

# reiki



kuidas vahendada universumi  
armastus- ja ravijõudu

carmen fernandes

fiona pragoffi fotod

# reiki

kuidas vahendada universumi armastus- ja ravijõudu

Carmen fernandez

fiona pragoffi fotod

inglise keelest tõlkinud maire selgmäe

ERSEN

Carmen Fernandes  
REIKI HEALING  
2000

Raamatu eesti keeles kirjastamise õigus kuulub eranditult kirjastusele ERSEN.  
Selle raamatu reprodutseerimine, tõlkimine ja levitamine ilma valdaja loata on õigusvastane ja seadusega karistatav.

Toimetanud Margot Mahlapuu

Korrektor Inna Viires

Copyright in design, text and images © Anness Publishing Limited,  
U.K. 2000

All rights reserved.

© 2007 Kirjastus ERSEN

B I I 155207

ISBN 978-9949-12-380-3

Kujundaja: Lisa Tai

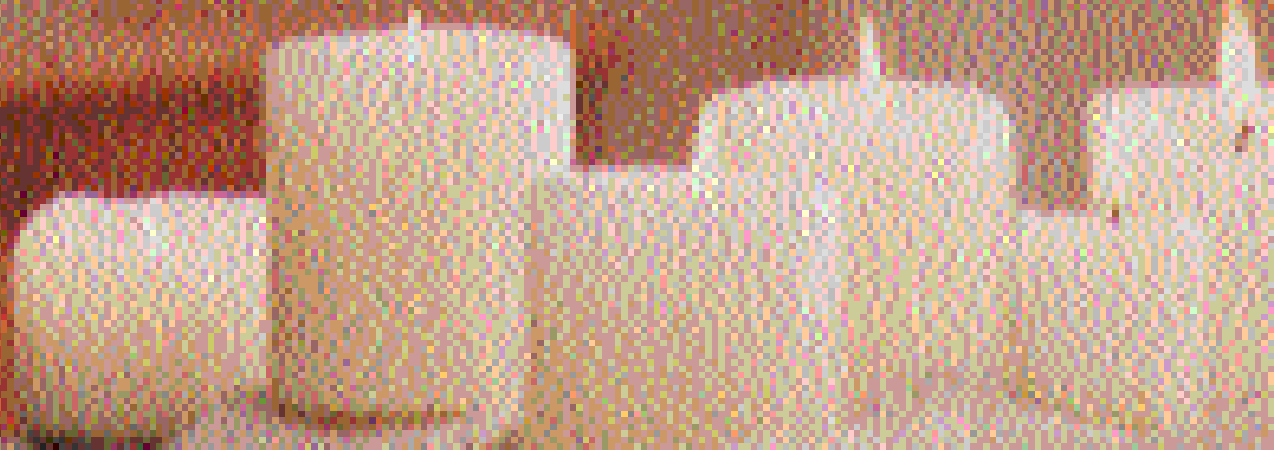
Fotograaf: Fiona Pragoff

Fotograafi assistendid: Mandy Karius, Jonathan Stokes ja

Tim McDonald

# Universaalne eluenergia

Kogu universum pärineb armastusest ja kõik  
pöördub armastuse juurde tagasi. Kuna kõik  
olendid on tulnud rõõmust, elavad kõik  
rõõmust ja pöörduvad rõõmu poole tagasi.  
*Taittiriya Upaniṣad*





# Reiki on armastus

10

universaalne eluenergia

Reiki tunnetamine tähendab kogeda universumist tuleva armastuse kiirgust, mis paistab kõikidele olenditele. Tunnetame alates sünnist instinktiivselt teise inimese armastavat puudutust. Puudutuse tajumine on paljude meile kättesaadavate suurepärase ravikunstide osa ja me tunnetame teise inimese puudutusega kaasnevat lohutust enne, kui meie kehani jõuavad selle raviomadused, ja see parandab meie meeleolu. Reiki vastuvõtmine kas iseenda või teise inimese käte läbi

tähendab, et teid hoiab ja toetab universumi enda elujõud. Seega võtate vastu kosmilist energiat, mis voolab Maal läbi kõige.

