



Lou Melèndes
Máster Reiki

Prologo

El Reiki me ha ayudado mucho en mi vida personal, profesional y en todo lo que me rodea. Me he convertido en un REIKIDOKA (practicante Reiki a tiempo completo), y es una de las cosas más hermosas que me ha sucedido en mi vida.

El Reiki me permitió canalizar energía de una forma más adecuada a todos los aspectos de mi vida, para así poder ayudarme a mí, a mi familia, a mis amigos, a mis pacientes y a todo aquel o aquello que lo necesite.

Este manual ha sido realizado con información recopilada a través de años de prácticas y experiencias propias y de otros que las han compartido, así como por investigación y estudio de las fuentes tanto japonesas como occidentales.

Agradezco a mis hijos por todo el apoyo y comprensión, a mis amigos por aguantarme, a mis colegas por enseñarme y a todos con los que tengo la fortuna de compartir por su paciencia y tolerancia.

Ma. De Lourdes Melèndes Rodríguez

Ikal Yaab Ix
(Espíritu en abundancia, el Mago)
Máster Reiki



Lou Meléndes
Máster Reiki

TEMARIO GENERAL

- 1.- Presentación, del facilitador y cada uno de los participantes
- 2.- Orígenes del Reiki.
 - ✓ Tipos de Reiki
 - ✓ Preceptos del Reiki
- 3.- Que es el Reiki
 - ✓ Definición de la palabra Reiki
 - ✓ Para qué sirve el Reiki.
 - ✓ Que es un alineamiento de Reiki
 - ✓ Beneficios del Reiki
- 4.- Los preceptos, Un estilo de vida
- 5.- Los centros energéticos
- 6.- Iniciación al símbolo Koriki y Cho ku Rey
- 7.- Las Terapias
- 8.- Tratamientos
 - ✓ Auto- Tratamiento
 - ✓ Tratamiento a terceros
- 9.- Meditaciones



Lou Meléndes
Máster Reiki

Visión

Establecer un proceso de enseñanza y aprendizaje con la finalidad de que el Participante, conozca las herramientas correspondientes a este primer nivel de Reiki, comprometiéndose para consigo mismo vivir los preceptos que el Maestro Usui dejó, como legado.

Provocando la constante revisión de si, a través de procesos de introspección personal, así acompañar e inspirar el ejercicio reflexivo y de auto motivación para el cambio positivo y transformacional.

Objetivo General

El Participante, Al finalizar este Curso, Teórico- Práctico Identificará, Reproducirá y practicará los símbolos del primer nivel Reiki Tradicional Usui.

El participante, Identificará Los preceptos, usos y aplicaciones del Reiki y los símbolos Koriki y Chukorey

El participante, practicará y reproducirá los símbolos Koriki y Chukorey

Objetivos Particulares

El Participante Identificará, los símbolos del primer nivel de Reiki, sus antecedentes, presentación y simbología

El Participante Reproducirá en si mismo el símbolo, sintiéndolo y vibrando la energía que este genera, a través de la práctica individual

El participante practicará de primera mano viviendo la experiencia, de la aplicación y recepción del símbolo



Lou Meléndes
Máster Reiki

Sus orígenes

El primer nombre del Maestro era Mikao y su sobre nombre era "Gyohan". Nació en el pueblo de Taniai-Mura, Yamagatagun, Gifu-ken. El Maestro nació el 15 de agosto del primer año de la era de Keio (1865).

Desde joven estudio mucho, convirtiéndose en un gran erudito. Tenía muchos amigos, y de adulto estudió más arduamente para ser útil a los demás. A pesar de las aspiraciones que tenía, las cosas no le iban tan bien como merecía, y frecuentemente vivió en la pobreza.

Tenía que enfrentarse a muchas dificultades, pero nunca se rindió y continuó con tesón, empeñado en su entrenamiento, su aprendizaje y la búsqueda del sentido de la vida.

En 1922 subió al monte Kurama para ayunar y llevar a cabo la práctica de disciplinas espirituales, y a partir de este momento comienza la actual Historia del redescubrimiento de Reiki...

La historia tradicional contada en Occidente proviene de una grabación realizada por Hawayo Takata sobre el año 1979. En la cinta se narra cómo a finales del siglo XIX uno de los estudiantes de Mikao Usui, de fe cristiana y por aquel entonces director de la Universidad de Doshisha en Kyoto, Japón, le pidió que demostrara públicamente sus habilidades curativas tal y como se Jesús lo había hecho según la Biblia.

Pero Usui tuvo que admitir que no conocía ningún método de sanación similar y los estudiantes le contestaron entonces que a pesar de su gran respeto por él no podían compartir su fe. Así, Usui decidió abandonar su cargo en la universidad para buscar respuestas. Decidió iniciar su búsqueda en América, donde se dice que se registró en la Universidad de



Lou Meléndes
Máster Reiki

Chicago para poder estudiar filosofía. Este ambiente le dio la oportunidad de estudiar Hinduismo, Zoroastrismo y Budismo y precisamente fue cuando estudiaba el último cuando encontró un pasaje que relataba cómo Buda también curaba a través de la imposición de manos. Después de pasar siete años en los Estados Unidos decidió regresar a Japón para encontrar textos budistas que explicaran de alguna forma la manera de sanar de Buda descrita en los Sutras.

Así, visitó bastantes monasterios en Kyoto para terminar recluyéndose durante tres años en un monasterio Zen. Se dio cuenta de que los monjes, aunque conscientes de la sanación a un nivel físico, se enfocaban más en sanar sus vidas en la esfera espiritual sabiendo que el conocimiento de la sanación física les sería revelado a través de la meditación una vez que se hubieran iluminado.

