

Лия Соколова

РЭЙКИ

Система Усуи Рэйки Риохо

РИОХО



ДУХОВНАЯ ТЕРАПИЯ

靈氣

Система Усуи Рэйки Риохо

Лия Соколова

Рэйки Риохо. Духовная терапия

«Свет»

2009

УДК 615.85
ББК 53.59я9

Соколова Л. В.

Рэйки Риохо. Духовная терапия / Л. В. Соколова — «Свет»,
2009 — (Система Усуи Рэйки Риохо)

ISBN 978-5-00053-274-4

Около ста лет назад японский доктор Микао Усуи создал удивительный целительский метод, который обозначил как «искусство достижения счастья, чудодейственное средство от всех болезней». Название ему – Рэйки. Это не просто способ освобождения тела от многочисленных заболеваний, это – духовная терапия. Часто человек, начиная применять Рэйки, хочет лишь скорых результатов – и он их получает, приобретает умение пользоваться энергиями, его захватывают ощущения. И только по истечении некоторого времени он начинает замечать, что Рэйки имеет необыкновенную способность – выносить на поверхность, то есть на физический уровень, воспоминания и блоки, содержащие негативные мысли и эмоции. Вот тут-то и приходится примерять на себя те этические правила, которые Усуи назвал «искусством достижения счастья»...

УДК 615.85
ББК 53.59я9

ISBN 978-5-00053-274-4

© Соколова Л. В., 2009
© Свет, 2009

Содержание

От автора	6
Вместе мы – сила	6
Вступление	8
Чудодейственное средство	8
Притча об Орле	9
Кармическая психотерапия (о карме вообще и в частности)	10
Что посеешь, то и пожнёшь	11
Наше будущее – жить из сердца	12
Кто мы? Зачем? Откуда?	13
Личность, вечность, сознание и мозг	14
Почему малыш любит строить и строгать?	16
Для чего мы здесь?	17
Наш паровоз вперёд летит...	18
Здравствуйте, я ваша тётя	19
Медитация в круге по вспоминанию прошлых жизней	20
О законах, которые управляют миром	22
Медитация по исцелению планеты Земля	24
Подготовка к медитации	25
Впечатления от медитации	26
Уровни выявления кармических блоков	29
Конец ознакомительного фрагмента.	31



Лия Соколова
Рэйки Риохо. Духовная терапия

© Соколова Л. В., 2009

© Оформление. ООО «Свет», 2014

* * *

От автора

Вместе мы – сила

Дорогие читатели! Если вы держите в руках эту книгу, значит интересуетесь духовным развитием и самопознанием и публикуемая информация будет вам полезна, как она оказалась полезной для студентов уфимской Школы Рэйки Риохо, которые на практике ощутили эффективность предлагаемых здесь методов исцеления. Вы встретите в книге уже известные техники, но в некоторой степени усовершенствованные и с дополнительными комментариями, а также много новых.

С момента публикации в 2005 году первой книги «Рэйки». От истока к истоку» число приверженцев нашей Школы стало заметно расти. Сегодня Рэйки в стиле Риохо обучают наши воспитанники в разных городах России: Санкт-Петербурге, Хабаровске, Магнитогорске, Ростове-на-Дону, Учалах, Омске, Всеволожске, Волгограде и Павлодаре. Продолжают поступать письма и звонки из-за рубежа от наших соотечественников, что также радует. Вот какое замечательное электронное письмо прислала Светлана Алешко из Канады: «Пишу Вам с дружного полушария, из г. Монреаля, а когда-то жила в соседней республике, в г. Набережные Челны. К сожалению, там я не изучала Рэйки и только в этом году была инициирована здесь. Мой учитель Ирина Куркина из г. Ванкувера познакомила меня с Вашими книгами, за что я ей очень благодарна. Она считает, что Вы пишете сердцем. Я думаю и чувствую так же. Спасибо Вам».

А это пишет Наталья Бажанова, спортивный психолог из Санкт-Петербурга: «Случайно купила Ваши книги и прочитала. Удивительным образом Вам удалось рассказать просто о сложном. Замечаю, как неожиданно “всплывает” прочитанная информация “в быту”. Спасибо. Хочу получить Рэйки».

Когда-то, во время обучения в московской Школе Рэйки Риохо, на мастерских тренингах Натальи Балановской мы пели песенку о Рэйки на мотив известного шлягера «Мы желаем счастья вам». Предлагаю вам её текст, и давайте дружно споём. Вместе мы – сила, вместе мы сможем внести больше света в наш уставший мир.

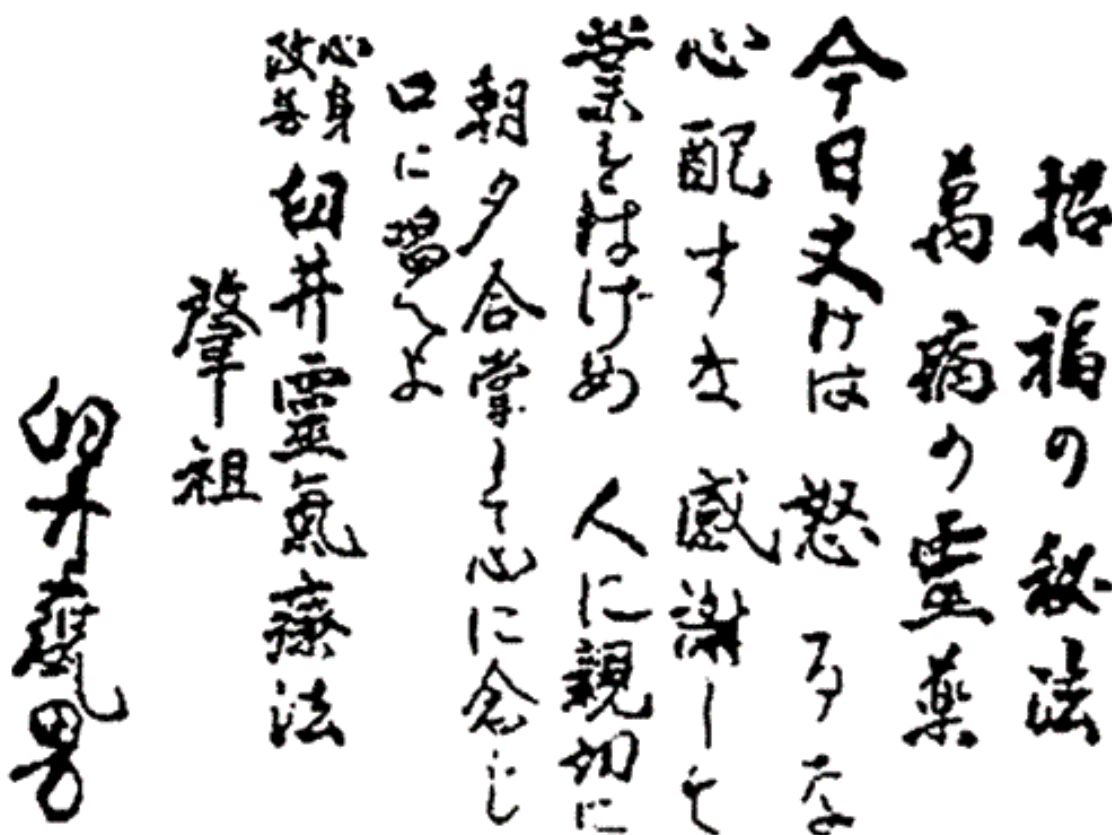
Мы желаем Рэйки вам!

