

Hva du trenger å vite om Reiki

<https://www.bioenergetisk-klinikk.com/>

EGLE VISTORTIENE

Hvis du leser dette informasjon, har du sikkert hørt om Reiki. Kanskje du har mottatt



en Reiki-økt, eller elsker Reiki og tenker på å starte en Reiki-sertifisering for deg.

Jeg er en Reiki-mester, og jeg opplever ofte at selv folk som har mottatt Reiki før, egentlig ikke vet så mye om det. I denne brosjyre vil jeg forklare hva er Reiki, historien litt om Reiki, fordelene med Reiki, hva du kan oppleve med Reiki, og hvordan du kan veve Reiki inn i ditt liv, ritualer og selv behandling med det.

HVA ER ENERGI?

Jeg vil begynne med energi.

Reiki er energihelbredelse og energi er et stort moteord i disse dager - men hva er energi?

Det som er rundt oss og er energi. Dette er noe vitenskapen har bevist gang på gang. Bordet ditt, kroppen din, en appelsin, et tre, lyd – sansene våre oppdager ikke de energiske bevegelsene til ting som appelsiner og bord fordi de vibrerer sakte og med lav frekvens, men de består fortsatt av energi.

Vi er alle bygd opp av energi. Det er bare en liten grunnleggende enhet som forbinder alt



og utgjør oss alle.

HVA ER REIKI?

Reiki er en tradisjonell japansk form for healing som tar i bruk universell livsenergi, og er en metode innen alternativ medisin.

Reiki kan virke inn på alle nivåer av mennesket så vel som fysisk, mentalt, emosjonelt og spirituelt. Reiki som metode kan også benyttes som et ledd i selvhjelp, og virker bedre jo mer det utøves.

Nå vet du hva er energi til Reiki og hva er Reiki?

Reiki er en spesifikk type universal livsenergi.

Det er en energihelbredende modalitet som ble kanalisert av Dr. Mikao Usui i Japan, som jeg vil komme nærmere inn på nedenfor.

Selve ordet Reiki betyr "universell energi."

Det er universell energi, åndelig energi, energien til enhet, som kan kanaliseres fra ett menneske til et annet for å lette helbredelse.

Reiki har sin egen intelligens. Du trenger ikke være spesiell for å gi Reiki, som er en av tingene jeg elsker med det. Vi har alle denne energien i oss – den blir ganske enkelt vekket gjennom en prosess som kalles en Reiki-innstilling.

EN KORT HISTORIE OM REIKI

Som jeg nevnte ovenfor, ble Reiki kanalisert av Dr. Mikao Usui. Han ble født i 1865 i en liten landsby i fjellene i det sørlige Japan i en velstående buddhistisk familie og var alltid interessert i helbredelse. Senere i livet ble han buddhistisk munk og bodde i et kloster, men lette fortsatt etter noe.

Dr. Usui ønsket å finne en metode for helbredelse som ikke var knyttet til en bestemt religion, tilgjengelig for alle.

Så han isolerte seg på Kurama-fjellet og fastet, mediterte og ba. Etter 21 dager kjente han en oppvåkning. En visjon av lys, en følelse av fullstendig fred og enhet, og han så de eldgamle symbolene som hjalp ham med å skape Usui Reiki-systemet for helbredelse.

Han kom raskt ned fra fjellet og flyttet tilbake til Tokyo hvor han etablerte en helbredende Reiki-klinikk og skole der (rundt 1922). Han ønsket å hjelpe så mange mennesker som mulig, så han underviste flere Reiki Masters, og sørget for at Reiki ikke ville bli glemt.

Disse Reiki-mestrene trente noen andre Reiki-mestre, som ytterligere foredlet innstillingsprosessen og håndposisjonene som ble brukt. I 1935 trente en av disse Reiki-mestrene, Dr. Chujiro Hayashi, en japansk-amerikansk kvinne som opprinnelig kom til ham for å helbrede, Hawayo Takata.

Hawayo Takata er personen som brakte Reiki til USA og Europa. Hun kom hjem og spredte helbredelsessystemet til andre her, og tilpasset 22 Reiki-mestre før hun døde.