Sin perder su objetivo de vista, Usui se instruyó en chino y en sánscrito para poder leer él mismo los Sutras originales para acabar encontrando en ellos la sencilla fórmula que había estado buscando. Para comprobar que era efectiva, decidió pasar veintiún días en el monte Kurama-yama cerca de Kyoto, un lugar al que la gente iba a menudo a ayunar y meditar. Antes del amanecer del último día de meditación, una luz parpadeante comenzó a aproximarse a él y a pesar de su aprensión se dio cuenta de que se trataba de una prueba. Se relajó y superando su miedo, dejó que la luz de impactara entre sus ojos. Poco a poco fue perdiendo la consciencia y al despertarse vio millones y millones de burbujas de los colores del arco iris bailando seguidas de un rayo que contenía los siete colores. Finalmente, como si mirara una gran pantalla justo delante de sus ojos, vio dentro de una gran luz blanca en forma de destellos dorados la fórmula en sánscrito que había estudiado como si le dijera: “ ¡Recuerda, recuerda!” Al



Lou Meléndes
Máster Reiki

descender por la ladera del monte para regresar a Kyoto se golpeó el dedo gordo del pie, levantando la uña y haciendo que sangrara. Sostuvo el dedo entre ambas manos hasta que el dolor desapareció. Y de hecho, el dedo había dejado de sangrar y había vuelto a la normalidad.

Al reanudar la marcha se encontró con un anciano que vendía comida al borde del camino. Usui le pidió comida e ignorando su consejo de no comer mucho después de un ayuno prolongado, se dio cuenta de que su nieta estaba llorando y con la cara hinchada por un dolor de muelas. El Maestro Usui posicionó las manos sobre la zona y pronto el dolor se había ido. El anciano le invitó entonces a comer como muestra de agradecimiento y así se llevó a cabo un intercambio por la sanación recibida.

A su regreso al monasterio, el Maestro Usui se encontró con que uno de los monjes más mayores estaba en cama aquejado de una mala artritis. Usui le visitó y sentándose con sus manos sobre los cobertores de la cama le contó su experiencia. Cuando se levantó para irse, el monje le comentó que su dolor se había ido y que se sentía lleno de energía.

Después Usui decidió empezar a aplicar su conocimiento con aquellos que más lo necesitaban en las barriadas de Kyoto, sin importarle el tipo de enfermedad que la gente padeciese. De acuerdo con Takata, empezó a trabajar en la causa y el efecto de las enfermedades y cayó en la cuenta de que los jóvenes se recuperaban primero y que cuanto más anciana era la persona y más profunda la dolencia, más tiempo tardaba en curarse. También se percató de que el cúmulo de experiencias y emociones pasadas eran la causa de muchas de esas enfermedades. A muchos de los pacientes se les asignaba nuevos trabajos para comenzar una nueva vida. Sin embargo, Usui se encontró con que bastantes de ellos regresaban a los barrios y a las vidas de mendicidad que habían llevado hasta entonces.



Lou Meléndes
Máster Reiki

Mientras que los monjes habían enfatizado la sanación del cuerpo espiritual hasta el punto de desatender lo físico, Usui se había concentrado principalmente en curar el cuerpo físico. Pero al final se dio cuenta de que si se había producido tanto una sanación espiritual como física, entonces los efectos perdurarían.

De aquí nacieron los cinco preceptos del Reiki:

Los 5 principios(Gokai) son parte esencial en la enseñanza y aprendizaje de Reiki, el Maestro Usui siempre hizo énfasis en la curación ante todo del espíritu, y ese es el objetivo del Gokai, reprogramar nuestra mente para comenzar el cambio necesario para poder sanar.

Sólo por hoy – KYO DAKAWA

No te enojas – IKARUNA

No te preocupes – SHINPAI SUNA

Con agradecimiento – KANSHA SHITE

Trabaja diligentemente – GYO WO HAGEME

Sé amable con los demás – HITO NI SHINSETSU NI

El Maestro Usui fue un hombre de gran resolución y fortaleza. Peregrinó por todo Japón llevando consigo una antorcha que estaba prendida incluso durante el día y cuando le preguntaban acerca de este extraño comportamiento contestaba:

“Estoy buscando a la gente que necesita esta luz para alumbrar sus corazones, quitar su depresión, limpiar su carácter, su mente y su cuerpo.”

Y así difundió sus habilidades curativas a todos aquellos que estuvieran dispuestos a escucharle. Entre los 16 ó 18 Maestros (¿20?) que formó



Lou Meléndes
Máster Reiki

estaba Chujiro Hayashi, quien continuó enseñando el sistema de sanación de Reiki después de la muerte de Usui.

Una de sus estudiantes fue la señora Takata, que llevó el Reiki fuera de Japón y lo difundió al resto del mundo. Aunque ésta es la historia tradicional del Reiki en Occidente, muchos de los detalles históricos de la vida de Usui no han podido verificarse.

Tú, Linaje

El "Linaje de Reiki" hace referencia a la cadena de iniciaciones que une a cada Maestro con Usui Sensei. El Linaje siempre comienza con el Maestro Usui y de Maestro en Maestro llega hasta cada uno de los practicantes.

Básicamente existen dos cadenas de linaje:

El Reiki Tradicional Japonés

(Linaje del Maestro Usui a través del "Usui Reiki Ryoho Gakkai")

y

El Reiki Occidental-USUI SHIKI RYOHO (Linaje Usui –Hayashi -Takata).

Takata dejó formados 22 maestros reconocidos.

Tú, tendrás el honor de pertenecer a estos dos linajes



Lou Meléndes
Máster Reiki

Linaje Suprema Personalidad de Dios de la Federación Española de Reiki

- * Mikao Usui
- * Chijiro Hayashi,
- * Hawayo Takata,
- * Beth Grey,
- * Barbara Mc Gregor,
- * Verónica Graham,
- * Nuria Martínez,
- * Michelle Mordoh Goss,
- * Paradharmadas,
- * Ma. Dolores Crespón,
- * Ma. de Lourdes Meléndes.

