواند مکملی برای سایر روش های درمانی باشد. خوشبختانه کشف ریکی توسط دکتر میکائو اوسوئی در اواخر قرن نوزدهم و تعلیم استادانی برای شفای طبیعی، راهی برای استفاده از انرژی شفا بخشی که به طور طبیعی در هستی موجود است گشوده شده. در واقع درمانگر در ریکی کانالی برای انتقال این انرژی محسوب می شود تنها چیزی که شما برای انتقال انرژی (ریکی) نیاز دارید کانالیزه شدن توسط یک استاد ریکی است و جالب اینجاست که وقتی یک بار روند در مورد شما انجام شود این انرژی تا پایان عمرتان با شماست و شما

می توانید از این موهبت الهی استفاده کنید ولی فراموش نکنید که انرژی را درست و بجا برای شفا و ارتباط نزدیک و غیابی به کار برید و آنچه مسلم است این است که ریکی نیازی به باور شما ندارد. ریکی فقط وجود دارد و خود به خود عمل می کند و تاثیر عمیقی بر شما و دیگران دارد. همراه با استفاده از ریکی، احساسات برتر یا الگوهایی که فرد را سالم و سرحال و آگاه از اصول آن می سازد نیز اهمیت دارد و آنها عبارات زیر هستند:

- فقط امروز نگران مباش.
- فقط امروز خشمگین مشو.
- فقط امروز عشق و احترام را به هر موجود زنده ابراز کن.
- والدین، معلمان و بزرگان را محترم بشمار.
- معاش را شرافتمندانه تامین کن و سپاست را ابراز کن.

تاثیرات ریکی بر شما:

- ریکی از قدرت طبیعی شفای بدن، توسط خود حمایت می کند.
- ریکی تعادل روحی و تندرستی ذهنی را برقرار می کند.
- ریکی بدن و روح را حیات می بخشد.
- ریکی در تمام سطوح ذهن، روح، بدن و عواطف عمل می کند.
- ریکی انرژی بدن را تعادل می بخشد.
- ریکی انرژی مسدود شده را رها می سازد.
- ریکی سموم بدن را پاک می کند.
- ریکی خود را بر اساس نیازهای گیرنده تنظیم می کند.
- ریکی بر حیوانات، گیاهان و تمامی موجودات زنده اثر می کند.
- ریکی هیچگونه ضرری برای هیچ کس ندارد.
- ریکی باعث رفع استرس و ایجاد آرامش درون می شود.
- ریکی جایگزین معالجات پزشکی نیست ولی می تواند مکمل آن باشد و بهبود فوری را برای شما به ارمغان بیاورد.

▪ ریکی شیوه شفای مطبوع و جامعی است و در نهایت با شناخت و جریان ریکی، دنیا و حیات جدیدی را تجربه خواهید کرد. سادگی مویید حقیقت ریکی است.

نویسنده: فرحناز دیهیم، منبع: مجله موفقیت

پرسش و پاسخ دو درباره ریکی

آیا همه شفاگران از ریکی استفاده می کنند؟

انرژی شفا شکل‌های گوناگون دارد. کی یا انرژی زندگی از بخش‌های مهم تمام انرژی‌های شفا دهنده است. تمام شفاگران از انرژی یا کی استفاده می کنند، اما همه آنها ریکی را به کار نمی برند. ریکی نوع خاصی از شفاست که فقط از طریق کسی که با آن همسو شده است منتقل می شود. ممکن است کسانی با ریکی به دنیا آمده یا از طریق دیگری آن را کسب کرده باشند، اما اکثر افراد باید با ریکی همسو شوند تا قادر به استفاده از آن باشند. بنابراین شفاگرانی که یک استاد ریکی آنها را همسو نکرده است، از ریکی استفاده نمیکنند بلکه نوع دیگری از انرژی شفا را به کار میبرند. شفاگرانی که دوره آموزش ریکی را نگذرانده اند می توانند با شرکت در این دوره ها از آن بهره ببرند. افرادی که قبلاً شفاگری کرده اند، گزارش میدهند که بعد از دریافت آموزش ریکی، قدرت انرژی درمانگر آنان حداقل پنجاه درصد افزایش یافته است.

آیا ریکی می تواند آسیب بزند؟

ریکی هرگز آسیب نمی زند. ریکی را آگاهی الهی هدایت می کند، پس هرگز نمی تواند صدمه ای بزند. ریکی همیشه نیاز شخص را می داند و برای ایجاد یک اثر مطلوب خود را با آن نیاز هماهنگ می کند. هرگز نگران ریکی دادن یا ندادن نباشید، ریکی همیشه مفید است.

آیا ریکی انرژی درمانگر را تهی می کند؟

چون ریکی یک شفای کانالیزه شده است، انرژی درمانگر ریکی هرگز تمام نمی شود. در حقیقت آگاهی ریکی هم مراقب درمانگر است و هم مراقب بیماری که به شفا نیاز دارد، از این رو هر دوی آنها این انرژی را کسب می کنند و به همین دلیل، دادن ریکی همیشه سبب افزایش انرژی درمانگر می شود و محیط اطراف او را سرشار از احساس دوست داشتنی تندرستی می کند.

آیا همه می توانند ریکی را بیاموزند؟

بله، توانایی یادگیری به میزان هوش و توانایی تمرکز افراد بستگی ندارد و نباید سالیان دراز صرف تمرین آن شود. ریکی به سادگی از استاد به شاگرد انتقال می یابد، و بلافاصله پس از این انتقال شاگرد ریکی را کسب کرده است و می تواند آن را به کار برد.

آیا میتوانیم از ریکی برای درمان خودمان استفاده کنیم؟

بله، می توانید علاوه بر به کار بردن ریکی برای دیگران برای درمان خود نیز از آن استفاده کنید، که این یکی از امتیازهای عالی ریکی به شما رمی رود. ریکی همانگونه که روی دیگران عمل می کند، روی خود شما نیز عمل می کند.

آیا کارورز یا استاد در ریکی باید کاملاً تطهیر و از کارماها رها باشد؟

خیر، چون در این صورت هیچ استاد ریکی وجود نمی داشت. ریکی انرژی کانالیزه شده است. انرژی های همسویی از طریق استاد ریکی به شاگرد منتقل می شود ولی استاد ریکی فرایند را هدایت نمی کند و فقط کانالی است برای انرژی همسویی که از قدرت برتر جاری می شود.

آیا ریکی برای خانم باردار بی خطر است؟ در هنگام زایمان چطور؟
نه تنها دادن ریکی برای خانم های حامله مانعی ندارد بلکه می تواند بسیار هم سودمند باشد،
توصیه می شود که ریکی به ناحیه ی شکم، رحم و لگن خانم حامله داده شود و در هنگام زایمان
هم ریکی را از فاصله بدهید، که در این صورت تمام بدن ریکی می گیرد و زایمان راحت تر
می شود.

آیا هنگام درمان با ریکی باید سایر درمان های پزشکی را قطع کرد؟
هرگز، می توانید ضمن درمان با ریکی به درمان عادی پزشکی یا روانپزشکی خود ادامه دهید و
نتایج بهتری بدست آورید. ریکی در واقع، با کاستن از اثرهای جانبی منفی درمان های پزشکی
از قبیل اثرهای جانبی شیمی درمانی و جراحی، اثر هرگونه درمان پزشکی را افزایش می دهد.
ریکی زمان درمان را کوتاه می کند، درد را کاهش می دهد یا از بینت می برد، استرس را کم و
به ایجاد خوش بینی کمک می کند. این نکته قابل توجه است که افرادی که انرژی ریکی را
دریافت می کنند زودتر از آنهایی که از این انرژی برخوردار نبوده اند بیمارستان را ترک می
کنند. ریکی همچنین همراه با روان درمانی برای شفای بهتر آسیب های روحی بکار می رود.

آیا ریکی اثرهای جانبی نیز دارد؟

بیشتر اوقات شخصی که ریکی را دریافت می کند احساس آرامش و شادی بسیاری دارد. اما
گاهی «شفای بحران» اتفاق می افتد، به این معنی که وقتی ارتعاش بدن شخص ریکی گیرنده بالا
می رود، سموم ذخیره شده در بدن وارد جریان خون می شود که توسط کبد و کلیه تصفیه و از
بدن خارج شود، در این هنگام است که شخص بروز مشکلات فیزیکی مانند: احساس سردرد،
درد معده، خستگی، آبریزش بینی، و یا احساسات منفی می کند. این ناآرامیها بعد از درمان با
ریکی یا همسویی با ریکی نشانه عملکرد آن و شفا در سطحی عمیق تر است. در این هنگام

توصیه می‌شود که گیرنده ریکی آب بیشتری بنوشد. غذای سبک میل کند و بیشتر استراحت کند. پاکسازی بدن نشانه‌ی خوبی برای فرایند شفاست.

در هنگام درمان با ریکی گاهی (به ندرت) انرژی منفی بیمار را می‌گیرم، که موجب درد در بدنم و یا ایجاد احساس‌های منفی در من میشود. برای جلوگیری از آن چه کنم؟ همواره چاکرای سوم خود را با ریکی با تأکید بر سمبل احساسی ذهنی و تکرار جمله‌ای تأکیدی مانند «من فقط به انرژی‌ها و یا تأثیرهایی که با راه معنوی من همراه هستند اجازه می‌دهم که به سیستم بدن وارد شوند»، درمان کنید و هر روز دو بار تنفس شکمی را به مدت ۱۵ دقیقه انجام دهید. قبل از شروع درمان پوشش حفاظتی را با سمبل قدرت دور خود بکشید، و نگران انرژی منفی نباشید. در واقع آن را دعوت نکنید! و به خود راه ندهید. نیت و اعتماد به نفس شما اهمیت احساسی دارد

آیا ریکی با کائنات ارتباطی دارد؟

وقتی به عظمت کائنات، زیبایی ستاره‌های کهکشان و جهان، به فرایند خلقت که بیلیون‌ها سال پیش اتفاق افتاد و هنوز هم ادامه دارد، و به راز ناشناخته آن فکر می‌کنیم دچار وحشت می‌شویم. شگفتی کائنات خارج از توان درک ماست. وقتی به قدرت خلاق می‌اندیشیم که کائنات و کل حیات را متجلی کرد تا حیات نیز به هستی ما انسانها بینجامد، از این که بخشی از کائنات و تمام نیروهای شناخته و ناشناخته اش هستیم، تحسینی در وجودمان شکل می‌گیرد. دکتر اوسویی در کتاب ریکی اش می‌گوید: «ریکی روش درمانی اصیلی است که از قدرت معنوی کائنات می‌آید».

چگونه می توان با ریکی همسو شد؟

تدریس ریکی مانند روش های دیگر انرژی درمانی نیست. توانایی دادن ریکی از طریق استاد ریکی طی فرآیند همسویی به شاگرد منتقل می شود. در زمان همسویی، ری یا آگاهی الهی در چاکراها و کانال انرژی شاگرد تعادل ایجاد می کند تا او توانایی کانال شدن برای ریکی را کسب کند و سپس او را به سرچشمه ریکی پیوند می دهد. این تغییرات برای هر فردی منحصر به فرد است. انرژی های همسویی از طریق استاد ریکی به شاگرد منتقل می شود. استاد ریکی فرآیند را هدایت نمی کند و فقط کانالی است برای انرژی همسویی که از قدرت برتر جاری می شود. همسوی ریکی تجربه معنوی قدرتمندی برای تمام افراد است. ری با آگاهی الهی این فرآیند را هدایت می کند و جریان انرژی را بر حسب نیاز هر شاگرد تنظیم می کند. در همسویی، راهنمایان ریکی و موجودات معنوی دیگر نیز حضور دارند که به اجرای این فرآیند کمک می کنند. بسیاری از شاگردان از تجربه های روحی از جمله پیام های شخصی، شفابخشی، الهام و تجربه های زندگی گذشته سخن گفته اند. همسویی همچنین حساسیت های روحی را افزایش می دهد، شاگردان اغلب باز شدن چشم سوم، افزایش آگاهی شهودی و دیگر تجربه های روحی بعد از همسویی ریکی را گزارش داده اند. یک بار که با ریکی همسو شدید برای همیشه آن را در زندگی همراه خود خواهید داشت. ریکی هرگز تمام نمی شود و هرگز آن را از دست نخواهید داد. در حالی که یک همسویی توانایی کانال ریکی شدن را در شما ایجاد می کند، تکرار همسویی در هر مرحله ای که به آن رسیده اید مزایای زیادی دارد. از جمله این مزایا، پالایش درونی شخص کانال شده، افزایش قدرت انرژی، شفای مشکلات شخصی، روشنی ذهن، افزایش حساسیت روحی و بالارفتن سطح آگاهی است

چگونه می توان ریکی داد؟

بعد از مرحله همسویی، تنها چیزی که لازم است این است که کسی که از ریکی استفاده می کند فقط با نیت شفاء دست هایش را روی بدن شخصی که می خواهد شفاء یابد بگذارد. در آن زمان انرژی ریکی به طور خودکار جریان پیدا می کند. ریکی شعور مخصوص به خود را دارد

و به درستی می داند کجا برود و چه کار کند. ریکی نیاز به هدایت ندارد. ریکی با ضمیر برتر بیمار ارتباط برقرار میکند و با استفاده از اطلاعات ضمیر برتر او تصمیم میگیرد چه بکند و کجا رود. تنها کار شما این است که رها و آرم باشید و بگذارید ریکی کارش را انجام دهد و از انرژی لطیفی که از طریق شما جریان دارد لذت ببرید.

آیا ممکن است انرژی ریکی تهی شود؟

کسی که کانال ریکی میشود برای درمان هیچ گاه از انرژی خود استفاده نمی کند بلکه انرژی مورد نیاز از منبعی پاک و نامتناهی تهیه میشود. همچنین آگهی ریکی هم مراقب درمانگر است و هم مراقب کسی که به شفاء نیاز دارد. از این رو هر دوی آن ها این انرژی را کسب می کنند و به همین دلیل، دادن ریکی همیشه سبب افزایش انرژی درمانگر میشود و محیط اطراف او را سرشار از عشق و انرژی می کند.

آیا می توان از ریکی برای شفای خود هم استفاده کرد؟

غیر از به کار بردن ریکی روی دیگران ، شما می توانید خود را نیز معالجه کنید . این یکی از مزایای فوق العاده ریکی است . ریکی به همان خوبی که روی دیگران کار می کند ، روی خود شما نیز کار می کند

منظور از طبیعت دو قطبی ریکی چیست؟

ملاحظات روشن بینان بیانگر دو قطبی بودن طبیعت ریکی است . ریکی از انرژی شفای دوگانه مذکر (یانک (و مونث (ین) تشکیل شده است . قسمت مذکر آن از بالا می آید و با چاکرای تاجی و چاکراهای برتر همبستگی دارد . قسمت مونث آن از پایین می آید و با چاکرای ریشه همبستگی دارد . این دو انرژی با یکدیگر ارتباط برقرار می کنند و تصمیم می گیرند برای هر انسانی چه مقداری از هر قطبی لازم است . در زمانیکه انرژی از دست ها خارج می شود ، ترکیب مناسبی از انرژی مذکر و مونث را ایجاد کرده و مقدار مناسب را به

شخص مورد معالجه منتقل می کند . جالب توجه است که وقتی بیش از یک شخص روی بیمار کار می کند ریکی با تمام شفاگران ارتباط برقرار می کند و مقدار انرژی مذکور لازم را دریافت کرده و با ترکیب مناسب از انرژی مونث به بیمار منتقل می کند .

علت سلامتی و بیماری چیست؟

ما زنده ایم چون زندگی یا کی در ما جاری است . کی از طریق گذرگاه هایی که چاکرا ، نادی و مردین نامیده می شوند در بدن فیزیکی جاری است . ریکی همچنین در اطراف ما در حوزه ای از انرژی که هاله نامیده می شود جریان دارد . جریان آزاد و متعادل کی دلیل سلامتی است . جریان کی است که سبب حیات اندام ها و بافت های بدن می شود . کی اندام ها و سلول های بدن را تغذیه می کند و آن ها را در انجام اعمال حیاتی شان حمایت می کند . هنگامی که جریان کی قطع شود ، اعمال حیاتی در یک یا چند اندام و بافت بدن فیزیکی کاهش می یابد . بنابر این قطع جریان انرژی کی دلیل اصلی بیماری ها است . افکار و احساسات ما بر کی تأثیر دارد . زمانی که افکار مثبت خوش بینانه داریم ، جریان کی را افزایش می دهیم که سبب بهتر شدن حالمان می شود . اما زمانی که افکار منفی داریم جریان کی در ما کم و قطع می شود و احساس بدحالی می کنیم . هنگامی که افکار منفی در ضمیر ناخودآگاه ما خانه کرد سبب قطع دائمی کی می شود . این وضع هنگامی رخ می دهد که ما آگاهانه یا ناآگاهانه افکار و احساسات منفی را در مورد خودمان می پذیریم . این افکار و احساسات منفی خود را به میدان انرژی می چسبانند و جریان کر را قطع می کنند . اندام ها و بافت های گوناگون بدن بر حسب محل انسداد می توانند تحت تأثیر قرار گیرند . این موضوع سبب کم شدن فعالیت حیاتی آن اندام ها و سلول های بدن فیزیکی می شود و اگر انسداد از بین نرود ، شخص سرانجام بیمار می شود .

ریکی چگونه شفا می بخشد؟

زمانی که شخص درمان ریکی را دریافت می کند، بخشی ری یا آگاهی الهی، محل انسدادها را تشخیص می دهد و انرژی شفابخش را معمولاً به انسداد هدایت می کند که نزدیکتر به دستها قرار دارد. البته گاهی نیز به انسدادهای مهمتری که دورتر از دستهاست می رود. سپس انرژی ریکی با افکار و احساسات منفی که مانع جریان طبیعی کی شده اند کار می کند و آن ها را نیز شفا می دهد. این کار ممکن است به روشهای مختلفی انجام گیرد. ریکی با جریان یافتن در قسمت های آسیب دیده میدان انرژی و شارژ کردن آن ها با انرژی مثبت، سطح ارتعاش درون و اطراف بدن فیزیکی را در جایی که افکار و احساسات منفی چسبیده اند افزایش می دهد. با این کار افکار منفی از هم گسیخته می شود و از بین می رود. با این عمل ریکی مسیرهای انرژی را پاکسازی و صاف می کند و شفا می دهد، در نتیجه کی در مسیری طبیعی جاری می شود. گاهی تمام انرژی مسدود کننده به یک میدان انرژی بالاتر می رود و در آن جا تغییر می یابد. و گاهی نیز تحلیل می رود یا می سوزد و از بین می برد. وقتی انسدادی رها می شود شخص گاهی احساس سرما می کند و وقتی تحلیل می رود و از بین می رود، احساس گرما می کند. وقتی دوباره کی جریان طبیعی یافت، اندام ها و بافت ها ی. فیزیکی قادر می شوند فرآیند شفای. خود را کامل کنند. بدین سان نیروی زندگی به طریق سالم و طبیعی جریان پیدا می کند و شفا صورت می گیرد.

چه چیز را می توان درمان کرد؟

ریکی در عین اقتدار: لطیف، آرام و ملایم است. در تاریخ طولانی استفاده از ریکی تقریباً هر نوع بیماری شناخته شده یا هر نوع آسیب و صدمه ای مانند بریدگی ها، کبودی و گرفتگی، شکستگی استخوان، سردرد، سرماخوردگی، گلو درد، آفتابزدگی، خستگی، بی خوابی، چاقی، لاغری، ناتوانی جنسی، ضعف حافظه، کمبود اعتماد به نفس، استرس و سایر بیماری ها را معالجه کرده است ریکی همیشه مفید است و باعث بهبودی و نتیجه موثرتری از سایر انواع شفا دارد در طول درمان احساس یک چیزی مثل تابندگی یک پرتو گرم و نورانی را

ایجاد می کند. ریکی منافع زیادی هم برای شفاگر و هم برای شفاگیرنده دارد. علاوه بر این ریکی، درک و فهم را بالا برده و تجربیات روانی را افزایش می دهد. اگر بیماری مسئله ای حاد از نظر سلامتی دارد و می خواهد با ریکی درمان پذیرد، پیشنهاد می شود که تحت نظر پزشکی که ریکی نیز می داند و یا سایر پزشکانی که در آن بیماری بخصوص متخصص هستند تحت درمان قرار گیرد. ریکی نتیجه بهتری را در تمام معالجات پزشکی باعث می شود و باعث تضعیف ناراحتی های بعدی بیمار می گردد. و زمان معالجه را کم کرده، درد و رنج را کم کرده یا به کلی از بین می برد، فشار روانی را کاهش داده و کمک به ایجاد خوش بینی می نماید

آیا ریکی مذهب است؟

سرشت ریکی معنوی است، اما ریکی یک مذهب نیست. ریکی هیچ نوع اصول و عقاید تعصب آمیز دینی ندارد و در آن چیزی وجود ندارد که باید شما به آن معتقد باشید تا بتوانید ریکی را بیاموزید و آن را به کار ببرید. در حقیقت ریکی به هیچ وجه وابسته به عقاید نیست. ریکی کارساز است چه شما به آن معتقد باشید و چه به آن اعتقاد نداشته باشید. زیرا ریکی از طرف خداوند می آید. خیلی از مردم دریافته اند که با به کار بردن ریکی، در تجربه مذهبی خودشان با درک بهتری روبرو می شوند.

چرا گاهی مواقع هیچ چیزی در دستانم احساس نمی کنم؟

دلایل متفاوتی می تواند داشته باشد. اگر شما گرفتار روزمرگی زندگی شوید، کمتر می توانید از پس افکار و خاطراتی برآیید که شما را احاطه کرده و بیش از حد پریشانتان می کنند. بنابراین حتی نسبت به موارد ساده نیز حساسیتتان کم می شود (مثل جریان انرژی ریکی). به بیانی دیگر شما به سختی متوجه جریان ریکی خواهید شد و یا این که اصلاً به آن پی نمی برید. اگر زمانی را جهت ریلکسیشن به خود اختصاص دهید، می توانید دوباره انرژی ریکی را احساس نمایید. احتمال دیگری که می تواند وجود داشته باشد این است که اگر شما تازه به

عضویت ریکی درآمده اید، مشاهدات ذهنی شما هنوز شانس کافی برای درک این قابلیت را پیدا نکرده است. اگر منظم کار کنید این حالت تغییر می‌کند. فقط به کمی زمان و تمرین نیاز دارد. دلیل دیگر اینکه شاید ریکی نمی‌تواند در همه بدنتان جاری شود همانطور که می‌دانید ریکی به درون دریافت کننده کشیده می‌شود، اگر در ضمیر ناخودآگاه شخص، انسدادهایی وجود داشته و یا به راحتی نتواند انرژی را فراهم نماید، احتمالاً هیچ جریانی به وجود نمی‌آید که شما بخواهید آن را حس کنید. شما می‌توانید این نقاط بدن را با ایجاد واکنش منطقه ای درمان کنید. پس از رفع انسدادها، همه چیز بهتر می‌شود.

آیا می‌شود که کانال بسته شده و یا جریان ریکی قطع شود؟

خیر. این غیر ممکن است. شما در چهار مرحله همسویی، کانال عبور ریکی خواهید شد و تا آخر عمر با این انرژی الهی متصل خواهید بود. حتی اگر برای سالیان سال هم از ریکی استفاده نکنید، (البته این موضوع غیر ممکن است زیرا ریکی بطور خودکار در هر لحظه که از آن صحبت میکنید یا به چیزی دست می‌زنید، جریان می‌یابد.) مانند زمان همسویی جاری خواهد بود.

چرا گاهی اوقات که ریکی میدهم به نظر میرسد که اتفاقی نمی‌افتد؟

همیشه زمانی که انرژی حیاتی جاری می‌شود، اتفاقاتی می‌افتد اما احتمالاً نتایج آن متفاوت از چیزی است که انتظارش را دارید. ریکی همیشه فعال است و شما فقط می‌توانید بر مقدار آن تأثیرگذار باشید. مثال زیر نکته را روشن می‌سازد. مثلاً می‌خواهید به یک فرد سیگاری کمک کنید و مرتب به او ریکی می‌دهید تا بتواند به سرعت سیگارش را ترک نماید. هرچند بیمارتان در هفته های بعدی لذت تازه ای از تمرینات ورزشی می‌برد ولی میل او به سیگار کمتر نمی‌شود. اتفاقاً مطلب مهم همین جاست. شاید ترک سیگار برای او آن قدر که شما فکر می‌گردید، ضرورت ندارد. اگر شما اختلال حاد فیزی را با ریکی درمان می‌کنید و هیچ تغییری در آنجا مشهود نیست، بیمارتان باید با پزشک متخصص مشورت نماید و تحت

آزمایش و معاینه قرار گیرد. شاید انرژی ربکی آن قدر کافی نبوده که چیزی را تغییر دهد و یا این که عضو مختل شده، نیاز به جراحی یا نوع دیگری از درمان داشته باشد. اگر بیمارتان با چرک، بریدگی یا درد دائمی درگیر است، باید قبل از هر تدبیر دیگری به پزشک مراجعه نماید.

آیا ربکی اعتقادات را نیز درمان میکند؟

نمی توان به صراحت پاسخ داد. روش های زیادی برای شفای اعتقادی وجود دارد. از جراحی ایمان در برزیل گرفته تا شفا با انرژی مسیح و امثال آن. همه این ها را می توان شفای اعتقادی نامید. چون به طریقی با انرژی های ظریف کار میکنند. این همان عملی است که ربکی انجام می دهد. استفاده از آن جهت درمانهای فیزیکی، فقط شکل کوچکی از امکانات گسترده آن را نشان می دهد. همه قادرند از ربکی استفاده نند تا آگاهانه تر زندگی کرده، ادراکشان را قوی تر و حساس تر کنند، راحت تر به وجود خدا پی برده و حضور الهی را احساس نمایند. ربکی مثل روش های دیگر اعتقادات را شفا نمی دهد. یک روش درمانی برای بیمار به شمار می رود. ولی هدف مهمتر این است که مردم به سادگی بتوانند انرژی های حیاتی و قدرت عشق را در خود گسترده و تداوم بخشند. احتمالاً به این ترتیب می توان جواب سوالتان را داد که، شفای عقیدتی فقط یکی از احتمالات و امکانات ربکی به شمار می رود.

آیا ربکی فقط زمانی جاری میشود که ابتدا دعا خوانده شده و هاله متعادل شده باشد؟

خیر. ربکی هر زمان و هر جایی که نیازمندش باشند، در جریان است و هیچ شرطی برای جاری شدن ندارد. ربکی هدیه ایست که هیچ ضمیمه ای به همراه ندارد.

آیا ربکی نوعی جادو است؟

کومون پارلانس جادو را این چنین معرفی کرده است: >> جادو هنر استفاده از نیروهای طبیعی و به معنای رسیدن به نتایج متحیر کننده است. << بر حسب این تعبیر ربکی نیز

میتواند جادو محسوب شود. اما اگر سؤال این است که ریکی جادو است؟ آیا میتوان با آن کاری مثل جادوی سیاه کرد؟ نه ریکی از آن موارد نیست. ماهیت ریکی در عشق نامحدود آن است. ولی آنچه که جادوی سیاه نامیده میشود، بر پایه قدرت های منفور و ترس ها پایه گذاری شده است.

چرا هر وقت به خودم ریکی می دهم بی نتیجه است؟

ریکی به آزادی انتخاب شما لطمه نمیزند. اگر شما آگاهانه و یا ناخداگاه میخواهید دیگران از شما مراقبت کنند، راه درمان به وسیله ریکی را می بندید. در این موارد شما از حل مشکلاتتان، شگفت زده نمی شوید اما برای راضی کردن خود، محدودیت هایی را ایجاد می نمایید. این کاملاً بر حق است و اگر حقیقتاً موردی وجود دارد، باید آن را بپذیرید.

آیا کمیت جریان ریکی در همه به یک اندازه است؟

نه این طور نیست. هر مرحله همسویی، توانایی افراد را برای عبور جریان ریکی از کانال آنها بسیار افزایش می دهد و سطح تأثیرات آنها را تا حد امکان تغییر می دهد. وقتی مرحله گشایش اصلی در همسویی صورت گرفت، دیگر هرگز از آن کاسته نمی شود. هرچه بیشتر با ریکی کار کنید، توانایی شما برای انتقال انرژی بیشتر و بیشتر خواهد شد. همچون بخشی از وجودتان خواهد شد که نمیتوان آن را از پس گرفت و محدود نمود. در مرحله دوم و سوم، شکوفایی انرژی حیاط بخش هستی از دفعات دیگر مشهودتر است. شدت جریان انرژی با سمبل های مرحله دوم ریکی افزایش چشمگیری خواهد داشت.

به تازگی هرگاه به کسی ریکی میدهم، احساس خستگی میکنم. دلیلش چیست؟

هر بار که به کسی ریکی می دهید به سهم خود از انرژی بهره مند خواهید شد. مراحل پاکسازی در جسم شما، همزمان با قرار دادن دستهایتان بر روی افراد دیگر برانگیخته می شود. مادامی که واکنش های درمانی و پاکسازی در شما فعالند، انرژی های بدن تحلیل رود.

به خودتان مقدار زیادی ریکی بدهید تا به اندام هایتان کمک کند. و به خود فرصت دهید تا به آهستگی پیشرفت کنید. هر چه بیشتر با ریکی کار کنید، واکنش خستگی کمتر رخ می دهد. کانال انرژی در شما باز و بازتر و کارآی آن بیشتر خواهد شد.

می ترسم که ریکی بر سرنوشت من یا مردم دیگر دخالت داشته باشد. آیا چنین امکانی وجود دارد؟

ریکی بر مبنی عشق استوار شده و شما نمی توانید هیچ کار اشتباهی با آن انجام دهید. این اشتباه بزرگی است که تصور کنیم ریکی کارمای ما را سنگین می کند. غیر ممکن است که ریکی کارمای جدیدی را برای شخص به وجود آورد. مگر اینه شخص بخواهد با استفاده از آن خود را از هر قدرت دیگری بی نیاز نشان دهد. یا به عبارتی قدرت خود را برتر از انرژی های هستی ببندارد می توان چنین نتیجه گرفت که اگر کسی سعی کند دیگران را برخلاف میلشان درمان نماید، تنها نتیجه نمی گیرد، بلکه برای خود کارما هم ایجاد می کند.

پرسش و پاسخ درباره ریکی

تا کنون چه کشورهایی از این روش درمانی (ریکی) استفاده کرده و سود برده اند؟ طبق اطلاعات علمی بدست آمده. هندی ها و چینی ها به عنوان اولین تمدنهایی که از ساختمان انرژی انسان آگاهی علمی و عملی پیدا کرده اند و در این بین چینی ها با پایه گذاری طب سوزی و بکارگیری روش فوق روی نقاط خاص بدن کار درمانی انجام می دادند و هندیها با انجام مراسم مذهبی خاص و آموزش حرکات فیزیکی و تنفسی ویژه باعث بهبود بیماران می شدند و هم اکنون مراکز مهم و بسیاری در اکثر کشورها بنا نهاده اند و بکار درمان مشغول هستند. نام ببریم.