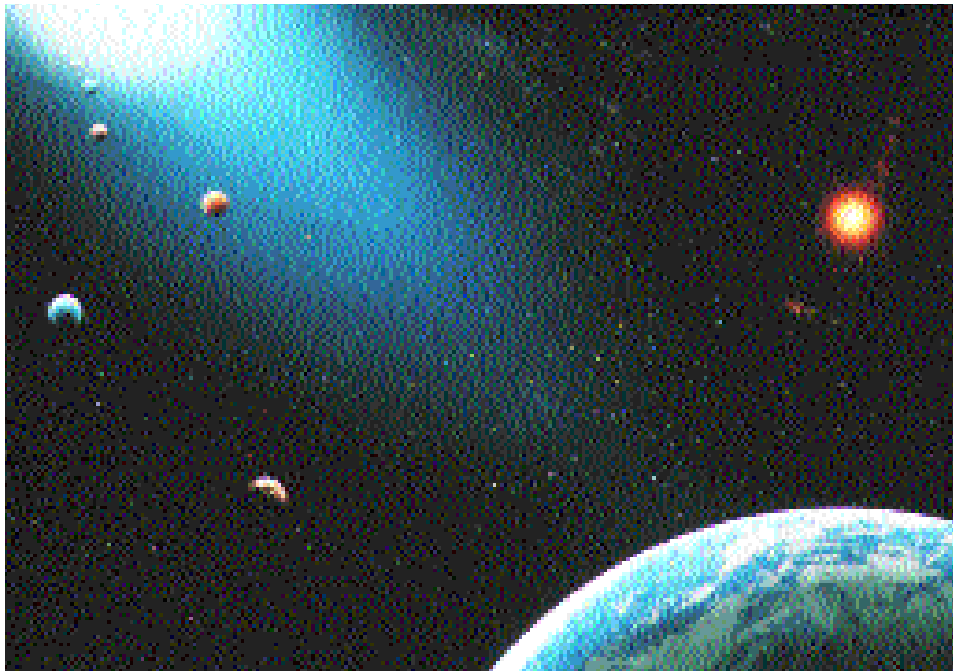
## Suhtlemine ja kosmos

Reiki algallikas on sama armastust jagav universum, mis annab meile igal sekundil õhku hingamiseks. Reiki kutsub meid üles ennast sellele suurepärasele armastusele avama, seda usaldama ja laskma sellel läbi meie keha voolata. Sõna esimest poolt *rei* võib tõlkida

kui universaalset või spirituaalselt valgustunud; *ki* tähendab kõige sees olevat eluenergiat. Reiki tähendab sõna-sõnalt energiat (*ki*), mida juhib jumalik tarkus (*rei*). Reiki on oma vaimse arengu tase, kuid sellel pole piire, ometi teab see, kus teda kõige rohkem oodatakse. Läbi reikit praktiseeriva inimese peopesade liikuvat energiat on võimatu tagasi hoida, sest see kuulub kõigile ja kõigele ning keegi ei suuda seda raamidesse panna – see on hõlmamatu. Nüüdisaegses maailmas õilmitseb reiki igal pool ja paljude seda nautivate inimeste jaoks on käegakatsutav nii füüsiline, emotsionaalne kui ka vaimne tervenemine, mis õnnistab kõike, mida see puudutab. Reiki pakub leevendust valu puhul, loovust, kui tunneme ennast sisemiselt tühjuna, ja armastust, kui oleme üksildased.