* _____



Lou Meléndes
Máster Reiki

Linaje Alianza española de Reiki:

- * Mikao Usui,
- * Toshikata Mochizuki,
- * Sr. Watanabe,
- * Chijiro Hayashi,
- * Sra. Yamaguchi,
- * Hawayo Takata,
- * Shingo Sukama,
- * Sr. Wanami,
- * Hyakuten Inamoto,
- * Phyllis Furumoto,
- * Kurun Naidu,
- * Sra. Kojama,
- * Lean Smit,
- * Hiroshi Doi,
- * Tanaka,
- * W. Rand,
- * Antonio Moraga,
- * Guillermina Domínguez,
- * Ma. de Lourdes Meléndes

* _____



Lou Meléndes
Máster Reiki

¿Qué es Reiki?

Reiki es un sistema de crecimiento espiritual, un camino a la Divinidad. Es también un sistema curativo y de autoayuda. Esta energía es la fuerza de la vida que penetra del universo.

Se sabe que en el proceso de Reiki al "colocar las manos" también ocurre la curación espiritual y es a menudo considerado un fenómeno metafísico, y ese fue el principal objetivo de su re-descubridor fue, el sensei Mikao Usui.

Reiki tiene sus bases en las tradiciones de la medicina asiática y las artes marciales como acupuntura, Qui gong, Tai Chi y prácticas semejantes, es conocido como "el Chi Kung del perezoso"

Reiki parece ser una fusión de la curación espiritual y de algunas medicinas tradicionales asiáticas.

El Reiki fluye por el terapeuta pero no es engendrado por el terapeuta y no agota a los practicantes de Reiki en sus suministros de energía. Los terapeutas avanzados pueden hacer los tratamientos sin el contacto físico.

Definición de la palabra Reiki

La palabra Reiki se define como Espíritu o Universal o (Rei), la Fuerza de la Vida o la Energía (ki).

El sistema de Reiki es un sistema sencillo y poderoso del trabajo de la energía que cualquiera puede aprender a usar para desarrollar la armonía y la integridad físicas emocionales mentales y espirituales en sí mismos y para ayudar a otros. Reiki funciona en la energía del cuerpo primero, generalmente siguiendo los mismos canales usados en la acupuntura y acupresión, Qui gong y otros modos tradicionales, asiáticos, médicos y curativos pero no se limita a ellos.



Lou Meléndes
Máster Reiki

¿Para qué sirve el Reiki?

Reiki puede ayudar a aliviar el sufrimiento así sea físico, emocional, mental, espiritual, o a la misma naturaleza. Esto significa que Reiki puede curar. Esta declaración no es una garantía ni una promesa de que alguien se aliviará de alguna indisposición sólo con uno ni con múltiples tratamientos de Reiki.

En la mayoría de los casos Reiki aumenta los efectos del tratamiento médico cuando se usa en unión con él. Un principio fundamental de Reiki es que no puede hacer daño y no se puede usar para propósitos perjudiciales.

Otro Propósito de Reiki es que deberá ayudar en la evolución personal y espiritual y para ayudar en el sendero a la iluminación, aunque Reiki no es afiliado a ningún sendero espiritual ni trabaja para nadie. Reiki tampoco garantiza la iluminación de alguien. Reiki no es religión.

El tratamiento de Reiki se puede recibir de cualquier terapeuta Reiki.

El tratamiento de Reiki aumenta la habilidad natural del cuerpo para curarse. Aumenta la vitalidad y la energía, las funciones del cuerpo, en la mente, las emociones, la esencia, el espíritu y el aura. El tratamiento de Reiki libera la energía bloqueada y promueve la relajación y reduce el estrés. La energía de Reiki tiene una inteligencia innata y va dondequiera que necesite el cuerpo y el aura. Ayuda a limpiar el cuerpo de toxinas energéticas y físicas, aumenta su poder con el tiempo, aumenta la energía, la intuición, la meditación y la evolución espiritual.



Lou Meléndes
Máster Reiki

Reiki trabaja también en plantas, animales, e incluso máquinas y se puede usar en la curación de la Tierra y ha sido usado para el tratamiento de acontecimientos del mundo. Reiki trabajará para usted personalmente y es también una herramienta que usted puede usar para ayudar a otros.

Reiki y otras energías curativas sutiles son herramientas valiosas para cualquiera que desee mejorar en la salud, los asuntos personales o la necesidad de precipitar su evolución emocional, mental o espiritual.

Muchas personas aprecian el tratamiento de Reiki este puede ser una puerta a una parte más alta de su propia espiritualidad. El tratamiento de Reiki y práctica pueden aumentar el flujo de vibraciones más altas de la energía en su aura y en el cuerpo físico. La energía de Reiki trabaja para armonizar, o para lograr el equilibrio, que es la suma de: físico, emocional, mental y espiritual. Usted tiene que usar activamente

Las fotos de Kirlian y aura muestran también los cambios significativos antes de y después de tratamientos de Reiki.

Para aprender a practicar y compartir Reiki con otros, usted debe recibir Alineamiento de parte de un Maestro Reiki. Usted puede aprender a dar tratamientos Reiki a usted mismo, la familia y los amigos, los animales, y hasta a las plantas. También es posible el uso de Reiki en aparatos

El Reiki aumenta su energía y lo vigoriza mientras usted trata a otros.

A veces las personas tienen esperanzas no razonables en Reiki como clientes o como terapeutas.

Reiki resulta algunas veces en una curación milagrosa e instantánea de cualquier condición. Reiki trabaja en la persona para restaurar el equilibrio y



Lou Meléndes
Máster Reiki

la reparación energética en obstrucciones así como lo hacen las lágrimas en la enfermedad y la desdicha.

¿Qué es un alineamiento de Reiki?

