



El boletín del
Centro Reiki Colombia
Usui Shiki Ryoho & Seichim

Santiago de Cali, Colombia

Abril de 2006 boletín N° 7

EDITORIAL

¿QUE HORROR! ¿REIKI GRATIS?

*Si, muchos de ustedes **Reikistas** y todos aquellos que han tenido acceso a mucha bibliografía de **Reiki** verán con horror que hoy en día se ofrezcan cursos, en nuestro centro, con ese titulo tan llamativo y escandaloso para quienes ya se han iniciado y han tenido que cubrir un precio significativo. La verdad es que se ha pensado en esto ya que los cursos de bajos costos y aun gratuitos se han venido manejando en nuestra ciudad por parte de otros Maestros que deseando hacer llegar esta Iluminación a la mayor cantidad de personas posibles, han equivocado la forma de hacerlo y esto ha resultado contraproducente.*

A nuestro centro han llegado personas que han tomado estos cursos manifestando que en esa oportunidad no le tomaron el Amor y claridad de conciencia que esperaban, y al examinar los contenidos y formas de realizar dichos cursos me he enterado que son someros, superficiales y para grandes volúmenes de personas. Que puede quedar de todo esto cuando ni siquiera se entrega un pequeño material de lectura?

*De acuerdo a los principios **Shintoistas**, si vamos a contrarrestar estas equivocaciones, lo haremos ofreciendo bajo ese mismo titulo de **Gratis** unos cursos exactamente iguales a los que se brindan con el costo normal a las personas convencidas ya de sus bondades.*

Pasa a la Pág. 2

MUDRAS DEL REIKI KARUNA

Aquí les presentamos un Mudra más, que normalmente es utilizado en Karuna Ki y por los Maestros. **Sha** es usado para ensanchar y mantener el Canal durante la sanación, aportando claridad de mente y propósito, cultivando la compasión.

Meditación para ensanchar y mantener el Canal usando el Mudra SHA

Ésta es una meditación usando el Sha Mudra para ayudar a desarrollar y fortalecer el Canal Karuna Ki. Éste es enseñado a todo Estudiante Karuna Ki y ellos son llamados a realizar su práctica diariamente. La práctica Consistente despeja y focaliza la mente ayudando a cultivar la compasión hacia todos los que buscan nuestra ayuda.

Este mudra es llamado **Sha** en japonés. También es usado en Taoísmo, algunas artes Tibetanas y en Ninjutsu.

Pasa a la Pág. 4

Para **cancelar** la suscripción escriba la palabra **cancelar** en el asunto del E-mail.

Obsequie este boletín a sus amistades o [suscríbalos](#)

Valentía para vivir

Tomar las riendas de tu propia vida, requiere coraje y la capacidad para asumir riesgos. Estas alentadoras palabras nos muestran como vivir sin miedo al futuro o a lo inesperado:

- "La vida es maravillosa si no se tiene miedo de ella"

CHARLES CHAPLIN

- "El mundo es todo puertas, todo oportunidades y cuerdas tensas que aguardan que se toquen"

RALPH WALDO EMERSON

- "Para la mayoría de nosotros la verdadera vida es la vida que no llevamos "

OSCAR WILDE

- "La vida cobra sentido cuando se hace de ella una aspiración a no renunciar a nada"

JOSÉ ORTEGA Y GASSET

- "Nadie llegó a la cumbre acompañado por el miedo"

PABLO SIRIO

- "Para volar hay que crear el espacio para que las alas despeguen, hay que empezar asumiendo los riesgos"

JORGE BUCAY

- "Sólo se vive una vez, pero una vez es suficiente si se hace bien"

WOODY ALLEN

- "Nunca es tarde para ser lo que deberías haber sido"

GEOGE ELLIOT

- "La vida no es un problema. Si la consideras un problema estás dando un paso equivocado. La vida es un misterio que tienes que vivir, amar y experimentar"

OSHO

Viene de la Pág. 1

La diferencia es que quienes no paguen el valor normal no tendrán su certificado, el que necesitarán cuando deseen avanzar a los siguientes niveles, es aquí cuando tendrán que realizar estos pagos.

Pero de esta manera contribuiremos a dar un acercamiento de estas personas al Reiki y ofrecerles la oportunidad de encontrar su crecimiento y alejarlos de aquellos Maestros inescrupulosos que se ocultan detrás de una "falsa espiritualidad sin intereses económicos", pero aunque no paguen recibirán la información apropiada.