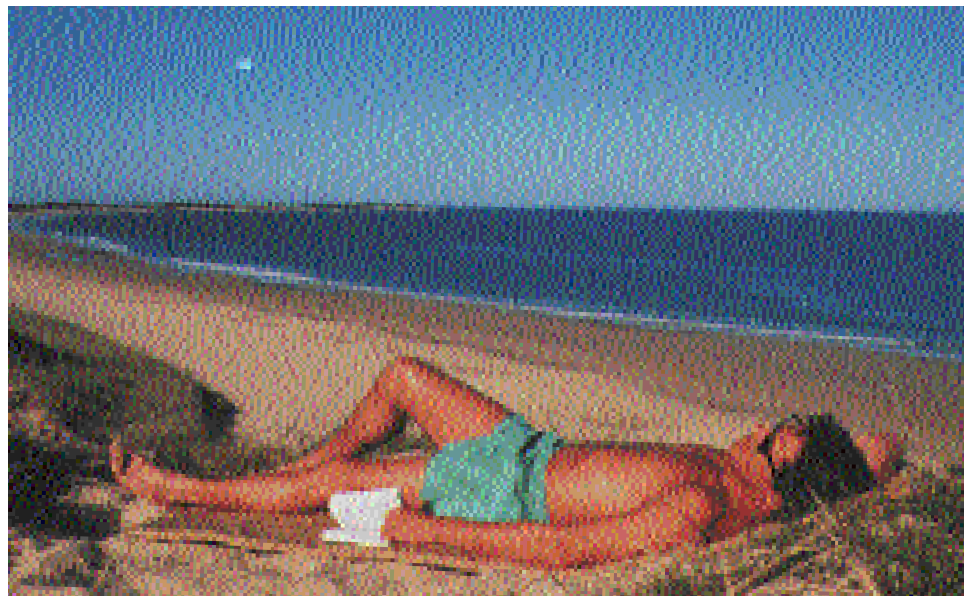
## Reiki on kõigi jaoks

Kui teie elu tundub mittetäiuslik või naudite seda täiel rinnal, kui olete vaimne otsija, eesmärgile keskendunud materialist, kannatate depressiooni all või kohanete parajasti muutustega, ümbritseb ja rikastab teid reiki. Energia, mis levib kosmosest, on jumalik tarkus ja tõde. See ületab aja ja ruumi ning kõik religioonid. Seda nautivad mitmetesse uskudesse kuuluvad inimesed ja isegi mitteusklikud, see stimuleerib positiivset elu ja kaastunnet kõige suhtes.



△ Lõputu ja tingimusteta reiki on kogu elu energia, mida juhib universumi tarkus.

▷ Reiki mõju sarnaneb päikesekiirgusega maale ja me peame seda meeles pidama, kui naudime päikese soojust oma kehal, samal viisil nagu dr Usui kandis heledalt valgustavat laternat, et meenutada endale reiki tugevalt tervendavat energiat.





On olemas valgus, mis paistab kõigele maa peal,  
meile kõigile, taevale, kõige kõrgemale,  
kõige kõrgemale taevale.

See on valgus, mis särab meie südames.

