

Журнал о Системе Усуи

№1
ЛЕТО 2018

ЭТО РЭЙКИ

靈
巫
氣

Истоки. Практика. Традиции.

СОДЕРЖАНИЕ

Колонка редактора *стр 2*

Секреты мастеров

Сильный Тандэн – основа успешной практики Рэйки
Мария Межецкая стр 4

Практика использования символов в японской системе развития Усуи Рэйки Риохо
Виктор Соловьёв стр 9

Ответственность Мастера
Наталия Литвинова стр 12

Вопросы методологии

О феномене Рэйки и методологии системы Усуи
Виктор Соловьёв стр 16

Рэйки в нашей жизни

Как не дать жаре испортить вам отдых
Евгений Самохвалов стр 23

Поможет ли Рэйки реализовать все желания?
Евгения Воскресенская стр 26

Планета Япония

Путешествие на родину Микао Усуи
Ирина Ильина стр 28

Исследования в области Рэйки

Исследование воздействия сеанса Рэйки на кровь человека с помощью темнопольного микроскопа
Наталия Балановская стр 34

Творчество в Рэйки

Стихи на темы пяти принципов Рэйки
Ирина Морозова стр 42

На досуге

Смехотерапия в практике Рэйки
Наталия Балановская стр 45

Новости в мире Рэйки

Основные прошедшие события 2018 года стр 48

Приглашаем к сотрудничеству стр 50

Журнал о Системе Усуи «ЭТО РЭЙКИ»

Главный редактор
Евгений Самохвалов

Редактор
Наталия Балановская

Дизайн обложки
Алексей Щербаков

Макет, дизайн, вёрстка
Вера Самохвалова

Все материалы журнала не являются медицинскими рекомендациями и не заменяют медицинское лечение.

Редакция журнала не несёт ответственности за вред, который может быть нанесён в результате некорректного использования материалов, изложенных в данном журнале.

Не разрешается использование отдельных частей журнала без согласования с редакцией или внесение каких-либо изменений в тексты.

Рукописи не возвращаются и не рецензируются.

Адрес для писем:
admin@usuireikiryoho.ru



КОЛОНКА ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА



Здравствуйте, уважаемые читатели!

Я очень рад представить вам первый выпуск нашего электронного журнала о Системе Усуи – «ЭТО РЭЙКИ».

Он появился на свет в июле 2018 года, хотя задумывался очень давно.

Почему именно сейчас? Видимо просто пришло его время! Время, когда в сообществе практикующих Систему Рэйки Усуи довольно остро назрел вопрос формирования адекватного отношения к практике Рэйки, как к серьёзному методу оздоровления, развития гармоничной личности и поддержки социальной реализации человека.

Я надеюсь, что этот журнал будет полезным и интересным для вас! На его страницах вы познакомитесь с Мастерами Рэйки из разных городов и стран, имеющими богатый опыт в практике оздоровления и работе с ситуациями нашей повседневной жизни. Пусть эти знания помогут вам на вашем собственном пути!

Так же в журнале планируется освещать такие постоянные рубрики, как «Вопросы методологии», «Рэйки в нашей жизни», «Практика Рэйки», «Исследования в области Рэйки», «Секреты Мастеров», «Рэйки и дети», «О братьях наших меньших», «Творчество в Рэйки», «Планета Япония», «Новости в мире Рэйки». Будут публиковаться ответы на вопросы читателей.

Журнал выпускается в электронном виде и распространяется бесплатно. Вы легко можете делиться им со своими учениками, друзьями и знакомыми любыми способами. Не внося изменений в тексты или авторство содержащихся в журнале материалов.

Нам очень хочется, чтобы журнал становился всё лучше и лучше. Давайте делать его вместе!

Мы приглашаем к сотрудничеству всех желающих поделиться своим опытом и новостями о событиях на страницах нашего журнала.

Свои статьи, заметки, новости и фотографии, а также вопросы и пожелания присылайте на электронный адрес редакции.



Размышляя о преемственности...

Занимаясь подготовкой этого номера, мы с Натальей Балановской перебирали разные материалы и случайно наткнулись на самый первый номер журнала «Исцеляющее сердце». Этот печатный журнал Наталья Алексеевна выпустила в свет вместе с Юрием Губой ещё в далёком 1997 году... И вот, по прошествии 21 года, мы даём жизнь новому проекту, но теперь уже в электронном виде.

*Всегда с вами на связи,
Евгений Самохвалов
главный редактор журнала
«ЭТО РЭЙКИ»*





**МАРИЯ МЕЖЕЦКАЯ (Рига, Латвия) -
Мастер Усуи Рэйки Риохо,
массажист, звукотерапевт**

СИЛЬНЫЙ ТАНДЭН – ОСНОВА УСПЕШНОЙ ПРАКТИКИ РЭЙКИ

Некоторые из исследователей утверждают, что в основе практики Рэйки лежит Кико, старинный даосский метод преобразования энергии, где колоссальное значение придавалось развитию тандэна. К сожалению, в нашей культуре подобных - явных, живых методов нет, и так исторически сложилось, частично из-за вынужденных изменений, сделанных Хавайо Такатой, частично из-за установки «Грудь вперед – живот втянут», что огромный потенциал работы с нижним тандэном не достаточно освоен.

Одной из специфических особенностей японской нации, является восприятие человека как существа, наделенного особым центром всех его духовных и физических сил - «хара».

В истории Японии XII-XIX вв. существовало несколько концепций, связанных с подобным представлением о жизненном и духовном центре человека. Частичным аналогом исконно японского слова «хара», является термин «тандэн» («поле киновари» / «поле пилюли [бессмертия]»)

пришедший из практики даосской алхимии вместе с учением о «взрачивании жизни» (кит. – яншэнь; яп. – ёдзё). Система «вскармливания жизни» представляла собой совокупность методов, нацеленных на продление жизни и достижение «бессмертия» и включала дыхательно-медитативные практики, искусство геомантии (фэншуй), методы натурфилософской и народной медицины и иные разделы.

В западной культуре исторически сложилась и закрепились концепция «Грудь вперед – живот втянуть». Это неестественная поза. У человека, который ее принимает, центр тяжести смещается вверх, а средняя часть тела перетягивается, тем самым искажаются от напряжения и смещения естественные пропорции человеческой фигуры.

Такое завышение центра тяжести особенно заметно у высоких людей. Имея достаточно высокий рост, я прочувствовала довольно ярко негативные моменты такого смещения центра тяжести вверх, и разницу при наработке центра в тандэне. Меняется походка, осанка, постановка таза. Прогулка с завышенным центром утомляет, ходьба с центром в тандэне – даёт энергию. Поэкспериментируйте: найдя центр тяжести в тандэне, позвольте телу выстраивать соответственно движения и походку. Ноги намного реже будут совершенно прямыми, они упругие, всегда чуть согнуты. При этом копчик слегка подобран. Плечи опущены и расслаблены. Походка в таком положении тела будет естественной и красивой и для мужчины, и для женщины.

Привыкая так двигаться, ходить, сидеть, работать, соединив своё сознание с тандэном, мы практикуем постоянно, и постоянно развиваем свой тандэн.

Очень распространенная ситуация среди практиков Рэйки, когда благодаря медитациям, сеансам и другим упражнениям человек обретает спокойное состояние ума, решает многие эмоциональные вопросы. То есть эмоциональный фон его жизни улучшается. И всё же остаются нерешённые вопросы по здоровью.

Часто это происходит именно по причине слабо развитого тандэна. Накопление холода в почках, мочеполовой системе, влечет за собой дальнейшие нарушения.

Вот некоторые признаки ослабленного тандэна для самопроверки:

- ✓ Холодные ноги и руки;
- ✓ Пониженное или повышенное кровяное давление;

- ✓ Боли в спине, искривление позвоночника, межпозвонковые грыжи и т.д.;
- ✓ Боли в коленях;
- ✓ Травмы опорно-двигательного аппарата;
- ✓ Болезненность суставов рук и ног (артриты);
- ✓ Заболевания почек, гинекологические или урологические заболевания;
- ✓ Нарушенное пищеварение.

Этот список можно продолжать, так как нарушение любого баланса влечет за собой цепочку новых проблем в других органах. Восстановление баланса позволяет постепенно оздоровить все системы и органы.

Тандэн - это основа всей энергетической системы человека, это резервуар энергии в теле. Сохраняя в нём энергию, мы можем в любое время получить к ней доступ.

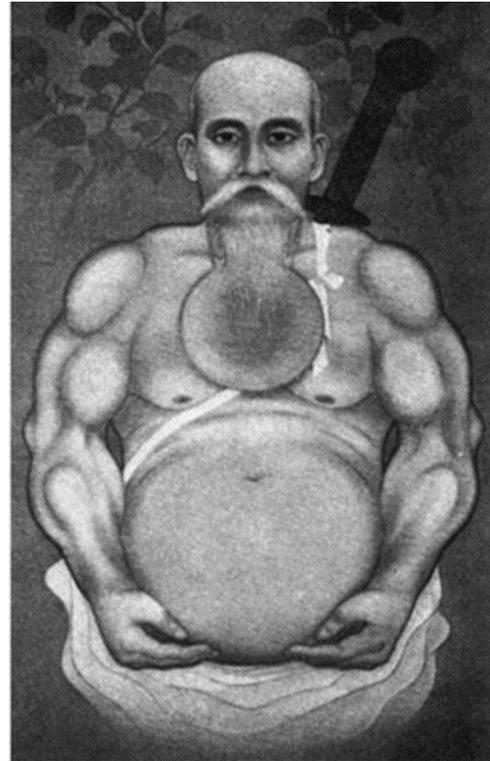
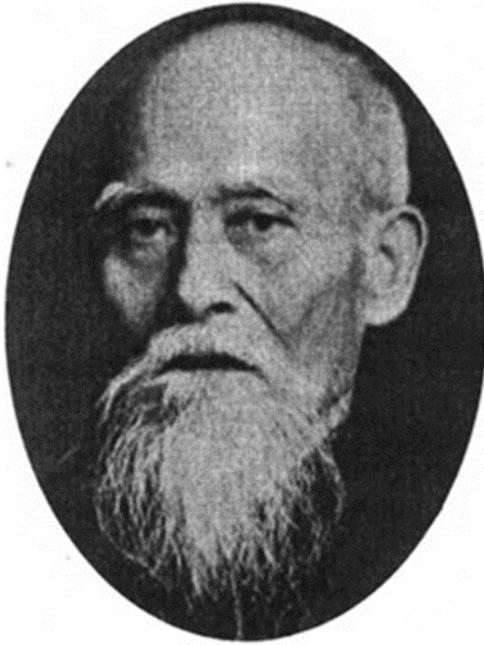
Если этого не делать, Ки рассеивается и не может быть использована.

