

El manual del Dr. Miko Usui



Libro Digital ©

Un poderoso proceso tiene lugar en el planeta y está destinado a traer la paz que tan desesperadamente necesitamos. El final de la guerra fría, el avance de las comunicaciones globales y la comprensión progresiva de que toda la gente del mundo puede y debe trabajar en común si es que el planeta va a sobrevivir, están actuando para transformar nuestras concepciones más básicas. Un mayor sentimiento de seguridad, junto con la aceptación de que el mundo tiene un futuro viable, están estimulando a la gente para crear cambios positivos que sustenten a un pacífico planeta.

Parte de este proceso implica la disipación de viejos credos restrictivos y su reemplazo con la verdad. A medida que esto sucede, la gente está ganando libertad y está en posición mejor para crear un mundo más deseable.

Vemos que este proceso tiene lugar en el mundo del Reiki. La versión original occidental de Reiki ha sido cuestionada y la gente está descubriendo información más certera sobre su historia y su práctica, de lo cual todos podemos beneficiarnos.

Durante los últimos años, Arjava Petter y su esposa japonesa Chetna Kobayashi han estado descubriendo información importante referida al origen y la práctica Reiki en Japón. Pese a la oposición de quienes en Occidente se beneficiarían del mantenimiento del status quo, ellos han avanzado con su investigación, y con la publicación de este libro están compartiendo sus hallazgos más importantes.

El hecho de que Usui Sensei tuviera un manual que brindaba a todos sus estudiantes de Reiki es de importancia suprema. Ello demuestra que Reiki no es una tradición oral y que el material escrito es una parte importante de la práctica. Aprender sobre la filosofía y los ejercicios prácticos enseñados por Usui Sensei crea un nivel importante de entendimiento que nos conecta con más fortaleza a la esencia de Reiki. Nos brinda una mayor captación de quién era Usui Sensei y nos ayuda a mejorar la calidad de la sanación que usamos para nosotros y los demás. Debido a esto, es fácil entender por qué la traducción y distribución de este manual es la más significativa contribución a la práctica del Reiki de Usui, dado que fue traído por primera vez a Occidente en 1938. Esta información creará un poderoso cambio en la comunidad Reiki y ayudará a producir unidad, al mismo tiempo que mejora la autenticidad de la práctica así como los valores que brinda. Estoy seguro de que todo el que lea este libro se beneficiará de muchas maneras.

Sumario

Prólogo	1
Introducción	4
Reiki: antecedente budista	6
Origen y meta	7
Sutra del corazón	8
Los tres pilares de Reiki	10
Gassho	10
Reiji-Ho	11
Chiryo	12
Tocar y sanar	13
La respiración	14
Joshin Kokyuu-Ho	14
El Tanden	15
Acumulación de la energía vital en el Tanden	16
Las técnicas sanadoras	16
Reiki Ryoho Hikkei - Posiciones de las manos del Dr. Usui	18
Índice del Reiki Ryoho Hikkei	19
1. Tratamiento básico de partes específicas del cuerpo	20
2. Desórdenes funcionales de los nervios	33
3. Desórdenes funcionales de los órganos respiratorios (y conductos de aire)	36
4. Desórdenes funcionales de los órganos digestivos	37
5. Desórdenes funcionales del sistema circulatorio (cardiovascular)	38
6. Desórdenes funcionales del metabolismo y la sangre	39
7. Desórdenes funcionales del tracto urogenital	40
8. Heridas quirúrgicas y desórdenes funcionales de la piel	41
9. Enfermedades infantiles	42
10. Salud de la mujer	43
11. Enfermedades contagiosas	44
Posfacio	45
Textos japoneses originales	46
Apéndice fotográfico	
Direcciones	47
Localización de las vértebras	52



Dedicado a Mikao Usui con amor y gratitud

INTRODUCCIÓN

Queridos amigos de Reiki, en esta oportunidad me gustaría introducir una vez más algo "nuevo" desde el país donde Reiki se originó: la sección práctica del *Usui Reiki Ryoho Hikkei* donde el doctor Usui brinda una descripción detallada de las posiciones de las manos para el tratamiento de ciertos desórdenes en áreas del cuerpo y la salud en general. Cuando mi esposa Chetna y yo recibimos el Manual, junto con otros escritos Reiki japoneses de T. Oishi en ti verano de 1997, decidimos publicar solamente esta sección tras una investigación intensiva de ella. También queríamos esperar hasta tener suficientes experiencias personales de este aspecto de la tarea Reiki, que en ese momento resultaba nuevo para nosotros.

Ahora no queremos mantenerla más fuera del alcance de ustedes.

Las posiciones de las manos descritas por el doctor Usui son considerablemente más amplias que las que hemos aprendido a usar y amar en Occidente.

Sin embargo, al publicar este libro no deseo que se suponga que considero como "falsas" las doce posiciones de manos que aprendieron los occidentales. Siguen constituyendo la base de un tratamiento integral. Son, por cierto, importantes y ayudan, especialmente a quienes recién comienzan el recorrido del sendero Reiki. Este libro aspira a llevarnos de regreso a las raíces Reiki. Más todavía, también procura incrementar e intensificar nuestra comprensión de la energía Reiki.

El Manual del doctor Usui incluye una diversidad de información. En mi opinión, esta información sólo puede ser comprendida en la plena extensión de su poder cuando también se presenta de manera visual.

Es por eso que Chetna y yo decidimos añadir fotos de las posiciones manuales, así como dibujos de las partes corporales descritas, a fin de brindarles un manual que sea claramente comprensible y fácil de llevar a la práctica. También pueden consultarla como consejero de la actividad Reiki cotidiana. He agregado los primeros cuatro capítulos, "Antecedentes budistas de Reiki", "Los tres pilares de Reiki", "La respiración", y "Técnicas sanadoras del Dr. Usui", a fin de presentar los basamentos de la obra del doctor Usui del modo más completo posible. La información contenida por ellos proviene de una entrevista con el doctor Usui publicada en mi libro anterior, así como de diálogos entre Shizuko Akimoto y Fumio Ogawa, además de otras fuentes Reiki japonesas.

Reiki fue enseñado y aprendido muy intensamente bajo la guía del doctor Usui. Los estudiantes se reunían una vez por semana para meditar, aplicar Reiki juntos y practicar el rastreo del cuerpo hasta tener éxito en descubrir un tipo de diagnóstico energético. Si tal era el caso, se trataban inmediatamente las correspondientes áreas del cuerpo. Algunos estudiantes de Reiki lograban concretarlo de manera inmediata, mientras otros necesitaban semanas, meses o años. La energía Reiki halla naturalmente sus propios accesos precisamente allí donde es necesaria. No obstante, esto no excluye la posibilidad de que se aplique el tratamiento siguiendo la propia inspiración con las manos. El tratamiento Reiki occidental es una especie de tratamiento en gran escala; el tratamiento japonés, intuitivo, es dirigido específicamente: cuanto más precisión ponemos en la tarea, mejores serán naturalmente los resultados.

En Japón, el sendero Reiki es considerado como un rumbo de la vida que se sigue durante muchas décadas hasta el final de los días de la persona. Allí, a veces un estudiante alcanza el grado de Segundo Nivel Reiki después de diez o veinte años de práctica. Y la mayoría de los estudiantes nunca llega hasta los planos más elevados (la Maestría). Son y siguen siendo siempre estudiantes.

Aquí, en Occidente, Reiki se ha desarrollado en una dirección que calza más en nuestra cultura. Durante el Primer Nivel, la gente se reúne un día o durante un fin de semana. A menudo no disponen de tiempo suficiente para aprender a escuchar sus cuerpos, sus manos y su intuición. Aunque esto es una pena, simplemente no resulta posible que muchos estudiantes y maestros occidentales de Reiki alcancen esta energía de alguna otra manera. La vida en el carril veloz de la civilización occidental —y aquí incluyo por igual al moderno estilo japonés de vida — tiene lugar a velocidades extremas. Muchos de nosotros ya no tenemos el tiempo y el anhelo de alcanzar lo que aparece ante nuestros ojos, en cada preciso momento.