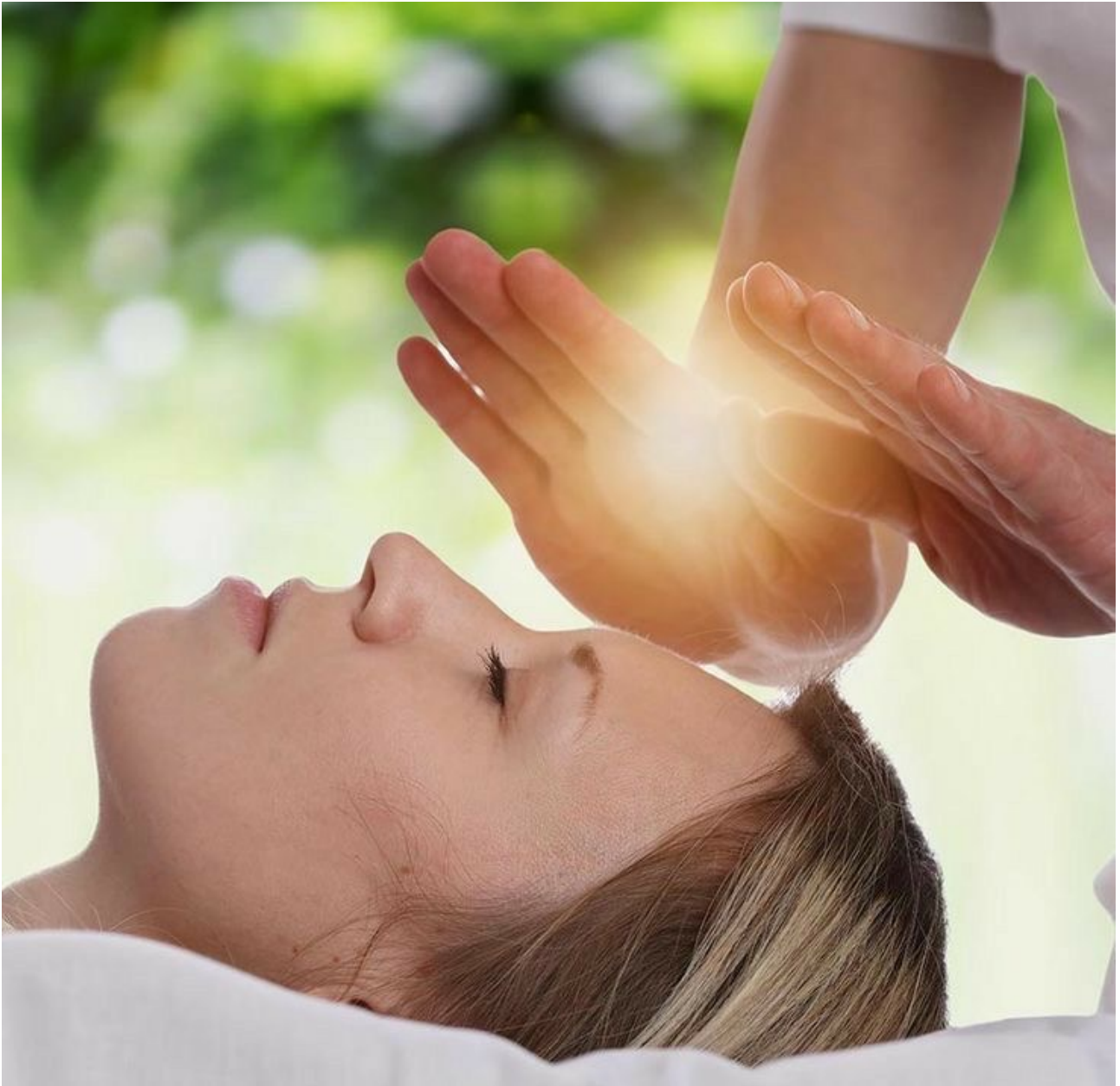
FORDELER MED REIKI

Nå du vet litt om hva er Reiki og hvor det kommer fra, hva er fordelene med det?

Jeg har funnet ut at Reiki vil gi hver enkelt det de trenger.

Her er en ikke-uttømmende liste over noen av fordelene med Reiki fra min erfaring og fra lærerne mine:

- Lindring av fysisk smerte og ubehag.
- Frigjøring av begrensende trossystemer.
- Frigjøring av blokkert energi og blokkerte følelser.
- Gjenkobling til ditt høyeste selv.
- Nå en roligere, meditativ tilstand.
- Bli mer tilstede og nyt livet ditt mer.