*Chandogya Upaniṣ ad*

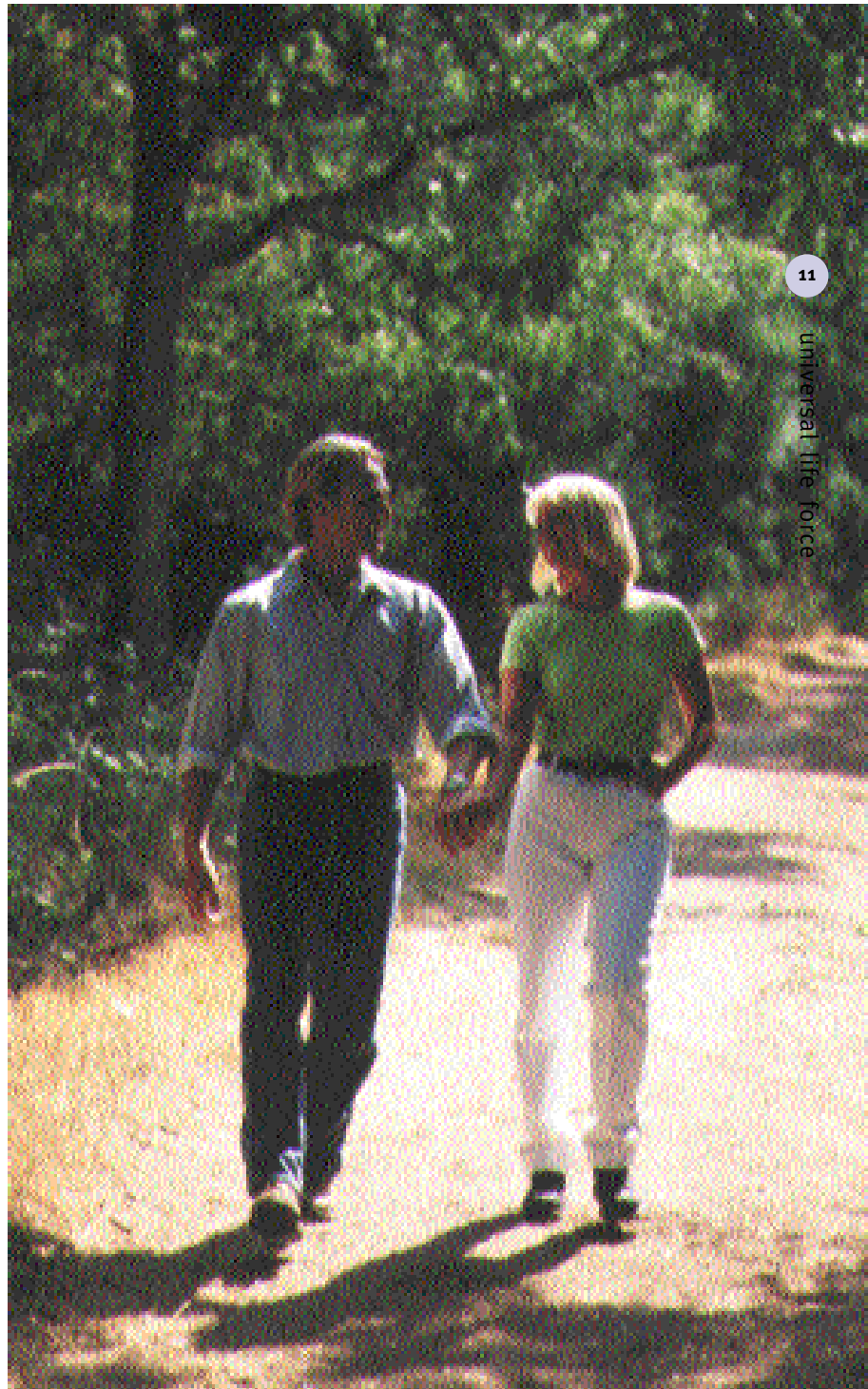


## Kõikehõlmav seadus

Reiki demonstreerib meile paljudel eri viisidel õnne, mida võime kogeda, elades harmoonias universumi seadustega. Armastage, kui tahate, et teid armastatakse, jagage lahkesti ja saate mitmekordselt tagasi. Reikiga tegelev inimene ei jää kunagi nõrgaks, sest energia jõuab tervendajani enne,

kui see jõuab inimeseni, keda ravitakse. Meid täiendatakse lakkamatult, mis näitab, et kõike on piisavalt. Reiki on mittepolaarne energia – sellel puudub vastandpool. Reikit võib kasutada vaid heade tegude tegemiseks ja kui me nõrkusetel püüamegi sellega manipuleerida ja kasutada eesmärgi saavutamiseks, mis pole kõige õilsam, siis see lihtsalt

ei toimi. Reiki kasutamiseks või selle vastuvõtmiseks pole teil vaja intellektuaalseid oskusi, vaid ainult avatud meelt ja tervendamise soovi. Kui te järgite reiki pühitsust, on energia edasiandmise võime otsekohene ja igavene. Reiki on tingimusteta armastus maailmas, mis on paljuski tõkestatud konfliktidest, ja see algab teist endast.



△ Kui teie elus on puudujääke või naudite seda täiel rinnal, reiki ümbritseb ja rikastab teid ja inimesi teie ümber.

◁ Igas vanuses inimesed reageerivad teise inimese tervendavale puudutusele, aga füüsilise armastuse kõige tugevam side on ilmselt ema ja ta väikese lapse vahel.

# Reiki lugu

12

universaalne eluenergia

Universumi oluline energia reiki on pidevas liikumises, nii minevikus kui ka olevikus ning seda ei kammitse aja- ega ruumikontseptsioon. Keegi ei tea täpselt, millal kasutati reikit esimest korda iseenda ja teiste tervendamiseks. Mõned reiki praktikud arvavad, et reikit tunti ja kasutati spirituaalsetel eesmärkidel legendaarses Lemuuria tsivilisatsioonis ja Atlantisel, aga teised kinnitavad, et reiki kui armastusenergia on olnud läbi sajandite mitmete imeliste tervenemiste taga.