No estoy sugiriendo que se revierta el reloj. Tenemos que encarar las exigencias del presente. Y estas doce posiciones manuales en particular son una herramienta importante y que pueden aprenderse rápidamente. Con su apoyo, cada uno de nosotros puede practicar por su cuenta en casa, sin instrucciones y sin el temor de estar haciendo algo "equivocado". Estas posiciones manuales cubren el sistema completo de las glándulas endocrinas, así como todos los órganos internos. Energizan al ser humano en una cantidad de niveles al mismo tiempo:

- a nivel físico, mediante la calidez de las manos;
- a nivel mental, mediante la visualización de los Símbolos Reiki;
- a nivel emocional, a través del amor que fluye con ellos;
- a nivel energético, mediante la presencia de la persona iniciada, así como la energía Reiki en sí.

Una ventaja ulterior de las doce posiciones manuales es que la gente que practica el autotratamiento aprende día a día el uso de la energía Reiki. Si has recibido alguna vez un tratamiento corporal integral de manos amorosas, o te has tratado durante varias semanas, esta experiencia seguirá contigo luego que concluya.

El Reiki intuitivo del doctor Usui es diferente: nos pide que nos liberemos de las reglas. Las reglas existen para darnos sustento. Pero cuando comienzan a obstaculizarnos, ya no cumplen más con su propósito.

El mejor abordaje es comenzar a integrar gradualmente las técnicas y la información descritas en este libro con la práctica cotidiana de Reiki: los pacientes amarán tus manos.

Muchos de nosotros hemos trabajado por cierto de manera intuitiva durante un largo tiempo. ¡Me hace feliz por ti —y contigo— tener ahora el permiso "oficial" del doctor Usui para hacerlo!

Desde la profundidad de mi corazón, les deseo mucho gozo y deleite al leer y explorar estas nuevas y maravillosas posibilidades de la práctica. ¡Para eso fueron concebidas!

El antiguo
Kanji-Reiki,
como se es-
cribía antes



de 1940.

**Reiki: an-
te-**



Caligrafía de Shunyu Chikai, nacido en 1950, quien fue ordenado como monje Shigon en 1973. Fundó el ashram Shakya-yoga en Marugame, Shikoku, Japón, donde enseña técnicas de meditación y Reiki a sus alumnos.

cedente budista

La inscripción en la tumba del doctor Usui nos cuenta que experimentó la energía Reiki durante un retiro de ayuno en el monte Kurama.

El monje Gantei, alumno de Ganjin (fundador del templo Toshodaiji en Nara) estableció el imponente templo Kurama en el año 770, después de atravesar en ese lugar una profunda experiencia religiosa. Hasta 1949, el templo Kurama estuvo conectado con el budismo Tendai; después pasó a ser la sede de la secta Kurama-Kokyo*. En la oficina del templo se nos aseguró que jamás se practicaron allí retiros/ayuno de veintiún días. No obstante, insinuaron que uno o varios individuos pudieron haberlos realizado por su cuenta, especialmente durante los primeros tiempos. Gracias a su tamaño, su poderosa energía, y su gigantesco conglomerado de cedros antiguos, el monte Kurama ofrece un marco perfecto para la meditación y la búsqueda del ser profundo. Hoy resulta posible pasar un día y una noche meditando y escribiendo mantras en el templo Kurama inscribiéndose de antemano para la visita.

Más todavía, existen todavía algunos pequeños y hermosos santuarios shinto en y cerca del monte Kurama. El Kubune Jinja (santuario), que se halla al pie del Kurama sobre la ruta hacia Kyoto, debe ser mencionado en particular. En Japón, el shintoísmo y el budismo están hondamente entrelazados, así que no siempre les resulta sencillo a los legos determinar si se encuentran en un templo budista o en un santuario shinto. En todo caso, ¡Kurama merece una visita!

El doctor Usui era budista, de modo que me gustaría hacer en las siguientes páginas un apretado resumen de una breve digresión sobre la historia japonesa, así como sobre los conceptos que lo influenciaron fuertemente. Por cierto, sería posible escribir un libro entero sobre este asunto, pero eso sería ir más allá del significado y del propósito de este trabajo, así como excedería mis conocimientos de budismo.



(La dirección del templo Kurama: Kurama Honmachi, Sakyo-Ku, Kyoto, Japan. Tel.: 0081-75-7412003. La mejor manera de llegar al templo es tomar tanto el subterráneo como el ómnibus hasta la estación Demachiyagani desde la terminal ferroviaria central de Kyoto, Luego se toma un cómodo tren de la línea Eizan-Kurama hasta la estación terminal.)

Demachiyagani desde la terminal ferroviaria central de Kyoto, Luego se toma un cómodo tren de la línea Eizan-Kurama hasta la estación terminal.

Desde ahí, se puede llegar caminando hasta el portón de acceso al templo Kurama en cinco minutos.)

Origen y meta

El budismo tántrico esotérico llegó a Japón a comienzos del siglo IX a través de los monjes japoneses Kukai (Kobo Daishi, 774-835) y Saicho (Dengyo Daishi, 767-822), que habían estudiado en China.

Kukai era alumno de Huikuo (en japonés, Keika, 746-805), estudiante del monje indio Amoghavajra que a su vez era discípulo del famoso maestro indio Vajrabodhi. Ambos indios vivían en el templo Tahsingshan en Ch'angan, centro actual de la Asociación Budista Shensi de China. Tras el fallecimiento de su maestro, Kukai regresó a Japón y enseñó lo que había aprendido en China. Se convirtió en el fundador del budismo Shingon.

Saicho estudió en la montaña Tien-tai de China. Tras su regreso, se convirtió en el fundador del budismo Tendal, con sede en Kyoto.

En Japón, a ambas escuelas a menudo se les da el nombre de Mikkyo.

El santo patrono del budismo esotérico en Japón es el Dainichi Nyorai (Mahavairocana Tathagata), y sus escrituras más importantes y sagradas son el *Dainichi-Kyo* (*Mahavairocana Sutra*) y el *Kongocho Gyo* (*Vajrasekhara Sutra*). Aquí está el hermoso mantra del Dainichi Nyorai:

Visualiza:

El Universo entero consiste en seis elementos.

*Mi cuerpo, que está hecho de seis elementos, es el cuerpo
del Dainichi Nyorai.*

*Estoy colmado de vida integral, perfecta e ilimitada.
Las cinco sabidurías están corporizadas con infinita e
inmensa compasión.*

La gran compasión del Nyorai me penetra.

Estoy incluido en la gran compasión del Nyorai.

Soy bendito, soy bendito.

(Del Kaji-Empowerment and Healing in Esoteric Buddhism, del Ven. Ryuko Oda ISBN 4-905757-23-1 C0015.)

En resumen, la meta del budismo esotérico es *Shunyata*, la vacuidad. Esta vacuidad no es un estado negativo de ausencia, debe entenderse como trascendencia de la dualidad. En el momento en que el "yo" deja de diferenciarse del "otro", la unidad del todo ha sido restaurada nuevamente. El "yo" existe solamente en nuestra imaginación, en nuestra mente. Creamos el ego y el mundo con nuestros pensamientos. Nuestro estado natural del ser es la vacuidad, no maculada por atributos, por el pasado o el futuro.

Para muchos de nosotros esta meta también está conectada con Reiki de un modo similar: experimentando la unidad con el cosmos, regresando al origen, a la unidad.

En mi opinión, la más hermosa descripción de este estado más allá de la dualidad fue escrita en el llamado Sutra del Corazón (*Prajnaparamita Hridayama Sutra*)¹.

¹ De *Escrituras budistas*, por Edward Conze, Penguin Classics, ISBN 0-14-044088-7.

Sutra del Corazón

1. Invocación.

Homenaje a la perfección de la sabiduría, lo bello, lo santo!