Хирата Ацутанэ (1776-1843), выдающийся деятель синто, утверждает, что «под пупком находится место под названием кикай, и, на самом деле, именно там в большей степени, чем во рту и в носу, концентрируется дух (ки). Поскольку это место как бы наполнено до краев духом-ки, оно получило название кикай («море ки»)). Более того, источник жизни человека находится в точке кикай тандэн, и если она будет заполнена духом ки, то никакое внешнее зло не подействует и никакая болезнь не одолеет. Также Хирата объясняет необходимость накапливать ки в кикай тандэн не только в медицинских целях, но и для того, чтобы преуспеть во всех искусствах и ремёслах.

«Когда душа утвердилась в области живота, как результат контроля дыхания и укрепления тандэна, вы будете в состоянии рассуждать здраво и точно.»

МАСУТАЦУ ОЯМА, основатель стиля карате-до Кёкусинкай

Основатель айкидо Уэсиба Морихэй (1883 - 1969гг.), современник и земляк Микао Усуи, который часто изображается в виде «человека-божества» хитогами в храме Айки дзиндзя (г. Ивама, преф. Токио). Его фигура нарисована в виде человека с мечом (символ мужества), зеркалом (символ знания) и большим животом-хара (символ сострадания и благожелательности).



Уэсиба Морихэй

Известное выражение Уэсибы «Вселенная вмещается в моем хара» подразумевает, что это место становится своеобразным святилищем о-ясиро, в котором происходит осознание человеком своей божественной природы и единства со всей Вселенной. Это, по мысли Уэсиба, и есть цель занятий айкидо.

Культивация хара является сердцевиной и, одновременно, наиболее закрытой частью учебного процесса практически всех школ боевых искусств Японии. Было множество различных направлений Кико и боевых искусств и целительских практик, где знания в полной мере передавались только одному-двум лучшим ученикам. Но все они опираются на одну основу – укрепление и развитие тандэна.

Методы укрепления тандэна В Усуи Рэйки Риохо:

Тандэн Турё

Положите одну руку на тандэн, а другую на спину напротив.

Регулярное пролечивание Тандэна укрепляет этот центр, позволяет хорошо его прочувствовать, улучшает способность концентрации на тандэне. Благоприятно влияет на внутренние органы. Восстанавливает силы. Улучшает психо-эмоциональное состояние.

Гэдоку Хо

Держите руки в позиции Тандэн Тирё 15 – 30 минут. Представьте, как токсины и все неблагоприятные энергии и состояния выводятся из тела. Вдох – чистый поток Рэйки входит через верх головы. Выдох - естественным образом все ненужное «выдыхается» через ноги в землю. Часто выдыхаемый поток в начале представляется нашему сознанию грязным, в ногах могут появиться колючие ощущения. Так же часто есть ощущение выведения холода из живота и ног, что очень важно для оздоровления мочеполовой системы и позвоночника. Постепенно всё выравнивается, светлеет, успокаивается. Эту практику полезно делать ежедневно курсом. Длительность определите интуитивно, ориентируясь на реакции вашего тела.

При сильном тандэне в животе присутствует постоянное ощущение тепла или жара. Практикуйте регулярно для достижения этого результата. Продолжайте и в дальнейшем поддерживать свой тандэн в отличной форме и наблюдайте за благотворными изменениями.

Использованные материалы:

1. Доклад на Международном симпозиуме «Духовные и практические ценности боевых искусств» Москва, 2005.
2. Усуи Рэйки Риохо «Сёдэн» Н. Балановская.
3. Оригинальное руководство по Рэйки доктора Микао Усуи. М. Усуи, Ф.А. Петтер.





**ВИКТОР СОЛОВЬЁВ (Санкт-Петербург) –
Мастер Рэйки различных форм обучения,
психолог, массажист**

ПРАКТИКА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СИМВОЛОВ В ЯПОНСКОЙ СИСТЕМЕ РАЗВИТИЯ УСУИ РЭЙКИ РИОХО

В современном мире японская система развития Рэйки широко распространилась благодаря простоте и эффективности использования. Иметь какую-либо ступень в Рэйки стало просто модным. Когда Рэйки только пришло на Запад, изменилась форма подачи материала, позже возникли разные формы обучения этой практике. НО при этом Рэйки не утратило своей действенности! Благодаря чему? Ответ прост: благодаря сохранившейся практике использования символов Рэйки во всех формах обучения.

Собственно говоря, сам иероглиф Рэйки, является символом, выражающим идею целостности человека и Вселенной. Японское слово Рэйки означает: Рэй – духовный, Ки – жизненная сила. Сам иероглиф представляет собой картинку, которая переводится интересным поэтическим образом: «Небесный Дождь льется на землю по молитве людей, рождая Ки или многообразие жизни». На востоке символом жизни был приготовленный рис, над которым поднимался пар. Пар, поднимаясь в Небо, сгущался, собираясь в облака, и снова лился дождь, рождая изобилие и многообразие Жизни.

Таким образом, в иероглифе Рэйки заложена идея, что человек является частью целого, естественной частью Природы, частью этого вечного круговорота явлений и вещей в природе. На первой ступени обучения Рэйки-практики могут учиться рисовать иероглиф или медитировать на его форму и звук и смысл, чтобы глубже пробуждать в себе состояние целостности.

На более продвинутых уровнях практики добавляется изучение символов, присутствующих в системе Рэйки. На второй ступени изучаются три символа и на третьей ступени (Мастерской) – один символ. Что они из себя представляют?

Символы Рэйки являются одновременно и понятийными, и визуальными, и звуковыми символами. Каждому графическому изображению соответствует звуковой эквивалент, а им обоим – глубинный смысл. Каждый из символов Рэйки описывает определенный аспект состояния целостности и одновременно определенную часть дороги к достижению этого состояния целостности. Рисуя графическую форму (аспект действия), произнося имя символа, его мантру (аспект энергии или эмоций), понимая смысл символа (аспект ума) мы в одном акте объединяем тело, эмоции и ум и они проявляются как Целое, а не как части, живущие сами по себе. Повторяя раз за разом, фиксацию на символе мы проявляем в себе состояние целостности.

Все символы Рэйки заимствованы основателем системы из других более древних практик. Находясь в реализованном состоянии целостности, он выбрал четыре символа, которые описывают весь путь к достижению данного состояния. Благодаря вложенной энергетике состояния целостности в символы, они используются и при посвящении в систему. Инициация – это способ пробуждения нашего внутреннего ресурса к восстановлению целостности и входа в систему; это ритуал, с помощью которого наша способность передавать Рэйки активизируется, просыпается. Это не зависит от нашего интеллекта, таким образом, передача Рэйки надличностна и своего рода защищена от игр личности, именно благодаря четко простроенному ритуалу и использованию символов Рэйки. Инициация является своего рода отпечатком внутри человека знания о том, как проявить целостность данным методом, а символы играют роль опор, фиксирующих внутри человека знание этой дороги от ограниченного существа к целостному человеку.

Первый символ Рэйки является символом собирания фокуса внимания и намерения человека. Когда внимание человека становится из рассеянного качественно иным – собранным, он способен заметить более глубокие собственные состояния и его действия становятся более эффективными. Сохраняя мягкую концентрацию на своих процессах и расслабляясь, мы приходим к состоянию ПОКОЯ и можем различать где внутри нас истинные

наши желания, а где чужие. ЗАМЕЧАЯ свои ограничения, мы ОБРЕТАЕМ ВЫБОР отказаться от этих ограничений и позволить своим внутренним частям прийти к состоянию мира, БАЛАНСА, правильной взаимосвязи. И об этом нам говорит второй символ Рэйки – символ Гармонии. Сначала мы приходим к состоянию целостности внутри себя, а потом себя и окружающего мира. Важным аспектом развития состояния целостности является правильное осознание. Поэтому третий символ Рэйки описывает путь от ограниченного существа к состоянию целостности, четко описывая фазы пробуждения этого состояния. Один из переводов этого символа гласит: «Правильное осознание есть основа всего». Таким образом, три символа Рэйки, изучаемые на второй ступени описывают динамику пути развития человека.

На Мастерской ступени изучается только один символ, называемый Мастер символов. Он символизирует собой уже пробуждённое состояние целостности, плод практики, его вершину. Три символа описания пути человека на второй ступени как бы сливаются в один символ – квинтэссенцию в человеке его источника пути и цели. Природа целостности в человеке является той основой, благодаря чему человек может развиваться и одновременно плодом практики. Так начало и конец, потенциальное и актуальное встречаются в одной точке. Бесконечный яркий свет проявляется в человеке, и он сам становится большим и бесконечным.

Таково короткое описание пути развития человека через символы Рэйки как ключей состояния.

Автор: Соловьев Виктор – психолог, массажист, Мастер-Учитель Рэйки (формы обучения: Усуи Рэйки Шики Риохо, Усуи Рэйки Риохо, Усуи Тибет Рэйки), преподаватель тибетского метода духовного развития и целительства Цанглунг.





**НАТАЛИЯ ЛИТВИНОВА (Москва) – Мастер
Рэйки Усуи Шики Риохо**

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ МАСТЕРА

Меня зовут Наталия Литвинова. Я практикую Рэйки Усуи Шики Риохо с 5 марта 1992 года.

Как Мастер я практикую с 14 июля 1997 года.

Однажды мне позвонила женщина и начала расспрашивать о Практике, об обучении...

- Вы Мастер?

- Да, я Мастер.

- А вы обучаете?

- Ну конечно обучаю.

- А вы обучаете очно или дистанционно?

- Только очно.

- А инициацию вы проводите дистанционно или очно?

- Ну, конечно же, очно.

Каждый мой ответ вызывал реакцию: «Ой, как хорошо».

Дальше пошли вопросы о времени обучения. И эта женщина была очень удивлена, услышав, что ей не надо ждать, когда соберется большая группа, что я готова «потратить столько времени на неё одну (4 дня по 3-4 часа в день)» и что ей не надо доплачивать дополнительных денег за то, что она будет одна на обучении. И что во время обучения обязательно будет практика. И многое другое.

Разговор закончился, и я подумала: «Что происходит? Почему такая реакция на мои абсолютно простые ответы?»

Мы живем во время глобальной интернационализации. Через интернет, не выходя из дома, можно покупать товары и услуги, общаться с людьми, находящимися далеко друг от друга, получать различного рода информацию. Оказывается, через интернет можно купить и Инициацию, и Обучение. Любое, на любую ступень.

Заходишь на сайт, платишь деньги и вот... ты уже Мастер. Мастер чего?

И здесь встает **вопрос об ответственности Мастера** за то, что он делает. Чем для него, Мастера, неважно какого направления, является Практика? Кем для него являются Ученики?