## Reiki taasavastamine

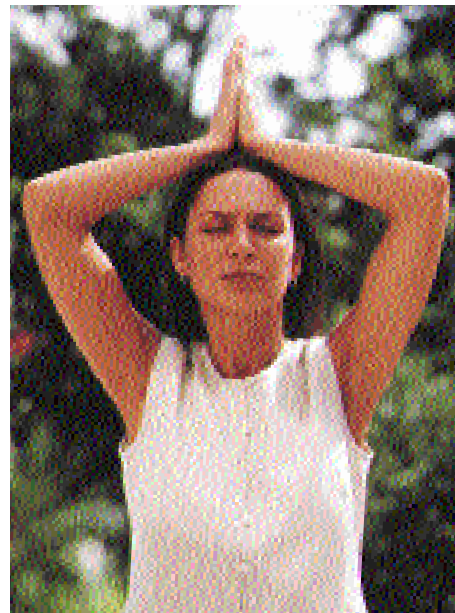
Lugu, kuidas dr Mikao Usui taasavastas reiki, levis alguses suust suhu. Seda lugu jutustatakse ikka veel kursustel ja iga reiki meister-õpetaja pöördub selle juurde aegajalt uuesti tagasi. Kuna reiki lugu anti alguses edasi suuliselt, on sellel mitu erinevat varianti, aga see pole üldse oluline, kui me ei tea dr Usui reiki otsingu täpseid üksikasju või momente, kuidas reiki uuesti maailma ilmus. Reiki lool on sümbolne tähendus – eelkõige räägib see südamest tulevast missioonist ja see on alati oluline, tänapäeval rohkemgi kui kunagi varem.

Mikao Usui sündis 15. augustil 1862. aastal Jaapani lõunaosas. Kuigi ta ei saanud

allopaatse arsti ametlikku koolitust, anti talle see tiitel juba tema eluajal, sest ta ravis alati, kui nägi, et keegi kannatab. Teda on kujutatud nii budisti kui ka vaga kristlasena, muutusi on tehtud ilmselt selleks, et olla vastavuses poliitikaga või illustreerib see hoopis tema universaalset ja kõikehõlmavat lähenemist andele, mida ta jagas igal pool ja kõigiga, kes vajasid armastust. Lugu, mille jutustas mulle minu reiki meister-õpetaja, räägib, et dr Usui tekkis esimest korda huvi puudutuste abil ravimise vastu Kyoto koolis õpetades. Tema noored õpilased olid uurinud piiblit ja lummuses Jeesuse sõnadest: „Teete samasuguseid asju nagu mina, ja isegi suuremaid.“ Õpilased küsisid, miks tavalised inimesed ei suuda kätepuudutusega ravida ja neile tundus, et suurte ravitsejate pärand oli sõnum, et igaüks suudab tervendada, kui otsib tõelisi vastuseid. Dr Usui lubas need vastused leida. Ta loobus õpetaja ametist ja tema otsingud algasid.

## Valemi otsingul

Et leida vastused, algas dr Usui aastaid kestev uurimistöö Ameerika Ühendriikide, Hiina, India ja Tiibeti kloostrites ning raamatukogudes. Ta õppis selgeks sanskriti



△ Tänapäeval võite valida reiki häälestusteks kaunid kohad looduses.

keele ja luges budistlikke õpetusi iidsetetest suutradest. Sellel ajal avaldusid dr Usuile mitmed imelised taevaõnnistused, aga ta tahtis oma uusi teadmisi praktikas kasutada. Dr Usui koges kõiki saladusi, mis talle paljastusid, intellektuaalsel viisil ja teadis, et kui ta tahab tervendada, peab ta panema kõik selle, mida oli õppinud, tegudesse. Suurest ihast avastada tegelik valem otsustas ta oma soovi nimel mediteerida ja reisis pühale Kurama mäele Jaapani põhjaosas.

## 21 kivikest

Kurama mäele jõudnud, korjas dr Usui kakskümmend üks kivikest ja tegi neist kuhja, et iga päeva lõpus üks kivike minema visata. Number 21 on tähendusrikas ja see esineb paljude religioonide iidsetes teksti-

◁ Enne mäel mediteerimist lõi dr Usui päevade tähistamiseks 21 kivikesest koosneva kalendri. Pärast pühitsusi kulub reikil kolm päeva, et tõusta mööda meie seitset energiakeskust ehk tšakrat.