2. Preámbulo.

Avalo/lita, santo Señor y Bodhisattva se desplazaba por el curso profundo de la sabiduría que ha trascendido. Miraba hacia abajo desde lo alto, sustentaba apenas cinco montículos², y vio que en su propio ser estaban vacíos.

3. Dialéctica de la vacuidad. Primera etapa.

Aquí, Oh Sariputra, la forma es vacuidad, y la propia vacuidad es forma; la vacuidad no difiere de la forma y la forma no difiere de la vacuidad; lo que es forma es vacuidad, lo que es vacuidad es forma. Lo mismo es cierto con los sentimientos, las percepciones, los impulsos y la conciencia.

4. Dialéctica de la vacuidad. Segunda etapa.

Aquí, Oh Sariputra, todos los dharmas están marcados con la vacuidad; no son producidos ni etenidos, ni profanados ni inmaculados, ni deficitarios ni completos.

5. Dialéctica de la vacuidad. Tercera etapa.

Por lo tanto, Oh Sariputra, en la vacuidad no hay forma ni sensación, ni percepción, ni impulso, ni conciencia; no hay ojo, oído, nariz, lengua, cuerpo, mente; no hay formas, sonidos, aromas, sabores, tacto, u objetos de la mente; ningún órgano-elemento de la vista, y así en adelante, hasta que alcanzamos el elemento conciencia de la no-mente; allí no existe ignorancia, ni extinción de la ignorancia, y seguimos adelante; no hay declinación *y* muerte, ni extinción de la declinación y la muerte, *no* hay sufrimiento, ni origen, ni detención, ni sendero; no hay cognición, ni logro, ni malogro.

6. Corporización concreta y base práctica de la vacuidad.

Por lo tanto, Oh Sariputra, debido a esta indiferencia ante cualquier tipo de logro personal es que un Bodhisattva, al haber confiado en la perfección de la sabiduría, habita sin coberturas pensantes. En la ausencia de coberturas pensantes, no se ve obligado al temblor, ha superado lo que pueda trastornarlo y finalmente alcanza el Nirvana.

7. La vacuidad plena es también la base de la Budeidad.

Todos los que aparecen como Budas en los tres períodos *del* tiempo despiertan por completo *a* la suprema, correcta y perfecta iluminación porque se han fundado en la perfección de la sabiduría.

8. La enseñanza llevada al alcance de los comparativamente no Iluminados.

Por lo tanto uno debe conocer el Prajnaparamita como el gran conjuro, el conjuro del gran conocimiento, el conjuro supremo, el conjuro inigualado, apaciguador de todo sufrimiento; en verdad, ¿cuál podría ser el error? Mediante el Prajnaparamita este conjuro ha sido brindado.

Procede así: va, va, va más allá, va totalmente más allá. Oh, qué despertar. ¡Máximo total! Esto completa el Corazón de la Perfecta Sabiduría.

Las líneas verticales se leen de derecha a izquierda *y* del tope a la base.

1^a columna: cuerpo y mente se desarrollarán mejor con la enseñanza Usui **Reiki Ryoho**

2^a columna: ley secreta para convocar la felicidad

² De ahí los llamados agregados: forma, emoción, percepción, voluntad o impulso, *y* conciencia. Con la ayuda de estos cinco agregados nuestra mente nace a la conciencia del ego.

3^a columna: medicina espiritual contra toda enfermedad
 4^a - 9^a columna: los cinco principios Reiki

口	心	朝	業	心	今	萬	招	改	心
に	に	夕	を	配	日	病	福	善	身
唱	念	合	は	す	丈	の	の	井	白
へ	じ	掌	げ	な	け	靈	秘	靈	井
よ		し	め	感	は	藥	法	氣	靈
		て	謝	怒				療	氣
			人		し			法	療
			に	て	る			教	法
				親				義	教
				切					義
				に					

Los tres pilares de Reiki

Además de los cinco preceptos Reiki, el Dr. Usui enseñaba su sistema Reiki basado en tres pilares: *Gassho, Reiji-Hoy Chiryo*.

Gassho

Literalmente, Gassho significa "dos manos que se juntan" y el Dr. Usui enseñaba una meditación denominada Meditación Gassho. Esta meditación era practicada cada vez que se iniciaban sus talleres/encuentros de Reiki. Se practica de 20 a 30 minutos tras levantarse y/o de noche antes de acostarse. Gassho puede hacerse a solas o en grupo. Las meditaciones grupales son una espléndida experiencia dado que la energía aumenta mucho más allá que la suma de las energías individuales de los participantes.

La Meditación Gassho es tan sencilla que pueden realizarla individuos de cualquier edad. Que les guste o no es otro asunto. Por mi parte, la prefiero sobremanera y la recomiendo con entusiasmo. Después de practicarla tres días, basándose en los propios sentimientos se sabe si es "apropiada" para uno. Luego, de ser posible, debes practicarla todos los días al menos durante tres meses.

Sin embargo, si después de dos o tres días te aparece una sensación de inquietud, irritabilidad, o algún otro tipo de incomodidad, podría ser que esta meditación no sea adecuada para ti. No todas las medicinas funcionan para todos los pacientes. Simplemente, puedes volver a intentarla algunas semanas después.

Mucha gente experimentada en meditación sabe lo difícil que es olvidarlo todo y poner a un lado la mente racional y el diálogo interno. No obstante, ¡tendemos a olvidar especialmente cuando queremos recordar algo! Mi consejo es que durante la meditación le "desidentifiques" de tus pensamientos y sensaciones, así como de tus sentidos, pero no te cierres a ellos. Cuando tratamos de cerrarnos es donde empieza realmente el diálogo interior.

- ! Cuando hagas Gassho, siéntate con los ojos cerrados y las manos colocadas juntas frente a tu pecho. Enfoca tu atención entera en el punto de encuentro de los dos dedos del medio. Trata de olvidar todo lo demás. Si durante esta meditación comienzas a pensar sobre el almuerzo o el día venidero, observa ese pensamiento y déjalo ir.
- ! No se trata de conseguir alguna cosa. Relájate todo lo que puedas. Luego regresa al punto donde se unen los dos dedos del medio.
- ! Si te resulta doloroso mantener ambas manos juntas ante tu pecho durante veinte minutos, pósalas sobre tu falda (manteniéndolas juntas) en una posición confortable y sigue meditando.
- ! También pueden ocurrir fenómenos energéticos, como que tus manos o tu columna vertebral se calienten mucho: obsérvalo pero no dejes que te influya. Siempre vuelve a poner el foco en los dos dedos del medio.
- ! Si debes modificar tu posición sentada, muévete de manera lenta: deliberada y conscientemente. En mi experiencia, resulta más fácil meditar cuando la columna se halla lo más recta posible, y la cabeza no se vuelca hacia delante, atrás o al costado. Imagina que tu cabeza está adosada a un globo lleno de helio, que gentilmente la mantiene en la posición perfecta. Si tienes problemas en la espalda, o no tienes la costumbre de sentarte así, recomiendo que te sientes en una silla con respaldo, y con algunos almohadones detrás, o con tu espalda apoyada contra la pared. Básicamente no hay objeciones en meditar recostados salvo que ello nos invita a quedarnos dormidos.



En Japón, durante la época del Dr. Usui, la gente se sentaba naturalmente sobre sus rodillas, como

vemos en la foto. Pero dado que esta posición sentada es incómoda para muchos de nosotros, bastan un banco de meditación o una silla.

Reiji-Ho

Traducido a nuestro idioma, *Reiji* significa "indicación del poder Keiki. *Ho* quiere decir "métodos". (En el diario de Hawayo Taka-1.1, este método, así como la técnica respiratoria del capítulo siguiente, es mencionada en un apunte de mayo 1936.)

Reiji-Ho consiste en tres breves rituales que se efectúan antes de cada tratamiento.