Источником дохода? Хорошим бизнесом, который приносит прибыль!

А в этом случае необходимо, чтобы это хорошо продавалось. И чем странней информация, тем лучше она продается. Такова уж природа человеческая.

Количество всевозможных направлений, течений, школ в мире Рэйки уже не поддаётся исчислению. И они продолжают возникать снова и снова, отражая идеи, представления, предпочтения их создателей. И все они в своем названии имеют слово «Рэйки».

Слово «Рэйки» находится в общедоступном пользовании. Мотивация, что все есть энергия, а значит, что ВСЕ то, что я делаю - тоже Рэйки, выхолащивает саму суть практики, которая пришла в наш мир из Японии. Страны со своими культурными и духовными ценностями, со своими традициями, зачастую абсолютно непонятными европейцу. Со своими корнями, со своим мировоззрением и концептуальными особенностями.

Практика Рэйки пришла, благодаря человеку, который через десятилетия кропотливого духовного поиска обрел Откровение, что и стало практикой обретения Счастья, практикой обретения Здоровья, практикой обретения Гармонии с Собой и с Миром.

А так как практика Рэйки получила распространение по всему миру, то многим очень хочется обнаружить её корни где-то, всё равно где. В Китае, в Индии, в Атлантиде, в Тибете, на другой планете, где угодно. И в этом есть проявление неуважения к человеку, благодаря которому Мир имеет практику Рэйки и к стране, где родился и жил Микао Усуи, став тем, кем он стал. А также это является и проявлением неуважения к культуре и традициям других стран, в том числе своих собственных.

Практика является Устной Традицией. Этой практике присущи особенности передачи Знания согласно Устной Традиции. А именно передача Знания (не информации) непосредственно от Мастера к Ученику через очное (прижизненное) энергоинформационное Взаимодействие, где Мастер не только выполняет роль Иницирующего, то есть проводит Инициацию, но и передает Ученику Знания не только и не столько в виде информации. Информации, которая черпается с различных книг, многие из которых зачастую просто пестрят непонятной, «заумной» терминологией. Это Знания Другого порядка, неподвластные времени и человеческой «умности».

Устная Традиция присуща многим учениям и искусствам, где знания передаются из рук в руки, из уст в уста. И здесь приходит на память цитата из книги Александры Давид-Ниэль «Тайные Изустные Учения». Эта женщина прожила в Тибете более 40 лет, говорила на всех наречиях тибетского языка, изучала тибетский буддизм не по книгам, а непосредственно, изнутри этого учения, и даже стала единственной женщиной ламой, признанной там, на Тибете в то время.

«В один прекрасный летний день я рассказала о своем плане написать такую книгу одному мудрому жителю Тибета, который вел созерцательную жизнь в небольшом доме на склоне скалистой горы. Он не поддержал меня.

«Напрасная трата времени,- сказал он. - Подавляющее большинство читателей и слушателей одинаковы во всем Мире. Я не сомневаюсь, что люди в вашей стране похожи на тех, с кем я встречался в Китае и Индии, а последние были точно такими же, как жители Тибета. Если вы говорите с ними о глубоких истинах, они зевают и, если могут, сразу же покидают вас, но если вы сообщаете им абсурдные сказки, они слушают вас, позабыв обо всем. Они желают, чтобы доктрины, проповедуемые им, религиозные ли, философские или социальные, были приятными, совместимыми с их представлениями, удовлетворяли их склонностям, фактически тем, что уже есть в их головах, и тем, что они уже одобряют.

Но что могло бы стать приятным им и удовлетворило бы их? Это было бы собрание ложных понятий, неразумных наклонностей, элементарной чувственности, которое маскируется под марионеточной личиной «Я».

Зачастую присутствует также и другой вид творчества, когда Мастер, имея свою личную практику, выдает её своим ученикам как Истину в последней инстанции и/или как некое обязательное дополнение к Практике Рэйки, без которого, якобы, практика работать не будет. Или что Практика Рэйки недостаточна, а вот эта «эксклюзивная» авторская методика способна творить чудеса.

И здесь опять встает вопрос об ответственности Мастера. Что тогда получают его ученики? И чем тогда становится Практика Рэйки для такого Мастера. В большей степени способом привлечения большего количества людей в свою личную практику, что питает личные амбиции такого Мастера. Служит ли это его ученикам? Думаю, это в большей степени служит этому Мастеру.

И, несмотря на то, что интернет пестрит разными предложениями типа: «Все ступени за Один уикенд, или видео обучение, а то и вообще инициация по одному клику компьютерной мышки», приходят на обучение и те, которые готовы идти в Практику глубоко, с почтением и уважением к традиции Микао Усуи, сохраненной и переданной через Гранд Мастеров. И это радует. Это дает силы просто делать свою работу: делать сеансы, проводить обучение, поддерживать учеников, учиться самому (это процесс бесконечный).

Практика Рэйки - это искусство. Искусство исцеления, Искусство быть Собой, которое пришло в Мир через Микао Усуи как ответ на его вопрос: «Есть ли способ помочь Человеку быть Здоровым и Счастливым?»
А произведения искусства не штампуют на конвейере.
Множества Благословений!

Список литературы:

Александра Давид-Ниэль "Тайные учения Тибета"/(пер. с англ. А.Н.Степановой) - М. Эксмо, 2013. - 640 с. Стр. 542

Статья взята с сайта www.reiki-usui.ru, опубликована с разрешения автора.





**ВИКТОР СОЛОВЬЁВ (Санкт-Петербург) – Мастер
Рэйки различных форм обучения, психолог,
массажист**

О ФЕНОМЕНЕ РЭЙКИ И МЕТОДОЛОГИИ СИСТЕМЫ УСУИ

Часть 1.

Вступление

Время – интересная штука. Когда вспоминаешь периоды своей практики Рэйки, то отчетливо становятся понятными моменты изменений себя, своего отношения к практике и что-то остается неизменным до сих пор и кристаллизовалось как часть своего естественного состояния.

Моё первое плотное знакомство с культурой Японии случилось в 1987 году, когда я учился в школе и ходил на занятия по каратэ стиля Сётोकан. Мне повезло учиться у мастера, прошедшего классическое обучение, обладавшего философским умом, по профессии он был художник. И конечно, это была эпоха видеосалонов, в которых показывали фильмы про боевые искусства, самураев, ниндзя... Все эти факторы стали питательной средой, в которой формировался мой интерес к философии Пути Жизни, интерес к Японии. Второй плотной волной прикосновения к культуре Японии стало знакомство с системой Рэйки Усуи в середине 90-х годов.

На семинаре 1 ступени рассказывали историю, о том, что Микао Усуи был христианским монахом и что система буквально возникла из воздуха и в шарах света светились символы Рэйки... Меня всегда смущала часть этой истории и противоречила всему тому, что я знал о Японии того времени. Я понимал, что система не берётся из воздуха, а имеет корни, преемственность. Желание разобраться, найти ясность и покой в своём уме послужили отправной точкой многолетних исследований наследия и системы Микао Усуи. Эти противоречия в уме совершенно не мешали применять практику для изменения своей жизни, помощи другим. Скорее повседневная практика и исследования сходились в какой-то одной точке внутреннего пространства, где есть покой и ясность. Когда я стал Мастером, я наблюдал и наблюдаю, как странные представления о Рэйки ограничивают людей в их практике, коммуникации с другими Рэйки-практиками или здоровому преподаванию метода Усуи. Ко мне стали обращаться практики с просьбами помочь разобраться, что же они получили. Подобный интерес подтолкнул меня как Мастера взять ответственность за организацию пространства, в котором практики и Мастера могли общаться и практиковать вместе. Первый фестиваль Рэйки состоялся в 2004 году и на 2017 год прошло десять фестивалей. Фестивали Рэйки стали организовывать мои коллеги. Я рад, что появляется возможность создания здорового пространства коммуникации практиков и Мастеров системы Рэйки Усуи.

Данная статья была написана много лет назад к Первому Конгрессу Рэйки и по-прежнему остается актуальной и рекомендована для серьезного изучения и осмысления. В этом варианте статьи впервые публикуется структура первой ступени («Сёдэн») Усуи Рэйки Риохо.

Рэйки Усуи как целостная система развития человека

В современном мире система Рэйки Усуи широко распространилась и получила большую популярность. Можно сказать, что слово «Рэйки» стало своего рода модным брендом. По мере распространения системы мы можем наблюдать появление разных здоровых и нездоровых взглядов на практику.

Примером здоровой тенденции распространения в социуме может служить становление практики Рэйки Усуи в некоторых странах **как профессии**. Вместе с тем можно наблюдать появление очень странных идей и представлений о Рэйки. Например: как системе ченнелинга; использование при передаче системы Рэйки Усуи терминов из других философских и религиозных взглядов, что порождает искаженные и странные представления в картине мира у обучающихся; низкий уровень подготовки Мастеров, не прошедших Мастерского тренинга; появление дистанционных настроек или

настроек по интернету по принципу: нажал кнопку - оплатил настройку, нажал другую кнопку - получил настройку... Подобные нездоровые тенденции можно перечислять долго, понятно одно, при этом происходит обесценивание в социуме простой и комплексной системы восстановления естественной целостности человека Рэйки Усуи. Попробуем сфокусировать внимание на том, что же такое «Рэйки».

Когда говорят о Рэйки, то часто вкладывают в это слово разные смыслы.

1. Рэйки как концепция единения личной энергии человека с энергией Вселенной.

В данном контексте Рэйки может описываться как **представление человека о мире**. В этом случае Рэйки является **духовной энергией Вселенной**, обладающей характеристиками связывать всё воедино и обеспечивать целостное течение всех процессов.

2. С точки зрения личных процессов человека словом «Рэйки» может называться процесс достижения **состояния естественной целостности**. В этом состоянии человек находится в прямом переживании не двойственности себя и мира при сохранении своей индивидуальности. Состояние, при котором у человека внутри мир: его ум, эмоции и тело проявляются как целостный, а не разнонаправленный и раздирающий в разные стороны внутренний импульс. В подобном состоянии человек ощущает себя целостным, счастливым и находит свои смыслы жизни. В Усуи Рэйки Риохо это состояние называется **Дай Ансин**.

3. Рэйки может быть описана как **система** пробуждения состояния естественной целостности человека. Система имеет свою методологию: цели, задачи, уровни практики, выстроенные в определенную последовательность. В данном случае мы говорим о **системе Рэйки Усуи**. Важным моментом здесь является, что просто так по собственному желанию менять систему нельзя, иначе мы получаем что-то другое с другим названием.