همچنین به دلیل کم هزینه بودن و بازدهی بالای روشهای درمان از طریق انرژی. سازمانهای بیمه در کشورها مختلف از جمله امریکا یکی از پرفرودارترین ادارات استقبال کننده می باشند که مراکز متعدد درمانی را تاسیس نموده اند و هم اکنون از این طریق به مداوای انواع بیماریها مشغولند.

البته در بسیاری از کشورها مثل فلیپین - برزیل - مکزیک - ژاپن ... نیز کمابیش از این روشهای درمانی بهره می گیرند.

۲- انرژی و انرژی درمانی چیست؟

انرژی و یا درمان با انرژی در دنیای امروز یکی از سالم ترین و موثرترین روشهای شناخته شده می باشد و تحقیقات بسیار گسترده ای روی آن شده و می شود. در هر عصری بر اساس دانش و فرهنگ هر ملتی روش و سیستم خاص خود را بکار برده اند و نامهای متفاوتی نیز به آن داده اند.

نیروی حیات یک جریان دینامیک یا پویای حیات در بدن است که از ما و طبیعت و تمام جانداران در حال گذر است و هدف آن تغذیه چاکراها (چرخه های انرژی) - روح و سلامتی و به حرکت در آوردن چرخه حیات است.

دنیا از بی نهایت رشته های انرژی تشکیل شده است البته این رشته های انرژی همان رشته های نور و آگاهی هستند. ما انسانها تنها مخلوقاتی هستیم که همه انواع انرژیهای شناخته شده یا نشده را به صورت فشرده شده و لطیف در وجود خود داریم و به همین دلیل اشرف مخلوقاتیم.

ما توسط کانالها یا چاکراها یا چرخه های انرژی این نیروی حیات را دریافت کرده و در مسیرهایی که مریدین یا نادی یا نصف النهارهایی گذر انرژی خوانده می شود «به جریان می اندازیم. نیروی حیات قدرتی است که در کل ماده آفریده شده اثر می کند و زنده است.

۳- این انرژی چگونه در فرد ایجاد و منتقل می شود؟

طبق قانون فیزیک - انرژی در تمام جهان وجود دارد که ما نیز مستثنی نیستیم. ساختار کل دنیا از انرژی است.

کسانی که برای آموزش این روش مراجعه می کنند. اول با ساختار انرژی و چرخه های انرژی وجود خود آشنا شده و بعد توسط استاد ریکی با این انرژی همسو می شوند.

و بعد روش انتقال انرژی را فرا می گیرند و می توانند با انتقال انرژی توانایی به بیماران برای درمان بیماری اقدام کنند.

۴- آیا انرژی در تمام افراد وجود دارد؟

بله دقیقا و بدون استثنا

ولی باید آنرا شناخت و توانایی استفاده از آن بدست آورد.

۵- آیا این انرژی در تمام افراد به یک میزان است یا قوت و ضعف وجود دارد؟
در تمام افراد انرژی به یک میزان وجود دارد و قوت و ضعف آن به میزان تعادل چاکراهای
شخص بستگی دارد.
و هر چه شخص به انتقال انرژی برای دیگران و خود بپردازد کانال انتقال انرژی اش وسیعتر
می گردد.

۶- آیا فرد انرژی دهنده (منتقل کننده انرژی) دچار مشکلات متفاوت و کاهش انرژی پس از
انرژی دادن نمی شود؟

لازم به ذکر است که انرژی دادن صحیح نیست. در این روش فرد انتقال دهنده انرژی است. که
توان استفاده از آن را در خود افزایش داده است. که به دلیل استفاده ناصحیح از کلمات از
انرژی دادن استفاده می شود اما صحیح آن انتقال انرژی است.

انرژی داده نمی شود. و یک شخص که منتقل کننده این انرژی است انرژی چرخه ها و ورودی
های انرژی بدن خود را به صورت علمی و حسی می شناسد و به واسطه همسویی و تمرین و
مراقبه توانایی انتقال انرژی را در خود بالا می برد و سپس آنرا برای تعادل چاکراهای دیگران
یا خود منتقل می کند

و چون این انرژی از جانب خداوند است و خداوند نیز همه را می شناسد و علت بیماریهای را
می داند و شفای همه در دستان اوست و شخص منتقل کننده شخصا در امر شفا و بهبود و یا
تشخیص بیماری هیچ دخالتی نمی کند. بنابراین هیچوقت ما دچار کاهش انرژی خستگی یا
مشکلاتی اینچنینی نخواهیم شد برعکس با انتقال بیشتر انرژی تعادل چرخه های انرژی ما نیز
بیشتر خواهد بود.

۷- آیا فرد درمان کننده دچار بیمار به علت انتقال بیماری از فرد درمان شونده به وی یا برعکس نمی شود؟

انرژی از جانب خداست و خداوند آگاه همه را می شناسد . شفای بیماریها تنها توسط اوست . در این بین شخص منتقل کننده انرژی صرفا به عنوان یک کانال انتقال انرژی است جهت تنظیم و به نظم درآمدن انرژی های درون چاکراهای بیمار و در اصل عملیات درمانی را خود انرژی الهی انجام می دهد.

بنابر این بخاطر اینکه روند شفا. یعنی تشخیص بیماری و شفای شخص به وسیله ما انجام نمی شود. احتمال انتقال بیماری و مشکلات جانبی از شخص منتقل کننده انرژی به بیمار و برعکس وجود ندارد.

اما بعضی از ناآگاهان و سودجویان . واکنشهایی که بر اثر دریافت انرژی در شخص ایجاد می شود و آن نیز در جهت شفا و رها شدن شخص از بیماری و انرژیهای منفی است را به عنوان انتقال انرژی و تخلیه انرژی و غیره عنوان کرده باعث ترس و نگرانی دیگران میشوند.

۸- آیا این روش برای درمان تمام بیماریها قابل استفاده است؟

مسئله هیچکدام از روشهای علمی و درمانی تاکنون توانایی پاسخگویی به تمام بیماریها و امراض را نداشته است . زمانی حکم الهی است که شخص با بیماری خاصی از جهان برود اما حتی در این موارد این روش باعث کم شدن درد و آرامش روحی و بالارفتن آگاهی معنوی و پذیرفتن آگاهانه سرنوشت بیمار می گردد.

تاکنون این روش پاسخگویی دسته بزرگی از بیماریها بوده است.

مانند بیماریهای عضلانی. سردردها. مشکلات اعصاب و روان. دردها و مشکلات گوارشی. بیماریهای تنفسی قلبی و میگرن و افسردگی و وسواس و اضطراب و

پرسش و پاسخ درباره ریکی

۱- آیا درمان به وسیله انرژی به صورت یک درمان موقتی و تسکینی است یا یک روش درمانی قطعی؟

بیماریها دو نوع هستند:

۱- بیماریهایی که به طور قطعی درمان می پذیرند

۲- بیماریهایی که شخص تا پایان عمر درگیر آن بوده و انرژی درمانی فقط جهت کاهش عوارض و داشتن یک زندگی بهتر و راحتتر برای فرد انجام می شود.
از دسته دوم می توان آرتروز یا سرطانهای پیشرفته را نام برد که متأسفانه مردم زیادی درگیر آن می باشند. با استفاده از انرژی درمانی می توان علاوه بر کاهش درد و تورم. توانایی حرکت بیشتر و داشتن یک زندگی راحت تر را ایجاد کرد.

۲- آیا تمام افراد در هر سنی می توانند از انرژی درمانی استفاده کنند یا این تکنیک را بیاموزند؟

بله. یادگیری و استفاده از این روش درمانی، هیچگونه محدودیت سنی، استعدادی، تحصیلاتی ندارد.

۳- اعتقاد افراد چه نقشی در گیرایی و موثر بودن آن در بهبودی دارد؟

در روشهای انرژیکی. چه در منتقل کننده انرژی و چه در دریافت کننده انرژی اعتقاد داشتن شرط لازم نیست. یک درمانگر در انتقال انرژی با خود انرژی سروکار دارد.
مانند دارویی که شخص استفاده می کند چه معتقد باشد یا نه، اثر آن در فرد ظاهر میشود.

۴- آیا عوارضی هم برای این روش درمانی دیده شده است؟

خیر تاکنون هیچگونه عارضه زودرس یا دیررس از هیچ روش انرژی درمانی در هیچ نقطه از دنیا گزارش نشده است و مسلماً به دلیل حساسیت بالای دست اندرکاران هر کشوری نسبت

به این روش درمانی. اگر کوچکترین عارضه ای دیده شده بود. بدون استثنا در تمام دنیا اعلام شده و جلوی این روش گرفته می شد.

با وجود اینکه روش درمان با انرژی یکی از قدیمی ترین روشهای درمانی بوده و قدمت بسیار طولانی دارد. تاکنون هیچ سند تاریخی مبنی بر عوارض انرژی درمانی دیده نشده است.

۵- در هنگام استفاده از این روش درمانی آیا می توان روشهای درمانی دیگر را هم بکار گرفت یا خیر؟

بله. خوشبختانه این روش درمانی به دلیل سازگار بودن با ساختار وجودی تمام انسانها بدون استثنا می تواند با تمام روشهای درمانی در کنار یکدیگر استفاده گردد بدون آنکه هیچ تداخلی با هم داشته یا مشکلی ایجاد نماید.

در این روش درمانی همیشه به بیمار تاکید می گردد که باید به پزشک متخصص مراجعه نموده و ضمن مصرف داروی تجویز شده به انرژی درمانی بپردازد.

انرژی درمانی به عنوان طب مکمل به بیمار کمک می کند تا دارو در جای مناسب اثر نموده و طول درمان کوتاهتر گردیده، و عوارض جانبی داروها به حداقل برسد.

۶- آیا بیمار در هنگام درمان با انرژی باید داروهای شیمیایی خود و یا سایر روشهای درمانی را کنار بگذارند؟

به هیچ وجه تفکر صحیح نیست. قطع یا کنار گذاشتن دارو و یا هر درمانی بستگی به روند بهبودی بیمار داشته که این مرحله هم حتما باید با نظر و مشورت پزشک معالج که بیمار تحت نظر وی بوده، صورت گیرد. بیمار نباید به دلیل استفاده از انرژی درمانی سیر درمان پزشکی خود را ترک کند و حتما باید در تمام مراحل با طبیب متخصص در ارتباط باشد و دستورات پزشک خود را دقیقاً اجرا کند.

همواره در سراسر تاریخ بشریت و در سراسر دنیا شیوه های شفابخشی، مبتنی بر انتقال انرژی جهانی وجود داشته است. همان انرژی که قوت همه هستی است و جهان را شکل می دهد. از هزاران سال پیش، تبتی ها درک عمیقی از سرشت روح، انرژی و ماده داشته اند و این دانش را برای شفای بدن، هماهنگی و هدایت روحشان به سوی تجربه وحدت بکار گرفته اند. بعدها با همین دانش نیز در هند برخورد می کنیم و اشکال گوناگونی از آنرا به فرهنگ ژاپن، چین، مصر، یونان و روم می یابیم.

ریکی (با تلفظ ری - کی) یک تکنیک ژاپنی است برای کاهش استرس، دستیابی به آرامش و در نتیجه شفا مورد استفاده قرار می گیرد. این روش مجدداً در اوایل دهه ۱۹۰۰ توسط دکتر میکائو اوسویی کشف و احیا شد. ریکی را با قرار دادن دست ها روی موضع مورد نظر انجام می دهند که هزاران سال است تجربه شده است. ریکی تکنیک بسیار ساده و در عین حال قدرتمندی است که هر کس می تواند به آسانی فرا گیرد.

ریکی نامی است برای انرژی شفابخشی که به طور طبیعی در هستی موجود است. هیچ گونه جادوگری یا تردستی و یا حتی نیازی به ایجاد یک حالت تغییر یافته از هوشیاری در انجام ریکی وجود ندارد. تمرکز در موقع درمان بسیار مفید است، اما هرگاه که دست بر روی ناحیه مورد نظر قرار گیرد ریکی به طور اتوماتیک عمل می کند.

ریکی همیشه وجود دارد و ما از وجود آن غافل هستیم تا زمانی که از راه همسویی و تمرین ارتباط برقرار شود، بعد از آن ریکی می تواند دریافت و منتقل شود.

ریکی یک تکنیک یا یک روش یا یک عمل نمی باشد، ریکی فقط وجود دارد. از نظر عقلانی، ریکی را نمی توان آموزش داد، بلکه معلم ریکی به دانشجو قدرت می دهد که انرژی بتواند در چند مرحله تشرف از بدن او جریان یابد. این مراسم معارفه مراکز داخلی خاصی را در بدن دانشجو باز می کند تا اینکه انرژی بتواند به راحتی و به طور صحیح منتقل شود.

بعد از مراسم همسویی یا معارفه، معمولاً جریانی در دستان به صورت گرما، لرزش یا خارش و گاهی هم به صورت های دیگر حس می شود. هر فردی باید خودش این حس را تجربه کند زیرا هر فردی احساسات متفاوتی نسبت به دیگران خواهد داشت.

سپس دستورالعمل استفاده از این انرژی داده می شود و قسمت های مختلف بدن به منظور دریافت انرژی چه بر روی خود و یا دیگران آموزش داده می شود. درمانگر این انرژی را خلق نمی کند بلکه در واقع کانالی برای انتقال انرژی به حساب می آید و پذیرش این نقش هیچ ارتباطی با نتایج ندارد. یک فرد به دلیل اینکه ریکی درمانگر است، درمانگر نمی شود.

ریکی بی ضرر است و به هیچ کس آسیبی نمی رساند. ریکی به تمام موجودات زنده مثل گیاهان، حیوانات، ماهی ها، مرغ ها و انسانها از کودکی تا پیری حیات می بخشد و فقط میتواند مفید و مثبت باشد.

ریکی از روی لباس هم مؤثر است و لازم نیست فرد برای دریافت ریکی بدون لباس باشد. ریکی از چوب و فلز و حتی لاستیک نیز عبور می کند. با آموزش مرحله دوم ریکی، درمانگر حتی مجبور نخواهد بود فردی را که مورد درمان او قرار دارد لمس کند، زیرا این انرژی می تواند به هر مکانی در فاصله دور فرستاده شود.

بیماری های مزمن ، درمان طولانی مدت نیاز خواهند داشت زیرا این بیماری ها مدت بیشتری فرد را درگیر کرده و یک شبه پیشرفت نکرده اند و ریکی بیشتری لازم خواهد بود تا بدن به تعادل اولیه خود بازگردد.

ریکی نقایص مادرزادی را برطرف نمی کند، و یا اندامی را که در اثر عمل جراحی برداشته شده است، را رشد نمی دهد، بلکه علائم ناشی از این بیماری ها را برطرف می کند.

اثر کلی ریکی کمک به ایجاد تعادل در بدن فرد بیمار می باشد، به طوری که بدن بتواند خود را درمان کند.

فواید ریکی نامحدود می باشند:

- ریکی در تمام سطوح درمانی عمل می کند برای مثال فیزیکی. ذهنی ، احساسی و روحی
- ریکی موانع و انسدادهای فیزیکی و احساسی را از بین می برد.
- ریکی استرس را از بین می برد و تقریباً آسایش کامل را به ارمغان می آورد
- ریکی بدن را از سموم انباشته شده پاک می کند.
- ریکی به شما کمک می کند تا از عادت های ناخواسته و اعتیاد رهایی یابند
- ریکی نیروی خلاقه شما را افزایش می دهد
- ریکی انرژی شما را تقویت می کند
- ریکی به افزایش قدرت حافظه شما کمک می کند
- ریکی به شما کمک می کند که دیدگاه مثبتی داشته باشید
- ریکی به شما کمک می کند که در آرامش و هماهنگی با دیگران زندگی کنید
- ریکی به شما کمک می کند تا بر عصبانیت و ترس خود غلبه کنید.

- ریکی به درمان بی خوابی و چاقی مفرط کمک می کند.
- ریکی سبب درمان خستگی، رخوت و میگرن می شود.
- ریکی به افزایش اعتماد به نفس در شما کمک می کند.

تمام چیزی که شما برای انتقال دادن ریکی نیاز دارید کانالیزه شدن می باشد.

این کار از طریق استاد صورت می گیرد و روند آن فقط ۳۰ تا ۴۰ دقیقه طول می کشد.

بعد از انجام عمل کانالیزه شدن، حتی اگر شما از این درمان برای خودتان یا برای دیگران استفاده نکنید، این انرژی کاهش نمی یابد و از از بین هم نمی رود. وقتی که یکبار این روند در مورد شما انجام شد، این انرژی را تا پایان عمرتان به همراه خواهید داشت.

این انرژی تحت کنترل مغز نمی باشد. شما با انرژی کیهانی مرتبط شده اید، که فراتر از ذهن شماست.

در طی این درمان، ریکی به طور خودکار انرژی شما را در حد مناسب و مورد نیاز متعادل می کند. بعد از اینکه برای مرحله دوم ریکی کانالیزه شدید، می توانید ریکی را برای فردی که حضور فیزیکی ندارد نیز بفرستید.

ریکی به مثابه مکملی برای سایر روشهای درمانی محسوب می شود.

ریکی در هر حال موثر خواهد بود و به اینکه شما به آن اعتقاد دارید یا خیر بستگی ندارد.
ریکی هوشیاری شما را افزایش می دهد.

آیا کلیه شفاگران از ریکی استفاده می کنند؟

انواع مختلفی از انرژی شفا وجود دارد. نیروی کی یا نیروی زندگی یکی از مهمترین بخش های تمام انرژی های شفا است. تمام شفاگران از نیروی زندگی یا کی استفاده می کنند، ولی همه آنها ریکی را به کار نمی برند. ریکی نوع خاصی از انرژی شفا است که فقط از طریق فردی که با آن همسو شده است می تواند منتقل گردد. ریکی نیروی زندگی است که توسط قدرت برتر هدایت می شود. امکان دارد فردی با ریکی به دنیا بیاید یا از طریق دیگری آن را کسب کند. اغلب افراد باید با ریکی همسو شوند تا قادر به استفاده از آن باشند.

همسویی

ریکی مانند روشهای دیگر انرژی درمانی تدریس نمی گردد. این توانایی از طریق استاد ریکی، طی فرایند همسویی به شاگرد منتقل می شود. در زمان همسویی ری یا آگاهی الهی در چاکراها و کانالهای انرژی شاگرد، به منظور توانایی کانال ریکی شدن، تعادل ایجاد کرده و سپس شاگرد را به سرچشمه ریکی پیوند می دهد. این تحولات برای هر فردی تجربه های خاصی را

در بر دارد. انرژی های همسویی از طریق استاد ریکی به شاگرد منتقل می شود. استاد ریکی فرآیند را هدایت نمی کند و فقط کانالی برای انرژی همسی است که از قدرت برتر جریان می یابد.

یکبار که با ریکی همسو شدید آن را برای همیشه در زندگی خود همراه خواهید داشت. هیچگاه تمام نمی شود و هرگز آن را از دست نمی دهید و دارای نتایجی فوق العاده جالبی شامل پالایش انرژی ریکی شخص کانال شده، افزایش قدرت انرژی، شفای مشکلات شخصی، روشنی ذهن، افزایش حساسیت روحی و بالا رفتن سطح آگاهی است.

ریکی مرحله یک

همسویی مرحله اول عمدتاً بر بالا بردن انرژی و باز شدن بدن فیزیکی تمرکز دارد تا بتواند پذیرای (کانال) مقدار بیشتری از انرژی نیروی حیاتی باشد و انرژی شفای بیشتری از بدن عبور می کند. پس از مرحله اول شما قادر به خود درمانی هستید و این خود درمانی بدن شما را از تمامی سموم پاکسازی می کند.

ریکی مرحله دو

فرآیند همسویی مرحله دوم یک جهش بزرگ در سطح ارتعاش ایجاد می کند که حداقل چهار برابر بیشتر از مرحله اول است و بیشتر بر بدن اتری تاکید دارد و مرکز شهود را که در غده هیپوفیز قرار دارد را تحریک می کند. قدرت دریافت اطلاعات در سطح شهودی شاگرد را بالا می برد. مرحله دوم بیدار باشی است به روی ابعاد دیگر خود برترمان. ندای شهود به راستی زنده می شود و به احساس والاتری از یگانگی، آرامش و هماهنگی می انجامد.

هومیوپاتی و ریکی

هومیوپاتی از کلمه یونانی "هومویوس (homoios) " به معنی شباهت و "پاتیا" (patheia) به معنی احساس کردن (feeling) سرچشمه می گیرد. هومیوپاتی سیستمی است که بر پایه ۲ اصل بنا شده: شباهت در مانی (اینکه کدام سم می تواند درمانگر باشد) و قدرت دوز پائینی آنها. شروع آن به قرن ۴ قبل از میلاد و بقراط پزشک یونانی باز می گردد. داروها نیز از حیوانات، گیاهان و مواد معدنی گرفته می شوند. هومیوپاتی به این صورت است که مقدار کمی از عامل ایجاد بیماری را وارد بدن شخص سالم می نمایند و پس از بروز علائم به درمان آن می پردازند. برای این کار پزشک مربوط باید مطالعات کاملی را بر روی علائم و شروع بیماری، شرایط روانی، رژیم غذایی و بقیه مسایل انجام دهد. معمولاً این مطالعات جواب روشنی ندارند و یا آن قدر کامل نیستند که بتوان نسخه ای براساس آنها نوشت. یک دوره ریکی می تواند علائم را روشن تر نماید تا پزشک بتواند نسخه موثری تجویز کند

ریکی و هیپنوتیزم

هیپنوتیزم یک روش درمانی است که سعی می کند عادات ، طرز فکر و الگو های رفتاری را با یک سری پیشنهاد و تلقین به بیمار در حالت خواب مصنوعی تصحیح کند. همچنین می تواند به عنوان مسکن غیر دارویی درد در ترک اعتیاد استفاده شود و یا حتی می تواند شما را به دوران جوانی یا کودکی برگرداند و دیدگاه تان را نسبت به حادثه ای خاص تغییر دهد. پرتو بخشان ریکی فهمیده اند که وقتی شخص در حالت هیپنوتیزم قرار دارد بدنش برای دریافت انرژی آماده تر است و راحت تر بدون هیچ مانعی اجازه حرکت به انرژی می دهد، تا به همه نقاط نا متعادل بدن انرژی برسد.

تلفیق ریکی و هیپنوتیزم می تواند برای درمان مسایلی مانند : افسردگی ، اعتیاد ، اختلالات تغذیه و اختلالات وسواسی بسیار موثر باشد . ریکی می تواند دردهایی هم که در طی هیپنوتیزم خود را نشان می دهند درمان کند .

ریکی و داروهای گیاهی

استفاده از دارو های گیاهی روشی طبیعی و بسیار لطیف برای درمان بیماری است که می تواند احساسات منفی را از بین ببرد و تعادل را در وجود شما بوجود آورد . هر گیاه و یا ترکیب آنها می تواند یک احساس یا مجموعه ای از آنها را هدف قرار دهد. دارو های گیاهی به سیستم فیزیکی بدن کاری ندارند بلکه فراتر رفته و سیستم انرژی را درمان می کنند. هدف آنهاشناسایی احساسات منفی است که باعث ایجاد عدم تعادل در سیستم انرژی بدن می شود و یا زدودن تدریجی موانع باعث از بین رفتن علت بیماری می شود . استفاده از دارو های گیاهی و ریکی باعث می شود رسیدن به علت بیماری سریعتر رخ دهد.

ریکی و بازتاب شناسی

فشار درمانی یا بازتاب شناسی یک هنر باستانی است که از پاهای (و معمولاً دستها) استفاده می‌کند تا نیروی طبیعی شفا بخشی بدن را فعال کند. بازتاب شناسی یا فشار درمانی شامل استفاده از انواع مختلف فشار بر روی مناطق خاصی از پایا دست می‌شود و این امر تاثیر مثبتی را در مناطق دیگر بدن بوجود می‌آورد. بدن به مناطق مختلفی از سر تا نوک انگشتان پا تقسیم می‌شود این مناطق نقاط بازتابی خاصی در دست و پا دارند.

وقتی سم در منطقه انرژی خاصی در بدن جمع می‌شود، نقطه بازتابی آن نسبت به تماس حساس می‌شود. با فشردن آهسته نقطه بازتاب سموم از بین می‌روند و انرژی دوباره جاری می‌شود. بعضی اوقات ممکن است نقطه باتاب بسیار دردناک باشد و نتوان آن را لمس کرد. در این گونه موارد اگر از ریکی استفاده شود می‌توان سموم را با انرژی بخشیدن به نقطه بازتاب از بین برد و بعد از فشار استفاده کرد.

ریکی و استئوپاتی (مشت و مال)

استئوپاتی از کلمه "استئو" (osteo) ریشه گرفته و به معنی "استخوان" (bone) است و روشی است که از مشت و مال دادن بدن استفاده می‌کند، در این روش این باور وجود دارد که علت بیماری استخوان، عصب یا ماهیچه ای است که جابجا شده. استئوپاتی عدم تعادل فیزیکی را از درون، میان و اطراف ساختار بدن از بین می‌برد. این روش گاهی ممکن است دردناک باشد و یا بعد از جلسه درد به دنبال داشته باشد. ریکی می‌تواند به عنوان مسکن غیر دارویی درد باشد و یا اگر جابجایی ماهیچه، عصب یا رباطی دردناک باشد می‌توان با ریکی آن را درمان کرد. بعضی از پشت دردها زمان زیادی برای درمان بوسیله ریکی تلف می‌کنند در این گونه موارد استئوپاتی بسیار موثر است.

خود درمانی به روش مدیتیشن ریکی

این نوع مدیتیشن برای خود درمانی طراحی شده است و به طوری است که به هماهنگ کردن و شفای تمام لایه های بدن شما کمک می کند.

شما می توانید این نوع مدیتیشن را در نواری ضبط کرده و به کار گیرید (در صورت تمایل می توانید آنرا با موزیک همراه کنید). وقتی که با صدای خودتان ضبط شود قدرت کلمات گفته شده با تأکیدی که از درون خودتان می آید یک تجربه شفای واقعی برای شما می سازد.

نخست به دستهایتان با سمبل قدرت، قدرت بدهید، سپس یک سمبل بزرگ قدرت بزرگ در جلوی خودتان بکشید، بطوری که در جلوی مرکز قدرتان باشد. سپس یک سمبل کوچک قدرت جلوی هر چاکرا بگذارید، با این کار کانالهای شما برای ورود انرژی ریکی پاک و با قدرت شده است.

حال یک گشو کوتاه (ری جی هو) انجام دهید.

سپس سه نفس عمیق بکشید بدین صورت که با دم آرامش را به درون و با بازدم تنش را به بیرون ببرید و سپس با دم آرامش را به درون و با بازدم نگرانی را به بیرون بدهید و به همین ترتیب با دم ایمان را به درون و با بازدم ترس را به بیرون ببرید و بدین سان ریکی را به سطح فیزیکی وجودتان بفرستید، اکنون نخست بدنتان را ور انداز کنید و توجه کنید که در کجا درد یا تنش و یا ناراحتی احساس می کنید، به ذهنتان بسپارید و می توانید یک سمبل قدرت در آنجا قرار دهید.

برای شروع تصور کنید که یک ابر کوچک پر از انرژی ریکی در پاهای شما وجود دارد، تصور کنید که انرژی شروع به چرخیدن در پاهای شما می‌کنید، به درد، تنش یا هر ناراحتی که در این ناحیه هست توجه کنید. تصور کنید که ابر ریکی این ناحیه را آرامش بخشیده است و تنش‌ها را بیرون رانده و شفا آورده است. بعد تصور کنید که ابر به سوی میچ پای شما به صورت دایره‌ای در حرکت است و می‌چرخد و این ناحیه را هم نیز شفا و آرامش بخشیده است.

این عمل را در بدنتان ادامه بدهید، تصور کنید که ابر شفا بخش انرژی در ساق پاهای شما می‌چرخد و بعد در زانو‌ها و سپس در رانهای شما، حال تصور کنید که انرژی ریکی ماهیچه‌های شما را آرام کرده است و هر گونه تنش، درد و یا ناراحتی بیرون رانده و شفا آورده است و به همین ترتیب در هر کجا که احساس ناراحتی می‌کنید یک سمبل قدرت قرار دهید.

به اسکن کردن در بدنتان ادامه بدهید و انرژی را به انتهای رانها ببرید، اینجا اولین چاکرای شما، چاکرای ریشه قرار دارد. تصور کنید که انرژی می‌چرخد و آنرا در پشت خود نیز احساس می‌کنید و همینطور در پایین‌ترین قسمت جلوی بدنتان. ابر ریکی انسدادها را پاک کرده و شفا آورده است. (به خاطر داشته باشید که برای افزایش ریکی در هر ناحیه می‌توانید از سمبل قدرت استفاده کنید).

به حرکت ادامه بدهید تا جایی که ابر انرژی به چاکرای دوم شما یعنی دستگاه تولید مثل می‌رود. این ناحیه ارتباط با دیگران است و به اصطلاح ناحیه خلاق نام دارد. تصور کنید که ابر می‌چرخد و هر ناراحتی، انسداد و یا تنش‌ها شده و هر مشکلی در این ناحیه شفا یافته است.

سپس ابر ریکی را به چاکرای شبکه خورشیدی یعنی ناحیه اطراف ناف بدنتان ببرید. دستگاه جذب و هضم در این ناحیه قرار دارد، محل جذب غذای شما که انرژی بدنتان را تامین می‌کند،

تصور کنید که ابر ریکی در این ناحیه می چرخد و هرچه تنش، ناراحتی و یا انسداد را آرامش بخشیده است.

سپس ابر به چاکرای قلب شما به حرکت در می آید، احساس کنید که انرژی دور قلب و شش های شما می چرخد، و با این انرژی هرگونه درد یا انسداد از بین برده می شود و اکنون تصور کنید که این ارگان ها با انرژی شفا بخش پر شده -اند.

اکنون تصور کنید که ابر به چاکرای گلو می رود و این پروسه را در آن ناحیه نیز ادامه بدهید. به خاطر بسپارید که این ناحیه شامل عقب گلو هم می شود یعنی جایی که تنش های زیادی معمولاً جمع شده است و وقت بیشتری باید صرف این ناحیه کرد و برای کمک به رها سازی تنش ها و ناراحتی می توان از یک سمبل قدرت کمک گرفت.

اکنون تصور کنید که ابر ریکی به چاکرای چشم سوم سفر می کند و این انرژی در آنجا می چرخد و چشم سوم را باز می کند و انسداد ها را به روی بینش و آگاهی رها ساخته است. اجازه بدهید که انرژی چشم سوم شما را پر کند و شفا بدهد.

بالاخره در نهایت انرژی را به بالا سر خود ببرید یعنی به چاکرای تاجی و تصور کنید که ابر ریکی چاکرای شما را پر کرده است و هرگونه گرفتگی و تنش را رها ساخته است.

اکنون باید بدنتان را دوباره اسکن کنید تا در جاهایی که احساس تنش و یا ناراحتی می کنید یک سمبل قدرت بگذارید و به قسمت های بعدی مدیتیشن بروید.

اکنون تصور کنید که ابر ریکی بالای سر شما قرار دارد و از چاکرای تاجی وارد تمام بدنتان می شود و به محض ورود تمام بدن شما از انرژی شفا بخش پر می شود به گونه ای که باید تصور کنید تمام قسمتها و دستگاه های بدن شما با ریکی حمام شده -اند و اکنون می توانید

بگردید به جاهایی که ناراحتی و تنش داشته اند و توجه کنید که اکنون با انرژی ریکی پر شده اند و اکنون زمان است که تصور کنید انرژی از بدن فیزیکی شما به بیرون صاع می شود و ببینید که با انرژی شفا بخش می درخشید و اولین سطح از وجودتان پر از انرژی شده است.

اکنون باید به دومین سطح از وجودتان یعنی سطح احساسی شما بروید. ریکی را به سطح احساسی و هیجانی وجودتان بفرستید، سمبل ذهنی/احساسی را فعال کنید و سه بار اسمش را بگویید و بعد با این سوالات این سطح را اسکن کنید: چه احساسی در حال حاضر دارم؟ آیا خوشحالم یا غمگین، شادم یا افسرده؟ آیا نگرانی خاصی دارم؟ آیا تحت فشار چیزی هستم؟ آیا چیزی من را غمگین می کند؟

اول به این سوالات جواب بدهید و سپس دوباره سمبل ذهنی/احساسی را فعال کنید و از بخواهید که به این نقاط نگرانی برود.

برای چند ثانیه در همین حالت با خودتان بمانید، تمام احساسات و هیجانات خود را احساس کنید و به این واقعیت برسید که آنها فقط انرژی هستند. اگر می خواهید، گریه کنید و حالا بگذارید ریکی هر درد و ناراحتی را ببرد. تصور کنید که این احساس های دردآور در ابر یکی جای گرفته است و وجودتان از آنها رها شده است و آنها برای شفا به منشاء (یا خالق) می روند. حال که این احساس ها رها شده اند تصور کنید که وجود شما با صلح و شادی و عشق و خشنودی پر شده است. انرژی را در وجودتان احساس کنید و اکنون احساس کنید که سطح احساسی شما هماهنگ شده است و شفا یافته است.

سپس ریکی را به سطح ذهنی وجودتان بفرستید، سمبل ذهنی/احساسی را فعال کنید و با این سوالات ذهن خود را اسکن دهید و بپرسید که: آیا مغزتان خیلی از افکار پر شده است؟ از خودتان بپرسید که مثل این می ماند که سرتان دارد منفجر می شود؟ بپرسید کار برای انجام دادن دارید و نمی توانید مرتبشان کنید؟ از خودتان بپرسید آیا احساس خستگی می کنید؟

حالا سمبل ذهنی احساسی را فعال کنید و احساس کنید که در شما جریان دارد و شما را پر می کند، تصور کنید که افکار تان روشن و آرام می شوند، و ریکی مغز تان را آرام می کند و راه حل های مسائل پیچیده برای شما آسان و راحت شده است. تصور کنید که نگرانی به آرامی از فکر تان به بیرون برده شده است. تمام افکار مغشوش بدنتان را ترک کرده اند و ریکی بدنتان را پر می کند و اکنون سطح ذهنی/احساسی شما هماهنگ شده و شفا یافته است.

در آخر ریکی را به سطح روحی وجود تان بفرستید و نخست سمبل شفای راه دور را فعال کنید. سطح روحی خودتان را با این سوالات اسکن کنید: آیا احساس می کنم که متصل نیستم؟ آیا در دنیا احساس تنهایی می کنم؟ آیا به جنبه های معنوی زندگیم آگاه هستم؟ آیا معنویت را در زندگی روزانه ام تجربه می کنم؟

حال تصور کنید ریکی روح وجود تان را پر می کند، آنرا به صورت یک موج انرژی زیبای طلایی تصور کنید که ارتباط مستقیم با قلمرو های بالاتر دارد. تصور کنید که هدایت در درون شما جریان دارد و بنابر اعتقادات شما هر آنچه که هست شما را مستقیماً به منشاء وصل کرده است. در نظر بگیرید که انرژی ریکی شما را دوباره به منشاء اصلی وصل کرده است. خودتان را ببینید که پر از انرژی معنوی هستید و این انرژی تمام سطح های دیگر وجود تان را فرا گرفته است. خودتان را کامل و سالم ببینید.

اکنون یک سمبل قدرت در بالای خود مجسم کنید و سه بار بگویید "من این شفا را با عشق و نور، مهر و موم می کنم."

در آخر برای هدیه شفای ریکی سپاسگزاری کنید و راحت باشید و به آرامی برگردید.

ریکی از راه دور

هر چیزی در این جهان فیزیکی از اتمها و ملکولها تشکیل شده است و آنها چیزی جز انرژی-های در حال ارتعاش نیستند، همه چیز در حال ارتعاش و نوعی از انرژی است. بدن ما در سطح ملکولی میدانهای فعال انرژی در حال تغییر است. با هر فکر و اندیشه و هر نفس فرکانسهای حوزه انرژی بدن تغییر می کند. انیشتین با نظریه نسبیت خود فاصله ها را از میان برداشت، و نشان داد که زمان و مکان نسبی و بسته به دید بیننده است.

ریکی یک نوع انرژی ماورایی است. هر چیز ماورایی در چهار چوبهای محدود این جهان فیزیکی نمی گنجد و از قوانین جهانهای دیگر پیروی می کند. در عوالم دیگر بعد زمان و مکان به این مفهوم وجود ندارد، زمان و مکان ما قوانینی هستند که خود وضع کرده ایم و دیدیم که انیشتین نسبی بودن آنها را نشان داد. اگر ما به کرات یا منظومه های دیگر سفر کنیم در آنجا زمان و گذشت آن صورت دیگری می یابد!

در عوالم ماورائی زمان مطلق و مکان خلاء است و هیچ سنخیتی با زمان و مکان کره زمین ندارد.

از آنجا که ریکی ماورایی است می تواند در یک لحظه به هر کجا که بخواهید فرستاده شود و گیرنده ریکی در همان لحظه انرژی ریکی و تاثیرات آن را دریافت می کند درست مانند موقعی که شخص در کنار شما است و شما به او ریکی می دهید.

ریکی دادن از راه دور مسئله ای ساده و قابل تجربه کردن است. هر شخصی که ریکی مرحله دوم را گذرانده باشد (همسویی مرحله دوم را دریافت کرده باشد) می تواند از راه دور برای دیگران ریکی بفرستد! با همین روش می توان ریکی را برای آینده و یا گذشته فرستاد، تکنیک ریکی در جلسه امتحان از همین اصول پیروی می کند.

در این روش برای فرستادن ریکی به راه دور (آن طرف اتاق و یا آن طرف کره زمین) از سمبل راه دور که قبلا معرفی شد و کار آن اتصال ما به راه دور است استفاده می شود این سمبل فاصله ها را حذف می کند، زیرا برای این سمبل محدودیت زمان و مکان وجود ندارد. بعد از

گذراندن همسویی مرحله دوم ریکی، شما شاهد خواهید بود که چگونه برای شخصی از راه دور ریکی می‌فرستید و او همزمان انرژی ریکی را احساس و دریافت می‌کند. بزودی با تجربه این روش جایی برای تردید در شما باقی نخواهد ماند.

برگرفته از کتاب راه میان بر (اولین راهنمای ریکی کاربردی برای دانشجویان و دانش آموزان)
تالیف مهندس محمد امین

ده ویژگی که ریکی را از سایر روش های مکمل درمانی متمایز می کند.

۱- قدرت شفا بخشی ((ری کی)) پس از دریافت همسوئی ها؛

از استاد ری کی به شاگرد، منتقلی شود.

۲- توانائی کانال انرژی شدن را نمی توان با خواندن کتاب راهنما بدست آورد.

۳- این توانائی، طی فرآیند همسوئی، از استاد ((ری کی))، به شاگرد منتقل می شود.

۴- همسوئی های ((ری کی))، بخشی از آموزش استاندارد ((ری کی))، است.

۵- تمام تکنیک های ((ری کی سوئی))، از طریق استاد به شاگرد، منتقل می شوند.

۶- در تکنیک های ((غیر سوئی))، قدرت شفابخشی؛ بر اثر مرور زمان،

یا با استفاده از مدیتیشن ، یا سایر تمرینات ، حاصل می شود.

۷- در طی استفاده از ((ری کی)):

نیازی به هدایت انرژی؛ از طریق ذهن، وجود ندارد.

۸- قدرت بالاتری، ارتعاشات را هدایت می نماید.

۹- نوع (یا انواع) ارتعاشات؛ و عمل کرد ارتعاشات،

از طریق قدرت بالاتری هدایت می شود.

۱۰- ((ری کی))، مطلقاً آسیب نمی رساند.

ریکی چیست؟ انرژی درمانیه؟ عرفانه؟

ریکی به مفهومی که در اینجا از اون استفاده می شه، هم یک هنر شفا و طب مکمل است و هم یک روش و مسیر پیشرفت معنوی است. برخی فقط روی یکی از این دو مورد تمرکز می کنند به گونه ای که بعضیها اون رو فقط به عنوان یک روش انرژی درمانی و بعضی هم اون رو فقط به عنوان یک راه معنوی تدریس می کنند که شکی نیست هر دو و هر کدام از آنها ریکی است. در غرب و جا هایی که ریکی از غرب وارد آنها شده (اکثر کشورها) به ریکی بیشتر به عنوان یک سیستم انرژی درمانی نگاه می شه و ارزش "اصول ریکی" و مراقبه ها زیاد درک نمی شد و حتی سمبلهای ریکی که به عنوان ابزاری برای شاگردان نوآموز هستند و اوسویی (بنیانگذار ریکی) اون رو به شاگردانی که کار با انرژی براشون سخت بود و وقت تمرین نداشتند می داد تا برای اوایل کار بتونن انرژیشون رو بیشتر و بهتر متمرکز کنند رو جزو اصلی ریکی می دونستن و حتی سعی در مخفی نگه داشتن و تقدس دادن به اونها می کردند.

از طرف دیگه اصطلاح ریکی برای انرژی که تمام اطراف ما رو گرفته و یکی شدن با اونهم به کار می ره و نباید این دو کاربرد رو زیاد با هم اشتباه کرد. لازم به ذکره که Reiki از Rei و Ki تشکیل شده که Rei یعنی "جهانی"، "کائناتی" و "الهی" و Ki یعنی روح و انرژی (نیروی) حیاتی (معادل "چی" در طب چینی و "نا" یا "رمق" در طب سنتی ایرانی و Vital force در همئوپاتی). پس می شه ریکی رو انرژی حیاتی کیهانی یا انرژی الهی ترجمه کرد و یا آنطور که برخی می گویند "انرژی نیروی حیاتی که زندگی را می سازد". این دو حرف ژاپنی در کنار هم مفهوم یکی شدن روح و انرژی ما با روح و انرژی جهان هستی را می رسانند.

ریکی در تمام سطوح از جمله سطوح مختلف جسمی، روحی و احساسی کار می کنه و به نظر می یاد شبیه همون چیزیه که در گذشته های دور در اسلام، مسیحیت، بودیسم، شینتویسم و هندویسم به کار رفته و شاید هنوز هم در حلقه های عرفانی به کار می ره. هرچی بیشتر با ریکی و انرژی آشنا بشید درک یه سری فلسفه برای دعا و فلسفه نماز هم آسونتر می شه، جالبه که من توی نمازهام که درست هم خونده نمی شن و از رو عادت هم

هستن، به وضوح انرژی رو که داره به سمت سر ازیر می شه حس می کنم و این یکی از بهترین تاثیرات ریکی برای من بود. (ریکی توانایی حس انرژی رو هم به شدت بالا می بره).

این مهمه که بدونین که درمان بیماریها یک اثر جانبی ریکی است و نه هدف ریکی اما به نظر می یاد که امروزه ریکی به عنوان یک طب مکمل-جایگزین به شدت مورد توجه واقع شده چون حتی از دید حسابگرانه شرکتهای بیمه هم اگه بشه با روشی مثل ریکی هزینه دارو و طول درمان و طول مدت بستری (که رابطه مستقیم با هزینه اش داره!) رو کم کرد، هر چیزی حتی اگه فلسفش و روش کارش هم درک نشه و فقط از نظر آماری جواب بده ایده آل به شمار می ره! تحقیقات نشون می دن که ریکی فشار خون رو پایین می یاره، استرس رو کم می کنه، آرامش می ده، اثرات جانبی ناخواسته داروها رو کاهش می ده و قدرت اونها رو افزایش می ده به طوری که طول دوره درمان کاهش می یابد. امروزه ریکی در اتاقهای اورژانس و اتاقهای عمل بیمارستانها هم مورد استفاده قرار می گیره و برای درمان ایدز، سرطان، درد و بسیاری از بیماریهای صعب العلاج به عنوان درمان جایگزین یا مکمل به کار برده می شه. همچنین می تونه یه پیشگیریه عالی هم به حساب بیاد.

کیا می تونن ریکی یاد بگیرن یا به درجه استادی ریکی برسند؟

همه! هر کسی در هر سنی با هر مشخصات فیزیکی می تونه با ریکی همسو بشه و آموزش تئوری اونهم بیشتر از چند ساعت طول نمی کشه. واقعیت اینه که خیلی ها حیوانات خانگی رو هم با ریکی همسو کرده اند و یا در حالی که اونها رو در آغوش داشتند همسو شده اند و تجربیات جالبی وجود داره

تعاریفی از ریکی

ریکی: نیروی عمومی حیات، انرژی جهانی، انرژی کیهانی، انرژی خالص، انرژی الهی، انرژی روحانی، انرژی معنوی، انرژی ذاتی تمام خلقت، انرژی جاری در هستی، انرژی شفابخش جهان، یک نوع انرژی لطیف

ریکی: انرژی شفابخشی که بطور طبیعی در هستی موجود است.

ریکی: هنر، علم و دانش انرژی‌های در سطوح فیزیکی، احساسی و ذهنی

ریکی: یک کلید که یک راه از انرژی را برای ما باز می‌کند.

ریکی: تکنولوژی نهفته در سوتراهای تبتی (سوترا: آموزه‌های تبتی که به زبان سانسکریت نوشته شده)

ریکی: دانش بسیار کهنی که هزاران سال پنهان بود.

ریکی: یک روش طب کل نگر یا پزشکی مکمل (درمان مکمل، مراقبت مکمل، بهداشت مکمل، تسکین مکمل، بهبود مکمل)

ریکی: راهی ساده، مطمئن و طبیعی برای کار روی انرژیها

ریکی: یک شیوه ژاپنی برای شفا، کاهش استرس و ایجاد آرامش

ریکی: تکنیک ساده و قدرتمند برای کار روی سطوح مختلف انرژی

ریکی: انرژی بیدار کننده و حامی رشد تمام توانهای نهفته در انسان

ریکی: راهی مؤثر برای انتقال انرژی حیاتی

ریکی: ابزاری عالی برای کمک به رشد آگاهی و کلید روشن بینی

ریکی: نوعی انرژی که در تمام جانداران و بی جانها نفوذ می کند.

ریکی: هنر یا علم بالانس کردن انرژیها در سطوح مختلف

ریکی: یک سیستم انرژی اثرگذار بر هاله و چاکراها

ریکی: نوعی انرژی که در صورت نیاز و درخواست جاری می شود.

ریکی: روشی برای افزایش انرژی، قدرت و توان

ریکی: نوعی انرژی هوشمند و سامان دهنده

ریکی: یک سیستم روشنی بینی و روشنگری

ریکی: هنر شفا با دست

ریکی: یک هنر که از مستر به فراگیر منتقل می شود.

ریکی: یک روش شفای طبیعی که براساس نیروی عمومی حیات عمل می کند.

ریکی: یک روش شفای با انرژی وسیع طیف

ریکی: یک تکنیک برای شکستن و تخلیه انرژیهای منفی و جایگزین کردن انرژیهای مثبت

ریکی: یک سیستم از اصوات و سمبل‌ها برای دست یابی به انرژی‌های شفابخش جهانی

ریکی: انرژی اصوات و سمبل‌هایی که بصورت مستقیم به بدن انسان و سیستم عصبی وصل شده و نیروی عمومی حیات را برای شفا فعال می‌کند.

ریکی: یک روش درمان طبیعی مطمئن برای هر شرایطی

ریکی: یک نیروی حیاتی هدایت شده و روحانی

ریکی: یک روش ساده، طبیعی و مطمئن برای شفای روحانی و خودبهبودی

ریکی: یک سیستم انرژی شفابخش که نیروی عمومی حیات را به بدن انسان جاری می‌کند.

ریکی: یک روش درمانی که براساس مفاهیم شرقی از انرژی (هاله و چاکراها) طراحی شده است.

ریکی: تکنیک انتقال انرژی شفا از طریق دست‌ها

ریکی: یک نوع انرژی که در جایی که درک شود عمل می‌کند.

ریکی: یک روش درمانی و شفابخش لطیف و باکلاس

ریکی: انتقال انرژی از کارور به درمانجو

ریکی: تکنیک‌های اختصاصی برای ذخیره‌سازی و متعادل‌سازی نیروی حیاتی طبیعی در بدن انسان

ریکی: یک روش اورجینال هلینگ

ریکی: یک روش دقیق، منحصر بفرد و باستانی برای شفا، هارمونی و بالانس انرژی

ربکی: یک روش (سیستم) کامل شفا که بدن و ذهن را تغییر و شفا می دهد.

ربکی: یک روش شفا برای افزایش انرژی خود و برای تقویت خوداتکایی

ربکی: بالاترین و برترین فرم انرژی درمانی از نظر کیفی

ربکی: انرژی که در همه جا هست و همه چیز را احاطه کرده و از همه چیز ساطع می شود.

ربکی: منبع و منشأ انرژی همه چیز

ربکی: انرژی نامحدود و بی نهایت (انرژی همیشگی و دائمی).

ربکی: یک کاتالیزور برای تغییرات

ربکی: انرژی هوشمند و خلاق، یک دوست حقیقی، یک هدیه الهی، یک وجود هوشمند،

متعالی، زنده و آگاه

ربکی: نیروی بالابرنده روح، ذهن، احساس و بدن

ربکی: انرژی شفا بخش قلوب و دلها

ربکی: انرژی شفا بخش روح و روان

ربکی: یک روش درمانی طبیعی و سنتی که با استفاده از دست انجام می شود.

ربکی: نوع خاصی انرژی شفا بخش که فقط از طریق افرادی که با آن همسو شده اند جاری

می شود.

ریکی: هر نوع انرژی که دارای چهار ویژگی باشد: اول: ریشه‌دار (دارای سلسله و تبار است).
دوم: امن (آسیب نمی‌زند). سوم: هوشمند (با ذهن انسان هدایت نمی‌شود). چهارم: همسویی (نیاز
به تمرینات پیچیده ندارد)

ریکی: انرژی اثرگذار بر تمام موجودات و مخلوقات (فیزیکی و متافیزیکی)

ریکی: دانش شفابخش و متعالی کننده روح

ریکی: یک شیوه ساده و مؤثر برای کار روی انرژی‌های ذهن - بدن

ریکی: یک راه طبیعی و مفید برای تأثیرگذاری بر سطوح انرژی خود و دیگران

ریکی: انرژی زندگی تحت هدایت معنوی

ریکی: انرژی زندگی تحت هدایت قدرت برتر

ریکی: نوع هفتم از انواع انرژیهای کی هفت گانه

ریکی: نوعی انرژی حد واسط بین فیزیک و متافیزیک

منبع : دکتر برازنده - سایر کتب ریکی

سمبل های ریکی

در ریکی مرحله‌ی اول هیچ سمبلی وجود ندارد. سمبل‌ها برای درمان با ریکی الزامی نیستند. سمبل‌های ریکی در مرحله‌ی دوم و بعد از آن داده می‌شوند و همسوییها که آنها را قدرتمند می‌کنند به توانایی و مهارت سیستم شفای ریکی می‌افزایند.

سمبل‌های ریکی متبرک اند و اینکه باید محرمانه نگهداشته شوند بخشی از سنت ریکی است. سمبلها فقط برای کسانی آشکار می‌شوند که ریکی مرحله‌ی دوم یا بالاتر را گرفته، و همسویی که قدرتشان را اضافه میکند دریافت کرده باشند. محرمانه بودن سمبل دو جنبه دارد. یکی این است که سمبل موضوعی شخصی است. شما با مخفی نگهداشتن سمبلها، احترامتان را به آنها نشان می‌دهید. البته دیگران آنها را چاپ یا عرضه می‌کنند، مانند چندین نویسنده که سمبلها را در کتابهایشان آورده اند، ولی این کار رابطه شخصی شما را با سمبلها کم نمی‌کند و هر چه بیشتر آنها را مخفی نگهدارید، بیشتر احترام خود را به آنها نشان داده اید.

دوم اینکه مخفی نگهداشتن سمبلها از دیگران قبل از همسویی به نفع خود آنهاست. چون قدرت سمبلها از همسویی می‌آید، نشان دادن آنها به کسانی که همسو نشده اند به آنها کمک نمی‌کند و باعث سردرگمی آنها می‌شود. البته می‌توان بدون نقض این امانت داری، سرشت و هدف سمبلها را مورد بحث قرارداد.

بعضی از سمبلها ریکی اوسویی، از الفبای کانجی ژاپنی هستند که ترجمه آنها به انگلیسی در هر فرهنگ لغت ژاپنی یافت می‌شود. برای مثال نام و نحوه ترسیم سمبل شفای از راه دور و سمبل استادی به تمامی از حروف ژاپنی تشکیل شده است. اما منشاء دو سمبل اول ریکی پیچیده‌تر است. نام سمبل قدرت و ذهنی / احساسی ژاپنی است، اما خود سمبلها از منابع شمنی و یا ترکیبی از نقشهای سانسکریت و کانجی هستند.

توجه به این نکته جالب است که همسویی به راستی سمبلها را قدرتمند می کند تا هدف مورد نظر از آنها برآورده شود. بدون همسویی سمبلها قدرت ندارند و این موضوع بارها ثابت شده است. قبل از انجام همسویی سمبلها را به شاگردان می دهند تا آنها را به خاطر بسپارند. بسیاری از کسانی که می توانند انرژی ریکی را ببینند و احساس کنند، دارای قدرتهای فراروان هستند و برخی از آنها درمانگرند. همه آنها گزارشهای یکسانی می دهند که قبل از همسویی تأثیری بر انرژی ریکی ندارند، اما بعد همسویی تأثیر کاملاً مشخص است.

سمبلهای ریکی متعالی هستند. این سمبلها به جای اینکه مانند سمبلهای دیگر فقط ذهن نیمه هوشیار را تحت تأثیر قرار دهند، مستقیماً با آگاهی الهی وصل هستند. هر جا کسی که مرحله دوم ریکی را گذرانده است از سمبل ریکی استفاده کند، ((ری)) یا آگاهی الهی انرژی ریکی را در مسیر مناسب و به محل مورد نیاز هدایت می کند. این فرایند تحت پیمانی الهی یا توافقی مقدس عمل می کند که بین خداوند و آنهایی که ریکی مرحله دوم را گذرانده اند بسته شده است. شخص مجبور نیست در یک وضعیت خاص باشد تا سمبلها عمل کنند. سمبلها هر زمان مورد استفاده قرار گیرند خود به خود عمل می کنند.

سمبلهای ریکی مانند کلیدهایی هستند که درها را به سطوح بالاتر آگاهی باز می کنند، همچنین می توان آنها را دکمه هایی فرض کرد که هر وقت فشار دهید، بی درنگ نتیجه خاص مورد نظر را به دست می آورید.

سمبلها برای اینکه فعال شوند باید به درستی مورد استفاده قرار گیرند. البته این بدان معنا نیست که فقط یک راه درست کشیدن سمبلها برای همه کسانی که آنها را به کار می برند وجود دارد. سمبلها هرگز دقیقاً یکسان نبوده اند و تفاوتی بین سمبلهای معلمان وجود دارد. حتی خانم تاکاتا همیشه سمبلها را مثل هم نمی کشید. همچنین تفاوتی کوچک بین سمبلهای

بیست و دو استاد نخستی که او تعلیم داد وجود دارد. روشن است که او هدایت می‌شد تغییرات کوچکی در سمبل هر شاگرد بدهد که به ارتعاش و نیاز هر شاگرد در آن لحظه بستگی داشت.

بنابراین بهترین نحوه کشیدن سمبل‌ها برای شاگردان این است که سمبلهایی را که استادشان در طول همسویی به آنها نشان داده است رسم کنند. به رغم تفاوت‌های ظاهری که در سمبل‌های شاگردان وجود دارد، سمبل هر شاگرد به خوبی کار می‌کند.

قدرت سمبل‌ها در شکل آنها نیست، بلکه در انرژیهای همسویی متصل به آنهاست. توضیحات زیر تعدادی از کاربردهای ثابت شده‌ی سمبل‌ها را شرح می‌دهد. البته سمبل‌های ریکی انرژی یا آگاهی خود را دارند و می‌توانید روی آنها مراقبه کنید تا به شما نشان داده شود چگونه از آگاهی الهی که در خود سمبل‌ها به ودیعه گذاشته شده است بی‌واسطه استفاده کنید. شیوه‌هایی را که در زیر می‌آید تمرین کنید، اما خود را در تجربه با سمبل‌ها آزاد بگذارید تا بتوانید کاربردهای بیشتری کشف کنید.

فعال کردن سمبلهای ریکی

راههای زیادی برای فعال کردن سمبلهای ریکی وجود دارد. می توانید آنها را در هوا در جلوی خودتان و یا روی یا نزدیک گیرنده ریکی رسم کنید. می توانید سمبلها را با انگشت آتش خود یعنی انگشت وسط رسم کنید، یا می توانید آن را پرتوی نوری تصور کنید که از چاکرای کف دست شما بیرون می آید و با حرکت دادن دست سمبل را در هوا رسم کنید. همچنین می توانید با فکر کردن به نام سمبل آن را فعال کنید، یا با صدای بلند نا آن را بگویید البته اگر کسی در اطراف نباشد و یا اگر با افرادی هستید که ریکی مرحله دوم یا بالاتر را گرفته اند، میتوانید آن را در ذهن تجسم کنید، یا خود را در حال کشیدن ببینید. هر یک از این راهها سمبل ریکی را فعال خواهد کرد.

نکته مهم نیت شماست؛ بخواهید که سمبل را فعال کنید، فعال می شود. روشهای بالا صرفاً راههای بیان نیت شما هستند.

سمبل قدرت

سمبل قدرت به معنای ((تمام قدرت کائنات را در اینجا بگذار)) است. سمبل قدرت برای افزایش قدرت ریکی یا متمرکز ساختن ریکی روی محلی خاص بکار می رود. هر گاه می خواهید قدرت درمان ریکی را بالا ببرید، فقط به نام سمبل فکر کنید یا آن را در ذهن مجسم کنید، ریکی شما قویتر می شود! این سمبل همچنین میتواند فضای اطراف گیرنده ریکی را مهر و موم کند تا از اتلاف انرژیهای شفابخش جلوگیری شود. این وضع در بعد روحی قابل مشاهده است و گاهی به صورت جعبه ای از نور سفید و گاه نیز به صورت کره ای از نور طلایی در اطراف بیمار دیده می شود. سمبل قدرت را در هر مرحلهی درمان میتوان بکار برد، اما بهترین زمان استفاده از آن در شروع درمان برای افزایش قدرت ریکی و در پایان درمان

برای مهر و موم کردن انرژیهای شفاست. سمبل قدرت را می‌توان برای پاکسازی اتاق از انرژیهای منفی روانی و مهر و موم کردن آن با نور و مقدس کردن فضای اتاق بکار برد. این سمبل را می‌توانید برای محافظت خود، کسانی که دوست دارید، ماشینتان، خانه و یا هر چه که برایتان با ارزش است استفاده کنید. چون ریکی در هر سطحی عمل می‌کند. حفاظتی که ایجاد می‌کند نیز در همه سطوح است و شامل محافظت از هر آسیب فیزیکی و نیز از تهاجمهای روانی و ذهنی و احساسی است. می‌توانید برای دعا کردن دیگران نیز از این سمبل استفاده کنید؛ وقتی با کسی دست می‌دهید یا او را در آغوش می‌گیرید برای تبرک او به نام سمبل قدرت فکر کنید. تجربه کنید، حتما کاربردهای دیگری برای آن خواهید یافت.

سمبل ذهنی / احساسی

اسم این سمبل به معنای ((یکی شدن نوع بشر و خداوند است)) . این سمبل برای شفای ذهنی و احساسی بکار می‌رود. این سمبل طرف راست و چپ مغز را متعادل می‌کند و هماهنگی و آرامش می‌آورد. این سمبل بخصوص برای شفای مشکلات روابط موثر است. این سمبل را برای هر نوع آشفتگی ذهنی / احساسی نظیر عصبیت، ترس، افسردگی، خشم، غم و اندوه و غیره میتواند بکار برد. در بعد روانی، انرژیهای این سمبل برای شفای مشکلات احساسی گاهی به شکل حبابهایی از چاکرای قلب و برای شفای ذهنی از چاکرای شبکه خورشیدی درمانگر ریکی بیرون می‌آید. گاهی نیز این دو انرژی با هم عمل می‌کنند و قبل از اینکه بیمار را احاطه کنند و یا وارد بدن او شوند، در مقابل درمانگر با هم ترکیب می‌شوند. این سمبل را می‌توان برای شفای اعتیادها و نیز مشکلاتی چون کاهش وزن یا ترک سیگار به کار برد. سمبل برای بهبود حافظه بکار می‌رود و بخصوص در زمانهایی که مثلا کلید ماشین گم میشود یا نام کسی فراموش میشود نیز بسیار یاریگر است. این سمبل برای افزایش قدرت جمله‌های تاکیدی نیز بکار می‌رود و سبب میشود که این جمله‌ها عمیقتر وارد ضمیر ناخودآگاه شوند. همچنین درس خواندن، یادگیری و امتحان گذراندن شگفت‌انگیزند.

سمبل شفا از راه دور

اسم این سمبل به معنای ((باشد که بودای درون من به بودای درون تو وصل شود و هماهنگی و آرامش بیافریند)) است. این سمبل ب اساس وحدت همه حیات ، یعنی این واقعیت که آگاهی الهی یا ((طبیعت بودا)) در همه ما وجود دارد عمل می کند. این سمبل برای فرستادن ریکی از راه دور برای دیگران استفاده می شود. می توانید ریکی را به آن سوی اتاق ، به نقطه دیگری از شهر ، و یا حتی به مناطق دیگر جهان ، برای دیگران بفرستید. وقتی این سمبل را بکار می گیرید فاصله ، مانع نیست. گاهی عکس گیرنده ی ریکی همراه با این سمبل بکار می رود.

۱- از سمبل شفا می توان در مواردی چون آرام کردن افراد.

۲- برای بازگشت به زندگی گذشته،

۳- هیپنوتیزم و مراقبه هدایت شده نیز می توان استفاده کرد.

با بکار بردن سمبل شفا از راه دور همراه با سمبل ذهنی / احساسی می توان در طول برگزاری جلسات برای آنها که آنسوی اتاق هستند ریکی فرستاد و فرایند شفا را تشریح و آسان کنیم.

این کارگاهی اثرهای جالبی دارد. انرژی ریکی ، بدون اینکه به آنها بگویم چه می کنم ، اغلب با تصورات درونی شخص می آمیزد و عملاً بخشی از سناریویی می شود که او دارد تجربه می کند. انرژی ریکی با خرد خود به درستی می داند چگونه این کار را انجام دهد. گاهی گیرندگان ریکی آن را بصورت مه سفید محافظی می بینند که اطرافشان را احاطه کرده است. این سمبل همچنین با جریان یافتن در آنها و خروج از دستهایشان برای قدرتمند شدن آنها عمل می کند. بعد خود به خود به سوی ناحیه ای که مشکل دارد هدایت می شود تا به رفع آن کمک کند.

سمبل شفا از راه دور همچون پل زمان نیز بکار گرفته می‌شود. می‌توانید با آن به آینده ریکی بفرستید. اگر بدانید که در آینده فعالیت مهمی خواهید داد و زمان و تاریخ آن را بدانید، می‌توانید برای آن ریکی بفرستید تا وقتی آن واقعه پیش آمد انرژی ریکی آنجا حاضر باشد و کمکتان کند. وقتی انرژی ریکی را به این ترتیب بکار می‌برید مانند یک باطری عمل می‌کند، و در مواقع لازم انرژی شفا دهنده‌ی آن فرود می‌آید تا شما را احاطه و کمکتان کند. مردم از این تکنیک برای شرکت در مصاحبه‌ی کاری، آزمون، رفتن پیش دندانپزشک، جراحی و سایر رویدادهای مهم کمک گرفته‌اند.

با این سمبل به گذشته نیز می‌توانید ریکی فرستاد. اگر در گذشته ضربه‌ای روحی به شما فرود آمده که حدود تاریخ آن را می‌دانید، می‌توانید با سمبل شفا از راه دور برای آن ریکی بفرستید و آن را شفا دهید...

کاربرد های ریگی

درمان حیوانات با ریگی

اصول درمان همیشه مشابه خواهد بود. حیوانات خانگی مانند: اسب، گاو، کبوتر، گربه و سگ با قرار دادن دست روی قسمت هایی که حیوان دوست دارد نوازش شود، می بایست درمان شوند.

در حیوانات کوچکتر، کف دستان گود شده خود را دور آنها قرار دهید و ریگی را به تمام بدنشان بدهید. همچنین می توانید زمانی که حیوان در خواب است از یک فاصله نزدیک به او ریگی بدهید. در هر دو مورد، همیشه خود را به هدایت درونی خود بسپارید و تا زمانی که ضروری است دستهایتان را در یک جایگاه نگاه دارید.

حیوانات بزرگ و خطرناک فقط باید به وسیله مرحله دوم ریگی و از راه دور تحت درمان قرار بگیرند، اما اگر این امکان وجود ندارد و شما هنوز این مرحله را نگذرانده اید، میتوانید به وسیله انرژی دادن به خوراک و آبشان آنها را درمان کنید. تأثیر این کار کمتر و کندتر از درمان مستقیم میباشد ولی بر اثر تکرار آن در دراز مدت مفید خواهد بود.

درمان گیاهان با ریگی

با ریگی، گیاهان سالم و قوی رشد می کنند. درختان از طریق تنه خود می توانند ریگی دریافت کنند. از همان زمان که انرژی دادن به گیاهان را شروع می کنید، به سرعت با نتایج مثبتی چون رشد سالم، قدرت و شکوفه های فراوان روبرو می شوید. برای غنا بخشیدن به گیاهان با ریگی دستهایتان را چند سانتی متر بالاتر از آنها نگه دارید. همچنین میتوانید جوانه ها و بذر گیاهان را در کف دست های گود شده خود بریزید و به آنها انرژی بدهید. بهترین روش انرژی دادن به گیاهان گلدانی از طریق ریشه آنهاست. با گرفتن گلدان میان دستهایتان نیز می توانید به گل های چیده شده ریگی بدهید. و این کار را میتوان بارها بدون نگرانی انجام داد. زیرا

گیاهان فقط به میزان مورد نیازشان انرژی دریافت میکنند. به درختان نیز میتوان ریکی داد. درختان میتوانند از طریق بدنه شان ریکی دریافت کنند. شما میتوانید آنها را بغل کنید و از طریق کف دست و همین طور از طریق قلبتان ریکی بدهید. اما در این مورد نیز خود را به هدایت احساس درونی تان بسپارید. هنگام درمان یک درخت، همیشه احساس توازن و هماهنگی در شما به وجود می آید.

انرژی دادن و غنی کردن موجودات بی جان با ریکی

غذا، دارو، لوازمه کمک های اولیه، لباس ها، ملزومات برقی، ماشین ها، باطری ها و هر چیز دیگری که به فکر شما می آید، میتواند به وسیله قرار دادن دستها روی هر قسمت برجسته شی ای که شما استفاده می کنید، درمان گردند.

اشیاء کوچک میتوانند در کف دستهای گود شده شما قرار گیرند. دستها را میتوان روی قسمتهای اساسی که برای بهبود مهم به نظر میرسد قرار داد. از تشخیص خود در این مورد استفاده کنید.

شما همچنین میتوانید چیزهای خیلی بزرگ را کوچک تصور کنید و دست های خود را دور آنها قرار دهید و ریکی بدهید. مثلاً یک خانه یا مجتمع مسکونی که شما در آن زندگی میکنید.

- شما میتوانید به غذای خود ریکی بدهید تا باعث چاقی شما نشود.

- میتوانید با ریکی دادن به داروهای خود از عوارض جانبی آنها بکاهید و تأثیر مثبت آنها را افزایش دهید.

- می توانید پیش از دادن هدیه ای، به آن ریکی بدهید و آن را هدیه ای مضاعف کنید.

- می توانید برای روشن شدن ماشین یا شارژ کردن موبایل هم از ریکی استفاده کنید.

- اگر شما ریکی دو را نیز گرفته اید، میتوانید هر فضایی را از امواج منفی پاک کنید و امواج مثبت و حیات بخش را جایگزین آن کنید.

- با کمی فکر راه های بیشتری برای استفاده از ریکی در زندگی روزمره خواهید یافت. زیرا، هر چه بیشتر از ریکی استفاده کنید جرین این انرژی قوی تر خواهد شد.
- ریکی در همه چیز جریان پیدا میکند، لذا اجازه دهید تصورات شما آزدانه حرکت کند و بهترین استفاده را از این هدیه الهی ببرید.

جعبه ریکی

- این روش بی نظیری از آشکار سازی نیاز ها است. نیاز ها میتوانند مادی، معنوی یا ... باشند. این نیاز ها به طرز اعجاب انگیزی در دوره ی زمانی خاص برورده میشوند.
- برای انجام این روش، شما به قوطی خالی محکم نیاز دارید، این قوطی باید تمیز و خشک باشد.
- یک تکه کاغذ سفید
- یک مداد (ترجیحاً نارنجی / خرمائی).

روش ساخت جعبه ریکی:

- چند عود روشن کنید و بگذارید که عطر آن در فضای اتاق پخش شود.
- راحت بنشینید. بر روی کاغذ نیاز ها یا عبارتی تأکیدی بنویسید.
- مراتب سپاسگزاری را به جای آورید و مطالب زیر را به آن بیافزایید.
- من از آرزوها (نیاز ها / عبارت تأکیدی نوشته شده بر رویه کاغذ) به خاطر اعطای شفا به من متشکر هستم.

- کاغذ را تا کنید و محکم بین دو دست بگیرید. به طور ذهنی سمبل های مرحله دو ریکی را بکشید و سمبل های انرژی را به دست ها بفرستید و برای برآورده شدن آرزوهای نوشته شده تان دعا کنید.

- کاغذ را در دست بگیرید و قوطی خالی را در دست دیگر بگیرید طوری که وسط قوطی در کف دست تان قرار بگیرد. سمبل ها را به طور ذهنی کشیده (طرح) و سمبل های انرژی را به دست ها بفرستید و برای بر آورده شدن نیاز نوشته شده تان دعا کنید.

- به ارسال سمبل های انرژی در دست ها ادامه دهید، کاغذ را در قوطی بگذارید و در آن را محکم ببندید. قوطی را با دو دست بگیرید و مرحله ی ارسال سمبل ها را با به قوطی تکرار کنید.

- قوطی ریکی آمده است. روزی یک یا دو بار انرژی بدهید. شما همچنین میتوانید ارسال انرژی را برنامه ریزی کنید.

نکاتی برای قوطی ریکی

قبل از نوشتن نیاز ها / عبارات تأکیدی بر روی کاغذ، مراتب سپاسگزاری را به جا آورید. سمبل سوم را بر روی بالای کاغذ، سمبل دوم را بر روی سمت چپ کاغذ و سمبل اول را بر روی سمت راست کاغذ بکشید. در مرکز کاغذ نیز نیاز های تان را بنویسید. میتوانید در این قوطی با همراه نیاز ها کریستال هم بگذارید. کریستال ها توانایی جذب هر گونه انرژی ارسال شده به آنها را دارند.

چگونگی دادن پوشش محافظ به خود و به محل مداوا قبل از دادن ریکی
تشکر کنید.

نیت و قصد نمائید،

سمبل ۱ در هر دو دست خود رسم کنید،

سمبل فوق را در هر هفت چاکرا رسم کنید (از ریشه تا تاج)،

خود را در یک هرم نور سفید قرار داده و سمبل های ۱ تا ۳ را رسم کرده و بیان دارید.

سمبل ۱ را برای اطاق کشیده و آنرا از نور سفید پر کنید. همچنین می توان کل خانه را با هرم

نور سفید و سمبل های ۱ و ۲ و ۳ بپوشانید.

سمبل ۱ را در بالای بدن شخص مورد نظر رسم کرده و ۳ با رنام ببرید.

هر سه سمبل را به چاکرای قلب شخص بدهید.

سمبل شماره ۲ را به چاکرای تاجی شخص بدهید و از آگاهی برتر او کمک و راهنمایی بخواهید تا در طول جریان شفا بخشی با شما ارتباط داشته باشید. مداوای ریکی را شروع کنید.

چگونگی ایجاد حوزه محافظ

پوشش محافظ می توانید به خود، خانواده، اموال و یا هر چیز که می خواهید از امواج و نوسانات منفی دور باشد.

تشکر کنید،

به پوشش محافظ تمرکز کنید (در یک مکعب)،

نیت خود را بیان کنید و پوشش را تجسم کنید،

سه سمبل را رسم کرده و بیان کنید،

همه چیز را با نور روحانی سفید ریکی را به پوشانید. حتی می توان هرم را از نور سفید درست کنید،

جمله زیر را سه بار در ذهن خود تکرار کنید:

"تمام نوسانات و ارتعاشات منفی که از درون من یا برون من سرچشمه می گیرد به پوشش حفاظتی سلامتی وارد شده و به امواج مثبت و شاد و سالم تبدیل می شود"

همچنین می توان گفت:

"هر موج منفی که به طرف من فرستاده می شود بطرف فرستنده اش بصورت امواج مثبت بر می گردد."

ذهن منبع نیروی امواج منفی را که به هر طرف شما می آید با انرژی بلاشرط عشق متبرک کنید،

سمبل های ۱ و ۲ و ۳ را ترسیم کنید تمرکز را پایان دهید،

تشکر کنید.

هرم سه وجهی کریستال
هرم برای منظوره‌های زیر بکار گرفته می شود:
محافظت از محیط اطراف،
قبل یا در هنگام تمرکز،
در زمان پاکسازی بدن و چاکراها،
محافظت دائمی و کنترل عکس العمل های خودتان ، بخصوص در موقعیت های نامطلوب،
هرم را مجسم کرده در آن قرار گیرید.

شفای عادات ناخواسته
کاهش وزن، ترک سیگار، الکل و ...
نام خود را همراه عادت‌هایی که می خواهید ترک کنید و سمبل ۲ روی یک تکه کاغذ نوشته و
آنها بین دستهای خود نگاه دارید و به آن ریکی بدهید و آنها را درمان کنید.
این عمل را به مدت ۲۰ دقیقه یا بیشتر در روز انجام دهید.
کاغذ را همواره با خود داشته باشید.
اگر احساس کردید که عادت مذکور عود می کند، دوباره کاغذ را در دست گرفته و ریکی
بدهید.



میکانو اوسونی

استاد اوسویی در ۱۵ اوت ۱۸۶۵ در روستای یاگو از استان گیفو در ژاپن متولد شد. او با پزشکی، روانشناسی، علوم مذهبی و پیشگویی آشنایی داشت. دکتر اوسویی که فردی معنوی و حساس بود در سال ۱۹۱۴ در جستجوی دگرگونی شخصی به کوه کوراما رفت. دکتر اوسویی قبلاً مدت زیادی را در نقاط پر قدرت کوه کوراما، که مرحله آموزش اولیه بودایی را در آنجا دیده بود، به مراقبه گذرانده بود. او به این کوه مقدس سفر کرده و ۲۱ روز روزه گرفت و مراقبه کرد و در پایان این دوره انرژی ریکی وارد چاکرای تاجی او شد و او را به سیستم شفای ریکی هدایت کرد. استاد اوسویی از توانایی جدید خویش برای کمک به دیگران استفاده کرد و هفت سال در کیوتو برای مردم فقیر کار کرد. در سال ۱۹۲۲ به کیوتو رفت و انجمن ریکی و یک کلینیک ریکی را بنا نهاد و در سال ۱۹۲۵ کلینیک دیگری در ناکانو تأسیس کرد. منابع مختلف نشان می دهند که استاد اوسویی فرایند همسویی خاصی نداشت، شاگردانش توانایی انجام ریکی را فقط با گذراندن زمانی با استاد به دست می آوردند. بعد از گسترش ریکی، این شیوه آموزش غیر عملی مینمود، بنابراین یک فرایند همسویی شبیه آنچه امروز ما انجام می دهیم ایجاد شد. استاد اوسویی ریکی را به ۲۰۰۰ نفر آموزش داد و ۱۶ استاد تربیت کرد. او در نهم مارس ۱۹۲۶ بر اثر سکته قلبی درگذشت. مقبره او در معبد سایبی هوچی در توکیو واقع است.



تاجیرو هایاشی

از شاگردان استاد اوسویی، آقای چوجیرو هایاشی است که استادی محترم و دارای مدرسه و کلینیک ریکی در توکیو بود، دکتر هایاشی افسر بازنشسته نیروی دریایی بود او ریکی را در سال ۱۹۲۵ دریافت کرد در حالی که ۴۷ سال داشت و ریکی را به خانوم تاکاتا آموزش داد.



هاوایو تاکاتا

خانم تاکاتا در سال ۱۹۰۰ در جزیره کاوایی در هاوایی متولد شد. والدین او از مهاجران ژاپنی بودند. او در سال ۱۹۳۵ به علت بیماریهایی مانند غده ای در شکم، سنگ کیسه صفرا، آپاندیس و آسم به کلینیک دکتر هایاشی مراجعه کرد. دو درمانگر هر روز روی او کار میکردند و او در مدت چهار ماه کاملاً شفا یافت. در بهار سال ۱۹۳۶ مرحله اول ریگی را از دکتر هایاشی آموخت، سپس يك سال با او کار کرد و بعد مرحله دوم را گذراند. در سال ۱۹۳۷ به هاوایی بازگشت و چندی بعد دکتر هایاشی و دخترش برای کمک به استقرار ریگی در آنجا به او ملحق شدند. در فوریه ۱۹۳۸ دکتر هایاشی خانم تاکاتا را برای مرحله استادی همسو کرد. خانم تاکاتا هم درمان می کرد و هم ریگی را تا مرحله دوم آموزش می داد. در سال ۱۹۷۰ او آموزش استادی را آغاز کرد و شهریه ای ۱۰۰۰۰ دلاری برای این دوره در نظر گرفت. این شهریه در سیستم دکتر اوسویی نبود ولی خانم تاکاتا آن را راهی برای احترام به ریگی می دانست. او می گفت نباید بدون شهریه آموزش یا درمان داد و همیشه باید پولی به عنوان برگشت انرژی دریافت کرد. تا قبل از درگذشت خانم تاکاتا در یازدهم دسامبر ۱۹۸۰، او ریگی را تا مرحله استادی به ۲۲ نفر آموزش داده بود. این ۲۲ نفر آموزش ریگی را به دیگران آغاز کردند. برخی از این استادان شهریه قابل قبولتری برای دوره استادی در نظر گرفتند و ریگی به سرعت توسعه یافت و در سراسر جهان منتشر شد.

اصول اولیه ریکی

هنر نهائی طلب شادی
داروی معجزه گر همه بیماریها
فقط برای امروز خشمگین مباش
نگران مباش و سرشار از سپاسگزاری باش
خودت را وقف کارت کن و با مردم مهربان باش
هر روز صبح و عصر دستهایت را به حالت دعا کنار هم قرار بده و این کلمات را با خودت زمزمه کن
درمان با ریکی به روش اسویی برای بهبود بدن و ذهن
(این متن توسط اساتید ریکی در ژاپن بکار می رود و احتمالاً همان چیزی است که دکتر اسویی در ابتدا
بکار برده است.))

پنج اصل امرزوی ریکی

- ۱- فقط برای امروز خشمگین مباش
- ۲- فقط برای امروز نگران مباش
- ۳- فقط برای امروز سرشار از سپاسگزاری باش
- ۴- فقط برای امروز خودت را وقف کار کن و سخت کوش باش
- ۵- فقط برای امروز با مردم مهربان باش

جسم بیرونی شما تجلی بیرونی احساس درونی شما می باشد.

اصول ریکی توسط دکتر اسویی هنگامی تنظیم شد که او متوجه شد همراه با آموزش ریکی، آگاه سازی دانشجو از احساسات برتر در الگوهایی که فرد را سالم و سر حال نگاه می دارد، نیز اهمیت دارد.
او ۵ اصل ریکی را تنظیم کرد و در ابتدای هر يك از اصول عبارت ، فقط برای امروز، را اضافه کرد و این بدین معناست که در حال حاضر و هر روز از این اصول آگاه باشید.
تمام اساتید ریکی شیوه خودشان را در تهیه و توضیح این اصول دارند . اگر چه اصل مطلب در تمام آنها یکسان است.

فقط برای امروز خشمگین مباش

وقتی هر يك از انتظارات ما تحقق نپذیرد، انرژی ای که باید خودش را در این تحقق پذیری انتظاراتمان ، نشان می داد، به عصبانیت تبدیل می شود. در مورد فردی که در زندگی احساس خشمگین بودن و خارج از کنترل بودن می کند، این انرژی به صورت عصبانیت در رابطه با چیزی یا کسی ابراز می شود. چیزی که مورد عصبانیت فرد واقع شده، ممکن است عامل عصبانیت او نباشد.
عصبانیت سرکوب شده در قسمت فوقانی پشت بدن دقیقاً در نواحی زیر شانه ها حبس می شود.
در این مواقع پیشنهاد می شود که احساسات خود را روی برگه کاغذی بنویسد و این شیوه خوبی برای رهایی احساسات محبوس شده می باشد.

در بعضی افراد فریاد زدن بهترین راه درمان است. اما این کار ممکن است در خانه قابل اجراء نباشد.
بهتر است مکانیزیم عصبانیت را بیابیم و در هر يك از موارد علتی را که سبب عصبانیت ما شده ، جستجو کنیم، گاهی اوقات آگاه شدن از علت ممکن است ما را از لزوم ادامه عصبانیتمان رها کند.

فقط برای امروز نگران مباش

نگرانی فقط به آینده بدون امنیت مربوط می شود.

نگرانی فقط در مورد چیزهایی ایجاد می شود که ممکن است اتفاق بیفتند یا ممکن نیست اتفاق بیفتند، در هر حال این نگرانی همیشه به آینده مربوط می شود.

وقتی شما در مورد اتفاقاتی که می تواند در آینده رخ دهد فکر کنید و همچنین از تصور اینکه این اتفاقات ممکن است مانعی در مسیر رشد و ترقی شما ایجاد کند، نگرانی ایجاد می شود. اگر امروز و در حال حاضر زندگی به صورت آرام و یکنواخت پیش می رود، ما از وقایع نامطلوبی که ممکن است در آینده آرامش و یکنواختی زندگی ما را برهم زنند، می ترسیم.

نگرانی همچنین می تواند در مورد سلامتی افرادی باشد که به آنها وابستگی داریم.

نگرانی در شرایطی ایجاد می شود که ما تصور کنیم حوادث در زندگی ما بدون هیچ دلیلی اتفاق می افتند. ما هنوز قبول نکرده ایم که هر چیز که در زندگی ما اتفاق می افتد علت و دلیلی دارد. با پذیرش این مسأله که طرح و نقشه ماهرانه تری وجود دارد و تمام حوادث و وقایعی که در این طرح و نقشه رخ می دهد و ما تجربه می کنیم برای ما لازم و ضروری است، نگرانی ما برطرف می شود. در این زمان است که آینده را می پذیریم و در نتیجه با این پذیرش هیچ گونه احساس عدم امنیت برای آینده وجود نخواهد داشت و در عوض اطمینان جایگزین آن خواهد شد.

وقتی شما خدا را عبادت می کنید، چیزی که قبول دارید این است که یک شعور الهی وجود دارد که مسئول خلق و مراقبت از مخلوقش می باشد. اما در همان زمان وقتی شما نگران هستید چیزی که بیان می کنید در واقع جمله است:

خدایا! اگر چه من قبول دارم که تو جهان را خلق کرده ای و از آن مراقبت می کنی، اما من در زندگی خودم به اندازه کافی به تو اطمینان ندارم. تو ممکن است گودال هایی را برای من در آینده حفر کنی که من می توانم داخل آنها بیفتم.

آیا واقعاً فکر می کنید که خدا این کار را انجام می دهد که شما داخل آن بیفتید و او بتواند به شما بخندد؟ آیا فکر می کنید زندگی ما یک جور تنبیه است؟

اعتقاد به خدا و نگرانی همزمان با یکدیگر متناقض هستند. زندگی ما سرشار از چنین اعتقادات و الگوهای متناقض می باشد که سبب دور کردن پاکیزگی و بی آلاشی در اعمال ما می شوند. ما باید کمی عمیق تر از حالت معمول فکر کنیم و باید از چنین اعتقادات متناقض و ساختگی آگاه باشیم.

نگرانی در شرایطی ایجاد می شود که من از کل هستی جدا باشم، من به هیچ چیز وابسته نباشم و مجبور باشم از خودم مراقبت کنم. ما همگی به یکدیگر وابستگی داریم حتی با گیاهان، خورشید، هوا و غیره. همه ما به همه این چیزها برای ادامه زندگی خود نیاز داریم. نگرانی از احساس جدا بودن از کل جهان به وجود آمده است.

فقط برای امروز، شکرگزار باش

در مورد بسیاری از ما این مسأله بسیار طبیعی است که مدت زمانی را صرف فکر کردن در مورد چیزهایی که نیاز داریم و هنوز بدست نیاورده ایم، بکنیم. وقتی ما این کار را انجام می دهیم در واقع سیگنال هایی را به ضمیر ناخودآگاه خود ارسال می کنیم، و تأکید می کنیم که این چیزها را نداریم. با این عمل، بر روی کمبودی در زندگی خود تأکید می کنیم. ضمیر ناخودآگاه ما گوش می دهد و اطاعت می کند. بنابراین کم کم رسدن به آن چیزهایی که نیاز داریم برای ما مشکل تر می شود. به طوری که قسمتی از انرژی شما مشتاقانه آرزومند آن چیزهاست در حالیکه قسمت دیگر انرژی شما آن چیزها را از شما دور می کند. اگر ما به جای فکر کردن در مورد چیزهایی که نداریم، برای آن چیزهایی که داریم شکرگزار باشیم و مطمئن باشیم که در آینده چیزهایی که نیاز داریم نیز به دست خواهیم آورد، این طرز فکر به ما کمک می کند که به طور عادلانه بر روی موضوع فراوانی، به جای موضوع فقدان تمرکز کنیم.

قدر شناسی یک احساس سپاسگذاری دائمی در درون شما می باشد. بعضی افراد قبل از شروع ریکی دادن کلمه سپاسگذاری را بیان می کنند البته این کلمه باید احساس شود نه اینکه بیان شود. حتی احساس این کلمه نیز نباید تحمیل شود، چون در این صورت حقیقی نخواهد بود.

فقط برای امروز سخت کوش باش (صادقانه)

به معنای تلاش و کار برای زندگی و همینطور انجام مراقبه و تمرینات است که باید شخص در انجام هیچکدام از این دو مورد افراط نکند. نه فقط وابستگی و انجام مدی تیشن و مراقبه و تمرینات است که از کار برای زندگی خود بازماییم و نه افراط در کار که از معنویات در مانیم. در واقع نگه داشتن حد اعتدال در کارهایمان مهمترین نکته است.

یا به عبارتی دیگر فقط برای امروز صادقانه کارهایمان را انجام خواهیم داد. روراستی و صداقت در اینجا به معنی همیشه حقیقت را گفتن نمی باشد. صداقت در اینجا به معنی روراست بودن با ضمیر درونی خود، با صدای درونی خود و با احساسات درونی خود می باشد.

اگر چه ما همیشه از احساسات حقیقی خودمان در هر موقعیتی آگاه هستیم، اما گاهی اوقات به آنها گوش نمی دهیم یا به آنها توجهی نمی کنیم. ممکن است این رفتار ناشی از ترس و یا نداشتن شجاعت در عمل به آنچه، احساس می کنیم باشد.

شما هیچگاه نمی توانید به ضمیر ناخودآگاه خود دروغ بگویید. هر زمانی که شما گوش ناشنوی خود را به احساسات صحیح خود باز کنید، ممکن است به شما گفته شود در مورد یک مسأله خاص عملی را انجام دهید، ضمیر ناخودآگاه شما عمل می کند و بدن شما نیز تحت تأثیر واقع می شود.

روراست بودن با ضمیر خود سبب می شود که شما قابل اعتماد شوید و این مسئله به زندگی شما کیفیت و ماهیت خاصی می بخشد. قابل اعتماد بودن، شما را به کار حیاتی مربوط به خودتان راهنمایی می کند.

فقط برای امروز با مردم مهربان باش

یا فقط امروز منعش و احترام را به هر موجود زنده ای ابراز می کنم
این اصل در مورد احترام به زندگی و داشتن احساس همدردی صحبت می کند. احساس همدردی
و دلسوزی یک خصوصیت الهی است. این خصوصیت ما را از حیوانات مجزا می کند.
قبل از اینکه شما بتوانید احساس همدردی و دلسوزی داشته باشید، باید عشق به نفس داشته
باشید، بدون داشتن عشق به نفس، شما نمی توانید این عشق را با دیگران تقسیم کنید.
بسیاری از افرادی که سعی می کنند احساس همدردی و دلسوزی خود را به دیگران ابراز کند
در واقع می خواهند جای خالی چیزی را در زندگی خود پر کنند. زندگی آنها فاقد عشق و توجه
است و این باعث می شود که متوجه شوند عشق و توجه چقدر در زندگی اهمیت دارد. اما آنها
سعی می کنند چیزی را به دیگران بدهند که خود فاقد آن هستند. این افراد باید شیوه هایی را
برای کسب عشق به نفس تدبیر کنند و فقط در آن زمان است که احساس همدردی و دلسوزی
به طور طبیعی و واقعی وجود خواهد داشت.

[/http://www.soluk-reiki.com](http://www.soluk-reiki.com)

این سوال و جواب در یکی از سایتها نظر منو جلب کرد امیدوارم برای شما هم جالب باشه:
آیا ریکی قابل اثبات هست؟
مستند و علمی توضیح بدید؟ دقیقاً بگید به چی استناد کنیم؟
بله ریکی با پیشرفت های علمی و فنی دنیای امروز اثبات شده می باشد.
با دوربین های مخصوص از استادان در حال انجام تکنیک های ریکی عکس و فیلم تهیه شده و
وجود و جریان و انتقال این انرژی ها اثبات شده است.
همچنین قبل و بعد از ریکی دادن به سوژه توسط سیستم های پیشرفته وضعیت انرژی های وی
مورد بررسی قرار گرفته و تاثیرات ریکی مشاهده گردیده است و بسیاری دیگر...
به حدود صد عنوان کتاب که در دنیا توسط استادان ریکی نوشته شده است استناد کنید.
به فهرست دانشگاههایی که ریکی را تدریس می کنند استناد کنید.
به تعداد نامحدود سایت ها و وبلاک ها و مطالب آنها استناد کنید.
به اساتید و شاگردان ریکی در شهر خودتان مراجعه کنید.
خودتان ریکی را بیاموزید و امتحان کنید.
و ...

این هم فهرستی از دانشگاههایی که ریکی را تدریس می کنند:
مهمترین مراکز آموزش ریکی در جهان - دکتر مطلب برازنده

University of Reiki
Reiki University
Reiki College
Universal Academy of Parapsychology
Atlantis College of Crystal, Reiki and Sound Healing
Reiki Academy
The Golden Age Reiki Academy
Academy for Reiki Training and Healing
Academy of Reiki
Reiki Blessings Academy
The UK Reiki Federation
International Association of Reiki

The International Reiki Healing Association
World Reiki Association
International Reiki Association

ریکی دوست ما است

می دانید همه چیز در این عالم دارای شعور است، در این میان ریکی به عنوان هدیه ای از طرف خداوند به انسان برای پیشبرد هدفها و نیز به عنوان راهی برای اتصال به قدرت خداوندی، یک وجود ماورایی دارد، دارای شعور بالا و قدرت فرآوان است، ایجاد ارتباط با ریکی برای همه امکان پذیر و بسیار نیز آسان است و از همه لحاظ برای انسان منفعت دارد. بنابراین ریکی را به عنوان یک دوست قدرتمند، مهربان، صمیمی و یک همراه همیشگی در زندگی خود بپذیرید و با او مثل یک وجود زنده برخورد کنید، به او احترام بگذارید و رابطه خود را با او روز به روز محکم تر نمائید، او براستی خیر خواه شما است و همواره آماده است تا به یاری شما بشتابد. حضور او را جدی بگیرید و دوستی او را قدر بدانید و مطمئن باشید که این دوستی همیشه برای شما مفید خواهد بود.

بعد از آشنایی با ریکی و دریافت همسویی های آن شما آمادگی دارید تا این دوستی را آغاز کنید و هر زمان که لازم باشد می توانید از او تقاضای کمک کنید. ریکی به عنوان یک آفریده خداوند که دوستدار همه انسانها است و برای یاری رساندن به آنها آمده، آماده پذیرش دوستی های صادقانه و دو طرفه می باشد. شما باید به ریکی احترام بگذارید، او را جدی بگیرید و از توانایی هایی که بدست می آورید در راه صحیح و در جای مناسب استفاده کنید و قدرتان این دوستی باشید و بخاطر آن خداوند بزرگ را سپاس بگویید. با این کار حضور ریکی روز به روز در زندگی شما قدرتمندتر می شود و هر وقت او را بخوانید حاضر است، زیرا فلسفه خلقت ریکی از طرف خداوند یاری رساندن به انسانها می باشد.

چگونه با ریکی ارتباط برقرار کنیم

همانگونه که گفته شد موضوع مهم در ارتباط با ریکی دوستی با او، احترام گذاشتن به او و قدردانی از کمک های اوست. برای ارتباط نزدیک و صمیمی با ریکی باید قدردان، صادق و درستکار باشید و از ریکی فقط در جای مناسب استفاده کنید.

با این آمادگی ها شما براحتی میتوانید (بعد از دریافت همسویی و انجام تمرینات) با ریکی صحبت کنید، او را فرا بخوانید و از او بخواهید در وجود شما جاری شود. با ریکی در دل خود صحبت کنید برای او نقاشی بکشید، شعر بسرایید به او هدیه بدهید. (برای هدیه دادن به ریکی می توانید به این نیت به دیگران کمک کنید، دیگران را ببخشید، و یا آنها را با ریکی آشنا کنید) اینها همه کمک می کند تا ریکی برای شما یک دوست واقعی بشود و حضور او را کاملا احساس کنید. در آغاز روز و در آغاز هر تمرین ریکی با او صحبت کنید، به او سلام کنید و از او تقاضای کمک کنید و در پایان روز و پایان هر تمرین ریکی از او سپاس گذاری و قدردانی کنید.

خبرنامه ریکی

دکتر میکا ئو اوسوئی که کاشف این تکنیک درمانی میباشد آن را ریکی نام نهاد دکتر اوسوئی در قرن نوزدهم در ژاپن به دنیا آمد بعد از اینکه زیر نظر مبلغان مذهبی تحسیلات خود را کامل کرد مدیر مدرسه پسران مسیحی در کیوتو شد: یک روز صبح تعدادی دانش آموز ضمن طرح سوالاتی خواستار دانستن این مطلب شدند که آیا او به کتاب مقدس اعتقاد دارد یا نه: وقتی او پاسخ مثبت داد آنها از او خواستند که اعتقادش را با ارائه یک معجزه ثابت کند: درست همان کاری را که عیسی مسیح انجام میداد: آنها همچنین یا آور شدن که عیسی مسیح فرموده ((شما نیز همانند من قادر به انجام این کار خواهید بود)) از آنجایی که او قادر به انجام این کار نبود از مردان جوان خواست که ایمانشان را از دست ندهند و تصمیم

گرفت در رابطه با این موضوع تحقیق کند و به کشورهای مسیحی غرب سفر کرد تا در آنجا چگونگی انجام معجزات عیسی مسیح را فرا گیرد او در طول عمر خود در دانشگاه‌های متعددی مشغول به ادامه تحصیل شد و تصمیم گرفت به کیوتو بازگردد جایی که قادر بود به مطالعات بیشتر در زمینه سوتراهای بودائی باشد او در حین تحقیقاتش استاد راهبان بودایی را ملاقات کرد ولی آنچه را که جستجو میکرد نیافت او فکر کرد شاید زمانی که مذهب بودا از چین آورده شد در حین ترجمه از قلم افتاده باشد بنابراین او زبان چینی را فرا گرفت و شروع به خواندن سوتراهای بودایی به زبان چینی کرد او میدانست که به خواسته اش نزدیک شده و تصمیم گرفت زبان سانسکریت را بیاموزد زیرا مذهب بودا در اصل از هند آمده بود و سرانجام در همین زمان بود که او چیزی را که در جستجویش بود یافت رموز درمان متعلق به او بود او نمادها را یافته بود با این حال او نمی دانست با آن نمادها چه کار کند یا چگونه آنها استفاده کند: به همین منظور تصمیم گرفت به چندین مایل خارج خارج از کیوتو به کوهی که توسط راهبان مقدس در نظر گرفته شده بود برود در آنجا به مدت سه هفته روزه گرفت و مراقبه کرد به این امید که معنای اطلاعات بدست آورده شده به او نشان داده شود: او موضوع را با راهب بزرگ مطرح کرد و از او درخواست کرد که اگر او بعد از ۲۱ روز بازنگشت تعدادی راهب برای جمع کردن استخوانهای او به کوه بروند: دکتر او سوئی به طرف کوه رفت در همانجا نشست و شروع به مراقبه کرد برای اینکه روزها را دنبال کند و شمارش روزها را داشته باشد ۲۱ سنگ کوچک را در کنار خود گذاشت و هر روز یکی از آنها را دور می انداخت تا اینکه یکی از آن سنگها باقی ماند در آخرین روز او در تاریکی نشست تا در دیدن طلوع سپیده دم بر همه مقدم باشد و چشم به آسمان دوخت و ناگهان از دور نورغریبی را در آسمان سیاه دید به نظر میرسید به سرعت به طرف او در حال حرکت است هر چه نزدیکتر میشد بر سرعتش افزوده میشد و او متوجه شد اگر ثابت در جایش باقی بماند آن نور به او اصابت خواهد کرد: اولین فکری که در یک لحظه به ذهنش رسید گریختن بود سپس او فکر کرد که سالها برای یافتن پاسخ خود جستجو کرده است: پس بی حرکت در جای خود باقی ماند و تصمیم گرفت این تجربه را امتحان کند این نور از ناحیه پیشانی به او اصابت کرد و او

بی هوش شد وقتی که دوباره به هوش آمد خورشید در بالای آسمان به روشنی میدرخشید و او میدانست چندین ساعت گذشته است زیرا او تمام چیزهایی را که در طول این زمان اتفاق افتاده بود به یاد می آورد وقتی آن نور به او اصابت کرد او متوجه رنگهای زیبایی شد که یکی پس از دیگری ظاهر می شدند و تمام آنها رنگهای رنگین کمان بودند بعد از آنها حبابهای شفاف بزرگی در پیش روی چشمان او ظاهر شدند هر کدام از آن حبابها شامل یکی از نماد هایی بود که او در آثار سانسکریت یافته بود هنگامی که یک حباب در میدان دید او قرار می گرفت دستور العمل استفاده از آن نماد ارائه میشد به محض اینکه او اطلاعات را به حافظه اش مسپرد آن حباب از دید او خارج میشد و حباب دیگری همراه با نماد دیگری جایگزین آن میشد به این طریق دکتر اوسوئی معنای نمادها را به طور کامل آموخت و آن را انرژی حیاتی کیهانی: ربکی نامید به این ترتیب سیستم اوسوئی برای درمان طبیعی شکل گرفت: دکتر پر انرژی برای برگشت به کیوتو از مراقبه ۲۱ روزه خود برخاست و به سرعت به پایین کوه شتافت در طول راه انگشت پای او به طور دردناکی با سنگی اصابت کرد او فوراً شروع به آزمایش چیزهایی که آموخته بود کرد به محض اینکه انگشت پایش را در دست گرفت بهبود سریع آن تجربه کرد و برای اولین بار حقیقت آن چیزهایی را که با چشمهایش دیده بود تایید کرد دکتر بعد از درمانهای زیادی تصمیم گرفت به محله های فقیر نشین کیوتو برود و در آنجا به فقیران پیشنهاد درمان کند سپس او از بین آنها افراد جوان تر را به صومعه فرستاد تا در آنجا توسط راهبان مهارت های گوناگون را بیاموزند تا رزق و روزی خود را بدست آورند او بعد از مدتی چهره های آشنا در همسایگی خود مشاهده کرد پس از پرس و جو متوجه شد جوانانی که پس از درمان برای یادگیری مهارت هایی به صومعه فرستاده شده بودند به این دلیل که کسب رزق از طریق کار و تلاش به نظرشان مشکل تر از گدایی روزانه می رسید به محله فقیر نشین باز گشته بودند: بعد از شنیدن این موضوع دکتر احساس کرد دچار اشتباه بزرگی شده است پس محله را ترک و تصمیم گرفت که دیگر راجع به اتفاقی که رخ داده فکر نکند او صحبت های اولیه خود را با راهبان به یاد آورد که آنها از نگرانی عمیق خود راجع به درمان روحی پیروانشان صحبت می کردند و متوجه شد که اگر چه در متعادل کردن جسم فیزیکی

فقیران موفق بوده اما به سلامت روحی آنها توجهی نکرده است در آن زمان بود که او ۵ اصل روحی را به ریکی افزود:

۱ = فقط برای امروز - خشمگین مباش

۲ = فقط برای امروز - نگران مباش

۳ = فقط برای امروز قدرشناس باش

۴ = فقط برای امروز صادق باش

۵ = فقط برای امروز - عشق بورز و برای هر موجود زنده ای احترام قائل باش

دکتر اوسوئی سفری را به سرتاسر ژاپن آغاز کرد و دانشجویان زیادی پیدا کرد و در اواسط دهه ۱۹۲۰ مردی را ملاقت کرد که بعدها از بهترین شاگردان او شد دکتر شو جیروها یاشی که افسر ذخیره نیروی دریایی بود و ۴۷ سال سن داشت او بعد از وفات دکتر اوسوئی استاد اعظم ریکی شد و به آموزش و درمان در کلنیک خود در توکیو پرداخت:

ریکی یک تکنیک یا یک روش یا یک عمل نمی باشد ریکی فقط وجود دارد - معلم ریکی به دانشجو قدرت میدهد که انرژی بتواند در طی چهار مرحله تشریف از بدن او جریان یابد این مراسم معارفه مراکز داخلی خاصی را در بدن دانشجو باز میکند تا اینکه انرژی بتواند به راحتی و به طور صحیح منتقل شود بعد از مراسم معمولاً جریانی در دستان به صورت گرما - لرزش یا خارش و گاهی هم به صورت دیگر حس می شود هر فردی باید خودش این حس را تجربه کند زیرا هر فردی احساسات متفاوتی نسبت به دیگران خواهد داشت: سپس دستور العمل استفاده از این انرژی داده میشود و قسمتهای مختلف بدن به منظور دریافت انرژی چه بر روی خود و یا دیگران آموزش داده میشود

ریکی بی ضرر است و به هیچ کس آسیبی نمی رساند ریکی به تمام موجودات مثل گیاهان - حیوانات - ماهی ها - انسانها از کودکی تا پیری حیات می بخشد و فقط می تواند مفید باشد: اثر کلی ریکی به ایجاد تعادل در بدن فرد بیمار می باشد به طوری که بدن خود را درمان کند: فواید ریکی نامحدود می باشد ریکی در تمام سطوح درمانی عمل می کند برای مثال: فیزیکی

- ذهنی - احساسی - و روحی - ریکی بدن را از سموم انباشته شده پاک میکند: ریکی از

عادت‌های ناخواسته و اعتیاد‌هایی می‌دهد: نیروی خلاقه شما را افزایش می‌دهد: به افزایش حافظه شما کمک می‌کند: به شما کمک می‌کند در آرامش و هماهنگی با دیگران زندگی کنید: و بر ترس‌های خود غلبه کنید: ریکی به درمان بی‌خوابی و چاقی مفرط کمک می‌کند: ریکی سبب درمان خستگی – رخوت و می‌گرن می‌شود ریکی به افزایش اعتماد به نفس در شما کمک می‌کند:

تمام چیزهایی که شما برای انتقال دادن ریکی نیاز دارید کانا لیزه شدن می‌باشد این کار از طریق استاد صورت می‌گیرد و تا آخر عمرتان به همراه خواهید داشت: ریکی به اینکه شما اعتقاد دارید یا خیر بستگی ندارد: ریکی از طرف خداوند می‌آید و هوشمند عمل می‌کند. تاثیر ریکی بر انسان

تجربیات متعدد درمانگران ریکی و افرادی که دریافت‌کننده انرژی ریکی بوده‌اند در سراسر جهان، گویای این واقعیت است که ریکی ظرف مدت چند دقیقه موجب آرامش عمیق و سریع، رهایی الگوهای فکری نامتعادل، احساس شادابی و سرزندگی، رفع خستگی، تمایل به ابراز احساسات سرکوب شده درونی نظیر بغض و گریه (و متعاقب آن احساس سبکی)، احساس رهایی، وانهادگی و کاهش درد می‌گردد و همراه بودن آن چه به صورت تمرینات روزانه خود درمانی و چه بصورت دریافت ریکی از کانال (درمانگر) ریکی، موجب آرامش پایدار، بهبود روابط بین فرد و اطرافیان، افزایش ایمان به خداوند و تسلیم به مشیت الهی و قوانین طبیعت، تحریک نیروی عشق انسانی و منبع عظیم شفا در درون انسان می‌شود.

تاثیر ریکی بر انسان، تأثیری کل‌نگر و همه‌جانبه است. بدین معنا که نه تنها بر جسم، بلکه بر ذهن و روان و احساسات و روح بشر نیز تأثیر گذار است. ریکی نه تنها شیوه‌ای از شفای طبیعی، که مهمتر از آن، راهی برای شناخت عمیقتر خویش و جهان هستی برای نزدیکتر شدن به خداوند است.

با استناد به صدها و بلکه هزاران تجربه و نمونه بارز در سراسر جهان، ریکی بدون دخالت در آموزه های دینی انسانها، باورهای دینی مردم دنیا را در چند دهه گذشته قویتر نموده است و علیرغم ساده بودن آموزه هایش، انسان را به سوی تعادل، تواضع، آرامش و زندگی باتکیه بر نیروی لایزال عشق الهی رهنمون می گردد و انسان بی پشتوانه و بیمار را به انسانی سالم و متعادل، با ایمان و پذیرای هر دین و آئین آسمانی که دارد بدل می کند.

ریکی به عنوان یکی از روشهای ساده و اصیل تاثیرات خود را از طریق هاله نورانی انسان بر جسم نمایان می سازد بدین صورت که ریکی ابتداء بر سیستم انرژی انسان اثر می گذارد و سپس با بهبود وضعیت گردش انرژی در این سیستم و جریان آزادانه انرژی در هاله، چاکراها و نادیها مشکلات جسمی و ذهنی انسان نیز بر طرف می گردد نکته مهم در این روش این است که در درمانهای رایج و نیز طب غربی فرآیند درمان و بهبودی تدریجی است ولی در این روش و دیگر روشهای متافیزیکی فرآیند بهبود می تواند بسیار سریع و یا حتی لحظه ای اتفاق بیفتد و مشکلات در مدت زمان کوتاهی بر طرف شوند.

ریکی می تواند مکمل باشد

می توانید ضمن درمان با ریکی به درمان عادی پزشکی یا روانپزشکی ادامه دهید و نتایج بهتری به دست آورید. ریکی در واقع با کاستن از اثرهای جانبی منفی درمانهای پزشکی از قبیل اثرهای جانبی شیمی درمانی و جراحی، اثر هرگونه درمان پزشکی را افزایش می دهد. ریکی زمان درمان را کوتاه می کند، درد را کاهش می دهد یا از بین می برد، استرس را کم می کند و به ایجاد خوش بینی کمک می کند. این نکته قابل توجه است که افرادی که انرژی ریکی را دریافت می کنند زودتر از آنهایی که از این انرژی برخوردار نبوده اند، بیمارستان را ترک می کنند.

ریکی همچنین همراه با روان‌درمانی برای شفای بهتر آسیبهای روحی به کار رفته است. از فواید روان‌شناختی آن، تقویت حافظه و اعتماد به نفس است. اگر بیماران مشکلات روحی یا جسمی دارند و می‌خواهند با ریکی درمان شوند، به آنها توصیه می‌شود تحت نظر پزشک یا روانپزشک آگاه از ریکی این کار را انجام دهند.

ریکی گونه ای از انرژی درمانی است که در آن انرژی شفا بخش از طریق دست های کسی که انرژی با انرژی حیاتی کیهانی همسو شده است به بدن شخص گیرنده انرژی منتقل میشود. در این سیستم فرد ریکی نمیدهد، این بیمار است که انرژی میگیرد و دهنده فقط به عنوان یک کانال و یک واسطه برای انتقال انرژی عمل میکند. ریکی در واقع انتقال هوشمند انرژی کیهانی و متمرکز کردن آن است. انرژی کیهانی به صورت طبیعی از طریق چاکراها به بدن منتقل میشوند و انرژی لازم برای فعالیت های بدن را تامین میکند. با استفاده از ریکی این شارژ انرژی قوی تر شده و جریان انرژی بدن را به حالت طبیعی باز می گرداند و بیماری هارا درمان میکند. کسی که کانال ریکی میشود به صورت مداوم در این جریان قرار میگیرد و سطح انرژی حیاتی بدنش افزایش میابد. این افزایش انرژی حیاتی و انرژی کیهانی باعث برطرف شدن انسدادهای انرژی (قفل های انرژی) میشود. ریکی کمک میکند قدرت شهودی و حسی فرد افزایش یابد و به رشد معنوی برسد. ریکی در تمام ابعاد وجودی انسان تاثیر میگذارد. هر انسان زنده ای میتواند ریکی را بیاموزد و یاد گیری ریکی ارتباطی به طرز فکر، اعتقادات، دین، جنسیت، ملیت، فرهنگ و ... ندارد. ریکی بسیار ساده است و اساس آن بر سادگی استوار است. یه هیچ تکنیک خاصی نیاز ندارد و برای همه قابل استفاده است. یادگیری ریکی بسیار ساده است و در مدت زمان بسیار اندکی فرد میتواند این انرژی را انتقال دهد. ریکی حالتی است که هر فردوانسانی می تواند به راحتی آن را تجربه کند. احتیاج به ریاضت های سخت ندارد. لازم به ذکر است انتقال انرژی فقط از طریق دست صورت نمی گیرد. انتقال انرژی به فاصله های بسیار دور و برای افرادی که تا به حال ندیدیمشان امکان پذیر و عملی است. ریکی به عنوان یکی از شاخه های طب مکمل به بهبود بیماری ها و منشا اصلی آنها کمک

می کند. با تاثیر گذاشتن روی ذهن و روان انسان روند بهبود و پذیرش بیماری را تسریع میکند. با ایجاد آرامش و حالت **relaxation** عمیق میتواند به بهبود بسیاری از بیماری های عصبی کمک کند. اکثر بیماری های روان تنی و تلقینی را به سرعت درمان میکند. در استفاده از ریکی باید ممارست و نظم داشت و دقیقا مثل مصرف دارو با مقدار مناسب و تعداد بار استفاده مناسب به صورت بهینه از آن استفاده کرد.

ریکی چگونه شفا می بخشد؟

ما زنده ایم چون نیروی زندگی یا کی در ما جاری است. کی از طریق گذرگاههایی که چاکرا، نادی و مریدین نامیده می شوند در بدن فیزیکی جاری است. ریکی همچنین در اطراف ما در حوزه های از انرژی که هاله نامیده می شود جریان دارد. جریان آزاد و متعادل کی دلیل سلامتی است. جریان کی است که سبب حیات اندامها و بافتهای بدن می شود. کی اندامها و سلولهای بدن را تغذیه می کند و آنها را در انجام اعمال حیاتی شان حمایت می کند. هنگامی که جریان کی قطع شود، اعمال حیاتی در یک یا چند اندام و بافت بدن فیزیکی کاهش می یابد. بنابراین قطع جریان انرژی کی دلیل اصلی بیماریهاست.

افکار و احساسات ما بر کی تاثیر دارد. زمانی که افکار مثبت خوش بینانه داریم، جریان کی را افزایش می دهیم که سبب بهتر شدن حالمان می شود. اما زمانی که افکار منفی داریم جریان کی در ما کم و قطع می شود و احساس بدحالی می کنیم. هنگامی که افکار منفی در ضمیر ناخودآگاه ما خانه کرد سبب قطع دائمی کی می شود. این وضع هنگامی رخ می دهد که ما آگاهانه یا ناآگاهانه افکار و احساسات منفی را در در مورد خودمان می پذیریم. این افکار و احساسات منفی خود را به میدان انرژی می چسبانند و جریان کی را قطع می کنند. اندامها و

بافتهای گوناگون بدن بر حسب محل انسداد می‌توانند تحت تاثیر قرار گیرند. این سبب کم شدن فعالیت حیاتی آن اندامها و سلولهای بدن فیزیکی می‌شود و اگر انسداد از بین نرود شخص سرانجام بیمار می‌شود.

زمانی که شخصی درمان ریکی را دریافت می‌کند، بخش ری یا آگاهی الهی انرژی محل انسدادها را تشخیص می‌دهد و انرژی شفابخش را معمولا به انسدادی هدایت می‌کند که نزدیکتر به دستها قرار دارد. البته گاهی نیز به انسدادهای مهمتری که دورتر از دستهاست می‌رود. سپس انرژی ریکی با افکار و احساسات منفی که مانع جریان طبیعی کی شده‌اند کار می‌کند و آنها را نیز شفا می‌دهد. این کار ممکن است به روشهای مختلفی انجام گیرد. ریکی با جریان یافتن در قسمتهای آسیب دیده میدان انرژی و شارژ کردن آنها با انرژی مثبت، سطح ارتعاش درون و اطراف بدن فیزیکی را در جایی که افکار و احساسات منفی چسبیده‌اند افزایش می‌دهد. با این کار افکار و احساسات منفی از هم گسیخته می‌شود و از بین می‌رود. با این عمل، ریکی مسیرهای انرژی را پاکسازی و صاف می‌کند و شفا می‌دهد، در نتیجه کی در مسیری طبیعی جاری می‌شود. گاهی تمام انرژی مسدود کننده به یک میدان انرژی بالاتر می‌رود و در آنجا تغییر می‌یابد و گاهی نیز تحلیل می‌رود یا می‌سوزد و از بین می‌رود. وقتی انسدادی رها می‌شود شخص گاهی احساس سرما می‌کند و وقتی تحلیل می‌رود یا می‌سوزد و از بین می‌رود، احساس گرما می‌کند. وقتی دوباره کی جریان طبیعی یافت، اندامها و بافتهای فیزیکی قادر می‌شوند فرایند شفای خود را کامل کنند

ریکی از راه دور

هر چیزی در این جهان فیزیکی از اتمها و ملکولها تشکیل شده است و آنها چیزی جز انرژی-های در حال ارتعاش نیستند، همه چیز در حال ارتعاش و نوعی از انرژی است. بدن ما در سطح ملکولی میدانهای فعال انرژی در حال تغییر است. با هر فکر و اندیشه و هر نفس فرکانسهای حوزه انرژی بدن تغییر می کند. انیشتین با نظریه نسبیت خود فاصله ها را از میان برداشت، و نشان داد که زمان و مکان نسبی و بسته به دید بیننده است.

ریکی یک نوع انرژی ماورایی است. هر چیز ماورایی در چهار چوبهای محدود این جهان فیزیکی نمی گنجد و از قوانین جهانهای دیگر پیروی می کند. در عوالم دیگر بعد زمان و مکان به این مفهوم وجود ندارد، زمان و مکان ما قوانینی هستند که خود وضع کرده ایم و دیدیم که انیشتین نسبی بودن آنها را نشان داد. اگر ما به کرات یا منظومه های دیگر سفر کنیم در آنجا زمان و گذشت آن صورت دیگری می یابد!

در عوالم ماورائی زمان مطلق و مکان خلاء است و هیچ سنخیتی با زمان و مکان کره زمین ندارد.

از آنجا که ریکی ماورایی است می تواند در یک لحظه به هر کجا که بخواهید فرستاده شود و گیرنده ریکی در همان لحظه انرژی ریکی و تاثیرات آن را دریافت می کند درست مانند موقعی که شخص در کنار شما است و شما به او ریکی می دهید.

ریکی دادن از راه دور مسئله ای ساده و قابل تجربه کردن است. هر شخصی که ریکی مرحله دوم را گذرانده باشد (همسویی مرحله دوم را دریافت کرده باشد) می تواند از راه دور برای دیگران ریکی بفرستد! با همین روش می توان ریکی را برای آینده و یا گذشته فرستاد، تکنیک ریکی در جلسه امتحان از همین اصول پیروی می کند.

در این روش برای فرستادن ریکی به راه دور (آن طرف اتاق و یا آن طرف کره زمین) از سمبل راه دور که قبلا معرفی شد و کار آن اتصال ما به راه دور است استفاده می شود این سمبل

فاصله‌ها را حذف می‌کند، زیرا برای این سمبل محدودیت زمان و مکان وجود ندارد. بعد از گذراندن همسویی مرحله دوم ریکی، شما شاهد خواهید بود که چگونه برای شخصی از راه دور ریکی می‌فرستید و او همزمان انرژی ریکی را احساس و دریافت می‌کند.

فواید ریکی نامحدود می‌باشند:

- ریکی در تمام سطوح درمانی عمل می‌کند برای مثال فیزیکی، ذهنی، احساسی و روحی
- ریکی موانع و انسدادهای فیزیکی و احساسی را از بین می‌برد.
- ریکی استرس را از بین می‌برد و تقریباً آسایش کامل را به ارمغان می‌آورد
- ریکی بدن را از سموم انباشته شده پاک می‌کند.
- ریکی به شما کمک می‌کند تا از عادت‌های ناخواسته و اعتیاد‌هایی یابند
- ریکی نیروی خلاقه شما را افزایش می‌دهد
- ریکی انرژی شما را تقویت می‌کند
- ریکی به افزایش قدرت حافظه شما کمک می‌کند
- ریکی به شما کمک می‌کند که دیدگاه مثبتی داشته باشید
- ریکی به شما کمک می‌کند که در آرامش و هماهنگی با دیگران زندگی کنید
- ریکی به شما کمک می‌کند تا بر عصبانیت و ترس خود غلبه کنید.
- ریکی به درمان بی‌خوابی و چاقی مفرط کمک می‌کند.
- ریکی سبب درمان خستگی، رخوت و میگردن می‌شود.
- ریکی به افزایش اعتماد به نفس در شما کمک می‌کند.
- تمام چیزی که شما برای انتقال دادن ریکی نیاز دارید کانالیزه شدن میباشد.
- این کار از طریق استناد صورت می‌گیرد و روند آن فقط ۳۰ تا ۴۰ دقیقه طول می‌کشد.
- بعد از انجام عمل کانالیزه شدن، حتی اگر شما از این درمان برای خودتان یا برای دیگران استفاده نکنید، این انرژی کاهش نمی‌یابد و از از بین هم نمی‌رود. وقتی که یکبار این روند در مورد شما انجام شد، این انرژی را تا پایان عمرتان به همراه خواهید داشت.
- این انرژی تحت کنترل مغز نمی‌باشد. شما با انرژی کیهانی مرتبط شده اید، که فراتر از ذهن شماست.
- در طی این درمان، ریکی به طور خودکار انرژی شما را در حد مناسب و مورد نیاز متعادل می‌کند. بعد از اینکه برای مرحله دوم ریکی کانالیزه شدید، می‌توانید ریکی را برای فردی که حضور فیزیکی ندارد نیز بفرستید.
- ریکی به مثابه مکملی برای سایر روشهای درمانی محسوب می‌شود.
- ریکی در هر حال موثر خواهد بود و به اینکه شما به آن اعتقاد دارید یا خیر بستگی ندارد.
- ریکی هوشیاری شما را افزایش می‌دهد.

تکنیک ریکی

ری = نیروی حیات و کی = نیروی حیات

ریکی = نیروی الهی که نیروی حیات ما را هدایت می کند

ریکی نامی است برای انرژی شفابخشی که به طور طبیعی در هستی موجود است. هیچ گونه جادوگری یا تردستی و یا حتی نیازی به ایجاد یک حالت تغییر یافته از هوشیاری در انجام ریکی وجود ندارد. تمرکز در موقع درمان بسیار مفید است، اما هرگاه که دست بر روی ناحیه مورد نظر قرار گیرد ریکی به طور اتوماتیک عمل می کند.

ریکی همیشه وجود دارد و ما از وجود آن غافل هستیم تا زمانی که از راه همسویی و تمرین ارتباط برقرار شود، بعد از آن ریکی می تواند دریافت و منتقل شود.

ریکی یک تکنیک یا یک روش یا یک عمل نمی باشد، ریکی فقط وجود دارد. از نظر عقلانی، ریکی را نمی توان آموزش داد، بلکه معلم ریکی به دانشجو قدرت می دهد که انرژی بتواند در چند مرحله تشریف از بدن او جریان یابد. این مراسم معارفه مراکز داخلی خاصی را در بدن دانشجو باز می کند تا اینکه انرژی بتواند به راحتی و به طور صحیح منتقل شود.

بعد از مراسم همسویی یا معارفه، معمولاً جریانی در دستان به صورت گرما، لرزش یا خارش و گاهی هم به صورت های دیگر حس می شود. هر فردی باید خودش این حس را تجربه کند زیرا هر فردی احساسات متفاوتی نسبت به دیگران خواهد داشت.

سپس دستورالعمل استفاده از این انرژی داده می شود و قسمت های مختلف بدن به منظور دریافت انرژی چه بر روی خود و یا دیگران آموزش داده می شود. درمانگر این انرژی را خلق نمی کند بلکه در واقع کانالی برای انتقال انرژی به حساب می آید و پذیرش این نقش هیچ ارتباطی با نتایج ندارد. یک فرد به دلیل اینکه ریکی درمانگر است، درمانگر نمی شود.

ریکی بی ضرر است و به هیچ کس آسیبی نمی رساند. ریکی به تمام موجودات زنده مثل گیاهان، حیوانات، ماهی ها، مرغ ها و انسانها از کودکی تا پیری حیات می بخشد و فقط میتواند مفید و مثبت باشد.

ریکی از روی لباس هم مؤثر است و لازم نیست فرد برای دریافت ریکی بدون لباس باشد. ریکی از چوب و فلز و حتی لاستیک نیز عبور می کند. با آموزش مرحله دوم ریکی، درمانگر حتی مجبور نخواهد بود فردی را که مورد درمان او قرار دارد لمس کند، زیرا این انرژی می تواند به هر مکانی در فاصله دور فرستاده شود.

بیماری های مزمن ، درمان طولانی مدت نیاز خواهند داشت زیرا این بیماری ها مدت بیشتری فرد را درگیر کرده و یک شبه پیشرفت نکرده اند و ریکی بیشتری لازم خواهد بود تا بدن به تعادل اولیه خود بازگردد.

ریکی نقایص مادرزادی را برطرف نمی کند، و یا اندامی را که در اثر عمل جراحی برداشته شده است، را رشد نمی دهد، بلکه علائم ناشی از این بیماری ها را برطرف می کند. اثر کلی ریکی کمک به ایجاد تعادل در بدن فرد بیمار می باشد، به طوری که بدن بتواند خود را درمان کند.

اثرات ریکی:

از قدرت طبیعی شفای بدن ، توسط خود حمایت می کند.

بدن و روح را حیات می بخشد.

تعادل روحی و تندرستی ذهنی را دوباره برقرار می سازد .

در تمامی سطوح ذهن ، روح ، بدن و عواطف عمل می کند .

انرژی بدن را تعادل می بخشد .

انرژی مسدود شده را رها می سازد و بر میزان تمدد اعصاب می افزاید.

سموم بدن را پاک می کند .

خود را بر اساس نیاز های گیرنده تنظیم می کند .