- ! Junta tus manos frente a tu pecho en la postura Gassho y cierra los ojos. Conéctate ahora con la energía Reiki. Esto es algo muy sencillo: pídele a la energía Reiki que fluya a través de ti. En algunos segundos, advertirás cómo fluye. Tal vez la sientas ingresar por tu chakra de la coronilla, o la adviertas primero en tu corazón o en tus manos. No interesa en qué parte de tu cuerpo se produce primero la indicación. Si dominas el Segundo Nivel Reiki, para conectarte con el poder Reiki puedes utilizar el símbolo de sanación a distancia. Repite tres veces en tu mente el anhelo de que Reiki fluya, luego envía el símbolo de sanación a distancia y séllalo con el símbolo de poder. Ambos símbolos se aprenden durante el curso del Segundo Nivel Reiki. No bien sientas la energía, continúa con el paso siguiente.
- ! Reza por la recuperación o la salud del paciente en todos los niveles. Aquí me gustaría enfatizar que a menudo no sabemos siquiera qué es "bueno" o "malo" para nuestros pacientes. Pon los términos "recuperación" y "salud" en las manos del poder Reiki y vuélvete una herramienta de él.
- ! Ahora sostén tus manos unidas frente a tu tercer ojo y pídele al poder Reiki que guíe tus manos hacia donde la energía sea necesaria.

A primera vista, a algunos de ustedes esta técnica puede parecerles extraña, contradictoria con lo que aprendieron sobre Reiki. Sin embargo, sobre la base de mi propia experiencia con esta técnica, no puedo alentarlos a todos ustedes a que la experimenten. No soy una persona visualmente orientada; en consecuencia, no me resulta fácil ver en el plano etérico. Debido a esto, durante muchos años utilicé un péndulo para hallar las partes del cuerpo cargadas negativamente. Pero desde que comencé a practicar *Reiji*, ya no necesito el péndulo.

Tus manos saben lo que está sucediendo, así que aprende a confiar en ellas. Algunos de ustedes pueden pensar que la intuición es algo que debe desarrollarse y aprenderse. Pero en realidad la situación es bastante diferente: todos somos básicamente intuitivos. Simplemente tenemos que aprender a escuchar la inspiración que ya se encuentra allí y "traducirla" correctamente. El modo en que te conectas con tu intuición y en qué área se manifiesta es distinto para cada individuo. Soy un gran admirador de la música, lo cual me hace una persona de tipo auditivo. Percibo mi entorno con intensidad mediante el sentido del oído y "escucho" mi inspiración; por ejemplo, ahora mismo oigo este texto mientras lo escribo.

Si todavía tienes incertidumbre, fíjate en qué situaciones de la vida funcionó bien

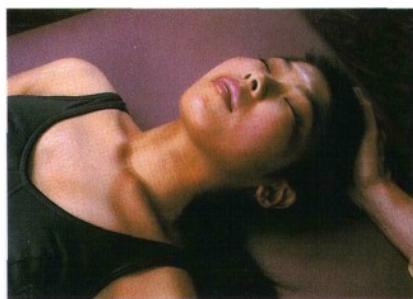
tu intuición. Por cierto, existe un área, tal vez (como en mi esposa) mientras te duchas, cocinas, haces una caminata, o manejas el auto. Entonces lleva esta habilidad del mismo modo a otras áreas de tu vida.

Pero volvamos ahora a la tarea con y sobre un paciente: tal vez veas dónde está el bloqueo de energía en el cuerpo o en el plano sutil. ¿Tal vez lo sientes o lo hueles?

Resulta sencillo llevar a cabo el ritual Reiji de manera mecánica, pero este no es el punto. Cada vez que lo practiques, trata de involucrarte de todo corazón, como si fuera la primera vez. Los componentes más importantes involucrados en esto son el amor y la atención. Estas dos cualidades le demostrarán —a tu paciente y a ti— el sendero hacia la sanación y el bienestar.

Chiryo

Chiryo significa "tratamiento". Durante la época del Dr. Usui el tratamiento se brindaba, naturalmente, de un modo japonés. El paciente yacía sobre el suelo, tanto sobre una colchoneta de algodón como sobre un tatami (colchoneta de paja seca).



← Chiryo (chakra de la coronilla)

- ! El practicante se arrodillaba junto al paciente. Por fortuna, ¡no hay nada que decir contra el ofrecer tratamiento sobre una camilla!
- ! La persona que brinda el tratamiento sostiene su mano dominante sobre el chakra coronario del paciente (ver foto) y espera hasta que haya un impulso o inspiración, que entonces la mano acompaña.
- ! Durante el tratamiento, quien lo administra da rienda libre a sus manos, toca las áreas del cuerpo con dolor hasta que cese la molestia o hasta que las manos se aparten de ese punto del cuerpo por su cuenta y busquen una nueva área para tratarla.

El Dr. Usui utilizaba muchas técnicas diferentes de sanación, y algunas de ellas se describen con mayor detalle en el capítulo "Técnicas sanadoras del Dr. Usui" que comienza en la página 25.

Entiendo los tres pilares Reiki de la siguiente manera:

1. Con la *Meditación Gassho*, nos ponemos en un estado meditativo, un estado de unidad con el Universo. Limpiamos la casa antes de que el huésped —en este caso, la energía Reiki— pueda entrar. En India, Gassho se llama *Namasté*, que significa "doy la bienvenida a lo divino dentro de tí". Una vez que has alcanzado este estado, puedes dar el paso siguiente, la Meditación Gassho se practica diariamente de modo que puede hacerse antes del tratamiento y durante el Reiji, para lo cual se juntan las manos frente al pecho. Esto ayuda a que el corazón se sintonice con el tratamiento. También nos enseña a asociar el acto de unir las manos frente al pecho con la meditación. Cuando juntamos las manos y cerramos los ojos, caemos automáticamente en estado de meditación.

2. *Reiji* sólo puede ser practicado con efectividad cuando el ego es temporalmente desconectado por medio de la meditación. A primera vista, Reiji luce como un acto intencional; pero, en realidad, con Reiji nos entregamos a la energía Reiki. Y la devoción no tiene objetivos. La actitud espiritual de Reiji es: Que así sea. Después de todo, no somos quienes efectuamos la sanación: en cambio, es a través de nosotros que ella sucede en su mejor expresión.

A algunos de ustedes puede ayudarlos un pretratamiento ritual. Laven sus manos con agua corriente fría y, brevemente, enjuagúense la boca. En la sala de tratamientos, siéntense

o permanezcan de pie en la postura Gassho. Cierren los ojos y dejen correr sus preocupaciones, pensamientos y sentimientos. Ahora, comiencen el Reiji.

3. Una vez que han iniciado *Chiryo*, el tratamiento, ya no necesitan preocuparse por la sanación o cualquier otra meta del mismo.

Tocar y sanar

Si tus manos están frías frótalas vigorosamente una cantidad de veces para calentá-las. Cuando las posas sobre una parte del cuerpo, las manos frías pueden arrebatarle temporalmente la calidez. Incluso cuando tratamos a una persona con fiebre no intentamos extraerla para echárnosla a cuestas. Existen posibilidades de extraer enfermedades del cuerpo y descargarlas en las plantas, por ejemplo.

No obstante, estos métodos no son completamente seguros y por lo tanto deben ser practicados solamente por quienes saben exactamente qué es lo que hacen.

Algunas veces escucho que algunas personas sienten que durante un tratamiento Reiki les han extraído la energía. En ese tipo de tratamiento hay algo errado. En mi experiencia, quienes fueron apropiadamente iniciados en Reiki ni debilitan a persona alguna ni a sí mismos. De hecho, ambas personas —la persona que imparte el tratamiento y la que lo recibe— serán cargados con Reiki por el cosmos. Si, durante una sesión Reiki, respiras como se describe en el capítulo siguiente sobre respiración, será imposible extraerle energía al paciente.

Cuando queremos expresar que una situación ha detonado sentimientos intensivos en nuestro corazón o en el área abdominal, decimos: "me agarró". Deberíamos sentirnos dichosos de tener la posibilidad —debido al poder Reiki— de aprender el arte de tocar.