4. Рэйки может быть описана как **личная практика человека**. На базе адекватной передачи системы и точного понимания, чем Рэйки является, человек может применять различные методики и упражнения из других методов развития для достижения конкретных результатов, улучшающих его адаптацию в этом мире.

5. Рэйки может быть описано как открытое **сообщество** людей, практикующих систему Рэйки Усуи и формирующих социальное представление о системе, её пользе. Сюда можно отнести вопросы становления Рэйки как **профессиональной практики**.

Приложение 1

Старое начертание иероглифа Рэйки. Дает возможность точно интерпретировать иероглиф как упрощенную картинку, олицетворяющую идею.



Иероглиф Рэйки – современное начертание, упрощено в ходе письменной реформы в Японии.



Рэйки как концепция единения личной энергии человека с энергией Вселенной была известна задолго до Микао Усуи. Она была заимствована из китайской культуры («ЛИН ЦИ – чудесная энергия») и интегрирована в японскую ментальность. Само слово «Рэйки» может иметь различные переводы. В контексте практики развития можно встретить следующие переводы.

1. В иероглифе Рэйки есть два иероглифа – Рэй и Ки. Рэй переводится как духовный, Ки как универсальная жизненная сила, энергия. В изображении иероглифа Рэй Ки есть три уровня – Небо, Человек и Земля – это классические понятия восточной философии.

Если мы начинаем расшифровывать иероглиф в старо-японском начертании (рисунок 1), как картинку, мы видим, что есть Небо и на небе есть тучки, из которых идет дождь.

Ниже в иероглифе Рэй изображены рты. Один рот обозначает монолог, два – диалог, три – обращение к Высшему (молитву).

Дальше подо ртами, изображен иероглиф «шаман», который состоит из иероглифа «труд» (как русская буква Н, лежащая горизонтально) внутри которого находятся человечки. То есть люди совершают некий труд, некое действие, которое соединяет Землю и Небо. Или люди совершают некий ритуал, чтобы вызвать дождь.

Дождь нужен для того, чтобы на земле рос рис – основная еда человека в Японии и Китае. Рис и вода являются символами жизни. В иероглифе Ки,

состоящем из иероглифа «рис» и иероглифа «движение воздуха», испарения. Ки – универсальная жизненная сила (то, благодаря чему всё живет) проявляется одновременно как два аспекта: видимый и невидимый. Символом видимого аспекта жизненной силы (аспекта материи) является рис, символом невидимого аспекта - пар, туман, марево, поднимающееся над полями риса вверх, превращаясь в облака на Небе и создавая возможность для нового дождя.

Иероглиф Ки ещё может переводиться как внутренняя практика человека, работа состояния – это пример того, как рис варится в кастрюле, и над рисом поднимается пар – его мысли, чувства, всякие жизненные опыты, которые человек имеет. Это ещё одно значение Ки внутри человека.

«Небесный дождь льется по молитве Людей на Землю, рождая Ки - многообразие жизни, или Силу Жизни, которая на видимом уровне представлена рисом, а на невидимом уровне проявляется как пар, поднимающийся в Небо, сгущающийся и превращающийся в облака. И создается опять возможность дождя». Но дождь-то может и не пойти – поэтому человеку нужно что-то сделать для того, чтобы связать Небо и Землю в себе воедино. Это символизирует собой обретение целостности человека.

Таким образом, в иероглифе Рэйки заложена идея, что человек является частью целого, естественной частью Природы, частью этого вечного круговорота явлений и вещей в природе. Мы уже являемся частью этого круговорота, а не создаём его – это важно. Мы уже обладаем внутри естественной целостностью, но она носит потенциальный характер. Мы не можем находиться в этом состоянии по собственному желанию. Поэтому задача практики как раз сделать переживание своей естественной целостности из потенциального актуальным.

Как мы видим из иероглифа Рэйки появляются три классических понятия восточной философии – три внешних объема – **Небо, Человек и Земля**. Причём эти 3 объёма находятся в целостной взаимосвязи. Небо и Земля – олицетворяют окружающий мир. Если посмотреть символический ряд, то:

Небо – это Ян, солнце, информация, тонкий аспект, дух.

Земля – это Инь, природа, почва, тело, материя, здоровье, это невозделанная энергия, которая нужна для роста.

Когда Небо (солнце или дождь) соединяются с Землей, образуется процесс – что-то прорастает, появляется какое-то новое качество. Применительно к человеку, это качество его состояния.

Три внешние объема проецируются внутрь человека как три внутренние объема – голова, грудь и живот. В Китае эти объемы называются дантянями.

Живот олицетворяет собой принцип Земли, это аспект тела, материи, поступков, здоровья, иммунитета, здесь хранится **личная энергия человека**, нужная ему для жизни в физическом мире.

Голова олицетворяет собой принцип Неба, это информация, дух, ум человека, его намерения.

Грудь олицетворяет собой мир Человека, его **душа, эмоции**.

В руководстве Микао Усуи мы видим, что важным является лечить живот и голову. Когда Небо и Земля в человеке приходят в баланс, его душа автоматически успокаивается и находится в «правильном состоянии».

Соответственно, **состояние естественной целостности означает состояние баланса, или синхронизированности трёх дантяней – живота, груди и головы**. И одновременно эта целостная взаимосвязь в человеке представлена тем, что называется срединная ось тела, Центральный канал - символ единства или недвойственности внутри человека.

Таким образом, мы имеем две фазы практики – синхронизация объемов внутри человека, т.е. обретение целостности внутри человека, и обретение целостности Человека и Мира. При разборе третьего символа Рэйки (символа связи) эти этапы чётко видны.

Из разбора иероглифа Рэйки, понятно, что **состоянием нормы** является **состояние естественной циркуляции**, движения на всех уровнях. Соответственно состояние напряжения или застоя является проблемой. Это касается как уровня тела, так уровня эмоций и ума, так и уровня проживания и действий в социуме и мире. Практика системы постепенно позволяет убрать лишние напряжения и синхронизировать свои ритмы с естественными ритмами мира.

2. *Есть второе интересное понимание иероглифа Рэйки. Оно проистекает из синтоизма.*

Иероглиф Рэй понимается как соединение с душами предков, или обращение к душам предков. Это означает иметь связь с корнем, с традицией, с основой. В Синтоизме души предков – это олицетворение тонкого мира, олицетворение того, что связывает тебя с природой, с целостностью. Тогда твоя Ки пребывает в балансе. Как живое существо, которое развивается, мы имеем историю. Эта история проистекает из того, что мы часть природы. Это философия Синто. И это знание сохраняется через культуру, через предков.

Когда мы имеем связь с внутренней традицией, мы обретаем состояние знания своего места в жизни. Система Рэйки Усуи вырастает из целого пласта японской культуры, опирается на классические понятия восточной философии и медицины.

3. Слово «Рэйки» может переводиться как «мистическое чувство», возникающее при проживании состояния естественной целостности.

Это то самое чувство, которое испытал Микао Усуи на горе Курама. Это то самое чувство, которое передаётся как отпечаток при настройке, как камертон на гармоничное звучание. Благодаря энергетической передаче наш организм обладает знанием этого переживания, но наше сознание может его не замечать. Поэтому последующая практика системы сводится к тому, чтобы сделать переживание естественной целостности из потенциального актуальным и непрерывно проживаемым на всех уровнях нашего бытия.

Продолжение статьи читайте в следующем номере нашего журнала.





**ЕВГЕНИЙ САМОХВАЛОВ (Нижний Новгород) –
 Мастер Усуи Рэйки Риохо, психолог, коуч,
 исследователь, автор интернет-проекта
 ресурса для практикующих «Жизнь с Рэйки»
<http://usuireikiryoho.ru/>**

КАК НЕ ДАТЬ ЖАРЕ ИСПОРТИТЬ ВАМ ОТДЫХ

Наконец-то к нам пришло долгожданное тёплое лето. Все безмерно рады жарким солнечным денькам – их в нашем климате за лето выпадает не так уж и много. Стараясь ухватить побольше солнца и насладиться теплом люди устремляются всей семьёй загород на дачу или на берег речки, да и просто с друзьями на природе отдохнуть и пожарить шашлык.

За общим весельем немногие задумываются о негативных последствиях чрезмерного пребывания на солнце в жаркую и душную погоду. И речь даже не о солнечных ожогах...

Дело в том, что даже вполне безопасные, привычные продукты могут менять свои свойства из-за длительного нахождения на открытом солнце. Болезнетворные бактерии очень активно размножаются, а пластиковые бутылки начинают отравлять находящиеся в них жидкости. В разы увеличивается опасность от грязных рук. Да и как удержать себя, чтобы не съесть сочную ягоду прямо с куста, радостно позабыв о том, как только что возился с жидкостью для розжига. Результатом может стать серьёзное пищевое отравление со всеми вытекающими последствиями...

Всех этих неприятных последствий можно легко избежать. Чтобы не испортить себе и близким отдых, нужно выполнять несколько простых рекомендаций:

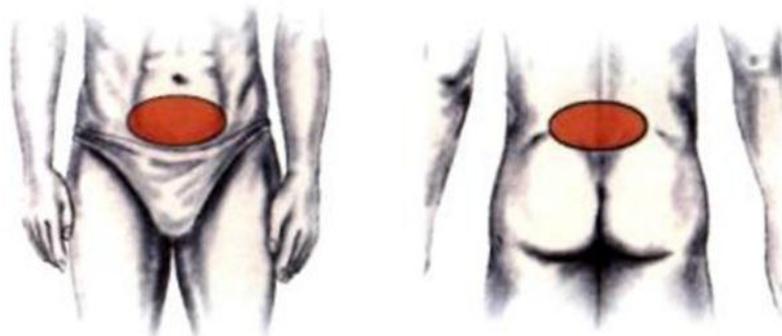
- не оставлять напитки и продукты питания на открытом солнце
- упаковывать остатки неиспользованных продуктов
- тщательно мыть руки и фрукты/овощи

У некоторых читателей может возникнуть важный вопрос: «А что же делать, если беда всё же приключилась и случилось отравление, а у вас ни каких средств нет под рукой?»

Тут как нельзя лучше выручит практика Рэйки. Ведь после инициации эта сила всегда присутствует в ваших руках для помощи вам и вашим близким. В оздоровительной системе Усуи Рэйки Риохо для таких случаев даже существует специальная техника избавления от ядов – Гэдоку Хо. Её можно одинаково эффективно применять как для себя, так и для помощи другим.

Выполняется она очень просто:

- 1) Выполните технику «сухой очистки» - кэнёку.
- 2) Активируйте свои ладони для проведения оздоровительного сеанса Рэйки, как вас научил ваш Мастер.
- 3) Положите руки на тело следующим образом: одна рука ниже пупка на Тандэне, другая на спине напротив неё.
- 4) Держите руки в этом положении, представляя, как все токсины выводятся из тела. Часто желудок через несколько минут лечения начинает издавать звуки.