В мире, где сердцам покоя нет,
Где бывает облачным рассвет,
Где бывает трудно так найти свой путь к себе.
Чтобы легче было в трудный час,
Нужно верить каждому из нас,
Нужно верить каждому в то, что Рэйки есть.

Припев:

Мы желаем Рэйки вам,
Рэйки в этом мире большом.
Как солнце по утрам,
Пусть оно заходит в дом.
Мы желаем Рэйки вам,
И оно должно быть таким:

Когда ты в Рэйки сам,
Рэйки поделись с другим.



РЭЙКИ:

Сокровенное искусство достижения счастья.

Чудодейственное средство от всех болезней.

Именно сегодня не злись.

Не беспокойся и будь исполнен благодарности.

Посвящай себя полностью работе.

Будь добр к людям.

Каждое утро и каждый вечер соединяй ладони в молитве.

Пусть эти слова, произносимые твоими губами, будут молитвой твоего сердца.

Усуи Рэйки — лечение для усовершенствования тела и ума.

(Микао Усуи)

Вступление

Чудодейственное средство

Доктор Микао Усуи, создавший около 100 лет назад свой целительский метод, назвал его «искусством достижения счастья, чудодейственным средством от всех болезней». Поначалу человек, применяющий Рэйки, не задумывается над тем, что это за искусство. Его захватывают ощущения и результаты использования энергии. Лишь постепенно он начинает замечать, что Рэйки имеет удивительную способность – выносить на поверхность, т. е. на физический уровень, воспоминания и блоки, содержащие негативные мысли и эмоции. Тут-то и приходится примерять на себя те этические правила, которые Усуи назвал «искусством достижения счастья и чудодейственным средством от всех болезней». Мы начинаем вдумываться в каждое из них: не гневайся, не беспокойся, будь исполнен благодарности, усердно работай над собой, будь добр к другим.

Что это за эмоция – гнев? Если я раздражаюсь, если меня кто-то выводит из себя, а я потом обижаюсь, завидую, угрожаю, готов отомстить, не прощаю – это гнев? Но у меня есть ещё куча таких эмоций. И что с ними делать? Отслеживать и исправлять? А что если мои отец, мать, дед – все были принципиальные и, чуть что не так, враз пресекали неуютное поведение гневными словами, а то и наказанием? Может, я повторяю их? Тогда что с этим делать? Одним словом, психологической работы не избежать. И справиться с ней было бы довольно трудно, если бы не лечение самой энергией Рэйки (тирё) и помощь таких эффективных техник, как Гассё и Рэйдзи-хо. Это поистине три столпа Рэйки. Когда «лечение для усовершенствования души и тела» становится повседневной практикой, оно ведёт человека всё дальше вглубь себя, на новые уровни, вплоть до кармического.

У энергии Рэйки есть поразительное свойство – обнаруживать причину недуга и вымывать её на поверхность сознания. Наблюдательный исследователь постепенно начинает понимать зависимость физического состояния от мыслей и эмоций и приводить их в соответствие с этическими правилами Системы Усуи. Например, человек, который брюзжит, язвит, осуждает в конце концов зарабатывает язвенную болезнь желудка. Если он (после или в ходе лечения) поймёт наставления целителя и изменит своё мышление, то болезнь может и не вернуться.

У медиков сегодня популярен термин «психосоматические заболевания». Это заболевания, порождённые психикой, т. е. мыслями и эмоциями, проявленными в теле; от «*психе*» – душа и «*сома, соматос*» – тело. Если мы научимся отслеживать такую зависимость, то сможем и себе и другим помогать более эффективно. Наше тело пронизано сознанием, и всё, что мы «впечатали» в него своими мыслями, эмоциями и поступками (в настоящем и прошлом), определяет нашу жизнь, здоровье и взаимоотношения. И мы можем сами вполне с этим разобраться: хорошее, полезное оставить, а ненужное и вредное убрать. Тем более что у нас есть мощная поддержка энергии Рэйки, которая способна разбудить наше первородное могущество и не дать о нём забыть. Как забыл недотёпа-птенец, прожив не свою жизнь и не сумев над ней подняться.

Притча об Орле

Один человек нашёл в орлином гнезде яйцо и подложил его курице-наседке. Вместе с куриными птенцами вылупился в своё время и птенец-орлёнок, и началась его жизнь на птичьем дворе. Цыплята подрастали, их становилось всё больше и больше. Они бегали, шумели, пытались взлетать, расправляя слабые крылья. Одни из них время от времени исчезали, попадая в суп к хозяину. Но птенец-орлёнок никто не трогал. Разве только сами цыплята. Они смеялись над ним. Он был не такой, как все, по их представлениям ужасный: серый, большой, с огромным клювом. А собой они гордились; суетливые, всегда что-то обсуждали, галдели, беспрерывно говорили.

И вот однажды птенец-орёл увидел в небе огромную красивую птицу, которая показалась ему знакомой. Он взглянул на себя, на свои всклокоченные грязные перья, поникшие нетренированные крылья (ведь он мог летать только как курица) – и, глубоко вздохнув, опустил голову.