Tocar y sanar son dos aspectos de una unidad. Todos los seres humanos de nuestro planeta automáticamente tocan el lugar cuando se han golpeado la cabeza. En muchas culturas, la gente se estrecha las manos, se besa o abraza entre sí, como expresión de saludo. A través del primer toque, un individuo sensible siente directamente en qué nivel tendrá lugar el encuentro con la otra persona. Los animales son aparentemente similares a nosotros a este respecto. Tao, nuestra gata, parece saber en segundos si la mano que la toca es portadora de amor, energía, miedo o indiferencia. He aquí un ejercicio conexo sobre este tópico:

- ! Dale a tu persona compañera la mano o pósala en algún lugar de su cuerpo. No le digas si estás permitiendo que el amor y el cuidado fluyan con el toque, pero deja que sienta lo que estás irradiando. Cambia de lugares y repite este ejercicio mientras ambos lo encuentren divertido.

La aplicación de las manos es una de las cosas más naturales del mundo. En Japón, es llamada *Te a te*, y recientemente mi suegro me dijo, mientras disfrutábamos una copa de saké, qué él siempre posa sus manos sobre el lugar cuando siente dolor. En Europa, este arte se perdió infelizmente después de la Segunda Guerra Mundial. Mi madre recuerda que en su aldea había alguien que posaba las manos sobre los aldeanos enfermos.

Nuevamente, las mujeres están en cierto modo más avanzadas que los hombres en el arte del toque. Debido a sus instintos maternales, su naturaleza básica las predispone a tocar a los demás, así como a sí mismas, de un modo amoroso y sin ningún motivo sexual³ ulterior. El tocar trae alegría y bienestar a la persona que toca y a la persona tocada.

Existen en realidad dos tipos de toque, el consciente y amoroso, o el toque incons-

³ Los sentimientos sexuales son la cosa más natural del mundo. No obstante, si la sexualidad es suprimida, resurge nuevamente en otro lugar, a menudo no deseable. Hasta el momento, sólo los estudiantes varones me han preguntado qué hacer cuando son estimulados sexualmente durante un tratamiento Reiki. ¡El método más simple es pensar en alguna otra cosa! Si la excitación es tan fuerte que dicho método no funciona, entonces inhala por la nariz e imagina que la energía ingresa a tu cuerpo a través del primer chakra. Así como la respiración es dirigida hacia la barriga, la energía se orienta en la dirección opuesta, por el chakra 1 hacia el 6, hacia la nariz. En ese punto fluye brevemente fuera del cuerpo, a fin de ir por el canal de energía de la exhalación, y después desciende hacia el primer chakra. Así, de nuevo la energía fluye brevemente fuera del cuerpo, y todo el proceso es repetido durante la siguiente inhalación.

ciente, indiferente. Hace tiempo, cuando era un Maestro Reiki recién llegado al asunto, les decía a mis alumnos que podían tratarse a sí mismos mientras miraban la TV. Hoy, veo las cosas de modo diferente y les explico a los estudiantes: durante un tratamiento sean tan reconcentrados y meditativos como les resulte posible, sin ponerse tensos. Denle al paciente —o a sí mismos, si se tocan— todo lo que tienen. Dejen que todo su corazón, su ser entero, fluyan con el toque sin retener nada en absoluto.

Imaginen que ése podría ser el último instante de sus vidas.

Un tratamiento Reiki hecho de tal manera es meditación pura.

Cuando tratas a otra persona, asegúrate de que te has abierto a todo lo que tus sentidos encuentren; sin embargo, no te dejes arrastrar por tus sentidos, dentro de lo posible. Vuélvete la atención personificada: registra cada pensamiento, cada sentimiento, cada inspiración, incluso aunque parezca por completo irrelevante. Échale una mirada exacta a tu paciente. Observa el color de su piel y la posición del cuerpo. ¿Están las piernas estiradas de modo parejo? ¿Está la columna vertebral derecha o alguna de las vértebras luce prominente? ¿Se mueve el cuerpo durante el tratamiento? ¿Tiene contracciones? ¿Está frío o caliente, fresco o ardiendo? ¿La respiración es profunda o superficial, pareja o despareja? ¿Sientes tensión, estrés, emociones o alguna otra cosa? ¿Qué tipo de expresión facial tiene tu paciente? ¿Cómo es la irradiación de su aura?

Recuerda toda esta información, trabaja con ella, y —si lo consideras relevante— cuéntaselo a tu paciente después. Si no confías en tu memoria, ten a mano un lápiz y un anotador.

Así Chiryo (el tratamiento) se afirma sobre Reiji (la devoción) y Gassho (la postura/actitud meditativa). Sólo cuando podamos dedicarnos sin ser perjudicados por nuestros pensamientos y sentimientos, seremos un instrumento de la Energía Vital Universal.

Pero ahora nos trasladaremos al próximo asunto importante, frecuentemente ha sido desatendido hasta ahora en el Reiki occidental: la respiración.

La respiración

El puente entre el cuerpo y la conciencia es la respiración. En todas las tradiciones esotéricas existe el conocimiento del significado especial de la respiración.

Los seres humanos y los animales no sólo absorben una mezcla de variados gases mediante la respiración, sino un "algo" misterioso que en nuestros círculos llamamos Reiki. En India es llamado *Prana*, en China *Chi*, en Japón *Ki*, y Wilhelm Reich lo denominaba *energía orgánica*.

Mi maestro espiritual Osho y mi profesor Da Liu de Tai Chi, de quien se me permitió aprender lo fundamental del Tai Chi durante una visita de seis meses a Nueva York a mediados de los 80, llamaban al aliento "el vehículo". La energía que fluye con él es el pasajero real: elelixir de la vida.

En India y Egipto, durante miles de años han habido adeptos que se enterraron vivos durante cierto período de tiempo. Una de estas personas presuntamente sobrevivió al ejercicio durante veinte años. Había aprendido a absorber la energía vital hacia su sistema energético de otra manera distinta de la respiración, a fin de sobrevivir de este modo sin oxígeno. Cada célula de la piel es capaz de respirar y lo hace sin nuestra mente consciente.

También existe un grupo de personas que por medio de la práctica ha aprendido a nutrirse del *Prana* y sólo come poca a ninguna comida "sólida". No te estoy charlando para que te entierres vivo o para que dejes de comer. En verdad, estoy interesado en algo sencillo y no espectacular: aprender el uso de la respiración como vehículo.

Joshin Kokyuu-Ho

Para este propósito, el Dr. Usui enseñaba a sus estudiantes una técnica de respiración llamada *Joshin Kokyuu-Ho*. Traducida, significa algo así como "método respiratorio para

higienizar el espíritu". Una variante de esta técnica también se utiliza en el Tai Chi y en otras artes marciales a fin de aprender a sentir e intensificar el flujo de energía. También lo usamos para cargarnos con energía.

Según el Dr. Usui, esto se hace del siguiente modo:

- ! Siéntate confortablemente, mantén tu columna lo más recta posible sin que ello te tense y respira lentamente por la nariz. Imagina que estás inhalando no sólo aire sino también la energía Reiki a través del chakra de la coronilla. Muchos de ustedes sentirán directamente cómo ingresa la energía por ese chakra. Personalmente, siento como una especie de presión extática o como algo dulce que gentilmente cae sobre mí y me energiza. Otra gente puede sentirlo como luz o calidez. Si no lo sientes directamente, no te preocupes y sigue respirando calma y serenamente.

Con el tiempo, se manifestará el efecto de este ejercicio y una fuerte sensación de la energía fluyendo a través de ti. Siente cómo tu cuerpo entero es enriquecido por la energía durante este tipo de respiración e introduce el aire bien hondo en tu barriga, hacia el centro de energía situado hacia dos o tres dedos del ombligo. En Japón, este centro es llamado *Tanden*, y los chinos lo denominan *Tantien*.

El Tanden

El Tanden es el centro del cuerpo, la sede de la vitalidad personal. Como verás más abajo, el Tanden juega un papel central en las posiciones manuales del Dr. Usui.