Воздействие на область Тандэн производится обеими руками в течение 20 - 30 минут или пока не почувствуете, что уже достаточно.

Эта техника на практике оказалась очень эффективной против диареи, запора и последствий чрезмерного употребления медикаментов. Желудок человека часто начинает урчать уже спустя нескольких минут после начала применения этой техники.

Если вы раньше не были знакомы с данной техникой, то очень рекомендую включить её в свой «сундучок эффективных средств первой необходимости».





**ЕВГЕНИЯ ВОСКРЕСЕНСКАЯ (Казань) –
Мастер Усуи Рэйки Риохо, психолог, коуч**

ПОМОЖЕТ ЛИ РЭЙКИ РЕАЛИЗОВАТЬ ВСЕ ЖЕЛАНИЯ?

Как Мастеру Рэйки мне часто задают подобные вопросы – Поможет ли Рэйки выйти замуж, устроиться на работу, наладить отношения и реализовать все ваши желания?

Мой ответ: ДА, поможет! НЕТ, не поможет!

Почему-то сложилось мнение, что энергия Рэйки должна реализовать, исполнить, исцелить, создать нужное и убрать ненужное, как будто это волшебная палочка.

Наверное, желание найти нечто, что решит все проблемы разом, никогда не пройдет. Большинство людей так этого хотят, что готовы отдать свою ответственность за жизнь, отношения, здоровье – кому угодно. При этом забывают, что за всё приходится чем-то платить, и вообще-то у всего есть свои последствия.

Вот, что я хочу сказать, как Мастер и преподаватель: Усуи Рэйки Риохо – это не один метод, а целая система со своей философией, практиками и

подходами для восстановления внутренней целостности. Это ПУТЬ к счастью и здоровью.

Не гарантия исполнения желаний, а ПУТЬ, который надо пройти своими ногами. В помощь на этом пути и даётся энергия, и практики-методики.

Не секрет, что мы приходим в эту жизнь учиться. И наличие любой проблемы в любой сфере жизни, означает ни что иное, как незнание и неумение. В том числе и состояние вашего здоровья, всегда является показателем – нашли вы решение в стрессовой ситуации, или она до сих пор «живёт внутри вас».

Для выхода из любой проблемы сначала важно понять – что я хочу получить в результате? Куда или к чему я хочу прийти? Затем собрать информацию – как реализовать то, что хочется? Как это делают те, у кого получается? И начать действовать... Это обычный путь.

В практике Рэйки – мы находим свой путь, восстанавливаем глубинную связь с собой, всё лучше и лучше чувствуем и понимаем себя. Именно Душа определяет истинную, а не общепринятую цель. Душа привлекает нужную информацию в условиях её переизбытка. Вы можете почувствовать, что в некоторых случаях не надо ничего делать, а в некоторых нельзя терять время. Даже понимая, куда прийти и каким образом, мы частенько сталкиваемся с состоянием – вот вроде всё понятно, а не могу сделать, не могу через что-то внутри переступить, или нет сил.

К примеру, хочется наладить отношения с ребенком. Понятно, что надо общаться с любовью, понятно, что надо уметь слушать и слышать, но снова и снова он раздражает, а вместо любви – скандал.

И здесь энергия Рэйки также приходит на помощь: во-первых, чтобы понять причины своих реакций; во-вторых, чтобы была энергия для изменений. Наполненный человек и воспринимает всё легче, у него есть силы не останавливаться на пути.

И в том, чтобы проработать эти причины, также помогает практика. Иногда напрямую, иногда через нужных людей – учителей, психологов, книги, тренинги, даже «случайные» встречи.

Вот так, шаг за шагом, ступенька за ступенькой и овладеваешь искусством достижения счастья и здоровья. И приобретаешь самое важное – внутренний компас, который ведет по жизни.





ИРИНА ИЛЬИНА (Липецк и Воронеж) – Мастер Рэйки Усуи Шики Риохо, организатор поездок в Японию по сакральным местам

ПУТЕШЕСТВИЕ НА РОДИНУ МИКАО УСУИ



Танияй – уютная и гостеприимная деревня, расположенная в префектуре Гифу в стране восходящего солнца Японии. Для Рэйки-практиков она интересна тем, что именно в этом прекрасном месте родился и вырос Сенсей Микао Усуи.

Наша поездка в Японию состоялась в октябре 2017г. Наша группа Рэйки-практиков из разных городов России и Казахстана оказалась для жителей Танияй сюрпризом, также как и для нас, эта поездка была новым опытом. Нечасто в Танияй приезжают специально, чтобы посетить эти места и местные храмы большой группой. Нас было 18 человек вместе с гидом. И как впоследствии рассказал нам настоятель местных храмов, целым автобусом приезжали только португальцы несколько лет назад. Добраться до деревни не так легко, так как она расположена вдали от тех городов и мест, которые обычно посещают Рэйки-практики. У нас дорога от Киото до Танияй заняла чуть меньше 4 часов, плюс столько же, чтобы вернуться, поэтому время пребывания в деревне было очень ограничено.



Наша группа Рэйки-практиков и настоятель храмов в Танияй Хибино Сан.

Японская жизнь требует уважения и терпения, она учит нас уважать пространство других людей и с терпением и благодарностью относиться к людям. Мы честно старались лишней раз не нарушать японских традиций и размеренной жизни жителей деревни.

Итак, что же известно о Танияй и клане Усуи? Микао Усуи принадлежал к древнему самурайскому клану Тиба (Чиба). И род Усуи переселился в Танияй в 13-м веке, род был сильным и процветающим и в этой местности у рода Усуи имелся свой замок. До наших дней замок не сохранился, так как в средние века междоусобных войн было слишком много. Но родственники Усуи до сих пор живут в деревне Танияй, и очень многие жители носят фамилию Усуи.

В Танияй есть два храма: буддийский и синтоистский. Буддийский храм Дзендодзи известен тем, что при нём во времена Микао Усуи была приходская школа, где он и получил своё начальное образование. Храм принадлежит к направлению буддизма Чистой Земли. К этому же направлению буддизма принадлежит и храм Сайходзи в Токио, где находится мемориал Микао Усуи. При храме Дзендодзи также есть кладбище, и захоронения в нём построены по родовому принципу. Многие японцы могут проследить историю своего рода на много поколений назад, и это здорово,

когда ты можешь попросить благословения и выразить почтение к большой части своего рода в одном месте.



Храм Дзендодзи в Таниай

Будучи впервые в этом месте, было непросто сориентироваться. Спасибо нашему гиду, помогал нам как мог. Он в этой поездке стал очень важным звеном, так как мы попали в Дзендодзи не во время службы, и у настоятеля, возможно, были другие дела в это время. За нами тихо по-японски наблюдали и не мешали нам самостоятельно делать свои маленькие открытия. В Японии храм – это не здание, а вся территория от ворот до ворот, всё пространство священно, все пространство является храмом. Сильное впечатление на нас произвела надпись на воротах, которая переводится так - «Хотя в одиночку ничего не можешь ты сделать, но если в одиночку не начать двигаться, то ничего и не начнется». Над этой фразой я размышляю до сих пор...

Мы помолились в Дзендодзи и отправились дальше в еще одно интересное место, в синтоистский храм Теньо Шрайн.

Именно этому храму в 1923-м году Микао Усуи подарил огромные ворота от себя и своих братьев. Ворота действительно впечатляют, и поэтому Микао Усуи помнят в его родной деревне.



Ворота в Теньо Шрайн.

Ворота являются входом в священные территории, и ограждают мир светский от мира божественного. Посетители храма проходят через ворота, оставляя суету и ненужные мысли за воротами и сначала совершают ритуал омовения рук и рта, а потом идут к святилищу. Синтоистское святилище – это место, где живут боги, и люди приходят к дому божества с просьбой о содействии и благословении или с благодарностью за помощь.



Главное святилище Теньо Шрайн.



На воротах высечены имена дарителей и год, когда это было сделано. Как я уже упоминала выше, это произошло в 1923 году и подарок был от Микао Усуи и его братьев.

Имя Микао необычное для японцев. «Мика» означает сосуд, который используют при варке саке. А «о» говорит о том, что имя мужское. Можно делать догадки и предположения, почему было выбрано именно такое имя. Достоверно известно, что дед Микао Усуи владел сакеварней в Танияй, но бизнес пришлось продать. Для производства саке использовали воду из священного источника, по легенде обладающей целительной силой. И хотя Микао Усуи не продолжил дело предков по варке саке, он, определенно, стал «очень качественным сосудом», способным вместить опыт просветления и дар Рэйки. В японской философии есть такое понятие – «становление священного орудия священным сосудом». Эта внутренняя трансформация происходит с человеком, полностью доверяющим воле Бога и выходящим за пределы собственных возможностей в какой-то момент жизни. Таким моментом для Микао Усуи стало просветление, обретенное им на горе Курама. И став священным сосудом, он смог «вместить» в себя дар Рэйки. Когда же мы заканчивали свои открытия в Теньо Шрайн, к нам подошла сначала жена настоятеля обоих храмов, а потом и сам настоятель Хибино Сан.



Это было удивительно и очень трогательно. Мы обменялись сувенирами, и очень ненавязчиво, по-японски настоятель расспросил, кто мы и откуда, и выразил желание напоить нас кофе в местном кафе. И мы согласились, и получили массу удовольствия за небольшое время, которое у нас осталось. А ещё я привезла семена гороха и моркови из Танияй. И теперь вот уже собираю урожай и вспоминаю каждый раз эту деревню добрым словом. А если серьёзно, то, конечно же, с удовольствием поеду туда ещё раз, поучаствовать в службе в храме Дзендодзи и испить целебной воды, и вновь прикоснуться к истокам и силе рода, которая питала Микао Усуи.

Также Вы можете посмотреть небольшое видео про нашу поездку в Танияй по этой ссылке https://yadi.sk/i/AqhK-k_M3QhdTU

И всех вас я приглашаю в путешествие в Японию!