Este es el proceso por el que un Maestro de Reiki canaliza la energía y transmite la habilidad del Reiki. Esto implica un proceso de limpieza de cualquier bloqueo a Reiki en su aura y conectarlo a la habilidad de transmitir energía Reiki por medio de una transmisión directa a su cuerpo (aura) de la energía. Hay muchos sistemas diferentes que usan para transmitir los alineamientos. Reiki es uno de los más conocidos y es excelente por lo básico y sencillo de su sistema y propósito. Es fácil de aprender y no está cargado de esoterismo ni dogmas.

Generalmente los alineamientos se dan durante la instrucción en las varias técnicas implicadas en los niveles de Reiki practicante.

Hay normalmente tres niveles de Reiki que se designaron I, II y III, donde III es el nivel Magistral o Maestría.

Beneficios del Reiki

Beneficios del Reiki Te conecta con tu espiritualidad. • Provee técnicas para tu práctica de meditación. • Crea una integridad energética. • Te motiva y te da poder para utilizar el más amplio espectro de tu energía espiritual. • Enfrenta la causa, no el efecto. • No tiene efectos colaterales ni contraindicaciones. • Es un método no invasivo y es apropiado para cualquier edad y síntoma. • Amplía la respuesta del mecanismo homeostático de regulación en los sistemas de curación del cuerpo. • Devuelve el funcionamiento mental adecuado. • Incrementa las experiencias de felicidad y amor. • Potencia e incrementa la intuición.



Lou Meléndes
Master Reiki





Lou Meléndes
Máster Reiki

Niveles de Reiki

En el nivel I se enseñan las técnicas básicas para la imposición de manos en el tratamiento para uno mismo y otros.

En el Nivel II uno aprende las técnicas para la curación a distancia y recibe alineamientos para usar los símbolos, para activar las funciones específicas para la curación mental y emocional y para aumentar la conexión y el efecto de Reiki.

En el Nivel III se agrega el plano espiritual o la función curativa intuitiva de la energía y la habilidad

En el nivel Magistral Para ser un Maestro de Reiki no es necesario gozar de un signo especial de fibra moral de persona, de conducta, ni de ninguna forma del desarrollo emocional ni espiritual previo

Los Maestros de Reiki son tan humanos como cualquier otro.

Aunque cabe aclarar que es importante que el maestro Reiki sea coherente y actué rigiéndose mínimamente con base a los preceptos del mismo

Cada nivel requiere un alineamiento o el conjunto de alineamientos. En cada uno de los niveles se notarán los progresos, pues puede haber una diferencia clara y notable en la percepción de efectos y las sensaciones de ambos: el terapeuta y el cliente.

También, cuando se progresa de nivel, se enseñan los símbolos de Reiki que pueden ser (y son generalmente) usados en dar un tratamiento de Reiki



Lou Meléndes
Máster Reiki

Tarea del Practicante de Reiki

El terapeuta practicante usa Reiki para mover la energía, equilibrar, eliminar bloqueos y reparar el aura. Los terapeutas avanzados son capaces de dar los tratamientos sin la presencia del receptor e incluso mandan los tratamientos a largas distancias, y en el tiempo (pasado y futuro).

La habilidad de curar los desequilibrios físicos, emocionales, mentales y espirituales con la energía canalizada por las manos ha sido visto como un magnífico, raro y místico obsequio para el logro espiritual. Sin embargo esto simplemente no es tan fácil de aprender como atarse los zapatos.

La energía curativa puede ser canalizada por cualquiera. Esta habilidad puede ser adquirida por la transmisión energética de una persona a otra. Estas transmisiones se llaman “alineamientos” o “autorización”, o a veces “iniciaciones”. El alineamiento permite que nosotros dirijamos estas energías para propósitos específicos.

La habilidad de canalizar las funciones curativas específicas de la energía, llamada Reiki, se recibe de un proceso llamado Alineamiento, una transmisión directa de la habilidad de canalizar Reiki y de limpiar bloqueos energéticos contra esa habilidad, y es transmitida por un Profesor de Reiki (Maestro de Reiki) en el campo Áurico del receptor.

Cualquiera puede obtener estos alineamientos y el canal Reiki, no se requiere de habilidades especiales y es una manera segura de hacer la curación y los tratamientos para usted mismo y para los otros.

Reiki se ha usado tradicionalmente para el tratamiento de asuntos físicos y para complementar los tratamientos de la medicina alopática, no son un sustituto para el tratamiento médico ni son un sistema diagnóstico. Reiki es una energía sabia de amor y armonía



Lou Meléndes
Máster Reiki

Los Preceptos

- ∞ **sólo por hoy no te enfades;**
- ∞ **sólo por hoy no te preocupes;**
- ∞ **sólo por hoy sé agradecido por lo que tienes;**
- ∞ **sólo por hoy vive honestamente;**
- ∞ **sólo por hoy sé amable con todo ser viviente.**

Aunque breves tienen un profundo significado cuando logras su comprensión.

Se pueden explicar brevemente de la siguiente manera:

Sólo por hoy

Esto se refiere al valor de cada día. Lo único que existe de hecho es el presente, no el pasado ni el futuro. Hoy es la vida. Hoy es la vivencia de cada momento y cómo vivimos este momento determina nuestras vidas. Este precepto te invita a vivir la vida en este momento, en el presente (el aquí y el ahora), en este día. "Sólo por hoy" se relaciona con los otros cinco principios.

No te enojés

Se refiere a que sentir rabia daña a otros y a nosotros mismos. La gente egoísta se destruye a sí misma a través de la rabia, el resentimiento y el odio. A través de Reiki podemos armonizar nuestras emociones y espíritu. No confundir con reprimir la ira, debemos canalizarla y hacerla productiva.



Lou Meléndes
Máster Reiki

No te preocupes

Se refiere a que debemos hacer lo que podamos en nuestra vida y así tener una mente en paz y sin angustia, “haz lo que esté a tu alcance ahora, y para luego aquello que no tiene solución inmediata”. La angustia y la preocupación solo llevan a la desarmonía de la energía. Por tanto debes ocuparte y no preocuparte.