Retiene el aliento y la energía que has obtenido así en el *Tanden* durante algunos segundos. No se trata de ingresar al *Libro Guinness de Récords*, de modo que en este ejercicio procede contigo de modo amoroso y gentil. Queremos proporcionarle al cuerpo amor y energía, no estrés y temor a la vida. Mientras retienes el aliento, imagina que la energía del *Tanden* se expande a todo tu cuerpo y la energiza.

Ahora, exhala por la boca. Mientras lo haces, imagina que el aliento y la energía Reiki no sólo salen por tu boca, sino también por las yemas de todos los dedos y por los chakras de tus manos y tus pies. Es así como nos volvemos un claro canal Reiki. La energía fluye hacia nosotros desde el cosmos y regresa al cosmos. El ciclo de energía desde el macrocosmos al microcosmos, y viceversa, ha sido completado.

En el Tai Chi y el Qigong (Chi Kung), siempre se recomienda lo siguiente para ejercicios similares de respiración: mientras inhalas mantén la lengua contra el techo de tu boca, tocando tus dientes frontales, y luego bájala y déjala reposar en la base de la boca mientras exhalas.

Prefiero demostrar este ejercicio a mis alumnos de pie, puesto que de este modo es bastante fácil sentir el *Tanden* en la barriga; una vez que lo experimentamos, no necesitamos depender de lo que otra gente dice sobre ello. Todos tenemos nuestros centros de energía en lugares que varían un poquito de un individuo a otro.

Aquí está el ejercicio:

- ! Párate, con los pies paralelos, y las piernas y los hombros bien separados. Las puntas de los pies hacia el frente. Ahora dobla un poquito las rodillas hasta sentir el punto central bajo el ombligo en el *Tanden*. Mantén esta postura y procede como se describió antes. Inhalas y exhala hondo, pareja y lentamente durante diez minutos. Siente cómo el aliento y la energía fluyen en ti mientras lo haces.

Experimenta esta técnica mientras tratas a ti mismo o a otros. Personalmente la uso durante casi todos los tratamientos Chetna la usa sólo cuando quiere aportarle energía adicional a ciertas áreas del cuerpo.

Como se describe en el capítulo venidero, el Dr. Usui no sólo empleaba la imposición de manos, sino también el masaje, la presión y las palmaditas gentiles. De modo que si quieras integrar la acupresión en el tratamiento Reiki o cargar puntos especiales de acupuntura y áreas corporales pequeñas con Reiki, respira como se describió antes y muy conscientemente brinda la energía mientras exhalas. Si utilizas la presión, aumentala al exhalar y aflójala al inhalar.

Contraindicación: los practicantes de Reiki con alta presión o asma no deberían usar esta técnica respiratoria. Si se te produce una sensación de constricción, para inmediatamente. Inhala y exhala de modo normal y permite que tu aliento tome su propio curso.

Acumulando energía vital en el *Tanden*

Chetna ha estado experimentando con los métodos sanadores de Haruchika Noguchi (1911-1976), uno de los mayores sanadores de la historia de Japón, desde mediados de los '80. Da las siguientes instrucciones sobre la acumulación de energía en el *Tanden* a fin de hacer que fluya desde las manos:

"Calma tu mente y tu respiración para que la energía se vuelva pura (en mi experiencia, nuestra energía, nuestro aliento, son impregnados por emociones y pensamientos, por ello nuestra meta inicial debe ser limpiar la energía y el aliento). Luego inhala profundamente desde la base de tu columna y haz que la energía fluya hacia el Tanden. Retén allí la respiración y con ella el Tanden se enriquecerá de energía. Exhala por tus dedos. Tan pronto como sientas la energía fluyendo por tus dedos y las palmas de tus manos, inicia el tratamiento".

A esta técnica de tratamiento Noguchi la llamada Yuki se nace del siguiente modo:

- ! Comienza con el ejercicio precedente.
- ! Concentra la energía en tus manos, pliégalas (Gassho) e imagina que estás inspirando y espirando por tus manos juntas. Profundiza más y más tu respiración para que aparentemente inhales, a través de tus manos unidas hacia el *Tanden*, y exhales a la inversa. Cuando toques un área del cuerpo cargada negativamente sentirás en tus manos un hormigueo. Deja que tus manos reposen en esa área corporal hasta que cese el hormigueo.

Técnicas sanadoras

El Dr. Usui usaba una serie de técnicas sanadoras que compiló en un todo maravilloso, el (sistema) Usui Reiki Ryoho. En la entrevista ya publicada en *Reiki: El legado del Dr. Usui*, el Dr. Usui respondía a la pregunta de si el *Usui Reiki Ryoho* usa medicaciones y si existe algún tipo de efecto colateral: "No utiliza medicaciones ni instrumentos. Usa sólo la mirada, el soprido, golpeteos, palmoteos (suaves), y el toque (de las partes afectadas del cuerpo). Esto es lo que sana los malestares." Sin estas técnicas, no sería posible comprender el trabajo corporal intuitivo del Dr. Usui.

1. Tocaba las partes afectadas del cuerpo (foto 1).
2. Las masajeaba (foto 2)
3. Las golpeteaba (foto 3)
4. Las palmoteaba (foto 4)
5. Las soplaban (foto 5)
6. Fijaba su mirada en ellas durante dos o tres minutos (foto 6)
7. Les daba energía específicamente (foto 7)

Una escuela Reiki japonesa enseña que el Dr. Usui recibía la energía Reiki con su mano izquierda y la aplicaba con su mano derecha. Se dice que juntaba las yemas de los dedos de su mano izquierda con el pulgar como si sostuviera un huevo crudo. Dicen que las yemas de los dedos central y anular de la mano derecha tocaban el pulgar derecho. Dicen que el meñique y el índice se apartaban del central y el anular en un ángulo de noventa grados (foto 7).



Toque (foto 1)



Masajeo (foto 2)



Golpeteo* (foto. 3)



Palmoteo (foto 4)



Soplido (foto 5)



Mirada (foto 6)



Dirección específica de la energía (foto 7)

Mi viejo amigo y maestro Reiki Agehanand Popad me dijo que él fue tratado de este mismo modo por un sanador indio.

Según nuestra experiencia, la energía Reiki brindada de este modo se vuelve un rayo láser que tiene un efecto muy intensivo sobre un área pequeña del cuerpo, así como un diente o un punto de acupuntura.

Las técnicas de sanación a distancia que usaba el Dr. Usui no precisan ser mencionadas aquí en detalle. Presuntamente las usaba a menudo, incluso cuando la persona tratada se hallaba en el cuarto vecino. También recomendaba que cuando fuera posible trabajásemos con fotografías.

! *Da Liu* dice que la técnica de golpeteo de Chen T'wan, filósofo taoísta, fue establecida en el siglo X. El modo tradicional de golpeteo era por canales psíquicos: *Tu Mo*, *Jen Mo*, *TaiMo*, *Ch'uengMo*, *YangWeiMo*, *Yin Wei Mo*, *Yang Chiao*, y *Ying Chiao*. (Ver el *Taoist Health Exercise Book*, por Da Liu. Anthena Books, ISBN 1-56924-901-6.) En Japón, hasta el peluquero puede darte un masaje percusivo. Para este propósito, se usan tanto las palmas de las manos como los lados de un puño levemente cerrado (foto 3). ¡Algunos cultores de artes marciales hasta requieren palos, ladrillos o cuchillos para este propósito! Por favor, ¡no lo intenten!



Reiki Ryoho Hikkei



Posiciones de las manos del Dr. Usui

Las posiciones originales de manos del Dr. Usui se muestran en las páginas siguientes. Él las dividía en once capítulos. Los términos japoneses que considero importantes aparecen en bastardilla. Mis notas y explicaciones van entre paréntesis. Mi esposa Chema y yo las tradujimos del japonés. Dado que principalmente, aunque no de modo exclusivo, el Dr. Usui usaba su mano derecha para tratar a las personas, hemos tomado las fotos para reflejar esto. Para algunas posiciones, referidas a áreas pequeñas del cuerpo, sólo utilicé uno, dos o tres dedos. No hay significado alguno en la elección de determinados dedos.