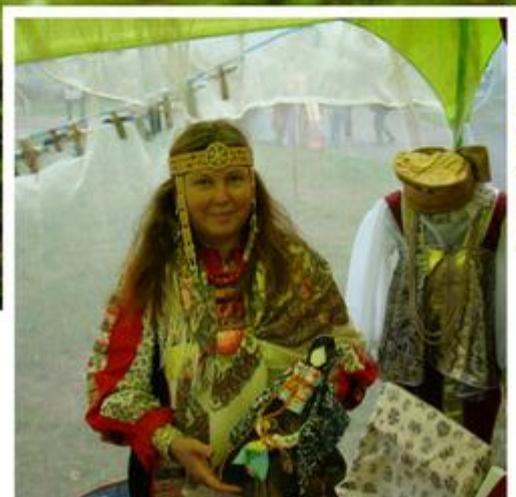
Контакты для связи с Ириной:

e-mail iren_ilyn@mail.ru

телефон +7-920-510-4653

скайп irinailyina7





НАТАЛЬЯ БАЛАНОВСКАЯ (Москва) – Мастер Усуи Рэйки Риохо, Руководитель Школы Усуи Рэйки Риохо японской традиции «Сонтэн», психолог, этнограф, писатель, художник

ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ СЕАНСА РЭЙКИ НА КРОВЬ ЧЕЛОВЕКА С ПОМОЩЬЮ ТЕМНОПОЛЬНОГО МИКРОСКОПА

Введение в проблему

Существует множество уже известных способов исследования крови. Одним из самых доступных в настоящее время методов, который проводится во всех поликлиниках - это клинический анализ крови, при котором берут кровь из пальца, делают мазок, высушивают, окрашивают специальными красителями, после этого производят подсчёт форменных элементов. А также с помощью специальных реактивов определяют количество гемоглобина в крови и скорость оседания эритроцитов. В данном случае для исследования используют “живую” каплю крови, взятую из пальца. Берётся на самом деле всего одна капелька крови. Она исследуется сразу, в присутствии пациента, под очень большим увеличением (примерно в 1800 раз).

Это позволяет увидеть, в каком состоянии находятся форменные элементы: эритроциты - их форма, контуры, подвижность, склеены они между собой или нет. Можно видеть состояние тромбоцитов, лимфо - и лейкоцитов, а также в каком состоянии находится плазма крови, то есть наличие в ней кристаллов холестерина, солей мочевого и ортофосфорной кислот; наличие бактериальной, грибковой, дрожжевой флоры, личинок гельминтов.

Благодаря методу гемосканирования мы можем судить об активности иммунной системы и способности организма к самовосстановлению; к предрасположенности возникновения венозной недостаточности; синдрома хронической недостаточности, образованию камней и других недугов.

Ни для кого не секрет, что кровь - это энергоинформационная структура, которая несёт информацию, не только ту, что нам передали наши предки: бабушки, дедушки, родители. То есть опыт выживания, накопленный на протяжении веков, но и ту информацию, которую мы получаем за свою жизнь от того мира, который нас окружает. И любое воздействие, будь то физическое, или духовное - моментально отображается на состоянии нашей крови. Длительное отрицательное воздействие на организм различных негативных возбудителей, отражается прежде всего на клетках и структуре нашей крови.

Опыты с водой, проводимые Школой Усуи Рэйки Риохо японской традиции «Сонтэн» в Научно-исследовательском центре психологии, валеологии и экологии при Благотворительном фонде содействия развитию новых направлений науки и культуры «Логос», г. Москва, показали, что энергоинформационное воздействие на воду с помощью системы Усуи Рэйки Риохо качественно изменяет физико-химические свойства воды. В частности, происходит реакция ощелачивания воды. Американские практики Усуи Рэйки, работая в больницах, установили, что оздоровительные сеансы системы Усуи приводят в норму показатели гемоглобина. Следующим шагом стали исследования качественных изменений состояния крови человека в результате оздоровительных практик Усуи Рэйки Риохо.

Предмет исследования

Техника активизации микроциркуляции крови (Кецуэки Кокан-Хо) как одна из основных оздоровительных практик Усуи Рэйки Риохо японской традиции.

Объект исследования

Клиент, не имеющий практики Усуи Рэйки Риохо. Пол: женский. Возраст: 34 года.

Гипотеза: В качестве гипотезы выступило предположение о том, что применение техники активизации микроциркуляции крови (Кецуэки Кокан-Хо) как одной из основных оздоровительных практик Усуи Рэйки Риохо японской традиции, оказывает положительное воздействие на кровеносную систему человека, в частности помогает нормализовать кислотно-щелочной баланс крови и благотворно влияет на клетки крови.

Целью данного исследования является выявление эффективности применения техники активизации микроциркуляции крови (Кецуэки Кокан-Хо) в целях оздоровления крови.

Задача исследования

Выявление энергоинформационного воздействия на кровь человека с помощью техники активизации микроциркуляции крови (Кецуэки Кокан-Хо) как одной из основных оздоровительных практик Усуи Рэйки Риохо японской традиции.

Методы исследования

Проведение экспериментального оздоровительного сеанса.

Приборное изучение пробы крови испытуемого с помощью темнопольного микроскопа.

Этапы исследования.

1. Начальный забор пробы крови испытуемого.
2. Приборное изучение пробы крови испытуемого с помощью темнопольного микроскопа.
3. Проведение оздоровительной техники активизации микроциркуляции крови (Кецуэки Кокан-Хо).
4. Повторный забор пробы крови испытуемого.
5. Повторное изучение пробы крови испытуемого с помощью темнопольного микроскопа.

Результаты исследования и их интерпретация.

Данный эксперимент проводился в рамках исследовательской программы Школы Усуи Рэйки Риохо японской традиции «Сонтэн» рабочей группой Научно-исследовательского центра психологии, валеологии и экологии при Благотворительном фонде содействия развитию новых направлений науки и культуры «Логос», г. Москва, в составе мастера Усуи Рэйки Риохо Н.А. Балановской и мастера Усуи Шики Риохо О.Р. Самогуловой, при участии врача высшей категории Л.Ю. Аверченко. Изучение проб крови испытуемого проводилось с помощью темнопольного микроскопа.

Кровь - это целый мир, который можно сравнить с космосом. Мы состоим сплошь из различных клеток, которые составляют наш организм в целом - это клетки наших органов, покровных тканей, клетки лимфы, крови. Каждой клетке необходима определённая среда, в которой она будет хорошо себя чувствовать. Например, для клеток крови необходим кислотно-щелочной баланс равный 7,43 единиц. В этой среде клетки крови чувствуют себя комфортно, а различные бактерии, грибы, вирусы, личинки глистов наоборот не любят эту среду.

Но как только в нашем организме происходит сбой этого баланса (а это происходит при неблагоприятных воздействиях на нас и ещё от того, что мы разучились пить обычную пресную воду) и кровь начинает закисляться, вот тогда уже эта среда становится благоприятной для различных “гостей”, попавших в наш организм, а клетки крови начинают страдать и изменяется её качественный состав. Происходит определённый “захват территории” различными бактериями, грибами, вирусами.

О состоянии организма и предрасположенности к определенным заболеваниям можно наглядно узнать из анализа живой крови. Ведь это внутренняя среда организма, через которую осуществляется обмен веществ, поступает в клетки кислород, и выводятся из клеток продукты их жизнедеятельности (токсины). Не так давно учёные пришли к выводу, что более точные характеристики может дать не количественная, а качественная оценка форменных элементов крови и плазмы.

На основании сканирования живой крови определяется состояние эритроцитов, их подвижность в плазме, агрегация и сладж (склеиваемость). Анализируя состояние тромбоцитов, лимфоцитов и лейкоцитов можно определить активность иммунной системы и способность организма к самовосстановлению, а также патологические изменения состава крови, приводящие к развитию многих заболеваний. На основе такого анализа

клеток крови и плазмы определяются различные уже существующие отклонения здоровья и/или предрасположенность к возникновению новых.

Анализ первой пробы крови испытуемого выявил следующие характеристики крови:

- плазма малоподвижная, кровь неактивная;
- повышенная агрегация эритроцитов;
- значительное количество поврежденных эритроцитов, пойкилоцитоз;
- лейкоциты в угнетенном состоянии;
- наличие белковых соединений эритроцитов;
- наличие большого количества активных болезнетворных бактерий;
- наличие активных личинок гельминтов;
- наличие кристаллов холестерина.

Данный анализ выявил высокую степень закисления организма, что привело к качественным изменениям крови испытуемого. При уменьшении рН в крови обнаруживается большое количество так называемых монетных столбиков, то есть склеенных эритроцитов. Это происходит в результате того, что мембраны эритроцитов под воздействием кислот, присутствующих в крови, изменяют заряд с отрицательного на положительный. Чем выше уровень кислотности в крови, тем более положительно заряженными становятся мембраны, а эритроциты слипаются в цепочки. При этом резко снижается способность эритроцитов переносить кислород. Эритроциты, которые являются частью монетных столбиков, могут нести только 20% от того количества кислорода, которые несут отдельно лежащие здоровые эритроциты. Чем длиннее кровяные монетные столбики и чем теснее они слипаются, тем выше уровень кислотности в крови. В данном случае картина усугубляется тем, что монетные столбики слиплись, образуя области сплошной агрегации.

Повышенная агрегация эритроцитов привела к сгущению крови и заблокировала работу лейкоцитов. В результате они оказались буквально запертыми в различных слоях эритроцитов. Нормальный лейкоцит в рабочем состоянии должен быть в два-три раза больше, чем эритроцит. Часто можно видеть некие гранулы внутри лейкоцита, которые постоянно двигаются. В данном случае, в результате сдвига кислотно-щелочного баланса в кислую сторону, кислота проникла внутрь лейкоцитов, и эти гранулы перестали двигаться. Закисленность крови привела также к тому, что многие лейкоциты стали меньше размерами. Лейкоциты в крови испытуемого находятся в угнетенном состоянии, они не активны, что говорит о том, что иммунная система в данном случае подавлена.

Наличие пойкилоцитоза говорит о том, что в крови находится большое количество эритроцитов с поврежденными краями. Считается, что такого рода повреждения, которые наносятся свободными радикалами, являются основной причиной свыше 60 дегенеративных заболеваний, включая преждевременное старение, аллергию, сердечно-сосудистые заболевания, рак, диабет, атеросклероз, болезни глаз, печени, почек и многое другое. В данном случае пойкилоцитоз во многом был вызван большим количеством времени, которое испытуемый проводит, работая на компьютере.

Наличие большого количества белковых соединений эритроцитов является следствием избыточного потребления белков и жиров и дает возможность судить о состоянии замедленного обмена веществ. Хилёз (микролипиды) выражен значительно.

Обнаружено большое количество активных болезнетворных бактерий. Если кислотность организма повышена, то эти бактерии могут активно размножаться и привести к ухудшению самочувствия.

В течение пятнадцати минут испытуемому был проведен оздоровительный сеанс Усуи Рэйки Риохо, в основном состоящий из техники активизации микроциркуляции крови (Кецуэки Кокан-Хо). После оздоровительного сеанса был произведен новый забор крови испытуемого.