Он не узнал в могучей птице себя, точнее, того себя, которым он мог бы быть. Он был воспитан курицей, жил по куриным правилам и летал как курица. «Такой полёт не для меня», – грустно подумал он, провожая в небе большую сильную птицу. Так он похоронил свою робкую, едва проклюнувшуюся память о своём первородном могуществе. И умер на птичьем дворе.

...Тюрьмы бывают не только физические, но и тюрьмы предубеждений.

Кармическая психотерапия (о карме вообще и в частности)

Чтобы выдержать свой удел, удел человеческий, надо очень много мужества.

Жан-Поль Сартр

Что посеешь, то и пожнёшь

О карме сегодня знает едва ли не каждый человек. Одни относятся к ней насмешливо и даже издевательски, другие равнодушно-снисходительно, третьи со страхом, но немало и тех, кто серьёзно исследует вопросы кармы.

Начнём с самого понятия. Карма – слово санскритское, и означает оно буквально «деяние», «возмездие». Пришло оно из индийской философии, этики и религии и содержит в себе понимание совокупности всех добрых и дурных дел, совершённых человеком во всех предшествующих жизнях, а также в нынешней (текущая карма). Все эти дела и определяют его судьбу. По-другому, карма – реализация закона причинно-следственных связей, или, иными словами, что посеешь, то и пожнёшь. Если разумное, доброе, вечное – получишь соответствующий результат, а уж коли злое – пеняй на себя.

Если взглянуть на понятие кармы глобально, то мы увидим, что в человеке отражён весь миллионолетний опыт развития жизни на Земле. Мы, люди пятой расы, прошли через четыре стихии – Огонь, Землю, Воздух и Воду. Будучи монадой (искрой Божией, идеальной неделимой частью, заложенной в каждом человеке), мы прошли этап уплотнения формы (у нас есть очень сложное физическое тело), создания эфирного тела (мы способны ощущать жизнь и смерть), формирования эмоционального тела (мы способны, соприкасаясь, перетекать друг в друга, без слов и мыслей, как капля в каплю) и, наконец, этап рождения разума, рождения речи и концентрации на достижении цели. Но человек четвёртой расы не умел ещё отделять себя от своих желаний (что, вероятно, и погубило атлантов). Поэтому для людей пятой расы ведущей стала задача – контроль разума над желаниями. Но сегодня можно ещё нередко наблюдать, как старые архетипические модели поведения берут верх над разумностью.

Наше будущее – жить из сердца

Грядущей шестой расе понадобится новое мышление. Его основой должно стать желание добра всем живым существам. Такой человек будет жить из сердца, из своего духовного центра и сможет видеть будущее. Знание своей кармы нужно будет ему для серьезной работы по изменению себя и помощи окружающим. В каждый миг своей жизни человек будет осознавать все взаимосвязи своих поступков. И такое можно наблюдать уже сегодня. Ростки нового сознания уже пробиваются в мире повседневности. Нам остаётся только с восторгом и трепетом вглядываться в них и бережно возвращать.

На одном из семинаров-тренингов, проводившихся Профессиональной лигой психологии и психотерапии, я познакомилась с тремя женщинами из небольшого уральского города: одна была частным предпринимателем, другие профессиональными психологами. Со мной они держались отстранённо, будто между нами была невидимая стена, и они лишь смотрели на меня, но не видели и не слышали. Это меня немного задевало. После семинара по диагностике кармических блоков я решила заняться самоисследованием, в результате чего поняла, что один наиболее жёсткий блок связан с моими жёсткими, категоричными суждениями. Исцеление осознанием и покаянием оказалось делом болезненным, с высокой температурой. Но зато я поняла, что суждение о человеке может быть его осуждением, проявлением самоуверенности («я знаю, а ты не знаешь»). А ведь именно так я и поступала, слушая разговоры женщин-психологов после очередного семинара: вот они – профессионалы, а я вижу, что сами нуждаются в помощи, не знают того-то и того-то. Я молчала, но на тонком-то плане ничего не скроешь (Бог всё видит). И возникает стена: не хотим тебя слышать. После того ночного самоистязания встречаю наутро своих психологов и, о чудо, мы тянемся друг к другу с объятиями и добрыми словами, а время завтрака проходит в интересных разговорах, обнаруживающих глубокий интеллект моих собеседниц. Узнав, что они собираются пойти на семинар по исцелению страхов, я осторожно предлагаю им свой метод исцеления страхов через визуализацию: «До вашего семинара ещё сорок минут, мы успеем». И они охотно соглашались. Результат их ошеломляет, они виснут на мне с объятиями и радостными возгласами, а одна вдруг говорит: «Знаешь, как только ты начала говорить, что надо делать, я вдруг почувствовала, что уже слышала это, слово в слово, и всё, что было потом, знала во всех подробностях». Так это же дежавю, встреча с ещё не случившейся ситуацией! Это обыкновенное состояние человека, находящегося в моменте «здесь и сейчас», в моменте жизни, где одновременно присутствует прошлое, настоящее и будущее. Когда человек не отделён от мира стеной суждения или страха, когда его сердце открыто для доверия, тогда его будущее прямо здесь и сейчас, к гадалкам не ходи. Каков ты сейчас, таково и будущее твоё. И если ты осознанно хочешь его изменить, измени себя.

Кто мы? Зачем? Откуда?

Но вернёмся к вопросу исследования кармы. Ещё до того как начать применять метод регрессии памяти в прошлые жизни, я стала наблюдать в медитациях проплывающие перед моим внутренним взором лица людей разных эпох, картины войн, животных и непонятных страшилищ, а однажды (и это потом повторилось несколько раз) почувствовала себя на неведомой планете: деревья и цветы там были невероятно больших размеров, а я маленькая, и воздух туманный. Позже, когда занялась медитативным рисованием, то цветы у меня получались необычные, каких на Земле нет. Может, я их видела на другой планете? А когда стала заниматься регрессией памяти в прошлые жизни, встретила женщину, которая ощутила себя кроликом в пасти удава, другая дельфином, а третья путешествовала не в реальных событиях, а в тонких телах, находя ответы на свои проблемы через взаимодействие с этими телами. У меня был необычный опыт работы с камнем, простым галечником величиной с ладонь. Концентрируясь на нём, я наблюдала различные лица, сцены и испытывала сильные энергетические ощущения. В суггестивной работе с одной пациенткой я столкнулась с новым опытом: она ощутила себя мыслящим сознанием, попавшим в момент зачатия. Было много и других наблюдений. Собрав их воедино, я попыталась сделать некоторые выводы.

Мы живём на Земле многие, многие жизни. Мы эволюционировали вместе с сознанием Земли, вместе с камнями, растениями, животными, и в нашем подсознательном есть память об этом.

Москвич Кононов (физик, психолог, специалист всех уровней йоги) и сибиряк Гангазов (врач-гинеколог) независимо друг от друга исследовали тысячи случаев регрессии памяти, систематизировали их и пришли к одному выводу, что из всех воплощённых на Земле людей собственно люди составляют 35 %, а остальные – это животные и инопланетяне. Чтобы опровергнуть этот вывод или просто высказать какое-то мнение по этому поводу, надо, по меньшей мере, иметь собственный опыт исследований, а такового в нашей регрессивной психотерапии нет или недостаточно. Я, например, не знаю никого, кому бы в своих экспериментах удалось выйти на уровень доземного воплощения, а В. Кононов это сделал, отслеживая свои жизни всё глубже и глубже в прошлое. Среди его пациентов также встречались инопланетяне. Я с наблюдениями В. Кононова скорее соглашусь, чем буду сомневаться, потому что мой опыт работы с пациентами в отдельных случаях их подтверждает.

Личность, вечность, сознание и мозг

По утверждению В. Кононова, в очередную инкарнацию перевоплощается именно личность, а не только душа и какие-то отдельные кусочки тонких тел. И эта личность сохраняет черты своей индивидуальности из воплощения в воплощение. В. Кононов говорит: «Мы даже похожи на себя из прежней жизни внешне. Мы забираем с собой свою эфирную оболочку в новое рождение и по эфирному двойнику формируем себя в утробе матери».

Мы с одной женщиной просматривали несколько её прошлых жизней (чтобы найти причину тугоухости). В её доме я обратила внимание на вырезанный из журнала портрет немецкой принцессы неизвестного художника XVII века. Изображённая на нём девушка в кринолине была очень похожа на эту женщину. Кстати, моя пациентка была преподавательницей немецкого языка. А когда мы в группе практиковали технику джибериш, она в трансе говорила по-немецки, со слезами и нежностью обращаясь к какому-то любимому человеку.

Первая её просмотренная жизнь началась с того, что она приехала в средневековую Германию из другой страны, чтобы выйти замуж за богатого молодого дворянина. По дороге из порта домой их карета столкнулась с тяжело гружёной повозкой. Последствия травмы головы начали сказываться после сорока лет снижением слуха, и так было в каждой следующей жизни, в том числе и нынешней. Все жизни этой женщины были благополучны: любящий муж, достаток, хорошие дети и внуки, любимые занятия, честные отношения и... снижение слуха после 40 лет, что, кстати, никак не осложняло семейную гармонию. В основных деталях нынешняя жизнь пациентки оказалась похожей на предыдущие: личность в главных своих чертах оставалась той же, окружающие люди теми же, менялись только обстоятельства и роли.

Мы перетаскиваем из прошлого в настоящее также и отношения. Это наиболее важная часть кармического опыта. И мы должны не просто повторять его, а выводить на новый, более высокий уровень. Но как узнать, кто с тобой рядом и что вас связывает? Тем более что перед воплощением мы берём обязательство не помнить свою прошлую жизнь. И это оправданно. Если бы вы встретили в этой жизни человека, который в прошлом причинил вам зло, то отнеслись бы к нему сразу, как к врагу. Но ведь вы его пригласили для исцеления отношений, а это требует душевной работы, духовного роста. Если бы мы всё помнили, то космическая игра под названием жизнь перестала бы иметь смысл для получения нового опыта и духовного совершенствования.

«Есть огромное количество фактов, которые свидетельствуют о том, что, оказывается, жизнь личности продолжается и за порогом земного бытия, – пишет один из лучших богословов нашего времени, профессор А. И. Осипов. – Поразительные свидетельства мы находим во множестве литературных источников. И для всех них по крайней мере один факт неоспорим: личность после смерти живёт. Личность неуничтожима!» Думаю, что А. И. Осипов имеет в виду ту информацию об индивидуальности личности, которая хранится в сознании. Об этом свидетельствует приведённый им пример в книге «Посмертная жизнь души». Цитирую: «Анри Бергсон – известный французский философ конца XIX века – говорил, что мозг человека напоминает чем-то телефонную станцию, которая не вырабатывает информацию, а только её передаёт. Информация приходит откуда-то и уходит куда-то. Мозг является только передаточным механизмом, а не источником сознания человека. Сегодня огромнейшая совокупность научно достоверных фактов подтверждает эту мысль Бергсона». Нам всем известен хотя бы такой факт из медицинской практики: после остановки сердца мозг живёт не более 3–5 минут, затем наступает смерть, но в некоторых случаях отлетевшая душа может вернуться в тело позже этого срока, при этом за время своего отсутствия полностью переосмыслить свою нынешнюю жизнь (при обескровленном-то мозге).

Признание первичности духа, сознания, а не тела, во многом диктует сегодняшним врачам и целителям выбор средств и методов лечения.

Почему малыш любит строить и строгать?

Действительно, почему? Мама-учительница и папа-радиоинженер не испытывали никакого влечения к строительным делам, а их двухлетний сын мог часами возиться в дедушкином ящике с инструментами и самозабвенно строгать палочки. Профессию он потом выбрал далёкую от строительства, но свою подсознательную страсть реализовал сполна – сам спроектировал и построил замечательный дом для своей семьи, как заправский профессионал.

Кармические качества индивидуальности человека не так сложно увидеть. Они обычно проявляются как необъяснимая тяга к какому-то занятию (не только хорошему, кстати), когда говорят «не в мать, не в отца, а в прохожего молодца», или как яркие способности, яркие черты характера, заметные уже в раннем детстве. Всё это наработки прошлых жизней. К примеру, откуда взялась у вполне обеспеченной женщины, окружённой заботами мужа, неодолимая тяга к целительству? Ну, фитнес, путешествия в индийские ашрамы – это можно понять, вроде как модно. А зачем получать к уже имеющемуся второе образование, медицинское, изучать разные целительские системы? Ведь не для хлеба, не для денег, всего вроде хватает. Оказалось, эта женщина в двух предыдущих жизнях училась премудростям народного врачевания у своей тётки-травницы, православной целительницы, которая передала ей свои секреты. И нынешняя её тяга к познанию тайн исцеления без сомнения оттуда, из кармического наследства.

Для чего мы здесь?

Итак, мы приходим в новое воплощение, имея в сознании память о себе и своей цели, но помним себя лишь в короткий период детства, а дальше приходится пробиваться через бурелом мышления и привычек, сформированных обществом, и напрягать интуицию. Процесс трудный и не всегда успешный, однако многим упорным удаётся услышать зов издалека и вполне творчески себя реализовать.

Цели и задачи у нас разные. Случается даже, что душа выбирает опыт падения, чтобы испытать, каково это быть униженным и оскорблённым. Зачем ей это надо? Лучше не задаваться таким вопросом. Сказано же: «Не суди». Нам и с собственными целями разобраться не всегда удаётся. В практике В. Кононова были, к примеру, пациенты с такими целями: «пришёл сюда просто поразвлекаться», «для получения информации», «быть экспериментатором», «быть неким экспериментальным материалом», «отработать не выученный в предыдущем воплощении урок».

Психологи нередко приходят в тупик, работая с детьми индиго. На самом деле всё причинно обусловлено. Многие чистые индиго – это инопланетяне, причём те, что перед воплощением ставили эксперименты над людьми, и посланы сюда для отработки кармы, чтобы пройти через трудный опыт понимания. Их же и воруют инопланетяне, над ними же и ставят опыты. Как правило, чистые индиго – жестокие дети, их трудно обучать, к нашим земным законам они не привыкли и порой просто бегут из детской среды, потому что не знают, как общаться с ровесниками. У меня был пациент-подросток, который себя вёл именно так, при этом в нём жил другой подросток – 12-летний подселёнок. В суггестивном сеансе с его матерью нам удалось поговорить с ним от момента зачатия до рождения и изменить его изначально враждебное отношение к матери на доверительное и доброе.

Каждый из нас имеет разное количество воплощений на Земле, есть души молодые, есть древние, и большинство не помнят своих воплощений. Но все мы знаем, что мы вечны. Кто-то из нас даже участвовал при сотворении планеты. Но если у вас нет собственного опыта познания иных миров и их исследования, то в написанное трудно поверить, оно останется сказкой (как, например, «Роза мира» Д. Андреева). А вот Владимир Кононов утверждает, что посещал и изучал разные планы бытия (человеческий, высший и низший, миры животных, голодных духов, инопланетные), и рассказываемая им информация вызывает доверие. Может, потому что почерпнута из собственного 30-летнего опыта? В. Кононов – не только физик и психолог, а прежде всего практик: мастер всех классических направлений йоги, получивший знания у индусских учителей, специалист в области психоэнергетики, энергоинформационного обмена, автор работ об энергоинформационных структурах человека. Он утверждает, что для очищения земной кармы сюда могут быть переброшены души с других планет, которые не имеют с Землёй общей кармы или имеют минимальную. А души с тяжёлой кармой могут быть переброшены в иные миры. Это возможные варианты.

Наш паровоз вперёд летит...

Сегодня едва ли не каждый человек скажет вам, что жизнь стала стремительной, время летит всё быстрее, и это замечают все. Процесс этот называется сжатием кармы, и начался он с конца 80-х годов прошлого века. Если лет 100 и даже 50 тому назад кармический спектакль игрался неторопливо, то сейчас всё происходит в убыстренном темпе. Если, например, в 30-х годах воздаяние за грех наступало через десятилетия, то сейчас буквально через год, месяц или того быстрее. За счёт этой энергии сжатия люди вынуждены или быстро отрабатывать карму или просто уходить: душу могут перекинуть в другие измерения или на другую планету. Поэтому сейчас так много разных катастроф.

Здравствуйте, я ваша тётя

Как могут проявляться кармические отношения? Если вы встречались в прошлой жизни и помогали друг другу как попутчики, соратники, то и в этой жизни вы будете попутчиками. А если в какой-то из жизней будучи сначала попутчиками начали потом конфликтовать, то в текущей жизни вы должны будете сначала разрешить конфликт, а потом снова стать попутчиками. У меня самой был подобный случай. Мы с одним моим коллегой несколько лет были именно добрыми попутчиками, он мне серьёзно помогал в профессии и хорошо ко мне относился, как вдруг ни с того, ни с сего совершил такой поступок, который поверг меня в шок. Я ничего не могла понять и даже на какое-то время впала в депрессию. Прошло несколько лет, в медитациях прощения я с лёгким сердцем простила и его тоже. И вот он позвонил по каким-то профессиональным делам, мы встретились, и я спросила его, почему он на меня так взелся тогда. Ни обид, ни претензий не было, только хотелось узнать почему. И он сказал, что ничего не помнит, как будто той бури вообще не было. Более того – занимается он теперь не светской информацией, а выпуском газеты духовной направленности. Так что мы опять стали попутчиками. А тот кармический взрыв, как бомба замедленного действия, сработал неожиданно, не принеся в общем-то заметных разрушений, и был погашен, скорее всего, нашей разумностью и прощением.

Бывает и такая ситуация: ваш учитель в прошлом воплощается вместе с вами в этой жизни, и тогда он помогает вам в духовном развитии. Может случиться так, что этот учитель воплотится в вашем ребёнке, и ваши отношения могут стать напряжёнными: я твой родитель, а ты мне перечишь! Но когда такой родитель через регрессию памяти узнаёт в сыне своего прежнего наставника, их отношения становятся гармоничными.

Нередко встречается и такой вариант: семьи душ воплощаются из жизни в жизнь, как театральная труппа, разыгрывающая разные сцены. Возможно, для того чтобы довести свои отношения до совершенства. Неоспоримо то, что душа выбирает себе родителей согласно своей собственной, семейной и родовой карме. Иногда этот груз оказывается очень тяжёл. Но душа согласилась нести его сама, это был её выбор, и с ним не поспоришь. Потому что свободный выбор – это дар Бога, космический закон.

Медитация в круге по вспоминанию прошлых жизней

*Смысл человеческой жизни – бессмертие.
Даниил Хармс*

Итак, если мы собираемся вместе для духовной практики, и делаем это давно и регулярно, то совершенно очевидно, что это не случайно: мы встречались в прошлых жизнях неоднократно и можем это вспомнить.

Начнём с того, что сядем в круг, сделаем несколько глубоких вдохов и выдохов, укоренимся в земле и соединимся с нисходящей энергией. Опустите своё внимание в низ живота (тандэн) и некоторое время находитесь там.

Теперь возьмитесь за руки и начинайте наблюдать, как энергия перетекает из ладони в ладонь, и, сделав круг, наполняет ваше сердце. В этом процессе вы всё больше расслабляетесь и ощущаете свою глубокую связь с сидящими рядом людьми.

Мягко разомкните ладони и соедините их в Гассё напротив сердечной чакры. Дышите через ладони в сердце светом вселенной, всё больше расслабляясь. Создайте настроение благожелательности и любви.

Теперь обратитесь к Рэйки с просьбой показать вам несколько совместных воплощений с сидящими рядом людьми. Остановите внутренний диалог и глубоко погрузитесь в себя.

Воспоминания из прошлого придут, и вы узнаете в них кого-нибудь из сегодняшних партнёров. Как, например, в приводимых ниже отзывах.

Антонина. *Один из сидящих здесь присутствует со мной в трёх жизнях. Пока не знаю, кто. В одной (это очень древний мир, кажется, Египет, жрецы, фараоны) он кто-то из высокопоставленных, себя не вижу, но вижу, что он мне какие-то нотации читает, вразумляет, я что-то не так делаю. В следующий раз он выступает в роли учителя, что-то мне показывает, стоит в позе йога на голове. В другой жизни мы тоже с ним вместе. Я вижу себя моряком, который тонет. Я как пират, а тот человек бежит от преследователей, с крыши на крышу прыгает, срывается и падает. Во всех трёх жизнях нас связывают какие-то напряжённые ситуации.*

Семён. *У меня такая картина: сумерки, горы, поляна, дым костра, вокруг костра сидят люди. Мне кажется, это все мы, кто сейчас находится здесь.*

Алевтина. *Я видела то же. Высоко в горах, красивый пейзаж, костёр, мы сидим вокруг, прекрасное чувство одухотворения.*

Ольга. *Я тоже там была, в том же месте. Только мне показалось, что мы индейцы, с перьями на головах.*

Земфира. *Лиц не видела, но знаю, что была там. Запечатлелись горы, остроконечные и сглаженные, простор, необъятность, чувство свободы.*

Татьяна. *Была в свете, он падал откуда-то сверху, а я плавала в каком-то синем пространстве. Был ли это океан или космос, не знаю. Я ощущала себя существом вроде большой рыбы, со мной плавали ещё несколько таких же существ, у них на спинах были не плавники, а наросты. Мы просто перемещались туда-сюда в синеве, а сверху падали лучи яркого света.*

Антонина. *В одной из жизней я ощущала себя то ли большой рыбой, то ли дельфином.*

Людмила. *Это древние времена, когда шло завоевание Египта. Я ощущала себя среди воинов, была в мужском теле, но не рядовым воином, а каким-то начальником.*

Антонина. *Вот кто меня отчитывал там, в Египте! Это была ты.*

Валентина. *Военный поход. Шеренга солдат идёт, на головах каски. Я смотрю вбок, вижу профиль человека. По ощущениям, это Земфира, вот она здесь, рядом.*

Сильвия. Видела, что сижу в каком-то учебном классе. Передо мной спины, спины, на меня оборачиваются двое, узнаю лица Серёжи и Земфиры. Как я понимаю, мы и в прошлом учились вместе в одном классе, как сейчас.

Александр. Коллектив женщин на плантации, я как будто их начальник. Потом я с этими же женщинами в каком-то храме, по ощущениям, индийском.

Эти свидетельства напоминают нам о нашей миллионлетней эволюции как живых существ (рыбы, дельфины) и нашей глубокой связи в человеческой истории. Единая нить вечности ведёт нас по пути опыта и совершенствования.

О законах, которые управляют миром

Мы, люди, являемся частью мироздания, и его законы также затрагивают нас. Моральные требования общества – вещь подвижная, мораль меняется с годами, она разная у разных народов. А вот законы мироздания незыблемы, потому и являются фундаментом основных религий мира. Если мы им следуем, то и карму свою не отягощаем.

Всеобщие универсальные законы взаимодействия следующие.

Первый – Закон единства и борьбы противоположностей. Посмотрите на космос: в нём каждое небесное тело имеет свои уникальные свойства и свою уникальную задачу, между тем, все тела существуют в гармонии и даже само слово «космос» означает «порядок». Посмотрите на человека: в нём мы тоже видим единство противоположностей, в нём уживаются, казалось бы, взаимоисключающие начала – любовь и ненависть, трусость и жертвенность, а из противоположных качеств может родиться совершенно иное качество, как от двух разных людей рождается третий – новая индивидуальность.

Проявления Закона полярности можно увидеть буквально во всём – и в себе, и вокруг себя, в большом и малом. Наблюдая и используя этот закон в повседневной жизни, мы можем создать из противоположностей единство, а из конфликтов и разногласий – гармонию.

Второй великий закон – это Закон свободы выбора. С малых лет мы учимся принимать решения от незначительных до самых серьёзных. И нередко сожалеем о том, что сделали выбор под давлением другого человека или обстоятельств, не послушались своего внутреннего голоса, а поступили в угоду чему-то или кому-то, подчинились чужой воле.

Свобода в принятии решения предполагает и уважение свободы выбора другого человека. Никто не может лишить нас этого права, но и мы не должны так поступать. С другой стороны, принимая решение, мы должны брать на себя и ответственность за него. Свобода без ответственности – это эгоизм. Выбирая свободу, мы должны предполагать, к чему она приведёт: к развитию или деградации, к эволюции или падению. Никто нам не может навязать этот выбор, а значит, и отвечать за него придётся самому.

Закон причины и следствия – это третий великий закон мироздания, закон кармы, воздаяния. Следуя Закону свободы воли, мы принимаем ответственность за свой выбор. То, что происходит потом, является следствием принятого нами решения, а причина – в самом этом выборе. Последствия наших мыслей и поступков отражаются не только на нашей жизни, но и на всех, кто вплетён в её ткань разными отношениями. Всё связано со всем в этом мире.

Четвёртый закон – это Закон перехода количества в качество. Его можно назвать **эволюционным**. Он, как и любой другой закон мироздания, проявляется во всём: терпеливо накапливающий знания ученик становится классным специалистом, зародыш в утробе матери превращается в человека, экспериментатор через годы поиска и ошибок прорывается в новую область знания. В аспекте самопознания происходит то же: через упорные тренировки, исследование своего мышления и бескомпромиссные выводы человек достигает точки перехода, где количество накопленных наблюдений переходит в новое качество – происходит трансформация сознания. Закон перехода количества в качество в народе звучит как поговорка: «Терпение и труд всё перетрут».

Великая мудрость заключена в **Законе цикличности**. Человечество наблюдает его с незапамятных времён: за ночью наступает день, за приливом – отлив, за вдохом – выдох, за подъёмом – спуск, за усталостью – отдых, за поражением – победа. Мудрость заключается в том, чтобы видеть и чувствовать взаимосвязь этих ритмов в нашей жизни, принимать всё, что с нами происходит, как неизбежное, зная, что за моментом творческого взлёта наступит тишина, за неудачей придёт удача, за слезами – радость. Так устроен мир. Не надо беспокоиться, вносить в него дисбаланс. Мудрость в том, чтобы почувствовать в себе ритм внутреннего развития

и двигаться не по замкнутому кругу, а по спирали, вместе с накопленным опытом описывая круг, и подниматься на новый уровень.

Закон цикличности предполагает эволюционное развитие. Эволюция – это прежде всего преодоление: со старым опытом к новому, через усилие и рывок, разрушающий все ограничения. Если вы чувствуете, что ходите по кругу, что в вашей жизни ничего не происходит, кроме повторения пройденного, и вам от этого становится душно, невозможно тесно в привычной клетке, и вы чувствуете, что надо сделать усилие для рывка на новый уровень, но не знаете как, – спросите своё сердце, и ответ придёт, и будет вам помощь. У каждого человека это происходит по-своему. Но результаты похожи: новое мироощущение, новое осознание, новое самочувствие.

И предвосхищение близости встречи с истинным «Я».

Медитация по исцелению планеты Земля

Сытость и соблазн материальными благами не сделали многих из нас лучше. Кто виноват? Мы все. Мы слишком заботились о лёгкой жизни и забыли о главном – во имя чего дана жизнь... Ещё можно остановиться. Пора нам всем обожествлять природу, которую мы извратили, обогали, изнасиловали во имя сиюминутных выгод. А спасти природу – значит, спасти себя. И свою совесть.
Из романа Юрия Бондарева «Игра»

Как никогда раньше остро встал вопрос наших взаимоотношений с Землёй. У многих людей канал связи с восходящей энергией блокирован. Причины тут разные, в том числе и нарушения в прошлых жизнях. А сегодня мы создали ещё и такое огромное зло, как засорение Земли разного рода материальными и энергетическими отходами. У Земли есть множество духов (стихий или стихийных), которые занимаются охраной растительности, недр, очисткой атмосферы. Самый мягкий вариант наказания людей за вред, причинённый Земле, – это лишение их энергетической поддержки. Для женщин это чревато потерей способности деторождения, потому что восходящая, материнская, энергия блокирована.

В народе издревле все языческие обряды были связаны с уважением Земли, почитанием её как матери. А поскольку мы сегодня стали вредными паразитами на её теле, она сама защищается разными способами: пожары, землетрясения, цунами. А если бы мы, как наши предки, жили в согласии с Землёй, то были бы здоровы и благополучны. Единство и есть первый космический закон, но мы даже не замечаем, как его повсеместно нарушаем.

Посмотрите, что получается. Есть в космосе прекрасная, уникальная планета. Мы попросились сюда на время: пожить, поучиться чему-нибудь, новый опыт получить. А потом так осмелели, что начали алчно эксплуатировать, обворовывать Землю, даже не заботясь о том, что за нами придут другие и увидят истощённую и замусоренную планету.

Подготовка к медитации

Перед началом медитации осознайте свою нерасторжимую связь с Землёй. Вспомните, как в медитациях направленной визуализации мы используем образ Дерева силы, стоящего посередине Волшебной поляны, сливаемся с ним и уходим корнями в землю, а кроной в небеса. Это не случайный образ. Помимо того, что он символизирует единство земной и духовной энергий, гармонию жизни, он ещё говорит нам о том, насколько совершенно само дерево как творение природы. Не зря поэты выбирали его образцом для подражания. «В бушующем мире пусть человеческий ум остаётся спокойным, как сосна, укоренная в скале», – написал в одном из стихотворений император Мэйдзи, чью поэзию Микао Усуи включил в свою Систему.

Глубокие корни дерева говорят нам ещё и о том, что мы связаны с Землёй генетической памятью, ведь она хранит в себе информацию обо всех наших воплощениях, о нашем эволюционном опыте. Археологи, извлекая из земли кости человеческих останков, «читают» их, как исторические книги. И мы можем обращаться к Земле с просьбой помочь нам вспомнить, кто мы есть, привлечь для исцеления силу рода своего, простить ошибки и неведение. Она слышит нас и мгновенно откликается.

Медитация. Сядьте с прямой спиной, руки на коленях в мудре «Земли». Почувствуйте свою тазовую область, крестец, копчик и уходящий в землю энергетический канал. Сделайте вдох и на продолжительном выдохе представьте свои ноги врастающими в землю. Вы – глубоко укоренённое дерево. Во время вдоха в корни вливается сила, а во время выдоха она течёт в ствол, крону и дальше в небо. Концентрируйтесь на корневой чакре, представьте запах земли.

Теперь обратитесь к Земле с приветствием и начинайте общаться с ней, выражайте благодарность, просите прощения за себя сегодняшнего и прошлого, за своих предков. Если вы не помните своих прегрешений, она помнит. Воспринимайте Землю целостно, экологически – на ней есть не только прекрасные места, но и уродливые, не только благородные растения, но и вредные, не только чудные ландшафты, но и опасные свалки. Принимая Землю в её целостности, вы также принимаете все части себя – из одного центра любви и высшей целесообразности.

Возьмите планету как шар в свои ладони, пошлите ей соответствующие символы и дайте Рэйки. Исцеляя планету, вы исцеляете себя. Наблюдайте свои ощущения.

Завершите этот сеанс сдуванием энергетического шара со своих ладоней. Поблагодарите Рэйки, всех своих учителей, планету и себя.

Впечатления от медитации

Людмила. *Когда я держала Землю между ладонями, руки начали двигаться. Пока они двигались равномерно, было ощущение равновесия, а когда начинали ходить вразнобой, то казалось, что в Земле происходит какой-то катаклизм, выплеск негативной энергии: учащение пульса, тахикардия, сброс – а потом снова выравнивание, и всё засияло голубым светом, и руки стали ласково оглаживать Землю. Мне показалось, что у неё произошло какое-то исцеление через обострение и она обрела целостность, гармоничность.*

Земфира. *Ощущала какие-то воронки, вихревые потоки. Руки то уходили вглубь, то работали на поверхности, а потом стало спокойно и радостно – как после дождя, когда всё очистилось и стало легче дышать. В процессе работы во мне самой как бы всё колыхалось синхронно с Землёй и так же синхронно сгармонизировалось, и я почувствовала взаимную любовь.*

Л.И. *Во мне снизу стал пробиваться канал восходящей энергии, как гейзер.*

Татьяна. *Когда мы только начали заземляться, я ощутила себя деревом, которое, как в мультфильме, стало быстро-быстро вращать корнями в землю. Потом представила планету шариком, и он у меня стал вращаться в руках, поворачиваясь то одним местом, то другим, как человек, который нуждается в том, чтобы ему дали энергию на то или иное место. Когда энергии уравнились, я почувствовала полюса и входные воронки энергии, куда посылала Рэйки. Затем руки стали постепенно раздвигаться. У меня появилось ощущение, что я исцеляю сначала физический слой, потом эфирный, и так, кажется, я дошла до шестого слоя. Было чувство любви и радости.*



Уровни выявления кармических блоков

На рисунке вы видите некие линии, пересекающие тело в местах энергетических центров, или чакр. Эти линии, конечно, условны, потому что в человеческом организме ничто не отделено ни от чего, всё связано. Однако такое деление оправданно. Каждая из выделенных зон всё-таки имеет свои особенности, психологические и кармические, которые оставляют «следы» на физическом теле и ауре. Зная эти особенности и оставляемые ими следы, можно заглянуть в причины недугов.

На первый взгляд, логично было бы начинать диагностику снизу, с чакры Муладхара. Но мы начнём сверху, от чакры души, так удобнее сканировать руками энергетическое тело человека.

1-й. От чакры души до макушки. Этот уровень можно условно назвать «Сами с усами». Человек сознательно отказывается от помощи Высшего начала (Бога, Творца), ангелов, небесных наставников. Хуже того – проклинает Высшие силы и судьбу. В этом случае канал духовной энергии пресекается, она течёт в искажённом направлении. При этом человек может и не признавать за собой такого греха. Дома у него и иконки стоят, и в церковь он ходит. У моей пациентки при диагностике по каналу сознания в этой области обнаружился блок. На вопрос: «Что ты здесь чувствуешь?» – она начала рисовать какие-то агрессивные картинки то ли из прошлого, то ли из воображения, это не важно – откуда, важно, что страх и злоба отпечатались в сознании именно на этом уровне и перекрыли поток духовной энергии. То же было и с земным потоком. Искажения проявились весьма своеобразно в её творчестве – эротических рассказах с мазохистским оттенком, а на теле – устойчивыми болями в позвоночнике и пояснице.

Исцеление в таких случаях приходит через молитвы, прощение, покаяние, но при условии осознания причины, а не механическом действии. Как правило, в эту работу вовлекаются и другие уровни, другие причины.

2-й. От макушки до переносицы. Поэт сказал: «Не дай мне Бог сойти с ума, уж лучше посох и сума». Седьмая чакра – входная воронка для духовной энергии, протекающей через тело. Заблокировать её могут мысли, засевающие в голове, забившие голову, от которых можно с ума сойти, неконтролируемый поток информации, излишняя озабоченность, постоянные тяжёлые, нерадостные мысли. Нет лёгкости, спонтанности, контроля за тем, что важно сейчас и что потом. Когда человек находится в творческом состоянии, 7-я чакра открыта, её можно видеть или ощущать, как вращающуюся воронку. Такой человек внутренне организован, ему словно сам Бог помогает. А заблокированная 7-я чакра вызывает уныние, депрессию, упадок сил и выглядит или ощущается, как тёмная пробка. Физические проявления: спазм сосудов, головные боли, повышенное давление, инсульты и прочие недуги. Причина деформации 7-й чакры – излишняя серьёзность, глубокомыслие, чрезмерная озабоченность, тревожность (ещё ничего не произошло, но уже тревожно: как разрешится проблема, всё ли пойдёт как надо), неумение доверять, отпускать, смиряться, радоваться самому процессу жизни, ощущение, что жизнь тебя преследует, а не радуется и учит.

3-й. От переносицы до основания черепа. Шестая чакра – Аджна – расположена на уровне глаз. Управляет слухом, обонянием, зрением, вкусом, восприятием истинной картины мира. Нарушение её функций можно выразить словами: глаза б мои не видели, уши б не слышали, терпеть не могу, всё противно, не могу принять, этот мир жесток ко мне и т. п. В результате человек получает деформацию зрения, слуха, обоняния, заболевания мозга. Блок 6-й чакры вызывает сонливость, гайморит, головные боли, общие жизненные проблемы (не

хочу вообще этого замечать, не хочу ничего решать, лучше отвести глаза, смотреть в сторону, спрятаться от жизни – лучше голову в песок, как страус, чем увидеть правду). Причины блокировки на этом уровне часто находятся в глубоком детстве или в прошлой жизни.

4-й. *От основания черепа до ключиц.* Очень сложная область. Здесь запечатлены и кармический блок прежних воплощений, и модели поведения текущей жизни. Это комплекс эмоционально-ментальных шаблонов и негативных стрессов (стрессы бывают и полезные). В зоне ответственности чакры Вишудха – весь речевой аппарат. Блокировка этой чакры выглядит как ком в горле, першение, ангина, одеревеневшая шея, осевший голос, «горб» на уровне 7-го позвонка. Что вызывает блок? Наша речь, слова, которые мы произносим или проглатываем, сожаления о сказанном, застрявшая как кость в горле, злоба, невысказанное раскаяние – короче, всё, что противоречит истине. Истощает чакру и неконтролируемая эмоциональная болтовня, что приводит к снижению иммунитета. Спасение – в самонаблюдении. Подсказки начинаются с тела: одеревеневшая шея, жёсткие плечи, «горб» на седьмом позвонке – это ли не сигнал? Можно делать массаж и упражнения, но без исследования причин этих зажимов исцеления не будет.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.