Ya sanarán y reconocerán el verdadero valor del Reiki.

Alfonso Vacca Millán
Reiki Master Teacher

Recursos valiosos

- Dos libros que no deben faltar en nuestro aprendizaje y formación:
 - **El Manantial de las Miradas y El Jardinero, de Grian.**

Hermosas historias que nos permiten comprender mejor las Leyes Divinas

OPINIÓN DEL LECTOR

Aquí traemos otro Mudra que como los otros, antes enseñados, puede aportar un gran crecimiento y resolver muchos problemas, esperamos les resulten de su interés; es muy usado por los seguidores del Karuna Ki, pero puede ser usado por cualquier persona.

Esperamos tu valiosa contribución con artículos o comentarios.

ESCRIBENOS.

centroreiki@tutopia.com

No olvide [suscribirse](#) a nuestro boletín y pasear por nuestra [Web](#). centroreiki@tutopia.com

Meditación Gassho

Propósito: Meditación Gassho significa “dos manos que se unen” (similar a la posición usada para la oración) en frente de su pecho, mientras usted exhala soplando sobre las puntas de sus dedos. Inicialmente se usaba para la limpieza de la mente antes de iniciar una sesión de sanación.

Anteriormente ésta meditación se usaba para enseñar un método de respiración usando la energía Reiki y focalizar la mente. Cuando se realiza ésta actividad las manos se colocan respetuosamente en gassho o posición de oración en frente del corazón. Esto le ayudará a aquietar la mente.

Ésta técnica es muy buena para complementar cualquier ejercicio que alineé su mente dentro de una experiencia colectiva de calma antes de una sesión de curación. La mayor práctica de ésta técnica le permitirá a su cuerpo entrar en un estado meditativo profundo cuando lo desee, tan pronto como cuando ponga en práctica el Gassho.

Con la práctica de la “Meditación Gassho”, usted se inducirá en un estado meditativo de la unidad con todo el Universo.

Para esto no se requiere ningún conocimiento previo sobre meditación.

He aquí el ejercicio:

- Realice estos pasos lentamente
- De pie o sentado pero que se sienta confortable
- Cierre sus ojos y coloque sus manos en frente de su pecho, en posición de oración.
- Centre toda su atención en el punto donde se unen sus dos dedos medios (corazón) y olvídense del resto.

Si usted descubre pensamientos en algún momento, está bien, hágase conciente de ellos y déjelos seguir su camino y simplemente retorne su atención al punto donde se encuentran sus dedos medios.

Entre más practicas realice usted, este estilo de meditación le resultará muy fácil, recuerde que cualquier pensamiento es una interferencia que “lo saboteará a usted mismo” si usted no puede quitarlos de la mente durante sus meditaciones, detecte cuales son los patrones de pensamiento y vuelva atrás al punto de concentración, al Gassho y los puntos donde sus dedos se juntan en la posición de oración.

Kenko Mattress Pad Combierta su colchón actual en un Sistema de Sueño

Kenko
por Nikken



El kenko Mattress Pad transforma su colchón actual en un Sistema de sueño Kenko. Simplemente coloque el KenkoPad sobre su colchón y disfrute del buen dormir de fama mundial de Nikken.

El Kenko Mattress Pad cuenta con el Diseño Avanzado de PromoPad en la Zona Central de Apoyo, además de capas de Rubberthane que brindan soporte y un suave masaje.

Su cubierta es durable y atractiva.

Vea los catálogos o solicite los [productos](#) en nuestro Centro Reiki. También puede hacerse [distribuidor](#) con nosotros, brindando bienestar y mejor calidad de vida a sus familiares y allegados.

**TECNOLOGÍA DEL BIENESTAR
PARA VIVIR**

Obsequie este boletín a sus amistades o [suscríbalos](#)

Viene de la Pág. 1



Sha Mudra se usa para la Auto Curación y la de otros, y ayuda a desarrollar y fortalecer el canal interno. Se ha dicho que la maestría en la conexión Interna usando Sha Mudra desarrollaría una potencia interna y se podría ya no sucumbir ante virus y otras aflicciones. En éste mudra los dedos pulgares e índices se extienden mientras los otros dedos están entrelazados. Sha es un excelente mudra para usar cuando meditamos. Se usa en las meditaciones de Karuna Ki pero lo puedes usar para cualquier meditación. Adicionalmente, puede ser usado cuando haces curaciones. Antes de comenzar haciendo la curación, coloca las manos en Sha, conecta con la fuente de la energía, concéntrate sobre la compasión y deja que fluya la energía dentro de las manos. Entonces separa las palmas y comienza la curación.