Анализ второй пробы выявил следующие характеристики крови испытуемого:

- плазма подвижная, кровь активная;
- наличие монетных столбиков и большого количества свободных эритроцитов;
- пойкилоцитоз не обнаружен;
- лейкоциты в активном состоянии;
- белковых соединений эритроцитов не обнаружено;
- болезнетворные бактерии менее активные;

Анализ второй пробы выявил явные положительные изменения, происшедшие в крови испытуемого. Плазма обрела нормальную подвижность, кровь стала активной. Сплошная агрегация эритроцитов размылась с образованием коротких монетных столбиков. Появилось множество свободных, не слипшихся эритроцитов, округлой формы. Это говорит о значительном понижении уровня кислотности крови. Цвет эритроцитов стал насыщенным и ярким, что говорит об активизации их работы по транспортировке кислорода.

Освобожденные лейкоциты проснулись и начали активное движение. Гранулы внутри них начали двигаться и переливаться. Есть возможность наблюдать за активной работой лейкоцитов в макрофаговом состоянии, то есть поглощение бактерий.

Пойкилоцитоз в новой порции не обнаружен, а яркий насыщенный цвет и округлая форма говорит о регенерации эритроцитов, поврежденных ранее свободными радикалами.

Белковых соединений эритроцитов не обнаружено, что говорит об активизации обменных процессов организма. Хилёз выражен незначительно.

Двигательная способность болезнетворных бактерий значительно снизилась. Кроме того, известно, что если организм человека имеет щелочную реакцию, эти бактерии не могут размножаться.

Выводы

Результаты проведенного эксперимента наглядно показывают, что, несмотря на кратковременность воздействия на организм человека, техника активизации микроциркуляции крови (Кецуэки Кокан-Хо) значительно сдвигает кислотно-щелочной баланс крови в сторону ощелачивания и приводит к регенерации эритроцитов, поврежденных свободными радикалами.

Техника активизации микроциркуляции крови (Кецуэки Кокан-Хо) активизирует работу лейкоцитов, что приводит к активизации иммунной системы и усилению сопротивляемости организма.

Техника активизации микроциркуляции крови (Кецуэки Кокан-Хо) активизирует способность эритроцитов транспортировать кислород, что приводит к ликвидации явления гипоксии и повышению гемоглобина.

Техника активизации микроциркуляции крови (Кецуэки Кокан-Хо) приводит к понижению активности болезнетворных бактерий, к снижению их способности размножаться.

Техника активизации микроциркуляции крови (Кецуэки Кокан-Хо) активизирует обмен веществ в организме.

Заключение

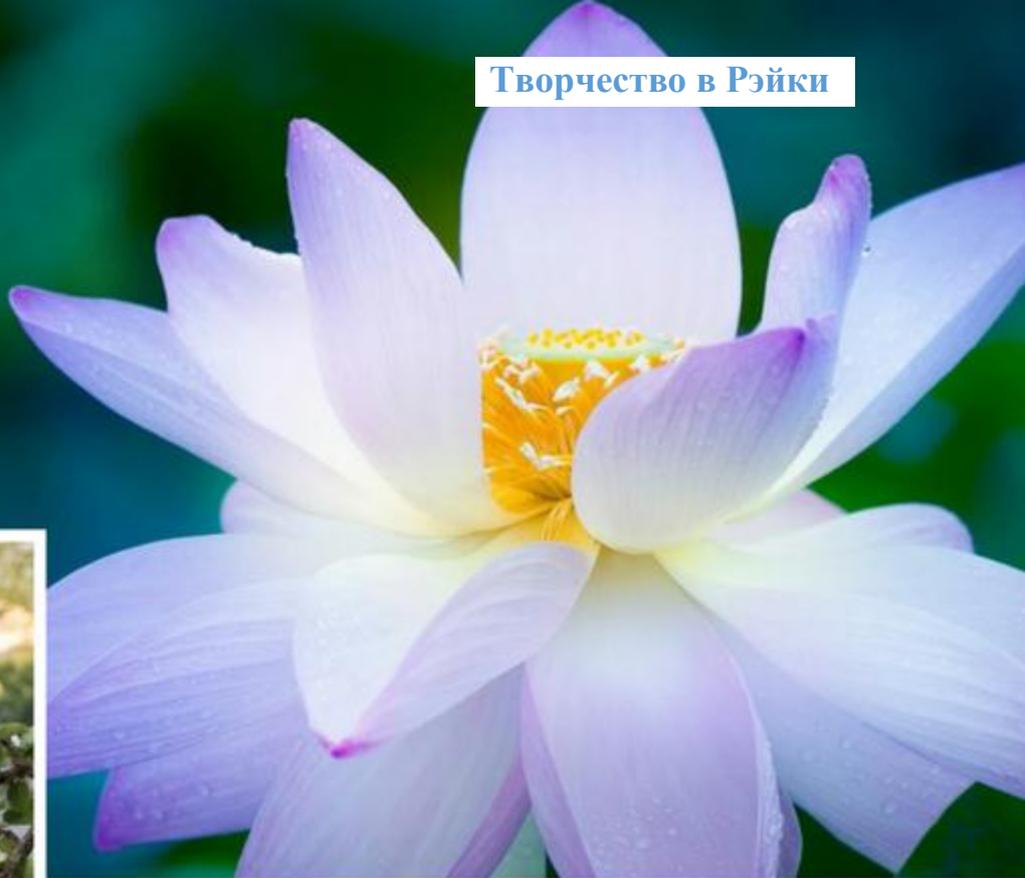
Общий рН человеческого организма в среднем должен быть – 7,4. Именно при этом значении рН наши обменные процессы находятся на максимально высоком уровне, а уровень энергии максимален. Именно в этом состоянии иммунная система находится на пике своего подъема. Движение в направлении закисления означает движение навстречу болезням. Это базовые понятия Инь и Ян. Таким образом, если вернуть человеческий организм к нормальному значению рН и удержать кислотно-щелочной баланс на этом уровне, то наступит исцеление. Мы созданы щелочными, но являемся кислото-вырабатывающим организмом. Поэтому самой большой проблемой является то, как удержать необходимый уровень кислотно-щелочного баланса. Именно в этом и может помочь оздоровительная система Усуи Рэйки Риохо.

Во время проведенного эксперимента был выявлен повышенный уровень кислотности крови испытуемого. Закисленность крови привела к угнетению иммунной системы, повреждению эритроцитов свободными радикалами, замедлению обменных процессов, активному размножению болезнетворных бактерий, вирусов, грибков и гельминтов, привела к значительному уровню гипоксии.

Во время второй части нашего исследования, мы наблюдали, как прямо на глазах меняется картина крови. Расклеиваются склеенные между собой эритроциты, они становятся подвижными, активными; пробуждаются «спящие» лейкоциты, они растут и набирают силу прямо на глазах и тут же начинают борьбу с непрошеными гостями. Замедляется активность болезнетворных бактерий.

Таким образом, выдвинутая гипотеза о том, что применение техники активизации микроциркуляции крови (Кецуэки Кокан-Хо) как одной из основных оздоровительных практик Усуи Рэйки Риохо японской традиции, оказывает положительное воздействие на кровеносную систему человека, в частности помогает нормализовать кислотно-щелочной баланс крови и благотворно влияет на клетки крови, полностью подтвердилась проведенными исследованиями.





**ИРИНА МОРОЗОВА (Москва) – Мастер Усуи
Рэйки Риохо**

СТИХИ НА ТЕМЫ ПЯТИ ПРИНЦИПОВ РЭЙКИ

В Томске в апреле этого года, я проводила встречу на тему «Поэзия императора Мэйдзи в системе Рэйки Микао Усуи». В этой работе я опиралась на прекрасное методическое пособие - книгу Натальи Балановской и Евгения Самохвалова «125 наставлений о Пути в Усуи Рэйки».

Мы поговорили о традиционном японском вака, состоящем из пяти ритмических частей по 5-7-5-7-7 слогов. Рассмотрели различные формы работы со стихами императора Мэйдзи.

Мы читали стихи вслух, вслушиваясь в глубинное «послечувствование» стиха; разбирали содержание, делились своими ощущениями и описывали свои состояния. Каждый из участников получил ответ на свой вопрос/запрос. Встреча раскрыла новые грани в восприятии Гёсэй.

В заключительной части нашей встречи мы познакомились с ритмическим построением трехстишия хокку 5-7-5, и решили написать свои стихи на темы пяти принципов Рэйки Микао Усуи.

Вот примеры того, что получилось.

Морозова Ирина – Мастер Усуи Рэйки Риохо

Огню гнева СТОП	Ветер гонит пыль.	Вода даёт Жизнь
Пусть ночь миролюбием	Беспокойство лёд Души.	Сердце благодарное
Дышит сегодня.	Согрей себя РЭЙ.	Родник для Души.

Слово Сенсея –	Солнце дарит свет.
«В работе на Благо	Любящая Доброта
Усерден ты будь».	Согревает Мир.

Полунина Ольга – 2 ступень

Сейчас стоп гневу.	Стоп беспокойству.	Будь благодарен.
Зло, излученное тобой,	Боязни рожают страх.	Это чувство расцветает,
Тебе вернется.	Доверься Свету.	Как цветок Души.

Усердно трудись.	Делай всем добро
Когда, если не сейчас?!	Доброта - это Солнце
Кто, если не я?!	Согреет Душу.

Сулов Сергей – 2 ступень

Времени река	Семь смертных грехов	Трансформация
Утро, цветы и роса	Гнев на четвертом месте	Просыпаясь – улыбнись
Будет ли завтра?!	Любовь, мир, радость!	Утро – ночь ушла.

Милосердие	Труд несёт благо.	Близкий – зеркало.
За все благодарен будь	Работа – терпение,	Разгляди и себя в нем
Спасибо Солнце!	Результат – радость	Скажи спасибо.

Ташкина Анна – 3 ступень

Взор затуманен
Микао Усуи мне
Ночью явился.

Молвил спокойно:
Традиции чтущих, Свет
Рэйки поддержит.

Принципы Рэйки
Всегда соблюдайте и
Будет вам счастье!

Гнев побеждает
Умиротворение.
Рэйки, спасибо!

Прочь все тревоги!
Спокойно энергии
Течь разрешаю.

Честно работай
И деньги придут к тебе
Сколько желаешь....

Будь благодарным
Дарована Жизнь нам как
Радость земная.

Мудрый Учитель,
Склоняюсь у стоп твоих
Благослови нас.

Богу служение
Делами и мыслями
Высшее счастье.

Дорогие друзья, может быть и вас вдохновила на творчество идея написания стихов в стиле Хокку на темы нашей ПРАКТИКИ РЭЙКИ?

Будет замечательно, если вы не только учтёте размерность трёхстрочного стиха 5-7-5 слогов, но и выполните ещё условие:

1 строчка – что вижу перед собой (что наблюдаю)

2 строчка – что я сейчас чувствую

3 строчка – вывод, состояние, мудрость.