Cómo deben ser aplicados los tratamientos por zurdos con una mano dominante, ello no es algo que me concierne decidir. Por favor, háganlo a su manera.

El tamaño del cuerpo del paciente y el tamaño de tus manos determinan la ubicación exacta de las posiciones de las manos. Si tus manos son pequeñas o tu paciente es muy grande, posiblemente deberás añadir alguna posición manual aquí o allá.

No existen reglas fundamentales sobre la longitud del tratamiento. En los casos de dolor, el Dr. Usui recomendaba mantener las manos sobre o encima de las áreas afectadas del cuerpo hasta que el dolor haya desaparecido. Deja que tus manos sigan su propio curso, sin importar si quieren quedarse uno, diez o treinta minutos en una posición. El Sr. Ogawa recomendaba permanecer treinta minutos en las posiciones de la cabeza. Según mi opinión, lo más importante de todo esto es seguir la propia intuición y las propias manos.

Antes de un tratamiento específico, considero importante explicarles exactamente a los pacientes qué partes del cuerpo serán tocadas a fin de que se preparen para ello. Cuanto más relajado está el paciente, más placentero será el mismo. Sin embargo, la energía Reiki fluye hasta cuando el paciente está tenso, comatoso o escéptico.

Cuando trabajas con el método *Reiji*, naturalmente no sabes por anticipado en qué áreas del cuerpo se concentrarán tus manos. Es importante que le facilites al paciente el máximo posible de confianza en tu persona.

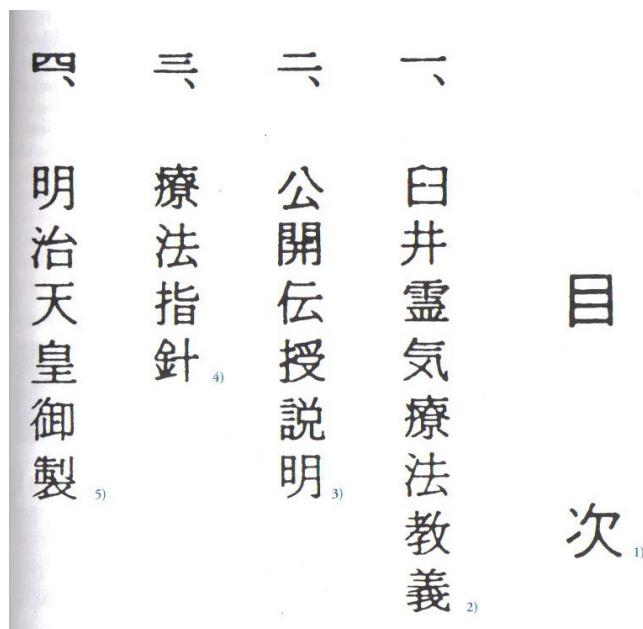
Para no atosigarte con cientos de fotos hemos explicado los tratamientos para ciertas partes del cuerpo, así como los más frecuentes desórdenes y malestares en la salud, con las posiciones manuales (fotos) detalladas en el capítulo primero. Se han agregado algunas líneas sobre las funciones de los órganos internos. Sólo se muestran posiciones manuales para enfermedades raras (como en el *Manual Original del Dr. Usui*). Todas las posiciones de manos del *Manual Original del Dr. Usui* son reproducidas en fotos al final de este libro en su orden de aparición. Puedes mirar allí las posiciones exactas de los casos específicos.

No sé si los zurdos deben hacer las aplicaciones con su mano dominante, izquierda. ¡Háganlo como se presente!

En las páginas 43 a 52 están las posiciones exactas para afecciones específicas.

El modo de hallar las posiciones exactas de las vértebras se describe en detalle (e ilustra) en la página 53.

Índice del Reiki Ryoho Hikkei



- 1) Índice
- 2) Doctrina Usui Reiki Ryoho
- 3) Iniciación (introducción) al público
- 4) Ryoho Shishin — Indicaciones para **tratamientos**
- 5) Poesía del Emperador Meiji

Se reproduce aquí la página 20 del libro original. Describe aquí posiciones de tratamientos del Dr. Usui.

Manual Reiki-Ryoho

	心 肺 咽 舌 口 耳 鼻 臟 喉	鼻骨、鼻翼、眉間、頸部（第一、二、三、頸椎） 耳孔、耳ノ前部及後部（乳嘴）
心臓部 二、三、四 第五 六、七 頸椎、第一	肺部、 五、六 胸椎 六、七 頸椎、第一	甲状軟骨、 背部 肩胛骨 頸部 舌ノ上面、 舌根 舌ノ内側、 第一

-1-

Tratamiento básico para partes específicas del cuerpo

Frente, sienes, dorso de la cabeza, garganta/dorso del cuello, sobre la cabeza, estómago, intestinos.

(Los caracteres chinos para el dorso del cuello y la garganta son idénticos. En consecuencia, no resulta claro qué parte corporal indican. El mejor abordaje es cubrirlos a ambos: el dorso del cuello y la garganta. Dado que la mayoría de nuestros problemas se dan en nuestras mentes, el Dr. Usui también recomienda tratar directamente la cabeza. No se trata apenas de tratar heridas sino también de relajar tensiones psicológicas y barreras energéticas. Hay una espléndida meditación hindú que nos enseña cómo aplicar gentilmente las palmas de las manos sobre los pómulos y, manteniendo las manos tan leves como plumas, tocar nuestros glo-

bos oculares. Con este levísimo toque, podemos ponernos en minutos en un profundo estado meditativo. Cuando hagas esto, deja que fluya la energía Reiki, y los símbolos, si los has aprendido.)



1) Frente



2) Sienes



3) Dorso de la cabeza



4) Nuca



5) Garganta



6) Sobre la cabeza

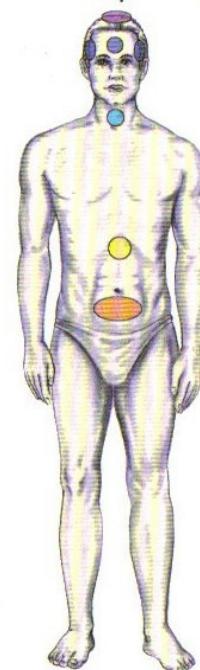


7) Estomago e intestinos

Cabeza:

頭

部



Frente

Sienes

Dorso de cabeza

Nuca

Garganta

Sobre la cabeza

Estómago e intestinos

Iguales posiciones de manos como para la cabeza y *Eyogen Chiryo* (tratamiento de la fuente de una enfermedad).

(Las dos técnicas mencionadas arriba no son explicadas en detalle. Para la técnica *Genetsu-Ho*, el Sr. Ogawa recomienda dejar que la mano o las manos reposen sobre la cabeza en particular.

Personalmente he verificado que la fiebre puede tener un efecto sanador, mientras no se eleve muy alto -menos de 39,5 grados centígrados-. En este caso, dejo que mi intuición decida si debo tratar de bajar la fiebre o no. Si la fiebre es más alta, en todo caso utilizaré los métodos sugeridos por el Dr. Usui antes o durante el transporte de la persona hasta un centro médico para su revisión.

De manera natural, una fiebre moderada desintoxica el cuerpo que ha experimentado un incremento de toxinas. Después, una columna vertebral que haya perdido su equilibrio puede posiblemente hasta ponerse derecha por su cuenta.

Los ojos, el punto entre los ojos y la nariz, entre los ojos y las sienes; primera, segunda y tercera vértebras cervicales.

Nuestros ojos están constantemente afectados en un mundo basado en estímulos visuales. Los mayores perjuicios vienen de ver demasiada TV, las lecturas reconcentradas, y el trabajo con el ordenador. Un remedio efectivo para esto es llenar una almohadita con semillas de lino, que pueden ser cargadas de antemano con Reiki Uno o Dos y colocarla sobre los ojos.

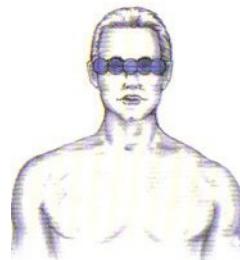
De todos modos, recuerda seguir la regla de tomarte un recreo una vez cada hora; también, apártate frecuentemente de tu monitor/libro y mira hacia algún objeto que se encuentre de 4 a 6 metros de distancia.