- Åpen for din egen selvhelbredende kraft.
- Føl deg lettere og mer i balanse.
- Slapp av og reduser stress.
- Ro egoet.
- Koble deg til den du virkelig er.
- Still inn med ditt høyere kall og formål.
- Forbedre forbindelsen til ånden.
- Åpne din intuitive kanal.

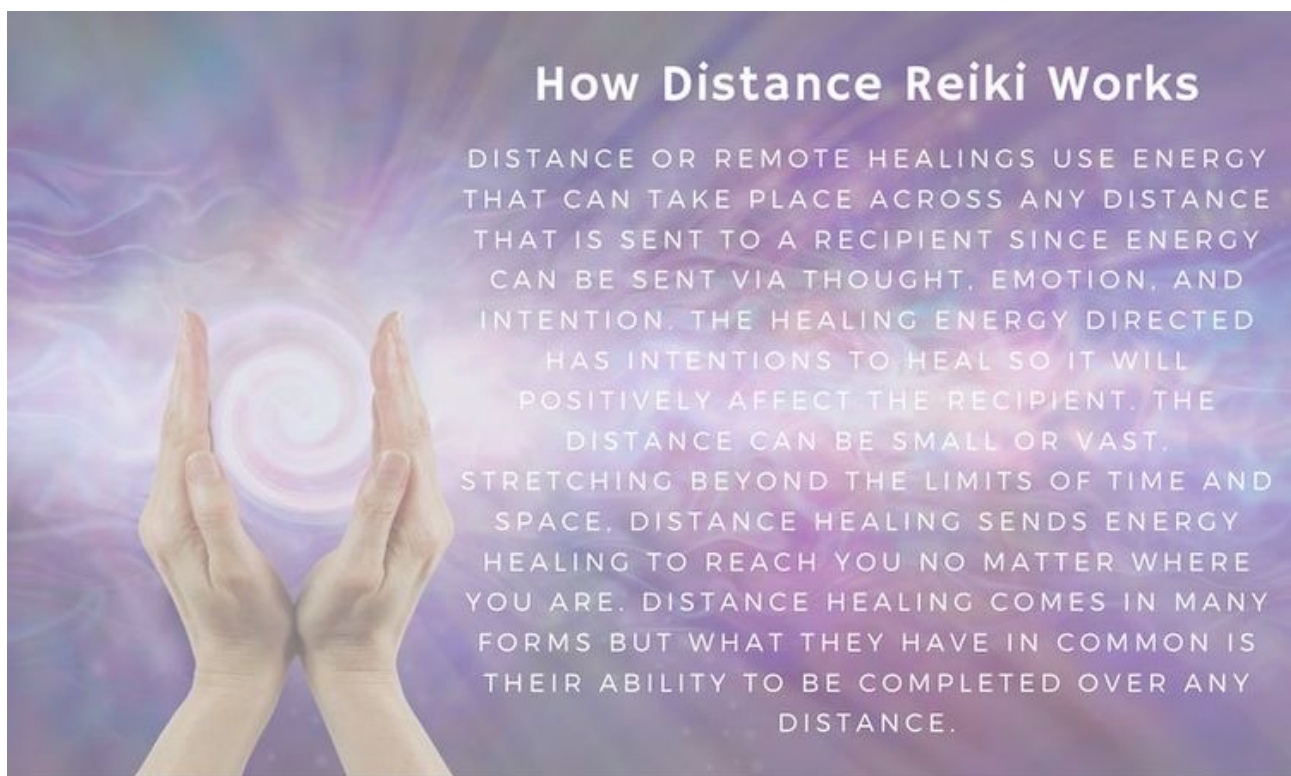
Og mer!



HVA KAN DU FORVENTE I EN REIKI HYLING PROSSESS?

Først du bli vennlig motta av en Reiki-master som legge deg på et massasjebord og gjøre klar deg før prosedyre. Du bli alltid være fullt påkledd. Det er også viktig, hvis det er mulig at du kommer til prosedyre med reine kle, nylig dusjet, ikke spist, ikke drukket drikkene som inneholder koffein. Din Reiki master skal bruke hendene før å gi behandling. Det er en kombinasjon av mild hender berøring og påtegning i aktive livs energi soner på kroppen. Kan master også bruke krystaller, chakrafon eller tibetisk syngeboller for å skape best effektiv til hyling. Ved klient ønske kan brukes aromatiske oljer, røkelse (kan bruke sin egne ved ønske). Vi bruker Vijayshree Golden Nag Reiki Energy Incense 15gm eller Vijayshree Golden Nag Patchouli Incense 15gm.