Sé agradecido

Sé agradecido con los otros y con el poder de la naturaleza cuando te das cuenta de que se te ha otorgado el regalo de la vida. La gratitud es una energía de alta conciencia. Nos perdemos a nosotros mismos cuando olvidamos el sentimiento de gratificación y gratitud. Sentirás gratitud gradualmente cuando recibas los beneficios de Reiki.

Sé Amable con todo ser viviente

Aquí subsiste la idea de entrenamiento que va más allá del mundo vulgar. Pero se nos ha dado la vida en un cuerpo así que es natural aprender a través del trabajo en la vida cotidiana y en el trato con las otras personas. Esto se refiere a “reconocer que tu eres tan importante como los demás”. Las personas no obtienen su habilidad sólo por sí mismos y no pueden sobrellevar la vida en soledad. Si la gente se ayuda entre sí, se construirá una comunidad saludable por primera vez. No existe diferencia entre uno mismo y los otros en la dimensión universal en cuanto a importancia. Existe el mismo espíritu. Así que ser gentil con los otros significa también cuidar de uno mismo. Esta idea se desarrollará con naturalidad durante la práctica de Reiki descubriendo una lección de amor y armonía.

Vive Honestamente



Lou Meléndes
Máster Reiki

No es importante la clase de trabajo que hagas, es importante lo que aprendes de él". El ser Honesto contigo mismo, coherente, honrando tu palabra lo que haces con lo que dices, siéntete orgulloso de ti mismo todos los días reconóctete y hónrate

Los Centros Energéticos o Chakras

Son varios los centros energéticos en nuestro cuerpo pero hay 7 Chakras principales, cada uno tiene su glándula u órgano, mantra, color, planeta, etc.

Cada chakra funciona de manera particular y recibe una corriente de energía que transmite al cuerpo físico. Un desequilibrio en ellos perturbaría al sistema glandular y al sistema nervioso al que se relaciona. Estos pueden ser estimulados por ciertas prácticas psico-corporales.

Los 7 Chakras Principales son:

- 1-Chakra Coccígeo o Base (Muladhara)
- 2-Chakra Prostático o Uterino(Swadhithana)
- 3-Chakra Umbilical (Manipura)
- 4-Chakra Cardíaco (Anahata)
- 5-Chakra Laríngeo (Vishuddha)
- 6-Chakra Frontal (Ajna)
- 7-Chakra Coronal (Sahasrara)



Lou Meléndes
Máster Reiki



1) Chakra Muladhara:

Se encuentra en el Coxis y se relaciona con las glándulas sexuales. Se representa como un loto de cuatro pétalos en cuyo interior hay un cuadrado amarillo. Su mantra es S, su sílaba es LAM, su color es el rojo y el planeta regente es Saturno.

Representa los Cimientos de nuestro Proceso Espiritual. En él se encuentran los Nadis (Ida y Pingalá), cuya unión conforma un triángulo invertido. Al iniciar con el trabajo de Transmutación de las energías creadoras, dicha energía asciende por el canal central (Shushumma), esta energía es la que se conoce con el nombre de Kundalini. Está representado por un rectángulo que simboliza la emanación de los cuatro elementos (tierra, agua, fuego, aire). Este chakra otorga el dominio sobre el mundo físico.



Lou Meléndes
Máster Reiki

2) Chakra Swadhistahana:

Está relacionado con el hueso Sacro, regula el aparato reproductor masculino y femenino, la vejiga y la uretra. Se representa por un loto de seis pétalos con un círculo y una media luna de color blanco azulado. Su mantra es VAM, su color es el blanco y el planeta regente es Júpiter.

Regula todo lo concerniente a las sensaciones, sexualidad y procreación. Es el centro de la creatividad en todos los niveles.

3) Chakra Manipura:

Se ubica a la altura del ombligo, en el plexo Solar. Se representa por un loto de diez pétalos con triángulo rojo invertido. Su mantra es RAM, su color es el anaranjado y el planeta regente es Marte. Es el centro del poder y la voluntad, estimula la digestión ya que rige los órganos que componen el aparato digestivo.

*4) Chakra Anahata:

Ubicado en el plexo cardíaco, Cardias, se corresponde con el Timo. Está representado por un loto de diez o doce pétalos, con estrella de seis puntas color verde oscuro. Su mantra es IAM, su color es el azul y el planeta es Venus. Es el vínculo activo entre el alma y el corazón, estimula el

Auto-conocimiento. Regula el sistema circulatorio (corazón y vasos sanguíneos). Este chakra despierta la capacidad de irradiar alegría y la capacidad de curación a través de la imposición de las manos.



Lou Meléndes
Máster Reiki

5) Chakra Vishuddha:

Ubicado en la base del cuello, corresponde a la glándula Tiroides. Está representado por un loto de dieciséis pétalos, con un círculo y una media luna. Su mantra es JAM, su color es el verde y su planeta es Mercurio. Estimula la capacidad de recibir comunicación de los planos superiores de conciencia. Controla el sistema respiratorio y sus órganos.

6) Chakra Ajna:

Ubicado en el entrecejo, corresponde a la glándula Hipófisis. Está representado por un loto de dos pétalos (relacionados con los Nadis Ida y Pingalá) con un círculo blanco. Su mantra es KSHAM su color es el amarillo, está regido por el Sol y la Luna. Es el centro de la visión interior y la clarividencia.

7) Chakra Sahasrara:

Localizado en la coronilla, corresponde a la glándula Pineal, es el Loto de los mil pétalos. Es el conocimiento intuitivo de la Conciencia, su mantra es OM, su color es el índigo y es el último centro de transformación de la energía. Es el centro que puede recibir la Voluntad Divina y la Luz Interior. Estimula la sed de Sabiduría para aprender de los niveles superiores.



Lou Meléndes
Máster Reiki

TERAPIAS

Se puede afirmar que el Reiki actúa en todos los niveles y en todas las enfermedades. Molestias corporales, trastornos, disfunciones metabólicas, lesiones orgánicas profundas, dolores agudos y crónicos, enfermedades degenerativas, bloqueos energéticos, tensiones musculares y nerviosas, estados emocionales, depresión y falta de vitalidad, insomnio, estrés en sus varias manifestaciones, incluso enfermedades graves, como los diversos tipos de cáncer, el sida y otras manifestaciones de inmunodepresión, quemaduras...Prácticamente todo el ámbito de la patología humana responde positivamente a la sanación por Reiki.

Alergias e intolerancias, asma y otras manifestaciones psico-somáticas se pueden aliviar y curar por su acción armonizadora sobre el sistema inmunológico. Disfunciones endocrinas, como la diabetes, se regularizan progresivamente permitiendo así una disminución de las terapias hormonales. Las heridas se cicatrizan más rápidamente, las quemaduras graves y tendidos se pueden curar sin infecciones y sin dejar cicatrices anti estéticas. Los pacientes cancerosos tratados con quimio y radioterapia notan alivio e incluso desaparición de los efectos colaterales y secuelas, experimentando una estimulación de la vitalidad en general y de las defensas inmunológicas en particular. En los embarazos la terapia de Reiki armoniza tanto a la madre como al feto, haciendo de este un periodo sin contratiempo. No existen contraindicaciones ni efectos secundarios negativos.

No es posible una sobredosis porque el proceso se autor regula y se limita a la capacidad receptiva de absorción del paciente.

También proporciona una valiosa ayuda en el campo del equilibrio emocional, restableciendo la armonía en situaciones traumáticas y conflictivas, como son las relaciones familiares y profesionales.

El Reiki está aprobado por la OMS (organización mundial de la salud)



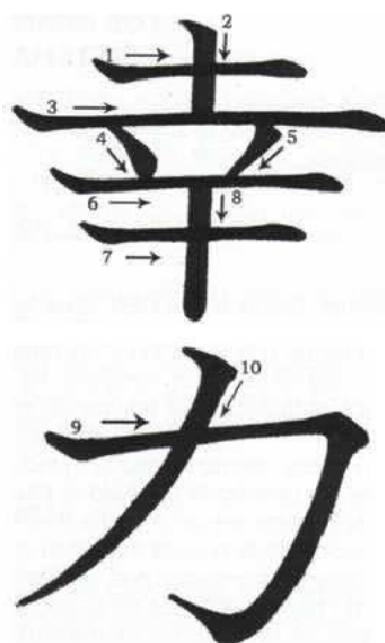
Lou Meléndes
Máster Reiki

Mi Iniciación de Reiki



Lou Meléndes
Máster Reiki

Símbolos con los que trabajaremos en este primer nivel:
A pesar de que normalmente a primer nivel no se dan símbolos yo les regalo estos dos, el Koriki y el Cho Ku Reí



KORIKI



Lou Melèndes
Máster Reiki

Este símbolo significa y representa “LA FUERZA DE LA FELICIDAD” que es otorgada a todos nosotros. Al recibir la iniciación de este símbolo te conviertes en el protagonista de una vida feliz. La felicidad es uno de los aspectos de la luz divina y del amor incondicional. Por eso ayuda al terapeuta Reiki en su auto desarrollo y a sus pacientes en el suya sanación. Podéis dibujarlo o visualizarlo y después repetir su mantra 3 veces mientras hacéis el gesto de introducirlo Koriki, Koriki, Koriki, la fuerza de la felicidad esta en ti

Utilidad del Símbolo de la Felicidad

Este símbolo se puede usar para muchas cosas, en tratamiento y en la vida cotidiana; para sanar o energizar :

Como protección para el Reikista en una sesión

Para empezar y acabar un tratamiento

Cada vez que se quiera invocar en un tratamiento

Para energizar alimentos o bebidas

Para limpiar espacios



Lou Melèndes
Máster Reiki



CHO KU REI.

El Cho-Ku-Rei es el símbolo de la energía, es conocido como “el interruptor” porque abre el paso al flujo de la energía. Su misión es la de multiplicar el caudal de energía que canalizamos. De tal forma que cuando dibujamos un Cho-Ku-Rei, pasamos a transmitir muchísima más energía. También es el símbolo de la protección, el símbolo de la potenciación y el



Lou Meléndes
Máster Reiki

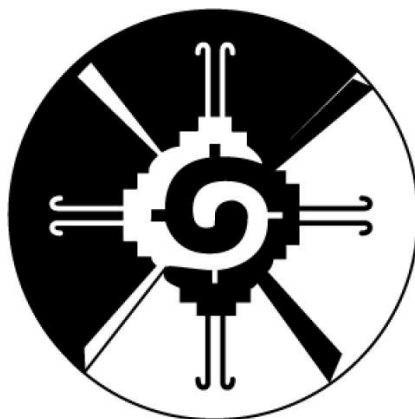
símbolo de antifugas energéticas. Su nombre significa: “el poder está aquí”, “llamo a la energía divina aquí y ahora”, “la Energía está aquí”, “ven Energía” y “deposita la energía aquí”. Cuando trazamos Cho-Ku-Rei, lo que hacemos es enviar la energía al plano físico, es decir, al cuerpo físico de la persona.

Este símbolo actúa especialmente sobre los tres primeros Chakras, activándolos y potenciando su armonización. Cuando tratamos con Chakras, nos podemos imaginar el Cho-Ku-Rei con el color de cada Chakra. Su color es el dorado preferentemente, ya que éste es el color de la protección. Si realizamos curaciones emocionales, podemos dibujar el Cho-Ku-Rei en el Chakra del Corazón de color rosa. Para meditaciones o procesos espirituales lo visualizaremos de color blanco o violeta.