Usando éste Mudra en la medición incrementa las ayudas en nuestra propia salud, vitalidad y poder curativo. El ejercicio siguiente puede ayudar totalmente desarrollar el uso del Sha. Para hacer esto, primero coloca tus manos en Sha Mudra. Éste ayuda a enlazar la actividad de los Meridianos dentro del cuerpo. Al formar el Sha Mudra con las manos se logra el apropiado enlace de energía de los meridianos en el cuerpo. Esto aporta salud y habilidad. Ayuda a activar tu poder interno, expande tu canal, expande la mente y el conocimiento para habilitarte en la auto eliminación del miedo al igual que en otros.

Inhalar y Exhalar por la nariz. Vacía tu mente concentrándote sólo sobre la respiración. Si se te hace difícil, cuenta despacio siete inhalaciones y siete exhalaciones. Si surgen otros pensamientos, no prestes atención a ellos no miente y déjalos fluir y deslizar fuera. Centrate en esto y sobre el flujo de energía dentro de tu cuerpo y sobre el espíritu.

En lo profundo del cuerpo se forma un gran fuego, detrás del hara y es allí el área del Chi Personal. Ésta meditación llena nuestro chi personal con energía de amorosa compasión de Karuna Ki (o Reiki, etc.) y nos fortalece, reduce stress y ansiedad, e incrementa nuestra habilidad y energía en nuestro canal.

Avisos Varios

1. Quien desee comprar una **camilla masajeadora** Americana puede contactarse con el señor Héctor Fabio Ruiz al 3314744
2. No olvides nuestras clases de **Yoga y Qi Gong** para mantenerte en forma y adquirir más energía Sanadora
3. Aprende a utilizar la herramienta del **Tarot** para Autoconocimiento y ayuda Psicoespiritual.

Obsequie este boletín a sus amistades o [suscribálos](#)

Concéntrate sobre el Hara, o levemente detrás de él. Algunas personas visualizan esto como una bola de luz, fuego o calor. Visualice la bola de fuego en lo profundo de ti, detrás del Hara. Conecta con la Fuente Karuna Ki o energía Reiki. Ésta actividad es para focalizar sobre el fuego, hacerlo más nítido y más caluroso incrementando su radiación por todo el cuerpo.

Mientras respiras, la energía de luz amorosa (Usar Reiki o Karuna Ki) viene descendiendo a través del chakra corona (coronilla). Ves el movimiento de energía bajando hasta detrás del área Hara y ves como se llena esta área haciendo crecer la luz, y avivarse. Sentirás energizarte. Cuando te sientes energizado y lleno, permite a la energía expandirse hacia afuera y desde tu cuerpo cundiendo en cualquier dirección cubriéndolo todo en derredor y por sobre tu cabeza, desde tus dedos pulgares e índices. Observa la propagación mediante todos los órganos. Foco sobre el Mudra, y aprisiona este entre el esternón y el hara. Inhala hacia el hara y las manos, y al exhalar hazlo desde el hara hacia fuera a través de las manos. Hacer esto por 10 minutos.

NUESTRA PROGRAMACIÓN

- Niveles Usui I, II, III permanentes
- Gran Curso de TAROT permanente
- Sábados de Abril Cursos Gratuitos Reiki
- Abril 7 – 9 MAESTRÍAS Usui y Seichim

RESERVE SUS CUPOS CON ANTICIPACIÓN

Al terminar, focaliza la mente en el Hara. Permite a tu conciencia retornar a la normalidad. Luego, sacude tus manos tres veces, y entonces tus pies tres veces.

Una vez tú técnica de respiración esté aprendida, puedes hacer ésta actividad en cualquier momento para usar el mudra solamente concentrando en tu respiración y aumentando tu luz. Hecho regularmente esto fortalece cuerpo y mente, e incrementa la vitalidad del cuerpo. Tanto con Karuna Ki o Reiki, tú podrás sentir que las manos se calientan mientras haces esto y permanecerán así luego. Esto puede ser hecho con cualquiera de las otras posiciones de mano Kuji-in.

No olvide suscribirse a nuestro boletín y pasear por nuestra Web. centroreiki@tutopia.com

¡HASTA LA PRÓXIMA!



**Antes de la iluminación, cortar madera, llevar agua.
Después de la iluminación,
cortar madera, llevar agua.**

Proverbio Zen