- بر حیوانات و گیاهان اثر می کند .
 - شیوه شفای بی نهایت مطبوع و جامعی است .
 - فشار عضلانی را کاهش می دهد.
 - سر درد را از بین می برد .
 - ناراحتی شکم و معده را از بین می برد .
 - درد را فرو می نشاند.
 - خستگی و کسالت را از بین می برد .
 - خواب راحت به ارمغان می آورد .
 - ساز و کارهای شفا دهنده را در بدن بهبود می بخشد .
 - آرامش و سلامتی را به ارمغان می آورد .
 - بدن و ذهن را آرام می کند .
 - به مراقبه و ژرف اندیشی کمک می کند .
 - فشار عصبی را از بین می برد .
 - خلاقیت را افزایش می دهد .
 - به آزاد کردن احساسات کمک می کند .
 - رنج های عاطفی را تسکین می دهد .
 - به ابراز احساسات سرکوب شده کمک می کند .
 - نگرشی مثبت بوجود می آورد.
- به امید روزی که همه بتونیم از این علم الهی بهترین استفاده رو کنیم

تأثیر ریکی بر انسان

تجربیات متعدد درمانگران ریکی و افرادی که دریافت کننده انرژی ریکی بوده اند در سراسر جهان، گویای این واقعیت است که ریکی ظرف مدت چند دقیقه موجب آرامش عمیق و سریع، رهائی الگوهای فکری نامتعادل، احساس شادابی و سرزندگی، رفع خستگی، تمایل به ابراز احساسات سرکوب شده درونی نظیر بغض و گریه (و متعاقب آن احساس سبکی)، احساس رهائی، وانهادگی و کاهش درد می گردد و همراه بودن آن چه به صورت تمرینات روزانه خود درمانی و چه بصورت دریافت ریکی از کانال (درمانگر) ریکی، موجب آرامش پایدار، بهبود روابط بین فرد و اطرافیان، افزایش ایمان به خداوند و تسلیم به مشیت الهی و قوانین طبیعت، تحریک نیروی عشق انسانی و منبع عظیم شفا در درون انسان می شود.

تأثیر ریکی بر انسان، تأثیری کل نگر و همه جانبه است. بدین معنا که نه تنها بر جسم، بلکه بر ذهن و روان و احساسات و روح بشر نیز تأثیر گذار است. ریکی نه تنها شیوه ای از شفای طبیعی، که مهمتر از آن، راهی برای شناخت عمیقتر خویش و جهان هستی برای نزدیکتر شدن به خداوند است.

با استناد به صدها و بلکه هزاران تجربه و نمونه بارز در سراسر جهان، ریکی بدون دخالت در آموزه های دینی انسانها، باورهای دینی مردم دنیا را در چند دهه گذشته قویتر نموده است و علیرغم ساده بودن آموزه هایش، انسان را به سوی تعادل، تواضع، آرامش و زندگی باتکیه بر نیروی لایزال عشق الهی رهنمون می گردد و انسان بی پشتوانه و بیمار را به انسانی سالم و متعادل، با ایمان و پذیرای هر دین و آئین آسمانی که دارد بدل می کند.

مقالات ریکی

مراقبه ماه نو

برای چندین سال من بر نیروی حلقه های اطراف ماه مطالعه کرده ام. تجارب منتج شده از مدی تیشن گروهی ما نو از بهره و اهمیت خاصی برخوردارند در صورتیکه از ریکی درخواست شود تا جهت رشد شخصی و خدمات دنیوی ، یاری نماید.

اجزای مدی تیشن ریکی ماه نو

قصد مقدس و روحانی کلمه گفته شده یا نوشته شده که توضیحی است بر اهداف درمان یا درخواست بصیرت برای خلق که بوسیله عشق و در جهت بالاترین خوبی ها برای همگان در اختیار قرار گرفته است . دعا... عملی در جهت تشکر برای مقاصد مقدس که به مقام متعال جهت حضور و ظهور او تقدیم و بیان شده است جمله ای برخواسته از ایمان و آگاهی نیتی تحقق یافته که می تواند از برای بالاترین خوبیها باشد. ریکی... انرژی حیات بخش و هدایت شده از درون که هیچوقت آسیب نمی رساند ریکی واقعی هیچ زمانی با دخالت نفس و یا کنترل شخصی جریان نمی یابد ریکی کاملا بوسیله خرد لایتناهی الهی هدایت می گردد. ریکی به نیت الهی دعا انرژی های ماه و استادان معنوی و متعالی متصل می شوند مضاف بر نیروی پر قدرتی به شکل ابزاری در بالاترین شکل ممکن اتصال روح ... عمل آگاهی اتصال روح فعال و دارای انرژی که در بین افراد مشتاق به واقعیت بخشیدن به سهم مشخصی از قصد الهی جای می گیرد.

انرژی های ماه

تجلی ماه در طی یکسال و دوره کامل از ماه نو به ماه کامل مشخصا انرژی های مختلفی را جاری می سازد هر یک از هشت سیکل به نوعی در تسهیل مراحل خلق و ظهور یاری می نماید هشت دوره تحول و تغییر مدتی را حدود ۲۸ روز می باشد یک مثال و تعریف مشخص به شرح ذیل :

روز ۳/۵_۱: انرژی ماه نو برای خلق بصیرت و بینش است (در اینجا منظور از بصیرت و بینش تصویری است که ما در ذهن خود بوجود آورده و انجام شده تلقی می نمایم مثل تصور سلامتی کامل و آرامش کامل در بیمار و یا خواست تحقق یافته)

روز ۳/۵_۶: انرژی ماه هلالی شکل جهت سازمان دادن به منابع مورد نیاز جهت صورت گرفتن بینش یا بصیرت

روز ۶/۵_۹: اولین ربع ماه از منابع جمع آوری شده برای عمل کردن به سمت تحقق بخشیدن بصیرت استفاده می نماید

روز ۱۳/۵_۱۰: انرژی ماه گیباس به ما در جهت بهبود نوا و آهنگ اهدافمان جمع آوری عقاید دیگران و تصحیح قصد و نیت کمک می نماید

روز ۱۷/۵_۱۳/۵: نور ماه کامل ظهور یا رشد به سمت دستیابی به اهدافمان رابه ارمغان می آورد ما قادر به فهم آنکه در کدام مکانی از پیشرفت تدریجی خود برای درک قصد و نیت قرارداریم خواهیم بود

روز ۲۱_۱۷/۵: ماه پراکنده شده به ما در جهت انتشار و سهیم شدن آنچه که آموخته ایم یا داشتن درک واضح تری از آنچه که میبایستی در ادامه انجام دهیم یاری می نماید.

روز ۲۴/۵_۲۱: ما در ربع سوم ماه در مرحله بازنگری تکمیل ادامه و تصفیه منابع به دست آمده در طی ماه هلالی شکل هستیم ارزیابی مجدد نیز در این دوره صورت می پذیرد به معنی شناخت آنچه که در مرحله بعدی در جهت حرکت به سوی هدف مورد نیاز است.

روز ۲۸_۲۴/۵: حالا در زیر ماه حنائی یا بالزامیک زمان خلوت نشینی عبادت و تفکر درمان مجدد و رهایی از تعلقات در پی آمدن آن فرا رسیده است حالا زمان استراحت و بازگشتن به خود است در طی این زمان بینش ما بسیار واضح است و ما برای ماه نو آینده آماده هستیم .

نیت الهی

در کار با این جنبه از مدیتیشن ریکی ماه نو ما می توانیم بر روی مقاصدی چون اهداف شخصی برای کار خانواده روابط سلامت دارائی ها خانه و یا هر جنبه ای از زندگی شخصیمان نیز تمرکز نماییم و حتی می توانیم تنها بر روی رشد معنوی و تغییر شکل دادن کارهای خود تمرکز نماییم همچنین می توانیم بر روی مسائل جاری در دنیا مثل فراوانی منابع غذایی بر روی زمین دسترسی به مسکن برای همه روابط سالم دنیای که گوناگونی اقوام به عنوان قدرت پذیرفته شود و غیره تمرکز نماییم توجه داشته باشید که ما بر روی گرسنگی بی خانمانی جنگ و غیره تمرکز نمی کنیم ما توجه خود را بر آنچه که تصمیم به خلق داریم معطوف می نماییم نه آنچه که تصمیم به تغییر آن داریم و یا آنچه که از آن هراس داریم نیت الهی دارای قدرت بسیار شگرفی است در زمانی که شما تصویری را جهت بوجود آوردن در ذهن خود خلق کرده اید اما به هر حال بوسیله خرد و آگاهی الهی هدایت می گردد.

مراحل مختلف مدی تیشن ماه نو

۱_ دعا کنید و تشکر کنید که کانالی باز و روشن جهت جریان ریکی هستید همچنین تشکر کنید که از مثبت و نفس به دور هستید بنابراین ریکی به حقیقی ترین و ناب ترین شکل خود جریان می یابد از باز و گشاده بودن بدنتان به روی فرشتگان و استادانی که به منظور هدایت و کمک شما حضور یافته اند تشکر کنید .

۲_ میدان انرژی خود را بوسیله تقویت نور سفید آماده سازید بدین منظور یک سمبل بزرگ قدرت در جلوی خودتان ترسیم نمایید و انرژی آن را به میدان اتری خود انتقال دهید حال

سمبلهای کوچک قدرت بر روی چاکراهای خود رسم نمایید این کار را می بایستی از چاکرای ریشه شروع نمایید مکث نمایید و به میدان انرژی خود و شبکه خورشیدی و چاکرای قلب ریکی دهید.

۳- از مقام متعال طلب کمک نمایید و از استادان و وجودهای معنوی و پاک بخواهید حضور یابند به آنها خوش آمد گفته و برای حضور شان از آنان تشکر نمایید به آنها اجازه دهید که به شما در جهت خلق بینش کمک نمایند و شما را در جهت ظهور درخواستان کمک نمایید سمبل احساسی فکری را رسم نمایید قصد خود را از این مدی تیشن بنویسید اهداف شخصی و همچنین قصد خود را مبنی بر کمک به جهان اضافه نمایید همچنین رسم تصویری که نمایانگر خواست شما است و یا ژورنالی از ماه نو نیز می تواند مفید باشد کانال انرژی احساسی / ذهنی ریکی را بر روی درخواست نوشته شده خود ایجاد نمایید (سمبل احساسی / فکری) و قصد خود را بیان نمایید

۴- سمبل درمان راه دور را رسم کنید و تصور کنید که پلی از نور بین قلب شما و تمامی وجودهای پاک و معنوی که شما را کمک می کند و همچنین بین تمامی افرادی که در سراسر دنیا در این مدی تیشن گروهی به شما پیوسته اند بوجود آمده است بگذارید با تمامی ارواح احساسی یگانگی نمایید و حس کنید که توهم جدایی داشته باشید که ریکی بر زمان و مکان برتری می یابد (اگر چنانچه با Reiki Master یا Karuna Reiki همسو شده اید از سمبلهای مربوطه نیز استفاده نمایید

۵- و ریکی را تاجایی که احساس راحتی می کنید از خود عبور دهید. ۶- دعا و تشکر کنید
۷- سمبل بزرگی از قدرت بر روی بدن خود رسم نمایید با قصد بر خاتمه مدی تیشن و با دانستن این مطلب که هر یک از افراد دیگری که در این مدی تیشن شرکت کرده اند به زندگی فردی خود با آگاه بیبیشتر بر اهداف روح خود بازگشته اند.

خانم سیمین احدی

با ریکی همدم روح خود را بیابید

شغل من کمک به مردم است تا به سلامت، شادابی و موفقیت دست یابند. مراجعین اغلب از من می پرسند، چگونه خانم یا آقای را پیدا کردم. هر شخصی که این کار را انجام داده است، تأیید خواهد نمود که این مسئله واقعا اصول زندگی فرد را دگرگون خواهد نمود. اما اغلب مردم نمی دانند چگونه در تمریناتشان آن را به کار ببندند و نمی دانند همدم و شریک روحی واقعا به چه معناست. بنابراین سوء تفاهمات و ناکامی ها و نارضایتی های زیادی ایجاد میشود و بسیاری از افراد به دنبال شریک روحی خود نمیگردند چرا که تصور می کنند جستجو بی فایده بوده و ناکامی ابدی است تصور آنان تا حدودی صحیح است زیرا ما نمیتوانیم تنها با استفاده از ذهن خود کسی را که کاملا مناست ما است، بیابیم اما بخش های دیگری در وجود ما هستند که تنها کافی است آنها را فعال نموده و در راه درست مورد استفاده قرار دهیم تا این کار را به نحو احسن انجام دهند. به علاوه برای یافتن عشق واقعی، کلمات مورد استفاده نیز شما را در یافتن دوستان واقعی، رضایت شغلی و بهترین مکان برای زندگی یاری خواهند نمود (چیزهایی که بدست آوردن آنها به روش های معمولی امروزی بسیار دشوار است).

این مقاله دانش و ابزار مورد استفاده در انرژی درمانی را در اختیار شما قرار خواهد داد تا از این طریق بتوانید به خود کمک کنید. آن را چندین بار بخوانید تا مطمئن شوید همه قسمت های مهم آن را فرا گرفته اید و سپس آماده شوید تا همدم روحی خود را ملاقات کنید. تنها چیزی که برای شروع نیاز دارید تمرین و آغاز مرحله دوم ریکی است.

زوجهای روحی، خانواده های روحی و شریک های روحی شما مدت ها قبل از حلول دوباره در زمین از ورای زندگی جدید خود با دوستان خود صحبت کرده اید و آنان را در قلمرو نور راهنمایی نموده اید از آنجایی که ارواح همیشه به صورت گروهی هبوط می کنند، لازم است که نیارها و آرزوهایشان را با یکدیگر تنظیم نمایند تا بتوانند به بهترین نحو ممکن آنچه را که باید بیاموزند و مشکلات را حل نموده و کارها را شفا بخشند. به این گروه، خانواده

روحي اطلاق مي گردد. در طول زندگي آينده خود بر روي زمين، شما اين افراد را در قالب دوستان، همسايه ها، همکاران، فرزندان، والدين و ارتباطاتي نظير همکلاسي، معلم و همسر ملاقات خواهيد نمود. برخي از افراد اين گروه ممکن است در قالب مربی روحی، پزشک و روان درمانگر در زندگي شما وارد شوند.

در برخي موارد ممکن است مدت ارتباط شما با يکديگر بسيار کوتاه باشد. اما اگر اين فرد از اعضا خانواده روحی شما باشد، اين ارتباط بسيار ارزشمند خواهد بود و يا در غير اين صورت تجربه مهمی برای شما در پی خواهد داشت. يک همدم روحی، يکی از اعضای خانواده روحی شما است که بسيار با طريقت روحی شما مرتبط است. بسيار نزديک تر از سايرين، يک همدم روحی ممکن است در قالب يک دوست صميمی وارد زندگي شما شود. در اين صورت دوستی شما حتی اگر مدت های طولانی يکديگر را نبينند و يا با هم صحبت نکنيد، دوام خواهد آورد و به محض ملاقات دوباره شما ملاحظه خواهيد نمود که همه چيز مانند گذشته است. ارتباط میان شما آنقدر محکم است که زمان و مکان نمیتوانند در آن خللی وارد کنند. يک همدم روحی می تواند در قالب فرزند، معلم و يا همسر ظاهر شود. ارتباط میان همدم های روحی يک ارتباط خاص است که آنکنده از درک عمیق و نزديکی است. يک شریک روحی از اين هم خاص تر است اما امکان برخورد با او از همدم روحی کم تر است.

اعضا معمولی خانواده روحی در طول زندگي، در اطراف شما حضور دارند اما اگر شما پذيريد که واقعاً هستيد و اگر با تمام قوا تلاش کنيد که مطابق با استانداردها ديگران زندگي کنيد، آنگاه اعضا خانواده روحی به شما نزديک نخواهد شد. آنها به طريقت شما تعلق دارند و اگر شما در اين مسير قدم برنداريد، نمی توانيد زندگيتان را مستقيماً با آنها تقسيم کنيد. اگر شما در طريقت روحی خود حرکت نکنيد زندگي نااميد کننده خواهد بود. به نظر ميرسد که هيچ کس شما را درک نمی کند. هيچ کس مواظب شما نيست. هيچ کس به شما عشق نمی ورزد. خارج از طريقت روحی شما هيچ کس نمی تواند شما را درک کند زيرا ارتباط روحی شما با آنها بسيار اندک است. شما نه خويشاوند هستيد و نه قرار است که به هم نزديک باشيد

(حداقل در این دوره زندگی). هر چقدر که به طریقت روحی خود نزدیک تر باشید ارتباط مستحکم تری با اعضا خانواده روحی خود خواهید داشت. هنگامی که کاملاً در مسیر صحیح گام برمی دارید زندگی شما ساده تر و رضایتبخش تر خواهد بود. برای شما ساده تر خواهد بود که درجه قلبتان را به روی سایرین بکشایید زیرا درجه قلب آنها نیز به سوی شما گشوده است. اگر همیشه نزدیک به بسیرت روحی خود حرکت کنید (یا در یک زمان خاص این کار را انجام دهید) همدم روحی خود را ملاقات خواهید کرد. مرگ متقابل و تقسیم زندگی با این افراد (همدم های روحی) حتی بهتر از سایر اعضا خانواده روحی است. شما ممکن است با یک همدم روحی و یا یکی از اعضای خانواده خود که خیلی به شما نزدیک نیست ازدواج کنید این ارتباط احتمالاً به... نخواهد بود اما به معنای واقعی کامل نخواهد بود. شما احساس خواهید کرد که چیزی را از دست داده اید. این نه تقصیر شماست و نه تقصیر همسرتان. شما حتی می توانید برای باقی عمر کنار هم با شادی زندگی کنید. اما در این میان یک چیز مهم را از دست خواهید داد. یک نوع عشق که نمی توانید آن را توصیف و یا بیان نمایید و یا حقیقتاً با آن ارتباط برقرار نمایید.

اما اگر آن را تجربه کنید خواهید فهمید که بهشت بر روی زمین است. ولی برای ملاقات با شریک روحی خود باید بسیار نزدیک به طریقت روحی خود حرکت کنید و با خدا در ارتباط باشید و هشیارانه بدانید که شما واقعا کی هستید؟ خیلی از افراد به سالها و حتی دهه ها نیاز دارند به این موقعیت برسند. و در این مدت با یک نفر ازدواج می کنند و با سایر انواع ارتباط عشقی پایدار را با یک نفر آغاز می کنند و از آنجایی که این اتفاق در شرایطی صورت گرفته است که کمترین ارتباط را با طریقت روحی خود داشته اند، همسر آنها اغلب یا اصلاً متعلق به خانواده روحی آنها نیست و یا یک عضو معمولی از آن خانواده است و یا در بهترین حالت یک همدم روحی است. اما اگر شما شریک روحی خود را ملاقات نمایید چه رخ خواهد داد؟ به این دلیل است که بسیاری از افراد چند سال پس از آغاز طریقت روحی خود و یا هنگامی که گامی جهت تکامل شخصیت خود برمی دارند، تصمیم می گیرند که به روابط

کنونی خود خاتمه دهند، در این شرایط ختم این رابطه نهایت همدلی خواهد بود زیرا از دیدگاه معنوی در این قصه هیچ کس مقصر نیست. اما لطفاً به صورت جدید در مورد این قضیه تفکر و تمرکز نمایید!

شما نمی‌توانید با احساسات آنی از همسران جدا شوید به این دلیل که فکر می‌کنید که زندگی با فرد دیگری راحت‌تر خواهد بود و یا به این دلیل که تصور شما این است که گناه همه چیزهایی که موجبات ناراحتی شما را فراهم می‌آورد به گردن همسران است. همچنین اگر شما شخص جدیدی را ملاقات نمودید قبل از هر گونه اقدامی باید مدتی زمان صرف نمایید تا به صحت این رابطه پی ببرید. مشورت کردن با کسانی که در این زمینه دارای آگاهی‌های الهی هستند و یا شرکت کردن در جلسات معنوی به شما کمک خواهد کرد تا درست را از نادرست تشخیص دهید. به خاطر داشته باشید که اگر در این مسیر زوج روحی خود را بیابید اگر با او ارتباطی نداشته باشید هرگز خود را نخواهید بخشید.

چند اصل که به شما کمک می‌کند تا زوج روحی خود را بشناسید:

شما کاملاً مناسب یکدیگرید، حتی زمانی که انتظار ندارید دیگران حرفهای شما را درک کند او شما را درک می‌کند. کم یا زیاد افکار و احساسات همدیگر را می‌فهمید. حتی از فاصله بسیار دور حالت‌های روحی بد یا خوب شما را احساس می‌کند. شما نوع کاملاً جدیدی از عشق عمیق و نیاز و ارضاء جنسی را تجربه خواهید کرد. عمیال جنسی ابعاد تازه تری می‌یابد... حتی فکر کردن در مورد او یا نوازش دست‌هایش برای شما خوشایند خواهد بود.

اقلب نیازی به یک روابط آشکار نیست هر چند برقراری این ارتباط اجتناب ناپذیر است... زیرا در کنار یکدیگر بودن و در آغوش کشیدن هم شما را از نظر روحی ارضاء خواهد کرد. عشق آنقدر قوی است که به کلمات نیازی نمی‌باشد حتی اگر مدتها با هم باشید و چیزی نگویید مشکلی پیش نخواهد آمد. تقریباً سوء تفاهمی در روابط با یکدیگر وجود ندارد. تفاوت

بسیاری در ارتباط عاشقانه با کسی که زوج روحی نیست وجود دارد، هر چه بیشتر ارتباطتان گسترده تر می شود بیشتر به هم نزدیک می شوید. حسادت و قمی وجود ندارد. مهم نیست کجا هستید... هر کجا معشوق باشد زیبا ترین نقطه دنیاست. استعدادهای جدیدی در میان شما تجلی می یابد. همدم شما با شما غمگین با شما خوشحال است و از شما حمایت می کند بدون اینکه نیازهای شخصیتش نادیده گرفته شود. همراه تو آگاهانه تو را نخواهد رنجاند. شما ممکن است یکی با تمام نکات ذکر شده در بالا را در طول زندگیتان با شخصی تجربه کرده باشید. ولی با زوج روحی خود تمام مدت دارای این احساس هستید، اما احتیاج است که کمی بیشتر در این خصوص توضیح دهیم. برای شما یک زوج روحی وجود ندارد زیرا وقتی تجسم یافته اید (جسم شما خلق شده است)، تصمیمی درباره راهی که شما از میان هزاران راه برای زندگی انتخاب خواهید کرد گرفته نشده است. زوج روحی شما هم تلاش می کند تا همراه روحی خود را بیابد و به دلیل اینکه آزادی از طرف پروردگار به بندگانش داده شده و آینده نیز کاملاً مشخص نیست، زوج روحی شما نمی تواند فقط یک نفر باشد زیرا در آن صورت یافتن او بسیار مشکل خواهد بود اگر شما یک زوج روحی را بیابید ولی او قادر به شناخت و حرکت در مسیر معنوی خویش نباشد از ایجاد رابطه عاشقانه با او خشنود نخواهید شد. موارد فوق نشان می دهد که اگر شما و شریک روحیتان در حالی همدیگر را ملاقات کنید که آماده قرار گرفتن در طریقت معنوی خود باشید. خواهید توانست در کنار یکدیگر فرصت های بهتری را برای تعالی روحتان و تکامل و خوشبختی ایجاد کنید پس در نتیجه هر خانواده روحی تعداد بی شماری شریک روحی برای هر یک از افراد آن وجود دارد. هر چند که لزومی ندارد که زوج روحی شما همراه عشقی شما در زندگی باشد اغلب زوج روحی در میان یک تجارت با شما آشنا می شود و تا هنگام مرگ با هم خواهید بود یا می تواند در قالب یک دوست بسیار نزدیک ظاهر شود و دوستی به این شکل در تمام لحظات خوب و بد زندگی در زمانی که کسی وجود ندارد به کمکتان می آید ممکن است شما و شریک روحیتان در مواردی فقط هم بازی شوید.

که روحتان از آن تغذیه می شود تمام این راهها تجربیاتی است که بسیار مهم و دارای ارزش معنویست. اغلب مردم از همه راهها و روشهای نزدیک به طریقت معنوی خود استفاده نموده و این مسئله دسترسی بهیننه به زوج روحی را محدود می کند. شما فقط یکی از زوجهای روحیتان را ملاقات خواهید کرد. اگر هر دو شما از کیفیت یکسانی در این راه برخوردار باشید ازدواج می کنید. برای مثال اگر هر دو شما به جنبه رشد شخصیتیتان در ایجاد جنبه عاشقانه توجه کنید و آن را پرورش دهید در یک راه مشترک به عنوان زوج روحی حرکت خواهید کرد. حال اگر هر دو شما... در این راه حرکت کنید با زوج روحیتان برخورد و او را حمایت خواهید کرد. البته هر زوج روحی از جنس مخالف نیست چون ممکن نیست نوع رابطه شما عاشقانه نباشد. بنابر این شما میتوانید با یکی از این زوجهای روحی (در صورتی که آن را یافتید) ازدواج کنید و با یکی دیگر دوست شوید و یا با دیگران ارتباط تجاری پیدا کنید، و اگر هم آنها تا کنون پیدا نکردهاید ریکی به شما کمک خواهد کرد. ستاره شناسی و خانواده روحی حتما متوجه شدید که شما و افرادی که دوستشان دارید مشکلات، موقعیتها و یا رضایتمندی یکسان دارید و این به این دلیل است که افرادی که از نظر روحی با هم در ارتباط هستند نمادهای طالع بینی یکسانی دارند. تشخیص این شریک روحی برای ستاره شناسان با تجربه هم کار ساده ای نیست و در موارد خیلی نادر قابل مشاهده است و در اقلب موارد پنهانی و خارج از دید ستاره شناسان است و اما شما می بایست قادر به درک الگوهای مکتوم ساخته شده از جنبه های مختلف سیارات علم طالع بینی و دیگر نکات حساس جدول ستاره شناسی به روش بسیار خاصی باشید تا بتوانید زوج روحی را شناسایی کنید. اما هیچ جدولی نمی تواند بگوید که آیا یک نفر روش زندگی خویش را بر اساس پتانسیلهایش انتخاب کرده یا نه؟ بنابراین می توانیم از ریکی و تمامی نکات فوق، چیزی که حاصل بررسی های انجام شده از میان صدها مشاوره و بحص معنوی از سال ۱۹۸۹ می باشد، راهنمایی بطلبیم و زوج روحی خود را بیابیم. درک و پذیرش هر آنچه که هستیم در زیر می توانیم تکنیکهای

مختلف ریکی را برای کمک کردن به افراد در رسیدن به مسیر معنوی برای یافتن خانواده یا همراه و یا شریک روحی را بیابید و زندگی را به سوی بهتر شدن عوض کنید.

قلب خود را بگشایید تمرکز ریکی: سنگ کوارتز (سنگ درخشان سفید رنگ) به شکل گل رز و به اندازه گردو، زبرجدسبز به اندازه یک نخود، و یک سنگ زرد رنگگ به اندازه یک نخود را بین دستان و قلبتان قرار دهید. چشمانتان را ببندید و به افزایش انرژی درون خود توجه کنید. این کار را سه بار در روز و هر بار ۱۵ دقیقه انجام دهید. کودک درونکودک درون شما یک الگوی کامل از شخصیت شماست و آن یک نوع از هوشمندی بدنتان است. توانمندی این کودک درون شامل ادراک فراحسی و تمامی انرژی های دیگر را دارا می باشد، اگر این کودک دارای قدرت کافی باشد زمانی که برای حضورش درخواست میشود با تمام وجود شما را حمایت می کند می توانید با سه بار تمرین در هفته این نیرو را افزایش داد. و اگر از قدرت پایین برخوردار باشید بعد از دو هفته شروع به فعالیت می کنید بنابراین لطفا صبور باشید، تلاش شما بزودی به نتیجه میرسد اگر هم قوی باشد از جهات بسیاری بدنتان را نیرومند می سازد و در زندگی روزانه انرژی معنوی را بالا می برد. خود برتر خود برتر بخش دیگری از خود آرمانی هر انسان است. از جمله پتانسیلهای آن می توان آگاهی، الهام و توانایی ارتباط روحی با رهبر یا فرشتگان را نام برد. این بخش از وجود به آگاهی هر روز شما در جهت گسترش ارتباطات روحی با دیگران کمک کرده و شما را در رشد راه روحی شخصیتان هدایت می کند. همچنین با نشات گرفتن از منبع انرژی و استفاده صحیح از آن زوج روحی شما را در جهت شناختن و یافتن شما کمک می کند.

مؤلف: والتر لوبک

خانم سمین احدی

<http://www.rei-ki.ir/articles/103.html>

تذکر و هشدار و افشاگری بسیار مهم در باب مدعیان دروغین ریکی و انرژی درمانی - تبیین درست ریکی ریکی هرگز و هرگز جایگزین طب و درمان پزشکی نبوده و نخواهد بود. استفاده از ریکی فرایند درمان را تسریع می بخشد. هیچ ریکی کاری حق ندارد در امور پزشکی دخالت کند. هیچ دریافت کننده ریکی مجاز نیست در حین و یا بعد از گرفتن ریکی داروهای تجویز شده و یا نسخه دکتر را قطع و یا تغییر دهد .

ریکی متعلق به هیچ مذهب و عرفان خاصی نیست. یعنی هر کسی با هر کیش و آیینی می تواند آن را فرا گیرد. ریکی به طبقه اشراف و یا فقرا تعلق ندارد. ریکی نیروی حیات است و متعلق به تمام انسان ها. پس، اگر کسانی بودند که (متأسفانه در حال حاضر این گونه افراد رو به افزایش هستند) ریکی را منتسب به انواع و اقسام سبک های مبتنی بر یک طرز تفکر خاص می نمایند و یا در تلاش هستند که با هوشیگری هر چه تمام تر و با انواع آرایش و مدل های خاص مو و لباس و عود و تسبیح این نیروی پاک را از حالت اصیل خویش خارج و به شاخه های مورد نظر خویش هدایت کنند، به هیچ وجه زیر بار ادعاهای سراپا دروغشان نروید و از ایشان دوری کنید. ریکی لباس و آرایش و تسبیح و عود و فضا و جمع مخصوص و ویژه ای ندارد. به این دلیل است که هر کسی می تواند با هر طیف فکری رو به آن آورد. اما، این هرگز بدین معنا نیست که خدای نا کرده پای نا اهلان به این وادی کشیده شود که خود شما بیشتر از من در این مورد می دانید که زبان دل و روح با زبان نا محرمان تفاوت بسیاری دارد که هیچکدام را طاقت آن یکی نیست.