Al principio, nos podemos hacer un Cho-Ku-Rei a cada mano, para potenciar la energía que canalizamos. Al trabajar con pacientes podemos hacer un Cho-Ku-Rei gigante sobre el mismo o trazar un Cho-Ku-Rei en el Chakra Corona e imaginarnos como éste entra por el Canal Central, potenciando así la sesión. Una vez hemos terminado la sesión, dibujaremos un Cho-Ku-Rei muy grande sobre el paciente. De esta forma, estaremos concentrando la energía que hemos canalizado sobre el paciente e impidiendo que ésta se disipe o que se produzca algún tipo de fuga energética. De esta manera el Cho-Ku-Rei hará de escudo delante de estas energías.



Lou Meléndes
Máster Reiki



Hunab o Hunab Ku

Dentro de la mitología Maya, Hunab Ku es el dios principal, considerado como el centro de la galaxia y a su vez, el corazón y la mente del creado. Si bien, entre los mayas existían “esencias” menores como Chaac (Dios de la lluvia)

Hunab Ku era el centro de todo, y hacia allí y a través del sol dirigían su mirada a la hora de estudiar las estrellas.

Hunab Ku fue el dios creador del hombre. Construyó el mundo 3 veces, la primera vez fue habitada por sabios, la segunda por los Dzolob, una raza oscura y siniestra, y la tercera vez por los mayas.

Posición de las manos

Se recomienda que antes de empezar una sesión de Reiki se sienta totalmente confortable, con ropa ligera y de colores claros. Es preferible hacer algunos ejercicios de respiración, relajación y meditación antes de empezar. La duración del tratamiento puede variar de una hora a una hora y media, esto depende de la situación.



Lou Meléndes
Máster Reiki

Las posiciones empiezan de arriba hacia abajo, desde el chakra coronario hasta los pies. Las manos son puestas sobre el cuerpo, en contacto con él o hasta veinte centímetros del mismo,. La energía Reiki sale de las manos del practicante y es absorbida por el cuerpo de la persona. Esta energía pasa por los chakras, limpiando y purificando todas las obstrucciones del cuerpo, trayendo el equilibrio de una forma natural (de 3 a 10 minutos por posición dependiente del nivel del Reikista)





Lou Meléndes
Máster Reiki

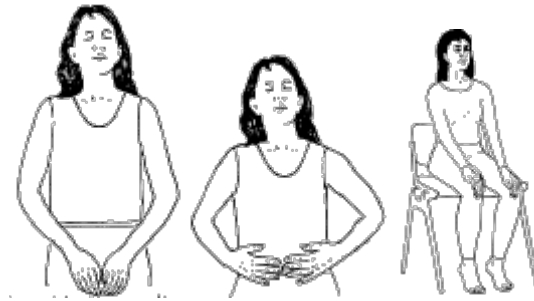
Posiciones de auto tratamiento

Posiciones delante





Lou Melêndes
Máster Reiki

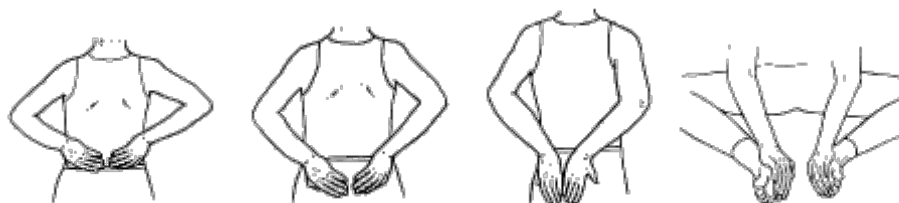
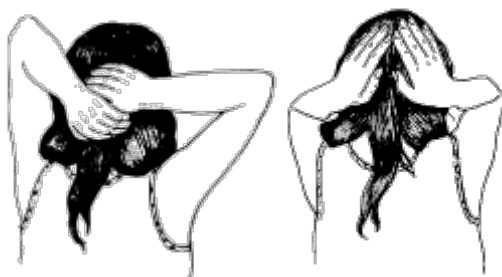




Lou Meléndes
Máster Reiki

Posiciones de auto tratamiento

Posiciones detrás





Lou Meléndes
Máster Reiki

Posiciones en tratamiento a otras personas

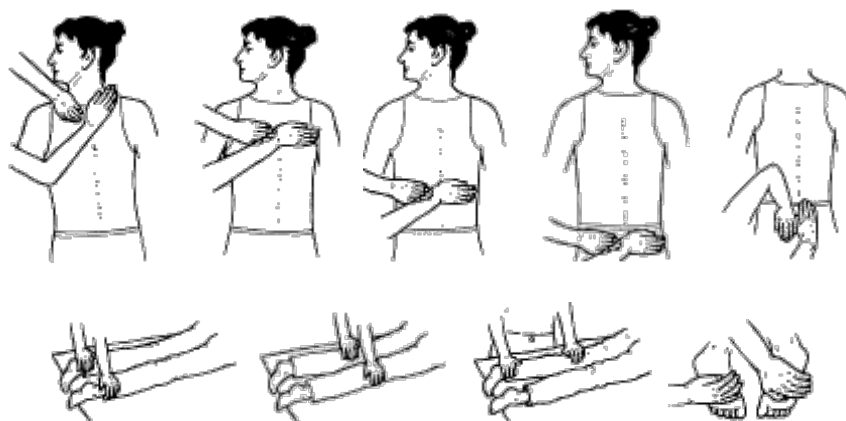
Posiciones delante





Lou Meléndes
Máster Reiki

Posiciones detrás



Posiciones del tratamiento

Ojos: Actúa sobre los chakras coronario y del Tercer ojo aportándoles energía y sanando cualquier enfermedad en los ojos, pues tienen que ver con la capacidad de ver el pasado, el presente y el futuro, indica miedo o negativa o incapacitado para ver lo que va a suceder o lo que sucede en este momento.

Sienes: Aclara y equilibra los dos hemisferios cerebrales. El Izquierdo es el que corresponde al racional, analítico y esquemático; y el derecho es el creativo, artístico y globalizador

Sentidos: Es una posición importante pero opcional, se utiliza en todos los tratamientos de adicciones, en la oreja se expresan todos los órganos del cuerpo.



Lou Meléndes
Máster Reiki

Nuca: Trabaja sobre las terminales nerviosas, estimulándolas, envía estímulos placenteros al cerebro y actúa al nivel medular.

Garganta: Punto importante en la comunicación, conexión entre la mente y el corazón. Reiki permite que se suelte la cólera sofocada, las angustias y limitaciones. Armoniza.

Hombros: Posición equilibradora de las energías masculinas y femeninas.

Axilas: Se utiliza en pacientes con bajas defensas e hipertensión.

Corazón: Punto de activación del amor hacia uno y universal.

Plexo solar: chakra que tiene su acción sobre el poder personal y todo lo que tiene que ver con la autodeterminación y el compromiso personal.

Hígado y Vesícula: Puntos que disuelven la cólera, el enojo y rabia que después afectan las funciones de estos órganos.

Bazo y Páncreas: Órganos que son afectados por las obsesiones. También se utiliza en diabetes, enfermedad que tiene que ver con el sentimiento de pérdida de dulzura de la vida.

Ovarios y próstata: En la mujer ayuda a disminuir las presiones y dolores pre-menstruales. En el hombre activa su creatividad.

Caras Internas de los Muslos: Activa la circulación sanguínea.

Rodillas: Esta posición armoniza, flexibiliza y equilibra física y mentalmente al paciente.

Tobillos: Ayuda a la dirección y movilización interna y externa del Paciente.



Lou Meléndes
Máster Reiki

Pies: Posición que permite el enraizamiento en la tierra, la eliminación de las energías negativas hacia las mismas. Produce seguridad y apoyo interno.

Espalda: Punto donde cargamos nuestras preocupaciones, angustias, tristezas y dolores.

Pulmones: punto asociado a nuestras formas de vida. Respiramos de la misma forma en que vivimos.

Riñones: Sede de los miedos. Todos los sentimientos asociados a la vergüenza y a los fracasos infantiles.

Región Lumbar: Inseguridad a nivel financiero, falta de confianza en los procesos universales de la abundancia





Lou Meléndes
Máster Reiki

Meditaciones de Reiki

Las meditaciones de Reiki surgen de 2 grandes elementos con bagajes culturales totalmente distintos: El primer elemento, el Reiki que es el arte de sanación japonesa enfocada en sanar el cuerpo físico, mental y espiritual. El segundo elemento que conforma la meditación de Reiki es la meditación misma, práctica proveniente de la India, arte de encontrar paz interior, balance y perspectiva. Las meditaciones nos ayudan a concentrar nuestras energías propias con nuestro espíritu.

Entonces, la meditación de Reiki es la combinación de estos dos grandes elementos: La meditación es usada para permitir al practicante concentración en su propio espíritu y Fuerza Universal. Al encontrar este foco, incorporamos la práctica de Reiki y aumentamos nuestro poder como canales energéticos.

Hay quienes distinguen en tipos de meditación... a mi personalmente me parecen que todos deben ser conjugados a medida que evoluciones y avances en tu práctica, pero esta guía no será de más como base teórica si nunca has practicado meditación.

En primer lugar está la meditación basada en la RESPIRACIÓN, y esta forma de meditación es siempre el prelude de las otras formas. Se aconseja a respirar lentamente, mientras te concentras en tus pensamientos sobre Reiki. En la meditación de respiración de Reiki, se aconseja mantener una respiración “natural” (en oposición a la respiración lenta), y se emplea generalmente hacia el final de las sesiones de meditación respiratoria como una transición del estado meditativo al regreso de tu estado “normal”, tal vez mientras se comienza una sesión de sanación Reiki.

Otra forma de meditación Reiki es la meditación basada en la VISUALIZACIÓN. Entre las cosas que se visualizan usando esta técnica, se



Lou Meléndes
Máster Reiki

incluyen los símbolos de Reiki (para los practicantes de Reiki que han alcanzado el segundo grado de entrenamiento), así como las metas y objetivos personales del practicante buscando su manifestación (el Reiki puede también ayudar en la consecución de metas y objetivos, más allá de la curación, que es su aplicación más reconocida). La idea de la meditación de visualización Reiki es visualizar el objeto de nuestra meditación con uno de “tercer ojo” propio – y hacerlo con claridad.

Luego es la meditación por POSTURAS, donde un practicante de Reiki es capaz de alcanzar el estado de meditación a través del uso de diversas posturas. Este tipo de meditación se utiliza habitualmente como un prelude a los otros tipos de meditaciones, incluyendo la meditación de respiración (que a su vez es un prelude a cosas como la meditación de visualización de Reiki). En cuanto a la postura, la meditación se puede realizar mientras se está acostado o sentado, entre otras posturas.

Muy poca gente enseña meditaciones de Reiki ya que como mencionamos anteriormente ambos elementos que las componen provienen de escuelas bien distintas. Tomando esto en cuenta, es común que tengas un maestro de Reiki y otro maestro con el que aprendas meditación para que tú mismo puedas crear el enlace entre las dos prácticas, a tu ritmo, ya que ambas prácticas son muy personales.

Namaskar

Ma. De Lourdes Meléndes Rodríguez
Máster Reiki
7773712784
www.circuloikal.com



Lou Meléndes
Máster Reiki



Manual Introducción al Reiki

Reiki Uno



Lou Melêndes
Máster Reiki

**GRACIAS POR ESTAR,
GRACIAS POR CONFIAR,
GRACIAS POR VIVIR PLENAMENTE,
GRACIAS POR SANARTE,
GRACIAS POR REIR,
GRACIAS POR VIVIR BIEN,
GRACIAS POR AMARTE,
GRACIAS POR PERMITIRME AMARTE.**

BIENVENIDO SEAS

Namaskar