Такая практика создания стиха открывает полный поток переживаний. Создаётся объёмный смысловой образ.

Сочинение Хокку так увлекает, что потом ещё долго в голове мысли сами складываются в три строчки.

Лето за окном
В стихосложении всем
Вдохновения!





**НАТАЛЬЯ БАЛАНОВСКАЯ (Москва) – Мастер
Усуи Рэйки Риохо, Руководитель Школы Усуи
Рэйки Риохо японской традиции «Сонтэн»,
психолог, этнограф, писатель, художник**

СМЕХОТЕРАПИЯ В ПРАКТИКЕ РЭЙКИ

«Рассказывают... когда Хотей (он известен в Японии как «Смеющийся Будда») достиг просветления, он начал смеяться. Он прожил после этого ещё почти тридцать лет; и смеялся все эти годы. Даже во сне – его ученики иногда слышали – он похохатывал. Всё его послание миру было – смех. Он разгуливал из одного города в другой и везде только смеялся. Обычно он приходил то на одну рыночную площадь, то на другую и смеялся. Собирался народ. В его смехе было что-то не от мира сего – это был смех Будды. Смех Хотея был таким заразительным, что всякий, услышавший его, начинал смеяться. Вскоре смеялась вся рыночная площадь; толпы собирались и смеялись... Многие просили его: «Дай нам какие-нибудь пояснения, указания...». Но он обычно отвечал: «Ничего более. Этого достаточно. Если ты можешь смеяться, если ты можешь смеяться тотально, - это медитация». Смех и был его техникой (его средством). Рассказывают... что многие люди стали просветленными через смех Хотея. Такова была его единственная медитация: смеяться самому и помогать смеяться людям». Ошо Раджниш

100 Вопросов Мастеру Рэйки



У Мастера Рэйки спросили: Как Вы можете прокомментировать основной принцип Рэйки «Именно сегодня...»?

- Никогда не откладывай на завтра то, что можешь отложить сегодня! - ответил Мастер.



- У меня очень болит голова, – жалуется ученик.

- И давно это у вас? – спрашивает Мастер Рэйки.

- С самого рождения.

- А до этого как вы себя чувствовали?



- Я так храплю по ночам, что просыпаюсь от собственного храпа. Что посоветуете?

- Спите в другой комнате, - ответил Мастер Рэйки.



- Каждое утро, после того, как я встану, у меня целый час кружится голова!

- Вставайте на час позднее, - посоветовал Мастер Рэйки.



- Каждый день я работаю как лошадь, ем как свинья, устаю как собака - и что мне делать?

- Не знаю, - ответил Мастер Рэйки, - я не ветеринар.



- Скажите, как прожить до 100 лет?

- Очень просто: делайте себе сеанс Рэйки каждое утро в течение 62400 недель,

- ответил Мастер Рэйки.



Жена больного спрашивает Мастера Рэйки:

- Скажите, есть хоть какая-нибудь надежда?

- Это зависит от того, на что вы надеетесь, - ответил ей Мастер Рэйки.



- Мой родственник находится под наблюдением врача уже многие годы, но ему не становится лучше, - жалуется один из студентов Рэйки, - что вы можете нам посоветовать?

- Больной нуждается в уходе врача, - отвечает Мастер Рэйки. – И чем дальше уйдёт врач, тем лучше.



Студенты второго уровня Рэйки спросили своего Мастера:

- Что ещё вы могли бы нам посоветовать по практике Окудэн?

- Мечтая, будьте осторожны! Мечты иногда сбываются, - ответил Мастер Рэйки.



Одна женщина воодушевлено рассказывала о том, что у неё прекрасная семья, и она никогда не ссорится с мужем.

- Понятно, - ответил Мастер Рэйки. - Значит, вы не созданы друг для друга.



Дама пожаловалась, что у неё нет детей. «Может быть, это наследственное...» - задумался Мастер Рэйки и вслух спросил:

- А у вашей матери были дети?



- Зачем посещать семинары, если есть так много книг о Рэйки?

- Если лечиться по справочнику, то рискуешь умереть от опечатки, - ответил Мастер Рэйки.



- Скажите, сколько можно прожить без мозга? – спросил студент первой ступени Рэйки.

- А сколько вам лет? – поинтересовался в ответ Мастер Рэйки.

ПРОДОЛЖЕНИЕ СЛЕДУЕТ ☺





НОВОСТИ В МИРЕ РЭЙКИ

ОСНОВНЫЕ ПРОШЕДШИЕ СОБЫТИЯ 2018 ГОДА

~~~~~  
*17-18 марта 2018 года* в Ставрополе (Россия) состоялся Фестиваль Рэйки "Возвращаясь к Истокам". Его организаторами были мастера Рэйки Усуи Шики Риохо Лариса Широбокова и Ирина Долгачева.

~~~~~  
23 - 25 марта в Юрмале (Латвия) состоялся «Фестиваль высших уровней Рэйки», организованный мастером Усуи Рэйки Риохо, руководителем Школы Света Рэйки Михаилом Мошенковым.

~~~~~  
*15 апреля* в г. Омск (Россия) состоялся «День практик Рэйки», организованный мастерами Рэйки Усуи Шики Риохо Валентиной Бобровицкой и Ларисой Нефедовой, на котором присутствовали мастера разных школ Рэйки со своими практиками.

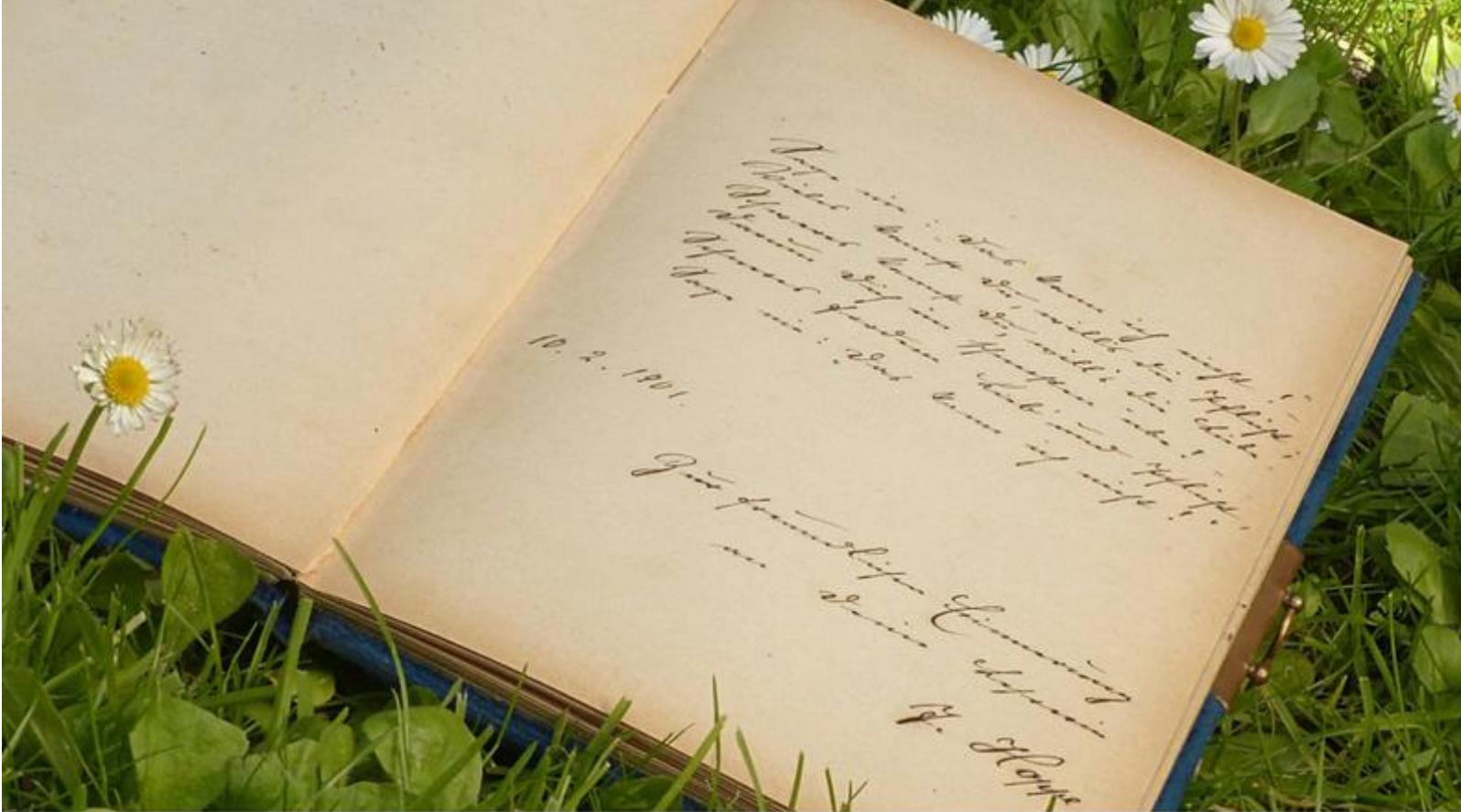
~~~~~  
21-22 апреля в г. Нижний Новгород (Россия) состоялся Фестиваль Рэйки, организованный мастером Усуи Рэйки Риохо Евгением Самохваловым.

~~~~~  
**2 июня** в г. Тюмень (Россия) состоялся День практик Рэйки «От сердца к сердцу», организованный мастером Рэйки Усуи Шики Риохо Светланой Костюк.

~~~~~  
6-8 июля состоялся «Седьмой Фестиваль Рэйки в Горном Алтае», организованный под руководством мастера Рэйки Усуи Шики Риохо Любови Шанцевой.

~~~~~  
**20-21-22 июля** в подмосковной Немчиновке (Россия) состоялся Большой Саммит, завершивший международный проект «Великое Путешествие Рэйки». В проекте приняли участие более 70 мастеров Рэйки и их студентов различных школ и направлений из более, чем 50 городов России и 17 стран мира.





**ПРИГЛАШАЕМ К СОТРУДНИЧЕСТВУ!**

**ДАВАЙТЕ ДЕЛАТЬ ЖУРНАЛ ВМЕСТЕ!**

Друзья!

Наш журнал будет выпускаться один раз в квартал. Если вы хотите принять участие в подготовке следующего номера журнала, поделиться своим опытом, идеями и предложениями, или задать свои вопросы, всё это можно направлять на электронную почту редакции.

Адрес электронной почты [admin@usuireikiryo.ru](mailto:admin@usuireikiryo.ru)

**ДО НОВЫХ ВСТРЕЧ НА СТРАНИЦАХ  
ЖУРНАЛА «ЭТО РЭЙКИ»!**