Reiki gir muligheten å healing både direkte og på avstand. Tiden og avstand for



reiki eksisterer ikke.

Hver enkelts opplevelse av Reiki er unik, og det er definitivt ingen rett eller gal måte å oppleve Reiki på. Du kan se farger, ord og/eller bilder. Du kan få intuitive treff, inspirasjon og kreative ideer. Du kan få en følelsesmessig befrielse som å gråte etterpå, eller dagen etter. Eller kanskje du bare føler deg super avslappet, euforisk eller kanskje du sovner.

Personlig ser jeg ofte farger, bilde, livs fragmenter som opplevd før. Jeg får kreative ideer og intuitive treff. Jeg får vanligvis en roligere, mer tilstedeværende, meditativ tilstand og føler dypt min forbindelse med Kilden.

HVORDAN VEVRE REIKI INN I DIN LIV, RITUELLE OG PRAKSIS

Innstilt på Reiki? Jeg elsker å veve Reiki inn i ritualet og starte dagen mitt med reiki positivitet og gledelig følelse i hjerte, og spre rund meg den varme, omsorg og positivitet. Du kan gjøre det også!

Her er min favorittmåter å veve Reiki inn i hverdag og liv:

- Bruker Reiki til å tømme og/eller lade de magiske arbeids verktøyene mine: krystallene, chakrofon, tibetisk syngboller, bilder, bivoks lys, olje, røtkelse osv.
- Bruke Reiki i hverdagen min for å lade, rense området det jeg bor eller jobber og kjøre transport også med min intensjon.



- Bruker Reiki til å rense, aktivere mat varer, vann, medisiner.
- Bruker Reiki til å åpne kanalen min for å motta meldinger fra guidene mine og forfedre.

Det er så mange forskjellige måter å jobbe med Reiki på når du først er tilpasset. Vær kreativ og følg intuisjonen din!

REIKI SYMBOLER

CHO KU REI	Kraftsymbolet
SEI HEI KI	Symbolet for emosjonell helbredelse.
HON SHA ZE SHO NEN	Avstanden. Helbredende symbol.

DAI KOMIO	Behandling kraftsymbol ved behandling ved avstand (bruker masker Reiki II -III navå).
RAKU	Brukes kun ved inisiasiation Reiki triner, får master klass utviklinger.



UTFORSK REIKI VIDERE

Vil du lære mer om Reiki?

Tre av favorittbøker mine:

- The Art of Psychic Reiki av Lisa Campion
- This Is Reiki av Frank Arjava Petter
- Fundamentals of Reiki. The Complete Guide to the Ancient Art of Healing - Diane Stein

Hvis du har mottatt Reiki før og tenker på å lære Reiki selv, sjekk ut om muligheter, hos oss. Seminarene, artikkelen for å kan hjelpe deg å velge en Reiki 1, 2 eller Reiki 3



trening (med personlig møtte og avtale). Alle treninger skal komme en gang i året.

REIKI FORSKRIFTER

I en annen versjon av Principles of Reiki, fra The Reiki Primer av Larrn Arnold og Sandy Nevues, står det skrevet:

Det er i dag jeg vil uttrykke takknemlighet og alt jeg er velsignet med. Bare for i dag vil jeg ikke bekymre meg.

I dag vil jeg ikke være sint.

I dag skal jeg ærlig gjøre jobben min.

Akkurat i dag vil jeg være snill mot kjære og mot alle levende vesener.

En annen versjon sier:

Ikke bekymre deg i dag.

Ikke vær sint i dag.

Respekter dine foreldre, lærere og eldste. Tjen levebrødet ærlig.

Uttrykke takknemlighet for alt.

Bare for i dag vil jeg ikke bekymre meg.

Bare for i dag vil jeg ikke sinte.

Bare for i dag vil jeg ydmykt gjøre mitt beste. Bare for i dag vil jeg være snill mot meg selv og andre.

Bare for i dag vil jeg være takknemlig.

Alle trenger Reiki, og den behov skal økes mer med tiden