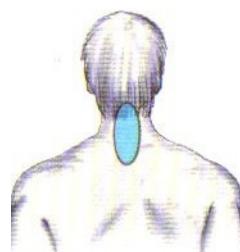
8 Ojos



9 Entre ojos y nariz

10 Entre ojos y sienes
1 -3

11 Área vertebral cervical



Ojos ■

Entre ojos y nariz ■

Entre ojos y sienes ■

Area vertebral cervical
cervical 1-3 ■

Tabique nasal, lado de la nariz, medio de la frente, garganta/nuca, área vertebral cervical 1-3

(Los malestares de la nariz y los senos óseos, así como las alergias, aumentan velozmente en nuestro contaminado entorno. Afortunadamente, por medio de una dieta especial podemos evitar los peores problemas relacionados con tales condiciones. En cualquier caso, eviten todos los productos lácteos y las comidas inductoras de mucosidad, al menos mientras persistan los malestares.

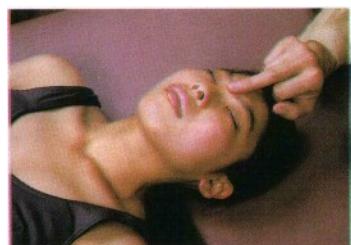
(Un buen remedio casero para limpiar la nariz es una cucharada de rábano picante rallado agregado a una taza de agua hirviente y bebido como té.)



11 Tabique nasal



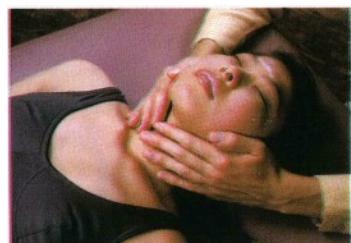
12 Lado de la nariz



13 Medio de la frente



4 Nuca

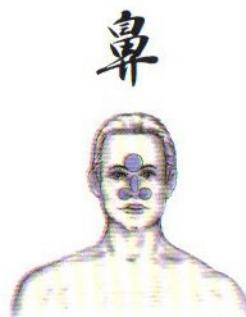


5 Garganta

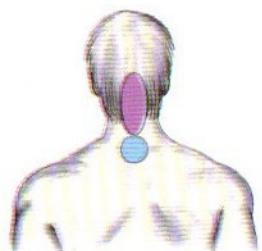


43 Área vertebral cervical

Nariz:



- Tabique nasal
- Lado de la nariz
- Medio de la frente

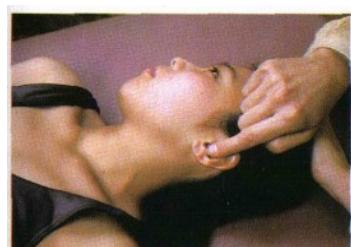


- Nuca
- Garganta
- Área vertebral cervical

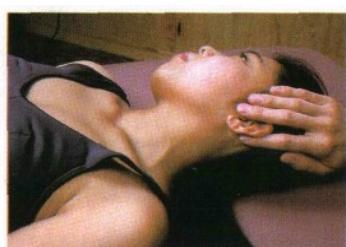
Canal auditivo, en el frente de la oreja —dorso de la oreja — el cartílago sobresaliente de la aurícula (los tres se muestran en la foto), primera vértebra cervical.

(Si tratas las dos orejas al mismo tiempo hay un efecto compensador: se sincronizan ambos hemisferios cerebrales. Según nuestra experiencia, las manos posadas sobre las orejas podrían apartarse un par de centímetros del cuerpo. Permanecen allí un rato, luego se apartan un poco más y trabajan un poco en el aura antes de reposar de nuevo sobre el cuerpo físico.)

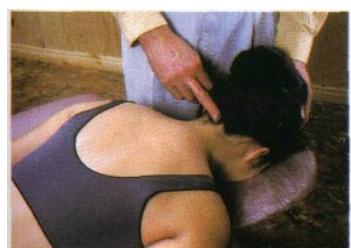
También trato de este modo a pacientes que tuvieron síncope leves. Luego, puedes estacionar tus manos sobre el *Tanden* durante diez o quince minutos.)



14 Acceso del canal auditivo



15 Frente y dorso de la oreja



42 Área vertebral cervical 1

Mano sobre la boca sin cerrar los labios.

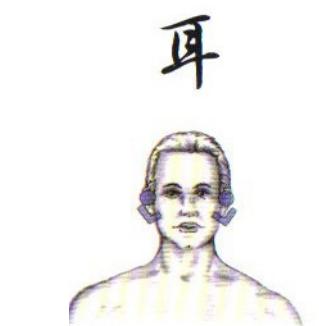
(Prueba en ti mismo cómo se siente cuando cubres la boca cerrada, entonces sabrás por qué el Dr. Usui decía que no debemos hacerlo. ¡Aunque cerrar la boca sería por cierto un buen ejercicio para mucha gente! Igual que en nuestro idioma, hay un lema japonés que dice *chinmoku wa km*. "El silencio vale oro".

No obstante, si un paciente está muy quieto —en el sentido de volverse inconsciente — existe un punto muy efectivo de acupresión en el centro del labio superior [ver foto 21] que puede regresar la conciencia a la persona.)

16 Sobre la boca sin cerrar los labios. (En esta posición, pongo mi mano derecha sobre el chakra de la corona porque me parece apropiado.)



21 En el centro del labio superior

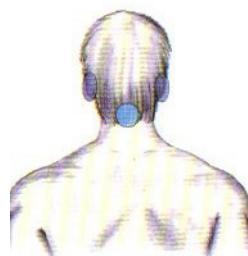


Oídos:



Canal auditivo ■

Frente de la oreja ■
dorso de la oreja ■



Frente de la oreja ■
dorso de la oreja ■

Vértebra cervical 1 ■



Sobre la lengua, raíz de la lengua.

(Esta posición de la mano puede ser desagradable para alguna gente; en parte por razones higiénicas y en parte porque nos recuerda una ceremonia a menudo temida: ir al dentista. En consecuencia, es mejor tratar la lengua con Reiki a distancia. Si esto no es viable o si consideras más efectivo un tratamiento directo, ponte un par de guantes nuevos de látex.

IDEA PARA MEDITACIÓN: Leo en un libro que el santo hindú Ramakrishna hacía que su esposa escribiera símbolos santos sobre su lengua. Le pedí a mi esposa que lo hiciera. Si bien me reí al principio porque cosquilleaba, los símbolos Reiki se diluyeron en mi boca, por así decirlo. Fue una sensación espléndida.)



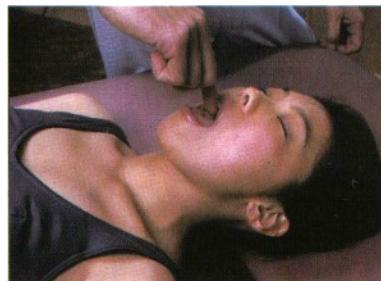
Boca:



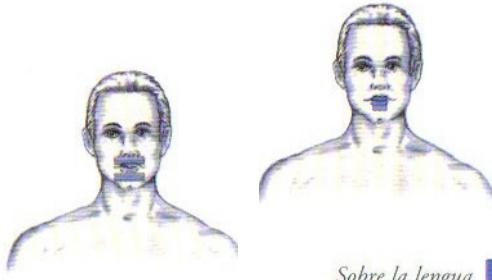
Lengua:



17 Sobre la lengua (usa guantes de látex)



18 En la raíz de la lengua (usa guantes de látex)



- █ Sobre la lengua
- █ Raíz de la lengua

- █ Sobre la boca
(no cerrar labios)

Cartílago de la garganta (nuez de Adán), garganta/nuca.

(Desde una perspectiva anatómica, la garganta es una parte del cuerpo que se daña fácilmente. Debido a esto, cuando alguien envuelve nuestra garganta nos sentimos amenazados. