

27. dan

Usui reiki je naravna pot zdravljenja, ki izhaja iz Japonske. Služi kot podpora pri zdravljenju telesa, uma in duha.

Pomaga pri premagovanju travm, ki izvirajo iz podzavesti in odpravljanju blokad pretoka energije po energetskih kanalih ter pri iskanju samega sebe in prave smeri na duhovni poti.

Reiki pa seveda lahko uporabljamo tudi za dvig imunskega sistema, za izboljšanje vesplošnega počutja, za pozitiven pogled na svet, za prebuditev intuicije.

Reiki se od ostalih bioterapevtskih tehnik razlikuje po tem, da reiki master s polaganjem rok samo prevaja univerzalno energijo, se pravi ni njen izvor, temveč je samo prevodnik energije.

Reiki se lahko izvaja tudi na daljavo. Zdravi preteklost, sedanost ali prihodnost.

Učinek pa je odvisen od posameznika. Nekateri bodo občutili sprostitvev, olajšanje fizične bolečine, dvig energije. Nekateri pa se lahko najprej počutijo malce slabše, preden se stanje izboljša.

Načeloma pa ne gre za nič drastičnega. Na primer nekdo je ves čas v umu, morda ga bo bolela po seansi glava. Ni pa nujno.

love
#mokiniyoga

27. dan

Načeloma ne želim nič sugerirati, saj lahko ljudje potem kar pričakujejo, da bo kaj neprijetnega. Pomembno je, da ste čim bolj sproščeni, brez pričakovanj.

Zavedajte se, da imate sami nadzor nad prejetjem energije in lahko takoj prekinete reiki proces, z besedo ne želim prejemati in v trenutku je končano.

Reiki je popolna ljubezen. Reiki je univerzalna energija, ki je najbolj čista energija. Morda jo boste začutili v obliki toplote, ščemenja po telesu, svetlobe ali mravljinčih. Morda ne boste občutili nič. Res se ne obremenjujte s tem, kaj bi morali čutiti.

Reiki bom izvajala na daljavo ob 19:00 uri, celoten proces bo trajal nekje 20 minut. V tem času se poskusite čim bolj sprostiti in če je le možno se ulezite. Izberite miren in tih kotiček. Zaprite oči in dihaite v trebuh. Štejte od 54 nazaj. Sprostite se..

Pred začetkom pa si le izberite namen, ki ga želite aktivirati ali opustiti v tem procesu (primer: Želim zdravo telo ali pa opuščam žalost)

Po koncu si dovolite počivati še nekaj minut in pijte zadostno količino vode.

Nič hudega, če ste zamudili ali spregledali to uro, tudi vas imam v mislih.

Dovolite si občutiti ljubezen.

love
#mokiniyoga