ریکی برای رهایی از اضطراب های زندگی روزمره بسیار عالی است .
ریکی برای رهایی از خاطرات تلخ گذشته و ترس از آینده بسیار موثر کار می کند. با ریکی می توان به امور آینده انرژی مثبت فرستاد. می توان با بهره گیری از این نیروی الهی، اندوه و گره و غم و درد هایی را که از گذشته در روح و جان نقش بسته، به طور کامل زدود. همواره

یکی از بزرگترین عوامل درد و رنج انسان ها عذاب وجدان و یا اندوه و پشیمانی از انجام کاری در زمانی مشخص در گذشته است. بارها برایمان پیش آمده که از ته دل خواسته ایم از شریک خاطر منفی رها شویم اما هر چه بیشتر تلاش کرده ایم نتیجه معکوس گرفته ایم. با ریکی اطمینان داشته باشید که می توان از این نوع افکار منفی رهایی یافت .

اما باز هم برخی ساده دلان فکر می کنند که ریکی محافظ ماشین شخصی آنها است !!!!! بابا، پیغمبر خدا هم در پاسخ به مردی اعرابی که می خواست به صرف حضور ایشان شترش را نبندد فرمودند: به خدا هم توکل کن اما شتر خویش را هم به جایی ببند که فرار نکند. آخر مگر نعوذ بالله خدا نگهدار شتر و ماشین و پول و خانه و... ماست که با خیال راحت و با کمال غفلت همه چیز را به دیده اهمال بزنیم؟؟؟؟ خدا مراقب تمام شئون زندگی ماست به شرطی که خود ما نیز مراقب خویشتن باشیم .

برخی (حتی از شاگردانم) از من می خواهند برای کنکور و امتحانشان ریکی بفرستم. تا اینجا ایرادی ندارد چون ریکی نوعی انرژی مثبت است که ارسال آن می تواند در موقع لزوم کمک بسیار موثری به موفقیت ما بکند، اما با کمال شگفتی می بینم که بعد از اخذ پاسخ مثبت من و یا سایر همکاران می گویند: آخ جون! حالا خیالم از بابت قبولی راحت شد!!! کی ما همچین ادعایی کردیم؟؟؟؟ اگر قرار بر این باشد که ریکی و هر نوع سیستمی دیگر از قبیل ریکی و یوگا و عرفان کیهانی و اکنکار و... این کارها را انجام دهند :خوب، دیگر به خلق الله بگوییم هر چی مدرسه و کلاس و درس و مشق هست رو رها کنند و بچسبند به انجام تمرینات متافیزیکی. آخه هیچ عقل سلیمی این را قبول می کند؟؟؟ پس، در این حالت، معنی تلاش و زحمت چه می شود؟؟؟ پس، فرق آن دانش آموزی که ساعت ها و روزها برای یک امتحان زحمت می کشد با آن خوش باوری که تنها با تکیه بر نیروی انرژی می خواهد امورات خویش را به پیش ببرد چه خواهد بود؟؟؟!!! پس، باور کنید ضعف همیشه در خود ماست که می کوشیم یک وجود و نیروی پاک را به نفع و منفعت خویش به کار گیریم .ریکی عالی ترین شکل حیات در کائنات است (نیروی حیات)، بکوشیم از آن درست بهره ببریم .

کارورزان ریکی مراقب تبلیغات دروغینی از قبیل باز کردن کامل چاکراها با ریکی !!!!!! و یا باز کردن چشم سوم (چشم برزخی - بصیرت !!!!) با ریکی باشند. آیا کسی از این مدعیان هست که به من بگوید آن همه عارف بزرگوار حال و در گذشته که عمری با خدا پرستی و زهد و عرفان و دوری از گناهان به درجات والای اشراق و روشن بینی رسیده اند همگی ریکی کار و یوگا کار و... بوده اند؟؟؟ آیا اصلا امکان باز کردن کامل چاکرا در یکی دو جلسه وجود دارد؟؟؟ آیا به کشش فرد گیرنده توجه می شود؟؟؟ مدعیان اینگونه کارها پاسخ دهید: آیا اصلا خودتان می دانید ماهیت حقیقی ریکی چیست؟؟؟ کجای آموخته های پیشینیان این ادعاها بوده است؟؟؟ کجای منابع ریکی اشاره شده است که اساتید ریکی می توانند چشم بصیرت کارورزان ریکی را در این مدت کوتاه باز کنند؟؟؟ آیا چاکراها یک در هستند که در یک روز باز شوند؟؟؟ آیا مگر نه این است که روشن بینی و اشراق نفس پاکی می خواهد که خود در طی سالیان سال زهد و پارسایی به دست می آید؟؟

خانمی در یکی دو روز گذشته با من تماس گرفته اند از یکی از استان های شمالی کشور که به اصطلاح استادی هستند که به من قول داده اند تنها در سه جلسه چشم بصیرت مرا کامل باز کنند!!!! خوب، چه می توان گفت به آن از خدا بی خبر و این خانم ساده دل؟؟؟ چشم بصیرت اصلا متعلق به انسان نیست، یعنی، یک انسان عادی اگر بر حسب تصادف و هر چی که اسمش را بگذارید، به آن نیرو دست یابد زندگی برایش از زهر هم تلخ تر می شود. خداوند عادل این نیرو را به فردی عطا می کند که لیاقت و کشش استفاده از آن را داشته باشد.

کارورزان عزیز ریکی بدانید که هر چقدر درجه دوری از گناه بیشتر باشد انرژی پاک ریکی تاثیر خود را بیشتر در وجود شما نشان می دهد. اجتناب از گناه شرط اول کار با هر نوع ورزش و فعالیت روحی و ماورایی هست. اگر می خواهید با ریکی به خویش و هموعتان کمک کنید.

۱) ابتدا وجود و روح و روان خویشتن را از آلودگی ها بزدایید. آیا آینه زنگار گرفته خود می تواند نور را بتاباند؟ ریکی نور پاک الهی است. انرژی راستین موجود در کائنات است. چه قبول کنیم و چه نکنیم این انرژی موجود است. اما، تنها و تنها برای کسانی سودمند واقع می شود که خویشتن را تزکیه کنند. هر زنگاری را از روح خویش بزدایند تا نور پاک ریکی فرصت جلوه گری و باز تابش از وجود ایشان را بیابد.

۲) به هیچ وجه ادعای درمان صرف نکنید!! بارها گفته ایم ریکی درمان مطلق نیست. علم پزشکی و پزشکان متخصص هستند که با توکل بر خدا و تشخیص صحیح خویش راه را برای درمان بیماری ها هموار می سازند. ریکی از این نظر عالی هست که روند بهبود بیماری را تسریع می بخشد و از عوارض منفی بیماری ها می کاهد.

۳) تمرین و تمرین. ریکی را در همه امورات زندگی خویش به کار گیرید. مراد از تمرین این نیست که اگر ریکی را به کار نگیرید بعد از مدتی کم شده و یا از بین می رود! هرگز! ریکی تا ابد در بدن فرد همسو شده باقی می ماند. اما، مراد از تمرین، به کار گیری آن در امورات روز مره هست تا هر چه بیشتر این نیروی حیات بخش از بدن شما عبور کرده و در تمام اجزای بدنتان گردش کند و روح و روانتان را باز سازی کند.

۴) به هیچ وجه ادعای عجیب و غریب و سحر آمیز نکنید. یادمان باشد همیشه بیشترین ضربه را به هر مکتب و سیستمی افرادی می زنند که میخواهند کار خویش را بسیار مهم جلوه دهند. ادعایشان انجام کارهای خارق العاده و فوق العاده است. مانند آن بنده خدایی که چندی پیش ادعای انرژی درمانی می کرد و همه نوع مریض را با دستان عیسی وش خویش!!!! درمان می بخشید!!!! یکی نبود که به ایشان تذکر دهد دیگر با وجود ایشان در تمام بیمارستان ها و

مراکز فوق تخصصی باید تخته می شد تا ایشان بتوانند تمامی امراض را بهبود بخشند!!!! باز هم می گوئیم (ببینید چه زجری می کشیم از این انسان های مدعی که اینقدر تکرار می کنم) هر کسی گفت من با ریکی بیماری سرطان را درمان کرده ام..... البته، بوده اند و هستند انسان هایی که با نیروی خلل ناپذیر ارداه خویش و با توکل زیاد به خدا و توسل به درمان سرطان خویش پرداخته اند اما همان انسان ها نیز ناخواد آگاه از انرژی های مثبت و درمان گر طبیعت در مقام حالت مثبت دعا و توکل بهره ها برده اند و شاید خود نمی دانند.

ریکی هفتمین و هوشمندترین شکل انرژی موجود در کائنات هست که نیروی جسمانی را با نیروی روحانی پیوند می دهد. من نیز با شما هم عقیده ام که در سال های اخیر سوء استفاده های زیادی از انرژی و انرژی درمانی شده است، اما، چه بپذیریم و چه نه شکل راستین انرژی در کائنات موجود است که بشر می تواند با تذهیب و خودسازی راه استفاده از آن را در جهت درمان خود و دیگران و نیز در مسیر ارتقای روحی روانی خویش پیدا کند. تجربیات و گزارشات بسیار زیادی از کاربرد ریکی در کنار طب رایج گزارش شده است. اما، به اینکه توجه کنیم که ریکی هرگز درمان صرف و جایگزین علم پزشکی نیست. بلکه، در کنار آن راه بهبود سریع تر و کم هزینه تر را هموار می سازد .

ریکی انرژی هوشمند است یعنی دقیقا می داند به چه مقدار و به کدام ارگان هدایت شود تا امر شفا بخشی سریع تر انجام شود. شما تنها کافی است نیت درمان را داشته باشید و بقیه را بسپارید به این انرژی پاک .

ریکی هرگز از طرف خود استاد داده نمی شود، به عبارت دیگر، در ریکی واژه " ارسال " نباید زیاد به کار رود، بلکه، بهتر است واژه انتقال را به کار ببریم. چون، بر عکس برخی روش های درمانی که در آنها انرژی خود استاد یا انرژی دهنده به بدن فرد مورد نظر می رود، در ریکی استاد تنها حکم کانالی را دارد که انتقال انرژی از منبع لایزال را بر بدن مراجع بر عهده دارد. به عبارت دیگر، ریکی از چندین جهت بسیار مهم و جالب است :

اول (اینکه هرگز از بدن و انرژی شخص دهنده نمی کاهد بلکه اتفاقا چون انرژی به واسطه بدن استاد به بیمار منتقل می شود، خود استاد نیز احساس سرزندگی و شادابی می کند .

دوم) انرژی ریکی هوشمندانه راه خویش را می گشاید و تنها با یک نیت کافی است جریان یابد.

سوم) انرژی ریکی همواره در بدن فرد همسو شده باقی می ماند.
چهارم) انرژی ریکی هیچ آسیبی نه به دهنده و نه به گیرنده نمی رساند. (دهنده = انتقال دهنده)
پنجم) برای همسو شدن و استفاده از آن بر خلاف سایر روش های مرسوم به هیچ وجه نیازی به استفاده از ابزار و آلات و یا ذکرهای پیچیده و یا انجام تمرینات سخت و طاقت فرسا نمی باشد. یعنی اگر شما روزانه تنها ۳۰ تا ۴۵ دقیقه صرف انجام تمرینات ریکی نمایید در حد بسیار عالی می توانید از آن بهره بگیرید.

به یاد داشته باشیم برتر از هر نوع مراقبه و عرفان و... این است که: گناه نکنیم.

نویسنده: فرامرز پورموسی

ویژگی ها و کاربردهای ریکی

انرژی پاک ریکی به صورت کاملا هوشمند و پویا در طبیعت موجود است. برخی از ویژگی هایی که این انرژی را از بقیه انرژی های همسان و غیر همسان جدا می سازد عبارتند از:

۱. ریکی انرژی خود استاد نیست، بلکه اساتید ریکی به عنوان انتقال دهنده ریکی هستند و در حکم کانالی عمل می کنند که از طریق آنها فرد گیرنده قادر به برقراری ارتباط با منبع لایزال ریکی می شود. اجازه بدهید برای درک بهتر موضوع مثالی بزنیم:

یک سد پر آب و بسیار بسیار بزرگ را در نظر بگیرید که میلیونها متر مکعب آب در خود ذخیره دارد و به واسطه قرار گرفتن در مسیر چشمه های زیر زمینی آبش همیشه تامین است. حال، کشاورزان مناطق نزدیک این سد را تصور بفرمایید که قصد استفاده از آب این سد را برای آبیاری مزارع و مراتع خویش دارند. واضح است که این کشاورزان هرگز نمی توانند مستقیما از این سد، آب را بر اراضی خویش جاری سازند چرا که نه امکانش است و نه اراضی توان ذخیره این همه آب را دارند. بنابراین برای اینکه آب پشت سد به صورت بی خطر قابل استفاده باشد نیاز به وجود کانال هایی است که آب را به صورت کنترل شده و با هدایت کامل به هر محل دلخواه برسانند. اگر پشت سد کانال کشی مناسبی انجام پذیرفته باشد آب سد به راحتی و به قدر نیاز بر اراضی جاری خواهد شد.

ریکی نیز دقیقا حکم آب پشت سد را دارد به عنوان منبعی لایزال از انرژی، اما افراد اگر خواهان استفاده و برقراری ارتباط با آن باشند باید توسط استاد ریکی که کانال ریکی است به این منبع وصل شوند.

پس این ویژگی چند مزیت بزرگ دارد:

اول) ریکی انرژی خود استاد نیست که تمام شدنی باشد؛ بارها و امواج منفی استاد را به گیرنده منتقل کند؛ فرد انتقال دهنده را خسته کند؛ از انرژی فرد انتقال دهنده بکاهد و نیازمند هدایت از طرف استاد باشد. بلکه ریکی انرژی لایزال کائنات است بنابراین هیچگونه ضرر و

عارضه جانبی برای گیرنده نداشته و استاد را نیز هرگز خسته نکرده و از انرژی او نه تنها نمی کاهد بلکه به واسطه ورود به بدن استاد، وی را نیز سر حال تر می کند.

دوم) ریکی پایان ناپذیر است به این معنی که تا کائنات وجود دارد ریکی نیز هست.

۲. ریکی هوشمند است و به صورت کاملاً هوشمندانه در فرآیند تسریع درمان بیماری ها و کاربرد های دیگر عمل می نماید. دلیل هوشمندی ریکی به دو ویژگی آن باز می گردد که:

الف) این نیرو هفتمین و در حقیقت کامل ترین گونه انرژی های موجود در طبیعت است که پیوند انرژی فیزیکی و جسمی را با انرژی معنوی و روحانی امکان پذیر می سازد.

ب) ریکی توسط وجود یگانه عالم هستی ایجاد شده و در مسیر چرخش کائنات قرار داده شده است. بنابراین، با احاطه کامل به ویژگی های انسانی و سایر موجودات عمل می نماید.

۳. از آنجا که ریکی را قدرت برتر هدایت می کند ریکی به درستی می داند چه کند تا به شفای شخص گیرنده (ی) ریکی کمک کند و می داند "کی" منفی در کجای سیستم انرژی

لطیف شخص وجود دارد. کی همان تعبیر کلی انرژی است که در مکاتب گوناگون به گونه های متفاوت تعبیر و نام گذاری شده است با اسامی مانند چی، پران، نیروی خلقت و ... روش

کار ریکی بدین صورت است که با ورود به بدن فرد گیرنده بلافاصله با "کی" منفی واکنش نشان می دهد و ابتدا تمام فرآیند درمان را بر همان نقطه یا نقاط متمرکز می کند. ممکن است

فرد گیرنده درد یا بیماری خویش را به بخشی از بدن خود مرتبط بداند که در حقیقت منشا و عامل اصلی ایجاد بیماری نیست. ریکی در این مورد کاملاً هوشمندانه عمل کرده و خود می

داند کدامین نقطه را مورد هدف قرار دهد تا به فرآیند درمان سرعت ببخشد.

۴. بر عکس سایر مکاتب و سنن تمرینات روحی که به سالها تمرین و ریاضت و طی طریق های خاص نیاز دارند، ریکی فرآیندی بسیار ساده و در عین حال قدرتمند است. ریکی بر خلاف

یوگا نیازی به تمرینات فیزیکی ندارد. (البته توجه کنید قصد ما هرگز بیان برتری ریکی بر یوگا و .. و یا بالعکس یوگا به ریکی و ... نیست. هدف مقایسه بین این روش ها است. در

حقیقت تمامی این روش ها و سنت ها و مکاتب ماورایی و متافیزیکی شناخت خویشتن و

قرب الهی را نشانه گرفته اند. پس منشا و مقصد تمام این سبک ها وجود بی مثال خداوند متعال است).

۵. ریکی ابدا مخصوص سن و تیپ و سلیقه و مکتب و گروه و فرقه خاصی نیست. هر کس با هر دینی، سنی، تحصیلاتی، گرایشات فکری و نیروی بدنی می تواند آن را فرا گرفته و به نفع خویش و دیگران آن را به کار برد.

۶. ریکی قادر است در بعد زمان و مکان سفر نماید. به زبان ساده تر، طبق اصول فیزیک برای انرژی هرگز نمی توان جا و مکان و بعد و زمان خاصی را تعیین و مقرر نمود. انرژی آزادانه در طبیعت موجود است و تنها بر اساس نیاز از صورتی به صورت دیگر تبدیل می شود. بنابراین، ریکی نیز که کامل ترین درجه انرژی کائنات است، از این قاعده تبعیت می نماید. کاربران ریکی سطح دو که با سمبل "راه دور" ریکی آشنا می شوند می توانند برای رهایی از آلام و درد ها و عذاب های زندگی گذشته به اولین زمان شروع خاطرات و گرفتاری های خویش در زمان گذشته ریکی انتقال دهند تا به کلی از آنها رهایی یابند. در این حالت، ریکی اولین و اصلی ترین عامل ایجاد مشکل در زمان گذشته را شناسایی نموده و ارتعاش "کی" منفی آن را تغییر می دهد یا تبدیل به "کی" مثبت می نماید و بدین سان در مدت زمانی کوتاه و به طور معجزه آسا بسیاری از ناراحتی های روحی و روانی را که ریشه در گذشته دارند نابود و برطرف می نماید. همچنین از ریکی می توان برای بهبود شرایط حال و ایجاد امکانات لازم برای موفقیت در آینده استفاده نمود.

در ذیل به برخی از کاربردهای ریکی اشاره کوتاهی داریم:

ریکی به کار می رود برای:

۱. خود درمانی و درمان هر نوع بیماری دیگر.
۲. برنامه ریزی تحصیلی و شغلی و ...
۳. موفقیت در امورات زندگی
۴. کاهش و از بین بردن هر نوع اضطراب و هیجان منفی
۵. به دلیل اینکه انرژی ریکی هوشمند است و از طرف منبع پاکی ها هدایت می شود می توان آن را برای شناسایی و از بین بردن موارد بیماری زایی که در هاله و بدن فرد پنهان هستند به کار برد.
۶. انرژی فرستادن به زمان گذشته (بله، زمان گذشته)، حال و آینده.
- گذشته: برای از بین بردن تمام خاطرات بیماری زا و یا مواردی که باعث احساس عذاب وجدان در فرد شده اند.
- حال: برای بهبود اوضاع و رهایی از استرس.
- آینده: برای روبراه شدن و اخذ نتیجه بهتر در کلیه اموری که قصد انجام آن را داریم (به عنوان نیروی کمکی، نه تعیین کننده صرف (که آن فقط کار خداست و بس)).
۷. حفاظت از خود و خانواده در برابر انرژی منفی محیط و افراد شرور.
۸. دادن انرژی به غذا و نوشیدنی ها برای بارور کردن آنها و شارژ انرژی.
۹. کمک به رشد سریع گیاهان و درختان.
۱۰. ارسال انرژی از راه دور برای کمک به افراد نیازمند (زلزله زده و...).
۱۱. رفع انسداد های عاطفی و فیزیکی در هاله افراد.
۱۲. کمک برای از بین بردن بیماری های مزمن و فراگیر (اپیدمی) در یک ناحیه و یا کشور خاص.

۱۳. تقویت انرژی خود و دیگران.
۱۴. تقویت سیستم ایمنی بدن.
۱۵. پاکسازی هوا / اتمسفر یک فضا یا اتاق خاص.
۱۶. ایجاد آنتن ریکی (در اشیایی که همیشه همراه خود دارید تا پیوسته به شما انرژی ریکی ارسال دارند).
۱۷. استفاده همراه سنگ های درمانگر.
۱۸. بسط و توسعه فضای عاطفی و انرژی مثبت در یک محل و یا محیط کاری.
۱۹. جذب نعمات و برکات خداوندی با به کار گیری Prosperity Reiki.
۲۰. برکت دادن به پول و اموال و محیط کاری.
۲۱. بالا بردن سطح هوشیاری برای تمرکز بهتر در موقع لزوم.

نویسنده: فرامرز پورموسی

ریجو - دریافت یک هدیه معنوی

یادگیرندگان ریکی به وضوح در هر جلسه ی آموزش حضور می یابند و در پایان هر جلسه، در طول یک برنامه مراقبه ای، ریجو را دریافت می کنند تا ارتباط خود را قوی تر و عمیق تر سازند و کیفیت تجربه ریکی خود را بالاتر ببرند.

فرآیند ریکی را به یادگیرندگان سطح ۳ آموزش می دهند. ریجو را بیشتر یک "هدیه معنوی / انرژی" تلقی می کنیم تا یک همسویی. اوسویی ریجو را در پایان هر جلسه ملاقات **Gakkai** با شاگردانش به آنها می داد. بنده نیز بر این عقیده ام که ارسال و دریافت ریکی حتما باید به صورت برنامه ریزی شده و مستمر میان استاد و شاگرد انجام پذیرد. به اعتقاد بسیاری از اساتید، ریجو به منزله همسویی دوباره در بالا بردن سطح انرژی شاگردان کمک بسیار زیادی می کند.

مطلب زیر یکی از روشهای دادن ریجو به یادگیرندگان می باشد.

دریافت کننده باید به صورت صاف و آرام بر روی زمین بنشیند و دستها را بر روی زانوها و یا در طرفین خود به حالت وانهادن قرار دهد.

ریجو:

نیت سهیم شدن ریکی را با دریافت کننده در ذهن خود داشته باشید و حدود یک دقیقه به آن بیاندهشید. بعد به منبع ریکی وصل شوید. (برخی منابع این وصل شدن را با تکرار **DKM** پیشنهاد می کنند که در ابتدا نام آن سمبل را سه بار تکرار کنید).

در مقابل گیرنده ریکی (به اختصار گیرنده می نامیم) بایستید و با حالت گاشو به وی یک بار تعظیم کنید. شانه های گیرنده را خیلی ملایم لمس کنید تا به وی بفهمانید که در حال شروع سهیم شدن تجربه ریکی با او هستید و از وی بخواهید دستهای خود را در حالت گاشو نگه دارد.

بازوهایتان را به بالا بلند کنید و در حالی که به آسمان نگاه می کنید ریکی را در دستانتان احساس نمایید. دستانتان را پایین بیاورید به طوری که به صورت افقی بالای تاج سر گیرنده قرار داشته باشد و انگشتهای اشاره تان در مفصل دوم یکدیگر را لمس نمایند، در حالی که انگشتان دیگر به صورت آزاد می باشند و با یکدیگر تماسی ندارند.

با حرکات ملایم و مستمر، دستان خود را روبروی گیرنده به پایین حرکت دهید با نیت و تصور خطی از نور (انرژی) که از تاج سر وارد می شود و از مرکز بدن وارد ریشه (چاکرای ریشه) می گردد و با این کار همه مراکز انرژی را باز و تمیز می کند. (برخی منابع به جای چاکرای ریشه پیشنهاد می کنند که تصور ورود نور را تا ناحیه شکم ادامه دهید).

در این مرحله دستان شما باید هم سطح زانوهای گیرنده باشند. دستها را از هم جدا کنید و در طرفین پاها به پایین حرکت دهید. این کار را تا مرحله ای انجام دهید که کف دستانتان به نزدیکی سطح زمین برسد اما آن را لمس نکند. (برخی منابع پیشنهاد می کنند ریکی را با لمس کردن زمین به داخل زمین هدایت کنید).

دوباره به صورت آرام و مستمر دستانتان را به حالت قوسی تا بالای سر گیرنده بالا ببرید و روبروی او بایستید.

دستانتان را افقی پایین بیاورید تا ۷-۵ سانتیمتری تاج سر گیرنده (در این حالت هاله فرد را لمس می کنید). کف دستها رو به پایین است و این بار انگشت های شست همدیگر را لمس می نمایند. (برخی منابع می گویند یکی از دستها باید روی دیگری باشد).

اجازه دهید به مدت ۱۵-۱۰ ثانیه ریکی از طریق تاج سر به گیرنده جاری شود.

بعد، دستانتان را در جلوی صورت گیرنده حرکت دهید در حالی که با انگشتان شست و اشاره خود یک مثلث را شکل داده اید. انگشتان دیگر اندکی باز شده اند و کف دستها رو به گیرنده است. مرکز مثلث انگشتان شما روی چشم سوم گیرنده باید متمرکز شود.

اجازه دهید ریکی به مدت ۱۵-۱۰ ثانیه بر پیشانی گیرنده جاری شود.

به طرف پهلوی گیرنده بروید. در سطح گلو، یک دست را جلو و دست دیگر را پشت گیرنده قرار دهید به طوری که کف دستها روبروی هم باشند. (برخی منابع سطح دهان را پیشنهاد می کنند).

یک بار دیگر، اجازه دهید ریکی به گلو گیرنده جاری شود به مدت ۱۵-۱۰ ثانیه.

دستان خود را در سطح قلب و ناحیه غده تیموس در جلو و پشت گیرنده قرار دهید. اجازه دهید ریکی به مدت ۱۵ - ۱۰ ثانیه بر آن ناحیه جاری شود.

نوک انگشتان را به یکدیگر بچسبانید و دستانتان را به طرف پایین در اطراف دستان گیرنده بدون لمس کردن آنها حرکت دهید. (دست های گیرنده در حالت گاشو هستند).

اجازه دهید ریکی به مدت ۱۵ - ۱۰ ثانیه بر دستان گیرنده جاری شود.

به آرامی دستها را از هم جدا کنید و آنها را به سمت پایین تا نزدیکی سطح زمین ببرید. (برخی منابع پیشنهاد می کنند ریکی را با لمس کردن زمین به داخل زمین هدایت کنید).

حال دستانتان را به هم نزدیک کنید، کف دستها رو به بالا و انگشت های کوچک در تماس با هم تا تشکیل یک ملاقه بدهید. با حرکت آرام و مستمر، دستانتان را در جلوی گیرنده رو به بالا حرکت دهید (گویی انرژی را درون ملاقه ریخته اید و آن را به منبعش پس می دهید). این نیت و تصور را داشته باشید که خطی از نور (انرژی) از چاکرای ریشه گیرنده و از مرکز بدنش به تاج سر و سپس به آسمان بالا می رود و ارتباط محکمی را با ریکی برقرار می سازد. (برخی منابع به جای چاکرای ریشه پیشنهاد می کنند که تصور کنید نور از شکم تا آسمان بالا می رود).

با اتمام حرکت، دستانتان را جدا و بازوها را باز کنید.

دوباره با حالت گاشو یکبار به گیرنده تعظیم نماید.

مترجم: فرامرز پورموسی

توجیه علمی انرژی درمانی

امروزه، علم بشر به واسطه ی پیشرفت های اخیر خود، به درک بعضی از ابعاد شفا بخشی(؟) نایل آمده است. یکی از روش های بسیار کهن شفا بخشی با قدمت چندین هزار ساله که از حدود صد سال پیش تا کنون در سراسر دنیا و به خصوص در کشورهای پیشرفته (در زمینه ی طب و تکنولوژی بشری) مورد توجه بسیار قرار گرفته، سیستم انرژی بخشی ریکی(؟) می باشد.

در حال حاضر، مهمترین دیدگاه برای فرمول بندی کردن نحوه ی عملکرد ریکی، میدان های الکترومغناطیسی حاصله از کلیه ی موجودات زنده است. پروفیسور جیمز اوشمن(؟) در کتاب اخیر خود به نام ((مبانی علمی طب انرژی بخشی)) (؟) به این موضوع شگفت انگیز اشاره می کند. البته حضور و انتشار جریان الکتریکی در بدن انسان، از مدت ها پیش به یک حقیقت علمی تبدیل شده است. این جریان ها که در مسیر سیستم عصبی حرکت می کنند، یکی از راههای خود تنظیمی بدن برای رسیدن به تعادل و هماهنگی لازم محسوب می شوند. به عبارت دیگر پیام های عصبی از مغز منشاء می گیرند، از طریق سیستم عصبی که با تمامی بافت های بدن در ارتباط می باشد به کلیه ی اعضا و اندام ها رسیده و موجب تنظیم فعالیت های بدن می شوند.

از سوی دیگر الکتریسیته ی قلب نیز توسط پلاسمای خون و از راه عروق و مویرگ های خونی که مجموعاً از ۵۰۰۰۰ مایل (هر مایل معادل ۱۶۰۹ متر) درازا دارند به سایر قسمت های بدن منتشر می گردد. این راه، دومین مسیر (البته به صورت فرعی) برای جاری شدن جریان های الکتریکی به حساب می آید. این جریان ها نه تنها در داخل سلول ها بلکه در اطراف همه ی سلول های بدن انتشار می یابند. از طرفی بسیار از سلول ها، حاوی کریستال هایی به فرم مایع می باشند. این کریستال های زنده، در غشاهای سلولی، غلاف های میلین(؟) اعصاب و بسیاری از نقاط دیگر به طور پراکنده یافت می شوند. تمامی کریستال ها، هنگامی که به نوعی تحت فشار قرار گیرند، در پاسخ، واکنشی تحت عنوان «تاثیرات پیزو الکتریک»(؟) از خود نشان

خواهند داد. به همین ترتیب، کریستال های مایع درون سلول های بدن انسان نیز به طور مداوم در حال تولید جریان های الکتریکی همگرایی می باشند که همانند لیزر، فرکانس های حاصله از آنها در محدوده مشخصی قرار دارد. این ارتعاشات لیزر مانند قادرند علاوه بر حرکت در درون بدن، به محیط اطراف نیز منتشر شوند. این واقعیت، تداعی کننده ی تاثیرات بالقوه شفا دهنده ی کوبش بر روی طبل است. هنگامی که فشارهای کوبشی حاصل از ضربان طبل به بافت های بدن انسان می رسد، جریان ها و میدان های الکتریکی آهنگین (ریتمیک) خاصی در بدن ایجاد می شود که به طور مستقیم در فعالیت بیولوژیک آن بافت ها تاثیر می گذارد.

دومین محیط از سیستم عصبی بدن انسان، غلاف عصبی (پری نوریوم) (؟) نام دارد که متشکل از یک لایه بافت همبندی و پوشاننده ی سیستم عصبی است. رابرت بکر (؟) در مجموعه ای از مقالات به شرح این موضوع پرداخته است: «بیش از نیمی از سلول های مغزی را سلول های پری نوریوم که توسط امواج مغزی کنترل می شود با تاثیر بر جریان های الکتریکی، مستقیماً در فرایند شفابخشی دخالت دارد. هرگاه یکی از قسمت های بدن دچار آسیب می گردد، سیستم پری نوریال در آن موضوع خاص، نوعی پتانسیل الکتریکی بوجود می آورد که اولاً بدن را نسبت به آسیب وارده آگاه می سازد و ثانیاً سلولهای باز سازی کننده نظیر گلبول های سفید خون، فیبر و بلاست ها و ماکروفاژها را به محل مورد نظر جذب می نماید و در نهایت همگام با ترمیم یافتن ضایعه، پتانسیل الکتریکی موضع نیز تغییر می یابد. سیستم پری نوریال همچنین نسبت به میدان های مغناطیسی بیرونی بسیار حساس و پاسخگو است.» هنگامی که جریان الکتریکی از داخل یک جسم هادی الکتریسته عبور می کند، یک میدان مغناطیسی در اطراف آن جسم تشکیل می گردد. به همین نحو، جریان های الکتریکی که در درون بدن انسان در حرکت می باشند نیز در داخل و اطراف بدن، میدان های مغناطیسی خاصی به نام «میدان های بیو مغناطیسی» (؟) به وجود می آورند. دکتر جان زیمرمن (؟) در دانشکده پزشکی دانشگاه کلرادو در شهر دنور (؟) ایالات متحده به منظور درک بهتر نحوه ی عملکرد بدن و تشخیص عمیق تر بیماری ها، با استفاده از دستگاهی به نام SQUID (؟) (دستگاه فوق هادی با تداخل

کوانتومی) اقدام به اندازه گیری دقیق میدان های بیو مغناطیسی بسیاری از اعضای بدن از جمله مغز و قلب نموده است.

قلب دارای میدان مغناطیسی پر قدرتی است که تا فاصله ۱۵ فوتی (هر فوت معادل ۳۰/۴۸ سانتیمتر) ادامه دارد. مغز و کلیه ارگان های بدن نیز دارای میدان های بیو مغناطیسی مخصوص به خود هستند که آنها را احاطه نموده و با یکدیگر در تعامل می باشند. هر ارگان فرکانس ویژه خود را دارد که بیانگر وضعیت سلامت آن است. اما در شرایط بیماری، این فرکانس دچار تغییر می شود. مجموعه تمامی میدان های بیو مغناطیسی بدن، تشکیل یک میدان بیومغناطیسی تجمع یافته ی بزرگ را می دهد که بدن انسان را احاطه می نماید و در واقع بسیار مشابه با همان پدیده ای است که هاله(؟) نامیده می شود. به این ترتیب، میدان بیومغناطیسی مورد نظر می تواند یکی از اجزای مهم هاله قلمداد شود، گرچه که ممکن است ابعاد دیگری نیز در این مقوله دخیل باشند. میدان های مغناطیسی انسان با میدان های مشابه در اطراف او نظیر میدان های بیو مغناطیسی سایر انسان ها در تعامل متقابل است. این اصل در علم فیزیک، القاء(؟) نامیده می شود و به این معنی است که هر میدان مغناطیسی می تواند باعث القای تغییراتی در قدرت و نیز فرکانس جریان های الکتریکی در جسم هادی مربوط به میدان مغناطیسی مجاور خود (در این جا بدن انسان دیگر) گردد. به همین منوال میدان بیو مغناطیسی یک فرد هم قادر است از طریق فرایند القاء تاثیراتی را بر روی میدان مغناطیسی فرد دیگر چه از نظر ذهنی-روانی (دگرگونی در احساس سلامت، میزان احساس خوشایند او...) و چه از لحاظ جسمی (کیفیت عملکرد ارگان ها و بافت های بدن وی)، بگذارد. آگاهی از این اصل، از یک سو تعریف مناسبی را از واژه ی مصطلح «شخصیت مغناطیسی»(؟) خاص هر انسان، برآیمان ارائه می دهد و از سوی دیگر، نحوه ی ایجاد تاثیرات درمانی مستقیم یک انسان بر روی انسان دیگر را به صورت علمی توجیه می کند.

تا به این جا دریافتیم که از دیدگاه علمی، وجود یک انسان به محدوده ی پوست او ختم نمی شود بلکه به فضای اطراف او نیز گسترش می یابد. تا به حال همه ما هنگامی که حضور فرد

دیگری را بدون دیدن او در نزدیکی خودمان احساس کرده ایم، بر این واقعیت صحنه گذاشته ایم، اما امروزه این مقوله به عنوان یک اصل علمی پذیرفته و ثابت شده است. دستها نیز توسط میدان مغناطیس مخصوص به خود احاطه می شوند. بررسی میدان مغناطیس حاصل از دستان یک فرد شفاگر(?) در حین انجام درمان نشان می دهد که این میدان به وضوح قوی تر از میدان مغناطیسی دستان افراد معمولی است. در این بررسی از یک مغناطیس متر ساد، شامل دو عدد سیم پیچ ۸۰ هزار دور متصل به یک تقویت کننده(?) استفاده شد و نتیجه حاصله، گویای این واقعیت بود که دستان فرد شفاگر دارای میدانی با قدرت 0.002 گاس (gauss) بود که هزار بار قوی تر از هر میدان مغناطیسی دیگری است که از بدن انسان به بیرون امتداد می یابد. فرکانس این میدان نیز متغیر (بین 0.3 تا 30 هرتز) و عمدتاً در محدوده $8-7$ هرتز در نوسان بود. انرژی شفا دهنده ی دست ها حداقل تا حدودی توسط سیستم پری نوریل ایجاد می شود. این سیستم همان طور که قبلاً توضیح داده شد، رشته های عصبی را پوشانیده و در بدن به عنوان مسیری برای هدایت جریان های الکتریکی تحت کنترل تالاموس مغز، عمل می کند.

پاره ای از شواهد حاکی از این است که سایر فرمهای انرژی به غیر از نوع بیو مغناطیسی نظیر امواج مادون قرمز، مایکرو ویو و بعضی دیگر از پرتاب های فوتونی نیز از دست ها خارج شده، تاثیرات درمانی خود را در سیستم بیو لوژیک (زیست شناختی) بدن بدنبال دارد. این دستاورد با تئوری متافیزیکی (و کل نگر) رایج مبنی بر این که بیماری ابتدا در هاله ی انرژی یا میدان بیومغناطیسی انسان ایجاد شده و سپس در جسم فیزیکی بروز می کند، کاملاً هماهنگ و مطابق است.

هنگامی که شفاگر، دستان خود را به منظور درمان در مجاورت یک عضو غیر سالم قرار داده، شروع به شفا بخشی می کند، میدان مغناطیسی خارج شده از دستان او که به مراتب قویتر از میدان مغناطیسی حاصل از عضو بیمار می باشد، با در برداشتن فرکانس های طبیعی و سلامت بخش مورد نیاز آن عضو، تاثیر درمانی خود را آغاز می کند و نهایتاً با مکانیسم القایی، فرکانس طبیعی را به عضو بیمار باز می گرداند. این تنظیم فرکانس، به نوبه ی خود بر جریان های

الکتریکی سلول ها و سیستم عصبی عضو مربوطه و همین طور فعالیت بیولوژیکی آن عضو تاثیر می گذارد و به این ترتیب، درمان صورت می گیرد.

تحقیقات به عمل آمده نشان می دهد که فرکانس های شفابخش برای بافت های مختلف بدن عبارتند از: فرکانس معادل دو هرتز برای رشته های عصبی، فرکانس معادل هفت هرتز برای استخوان ها، فرکانس معادل ده هرتز برای رباط ها و فرکانس معادل پانزده هرتز برای مویرگ ها.

در هنگامی که شفاگر به منظور یافتن نواحی نامتعادل و گرفتار در یک بیمار، به اسکن نمودن بدن او می پردازد، فرآیند القای میدان های بیومغناطیسی در جهت معکوس اتفاق می افتد. در این شرایط، شفاگر کف یک یا دو دست خود را در فاصله چند سانتی متری بدن بیمار به آرامی حرکت می دهد و در همین حال به احساسی که در کف دست او ایجاد می شود توجه می کند (اسکن بیوسن) (?). در این حین، میدان بیومغناطیسی بیمار تغییراتی را در میدان کف دست شفاگر ایجاد می کند و این تغییرات توسط شفاگر حس می شود و به این ترتیب او قادر خواهد بود نواحی دچار عدم تعادل و تحت فشار را در میدان بیومغناطیسی بیمار تعیین نماید. یکی از ویژگی های منحصر بفرد ریکی این است که برای انجام آن ابتدا باید توسط استاد، یک جلسه همسویی (?) برای شفاگر برگزار گردد. همچنین برای انجام ریکی نیازی به ذهن آگاه شفاگر نیست، بلکه انرژی ریکی خود به خود جریان می یابد و به هیچ عنوان از انرژی شخصی فرد شفاگر استفاده نمی کند.

حال بینیم فرآیند همسویی و درمان در ریکی چگونه صورت می پذیرد. همسویی می تواند ابعادی از درون هر یک از ما را که دارای درک بهتر از کلیت وجود، سلامت و شفای واقعی است، بیدار نماید. با توجه به این که آگاهی، از فضایی ورای ذهن هوشیار ما منشاء می گیرد، می توانیم چنین نتیجه گیری کنیم که سرچشمه ی آگاهی در واقع همان منشاء ابر هوشیاری درون وجود ماست. از سوی دیگر با دانستن این که ریکی از انرژی فرد شفاگر نمی کاهد، به این نتیجه می رسیم که پدیده همسویی در واقع انرژی متفاوتی را نسبت به آن چه برای فعالیت های روزمره مان استفاده می کنیم، فعال می سازد همه ما انسانها پتانسیل های نهفته ای داریم

که در اکثریت افراد غیر فعال است و نیاز به بیدار شدن دارد. ابر هوشیاری می تواند عملکرد تلاموس و سیستم پری نوریل را به نحوه ای هدایت کند که انرژی ریکی را ایجاد و آن را از طریق دستان فرد شفاگر به عضو مبتلا برساند. با بیان ساده تر می توان انرژی ریکی را مجموعه ای ویژه از انرژی بیومغناطیسی و سایر انرژی هایی دانست که ذهن ابر هوشیار، کیفیت آنها را دقیقاً متناسب با نیاز عضو مبتلا که در زیر دستان شفاگر قرار دارد، تعیین نموده و فرایند درمان را آغاز و تکمیل می نماید. بنابر این می توان چنین تصور کرد که هر چه ابعاد عالی تر ذهن ابر هوشیار برای ایجاد مجموعه هایی قویتر و موثر تر از انرژی از لحاظ فرکانس و قدرت بیدار شود، می توان در موارد بیماری های سخت و پیچیده، با سرعت بیشتری به درمان بیماری پرداخت. در این صورت شفابخشی، شامل ترکیبی از عشق، همدردی و محبت خواهد بود که عضو آسیب دیده را هرچه بیشتر برای ترک الگوهای قدیمی و بازگشت به سلامتی تشویق می کند. یک درمان شفابخشی موثر و قوی، قابل تشبیه به تعمیر کار فوق العاده ماهری است که بر اساس تجربه و درک بیشتر خود، قادر به انجام تعمیراتی می باشد که از عهده سایر تعمیر کاران خارج بوده است. وقتی به تدریج آگاهی خود را افزایش داده و عمیق تر از پیش به شفا بخشی خود می پردازیم، پتانسیلی که در درونمان به عنوان شفاگر وجود داشته، هرچه بیشتر بیدار می شود تا جایی که ما را قادر می سازد با ابعادی متعالی تر از ذهن ابر هوشیارمان ارتباط نموده، مهارت های والاتری را کسب نماییم.

یکی از توانایی های بسیار جالب ریکی همچون سایر روش های انرژی بخشی، درمان از راه دور است. همانگونه که پیشتر توضیح داده شد، نحوه درمان از طریق دستها هنگامی که شفا گر در مجاورت فرد بیمار قرار گرفته باشد از طریق تاثیرات القایی میدان های بیو مغناطیسی آن ها قابل درک است، اما درمان از راه دور را در شرایطی که ممکن است شفاگر نه تنها کیلومترها از بیمار خود فاصله داشته باشد بلکه نسبت به هم در دو سوی مختلف کرده ی زمین باشند، از نظر علمی چگونه می توان توجیه کرد؟

احتمالاً درمان از راه دور بواسطه ی امواج اسکالر(?) صورت می گیرد. هنگامی که دو میدان مغناطیس متمایز، دارای فرکانسی کاملاً مشابه بوده و دقیقاً از فاز خود خارج باشند، نهایتاً

یکدیگر را حذف می کنند، اما این حذف متقابل، تاثیرات آن دومیدان را از بین نمی برد، بلکه پتانسیل آن ها همچنان موجود است و این پدیده منجر به ایجاد امواج اسکالر می گردد که بر خلاف امواج مغناطیسی (که با الکترونها در ارتباطند) با هسته ی اتم ها در تعامل قرار می گیرند. این امواج نه تنها توسط قفس های الکتریکی فارادی (؟) با سایر موارد ساخته شده متوقف نمی شود، بلکه خود را بدون کوچکترین افت انرژی و با همان قدرت اولیه (صرف نظر از بعد مسافت)، به هدف مورد نظر می رسانند همچنین ثابت شده است که امواج مورد نظر، با تاثیر بر روی بافت های زنده ی بیولوژیک، روند ترمیم و درمان را تسریع می نمایند بنابر این ممکن است همانطور که دکتر جیمز اوشمن معتقد است امواج اسکالر، منشاء بنیادین درمان و ترمیم در بدن موجودات زنده باشند. علیرغم اینکه تئوریهای حاضر، تا حدودی توجیه کننده مکانیسم درمان از طریق شفابخشی می باشند، هنوز یک جنبه از شفا بخشی و کار فراطبیعی (معنوی) به صورت رازی بزرگ باقی مانده است. تولید میدانهای بیومغناطیسی و امواج اسکالر وابسته به جسم فیزیکی انسان و یا دستگاههای فیزیکی است، در حالیکه بسیاری از شفاگرهای روحی، برای دریافت و هدایت انرژی، با موجوداتی متعالی تر، که فاقد هر گونه جسم فیزیکی می باشند ارتباطی مستقیم برقرار می کنند. از دیدگاه علمی نه تنها مکانیسم ایجاد انرژی توسط این موجودات، بلکه حتی وجود آنها نیز، قابل توجیه نمی باشد. لذا هنوز برای درک عمیق تر شفابخشی و طبیعت آگاهی، زمینه های تحقیقاتی گسترده ای در پیش روی علم نوین قرار دارد. بافتهای زنده بدن که متشکل از ملکولها و اتم ها هستند، مستقیماً در اتصال و تأثیر پذیری از تمامی نیروهای موجود در طبیعت می باشند. همگام با تکامل موجودات زنده، نیروهای مختلف، اعم از نیروهای شناخته شده و نیروهای مرموز و ناشناخته برای عملکرد بدن با یکدیگر ترکیب شده اند و طبیعتاً با مطالعه موجودات زنده و به ویژه انسان، فرصتی بسیار خوب برای درک عمیق ترین و مرموز ترین نیروهای کیهانی به ما عطا خواهد شد.

نویسنده: ویلیام لی رند برگردان و اقتباس: دکتر کیارش ساعتچی - برگرفته از کتاب جوهره ریکی تالیف والتر لوبک. فرانک آرجاوا پیترو. ویلیام لی رند

ریکی، موهبتی حقیقی

" این دین ساده ی من است. نیازی به معبد نیست. همچنین نیازی به فلسفه ی پیچیده ای برای اثبات آن. ذهن و قلب ما معبد ماست. و تنها فلسفه ی آن مهربانی است." (دالایی لاما)

من برای سالهای متعددی استاد ریکی بودم و حقیقا از وجود آن در زندگی ام احساس شادمانی می کنم. یکی از لذت های اصلی زندگی ام، تقسیم این روش شفابخش ژاپنی با دیگران است. در زمانی که کلاس های ریکی را برگزار می کنم و یا در جلسات شفای درون شرکت می کنم، همیشه از اینکه چگونه این انرژی روحی مقدس می تواند به آسانی و بدون هیچ گونه تلاشی به افراد شرکت کننده در جلسات منتقل شود و به آنها انرژی دهد، شگفت زده می شوم.

سوالات فراوانی از مردم در زمینه ی ماهیت ریکی، چگونگی شفا بخشی آن و فواید سلامتی آن دریافت می کنم.

ریکی چیست؟

ریکی روش قدیمی شفا بخشی ژاپنی برای کاهش استرس، آرامش و تمدد اعصاب عمیق، کاهش درد و کسب هوشیاری روحی وسیع می باشد.

ریکی روش قدرتمند و لطیف شفابخشی و تعادل روحی از طریق انرژی است که در آن تنها توانایی های طبیعی بدن برای شفا بخشی فعال و تسریع میشود.

ریکی قابلیت شفابخشی تمامی مشکلات حسی، ذهنی، فیزیکی و روحی را دارد.

با فعال سازی و کار بر روی سیستم انرژی موجود در بدن، (ریکی بدن را متعادل و هم تراز می کند) به شما کمک می کند تا به نیروی زندگی درون متصل شوید.

هر چیزی در جهان متشکل از انرژی است، حتی شما!

زمانی که انرژی زندگی شما قوی، سالم و در حال جریان است، شما شاداب و سلامت خواهید بود. اما زمانی که میزان این انرژی کم باشد، شما آمادگی بیشتری برای احساس بیماری، استرس و خستگی دارید.

ریکی به شما کمک می کند تعادل خود را دوباره بدست آورید و در نتیجه ی آن، بتوانید زندگی همراه با احساس سلامتی، سرزندگی و لذت را تجربه کنید. ریکی روش ایمن، لطیف، بدون آسیب و طبیعی شفابخشی و مراقبت از خویش است."

من برای خانواده ای مهربان تر، دانا تر و مهربان تر بر روی این زمین دعا می کنم." (تنزین گیاتسو)

چگونه ریکی می تواند به من کمک کند؟

یک جلسه ی ریکی می تواند تجربه ای آرام بخش و بسیار زیبا باشد. در زمان دریافت درمان ریکی، خود را در محیطی راحت و با موسیقی آرام بخش خواهید یافت که به راحتی می تواند شرایطی آرام و بسیار عمیق را برای تفکر فراهم آورد. قرارگیری در این چنین شرایطی است که سبب می شود تا بدن توانایی های شفابخشی درونی و ذاتی خود را آزاد کند و انرژی بیشتری از ریکی دریافت کند. دلوپسی روزانه هرچه که در این تجربه ی سعادت مند و جوان بخش فرو می روید، از بین می رود. بسیاری از مردم تغییرات مهمی را در زندگی خود پس از گزراندن جلسات ریکی گزارش داده اند. هیچگونه حدی برای مراحل رشد فردی و شفابخشی که از دریافت انرژی شفابخش ریکی حاصل می شود، وجود ندارد.

دستان شفابخش ریکی را برای خود تجربه کنید!

فواید درمان ریکی

- استرس را کاهش می دهد
- انرژی را افزایش می دهد
- انرژی را در بدن متعادل می کند
- به آزادسازی احساسات کمک می کند

- سبب افزایش خلاقیت می شود
 - هوشیاری را افزایش می دهد
 - از خستگی می کاهد
 - حس رفاه و شادمانی را افزایش می دهد
 - سیستم ایمنی بدن را ترقی می دهد
 - سبب افزایش انرژی فیزیکی می شود
 - احساس نگرانی و دلواپسی را از بین می برد
- "بگذارید تا نور و روشنایی وجود داشته باشد.
شاید ما از آلام و پریشانی های گذشته رها شویم.
شاید به قلوبمان و وجودمان اجازه دهیم تا ملامال از نور ذاتی خود شوند.
شاید کاملاً به درونمان رجعت کنیم.
شاید در صلح و آرامش قرار گیریم.
شاید تمامی ما از رنج و عذاب آزاد شویم."
- بریجیت، فضایی اطمینان بخش و مقدس را برای مردان، زنان و کودکان فراهم کرد تا نیکی، عشق، صفا، شفابخشی و محبت را بیابند. بریجیت به مدت ۱۰ سال استاد ریکی است و ریکی را در آمریکا و سایر نقاط تدریس کرده است.
- بریجیت زندگی خود را وقف آموزش و تقسیم ریکی کرد و برای شفابخشی و توانمند سازی درون، فعالیت های بسیاری انجام داد.
- "عشق پاسخ اصلی است."
- مترجم: علی نظافت

ریکی و مودراهای یوگا

در سالها معلمی یوگا و استادی ریکی، اغلب افزودن انرژی ریکی به تمرینهای یوگا را بسیار مفید یافته‌ام. وقتی آموزش مبانی یوگا را کامل می‌کردم، به مودراهای یوگا علاقه‌مند شدم. چون مودراها وضعیت‌های دست هستند، افزودن انرژی ریکی به مودراها به نظر خیلی طبیعی می‌آمد. در واقع، اگر شما باریکی همسو شده باشید، هر مودرایی را انجام دهید، انرژی ریکی بی‌درنگ جاری می‌شود. در نتیجه هر دو تمرین تقویت و قدرتمند می‌شوند.

مودراها

مودراها وضعیت‌های دست، چشم و یا بدن هستند که در سنت‌های شرق برای عمیق‌تر شدن مرافبه به کار می‌روند. «مودراها» مهر یا نماد نیز هست. مودراها شخص را به حالت‌های مختلف آگاهی هدایت می‌کنند. مودراها بر شفافیت ذهن و احساسها اثر می‌گذارند و وقتی مرتب انجام می‌شوند سلامت جسمی را بهبود می‌بخشند. کاروران ریکی با مودرای «گاشو» که در سیستم دکتر «اوسویی» برای آمادگی پیش از شروع درمان به کار می‌رود آشنا هستند. مودراها در فرهنگ‌های سراسر جهان دیده می‌شوند؛ در مراسم مذهبی و رقص در هند، در مراسم مس کاتولیک‌ها، و در هنرهای رزمی، به علاوه، مودراها بخشی از آداب روزمره مانند فرستادن یک بوسه یا دست دادن به نشانه توافق نیز هست، منشأ مودراها شناخته نشده است. اما در سنت بودیسم تبتی و فلسفه تانترا سابقه کاربردی طولانی دارند. بعضی‌ها معتقدند که مودراها در مصر پدید آمده‌اند.

یوگا

مودراها در «هاتا یوگا» به کار می‌روند. کلمه «یوگا» از ریشه سانسکریت یوج (Yuj) (به معنای پیوستن یا وصل کردن) می‌آید. این وحدت سطوح معنایی گوناگون دارد، که مهمترین آن وحدت خود با خود کیهانی است. وحدت نفس با جسم، وحدت ذهن و جسم، وحدت ذهن با خود است. با تمرین هاتا یوگا، کانالهای انرژی در بدن به تعادل در می‌آیند. هاتا یوگا، آگاهی و ریتم تنفس را همراه با آسانا یا وضعیتهای خاص بدن به کار می‌گیرد تا راه جریان سالم پرانا که «چی» یا «کی» نامیده می‌شود را باز کند. اگر پرانا نتواند در مسیری متعادل جاری شود به خارج از بدن پراکنده می‌شود و در نتیجه ذهن بی‌قرار و کدر می‌شود. هدف اصلی یوگا باز گرداندن ذهن به حالت اصلی سادگی و آرامش آن و آزاد کردن آن از پریشانی و آشفتگی و در نهایت هدایت آن به ساماندهی یا خود آگاهی است.

بانظری کوتاه به تاریخچه یوگا می‌توانیم درکی از اصول آن بدست آوریم. قدیمی‌ترین شواهد باستان شناختی یوگا در درهٔ ایندومن (حدود ۳۰۰ سال پیش از میلاد مسیح) که بزرگترین تمدن جهان قدیم بود، پیدا شده است. این فرهنگ وداها را نیز پدید آورد (حدود ۱۵۰۰ سال پیش از میلاد مسیح، وداها متون کهن‌اند که به زبان سانسکریت و به شکل سرود، دستور عمل، فلسفه و معرفت کهن نگاشته شده است. وداها راههای تعمق با نیایش، بصیرت والاتر، چگونه زیستن در تعادلی الهی را آموزش می‌دهند. نوشته‌های ودایی که اوپانیشادها (یا آموزش های معرفت) نامیده می‌شوند، خود متعالی و حقیقت غایی را شرح می‌دهند. نوشته‌های بعدی به گسترش و روشنگری فلسفه یوگا کمک کردند. باگاواد گیتا (۵۰۰ سال پیش از میلاد مسیح) آمیزه‌ای است از تعالیم یوگا در زمینه‌های آگاهی، پرستش و خدمت.

یوگا سوتراهای پاتنجلی (که معتقدند بین ۲۰۰ سال پیش از میلاد مسیح نوشته شده است) تمام آموزش‌های یوگا را در ۱۹۶ سوترا یا جمله قضا گرد آورده است. این کار یوگای کلاسیک را مشخص کرد. سوتراها به شخص کمک می‌کند توهم و خود واقعی، یعنی جایی که شخص از ارتباط عمیقش با همه موجودات آگاه است، را بشناسد و از هم تمیز دهد.

چاکراها

هم اوپانیشادها و هم یوگا سوتراهای پاتنجلی به چاکراها به عنوان مراکز روحی آگاهی اشاره می کنند. آموزشهای تانترای قرنهای ششم و هفتم میلادی، چاکراها و کندالینی (حرکت انرژی در چاکراها از پایین به بالا برای تجربه حالت روشن بینی) را وارد فلسفه یوگا کرد. فلسفه تانترای حضور کامل در این جهان و جدا نبودن از هیچ جنبه‌ای از حیات را توصیه میکند. این توصیه با تمرکز یوگای کلاسیک که بر فرات رفتن از بدن و موضوع های مادی است تضاد دارد. بعضی از تکنیک های یوگایی که در غرب تمرین می شوند به یوگای کلاسیک نزدیک اند و بعضی هم بر فلسفه تانترای متمرکزند.

مودراها و چاکراها

حالت های مختلف انگشتان چگونه بر بدن و ذهن اثر می گذارد؟ انگشتان با مراکز انرژی با خطوط انرژی بدن ارتباط دارند. در سیستم چاکراها، هر انگشت با یکی از پنج چاکرای با بینی ارتباط دارد. در یک سنت، انگشت کوچک با چاکرای ریشه، انگشت انگشتری با چاکرای خاجی؛ انگشت وسط با چاکرای شبکه خورشیدی؛ انگشت اشاره با چاکرای قلب؛ و انگشت شست با چاکرای گلو ارتباط دارد.

مودراها و مریدین ها

در طب شرقی، سرانگشتان نقاط شروع یا پایان مریدین های عمقی هستند. مریدین های قلب و روده کوچک روی انگشت کوچک، مریدین گرم کننده سه تایی روی انگشت انگشتری، مریدین گردش خون روی انگشت وسط، مریدین روده بزرگ روی انگشت اشاره و مریدین شش ها روی انگشت شست قرار دارند، مودراها می توانند هم مریدین ها و هم چاکراها را فعال و یا متعادل کنند.

استفاده از مودراها با ریکی

برای کاربرد ریکی با مودراها، مودرای انتخابی را درست کنید و برای آرام گرفتن سه تا ده بار تنفس کنید، دقت کنید که فشار انگشتان بسیار سبک و دست‌ها وانهاده باشند. سپس با فکر یا نیت ریکی را جاری کنید. هر مودرا را چها تا ده دقیقه یا تا مدتی که براساس راهنمای درون تان لازم حس می‌کنید نگهدارید.

در زیر چند یوگا مودرا آمده است که توصیه می‌کنیم آنها را با ریکی امتحان کنید. شاگردان ریکی که این مودراها را تمرین کرده‌اند، از حس حفاظت شدن، احاطه شدن با نور و احساس‌های زیبا، ارتباط با آگاهی برتر و تجربه‌های شفا گزارش داده‌اند.

پران مودرا

این مودرا چاکرای ریشه را فعال می‌کند سرزندگی را افزایش می‌دهد، بینایی را بهتر می‌کند و جرأت ورزی و شهامت را برای شروع طرحی جدید افزایش می‌دهد، شفافیت ذهن ایجاد می‌کند.

هاکینی مودرا

گفته می‌شود این مودرا برای مغز چشم سوم و شش‌ها خوب است و سمت چپ و راست مغز را متعادل و بین آنها هماهنگی برقرار می‌کند.

گارودا مودرا

این مودرا گردش خون را فعال می‌کند. نیرو می‌دهد و محرک است. خستگی و نوسان خلق را رفع می‌کند. کاروران ریکی دریافته‌اند که این مودرا برای خستگی پرواز ناشی از اختلاف ساعت سودمند است.

دهیانی مودرا

این مودرا آرامش ایجاد می کند. در هنگام انجام این مودرا نفس یا نور درون تان را مشاهده کنید.

مودرای خوددرون

این مودرا امکان دسترسی به انرژی و آگاهی درونی را می دهد. ابتدا وضعیت یک را انجام دهید سپس وضعیت دو را. در وضعیت یک سعی کنید با نگاه کردن به مثلث کوچکی که بین انگشت و شست درست می شود، به فضای بین دست های تان تمرکز کنید.

کارلسوا مودرا

این مودرا نیز آرام کننده است. اما می تواند برای رها کردن عادت های بد و پرورش عادت های خوب و تغییر شخصیت فرد به کار رود. وقتی این مودرا را انجام می دهید سعی کنید روی سمبل احساسی ذهنی تمرکز کنید.

موکولا مودرا

این وضعیت دست را برای متمرکز کردن انرژی به هر قسمتی از بدن که به شفا نیاز دارد انجام دهید. این تمرین را آرجاواپیترا، هیروشی لویی و استادان دیگر ریکی نیز توصیه کرده اند. این مودرا ریکی را به شکل یک پرتوی شدید و پر قدرت متمرکز می کند.

ماکارا مودرا

یک دست را داخل دست دیگر بگذارید. شست دست پایین را از بین انگشت کوچک و انگشت انگشتری دست دیگر در کف دست بالایی بگذارید. این مودرا انرژی های کلیه و ذخیره های قدرت را فعال می کند. انجام این مودرا در شروع روز یا قبل از شروع انجام کارهای مهم بسیار عالی است.

جناتا مودرا

انجام این مودرا آگاهی به قلب و مراکز بالاتر هدایت می کند. این مودرا حافظه و ساماندهی ذهنی را افزایش می دهد، خواب خوب و عمیق می آورد، و افسردگی و فشار خون بالا را شفا می دهد. این مودرا بسیار قدرتمند و همان وضعیت دست مجسمه آمیدا بودا در تالار تنپورین دو در کوه کوراما است.

ماهاسکران مودرا

این مودرا پایین شکم را شفا می دهد و برای دردهای عادت ماهانه یا هر مسأله ای در روده، مثانه یا پروستات خوب است. وقتی نقطه هویی ین یا عضله پرنیدم را منقبض می کنید نیز می توانید این مودرا را انجام دهید. ابتدا انگشتان انگشتری دو دست را روی هم بگذارید و انگشت کوچک هر دست را روی شست همان دست قرار دهید، به مدت ده نفس این وضعیت را نگهدارید. بعد انگشتان کوچک دو دست را روی هم بگذارید و انگشت انگشتری هر دست را روی شست همان دست قرار دهید و به مدت ده نفس این وضعیت را حفظ کنید.

نوشته کتی دایر برگردان مهنوش امینیان

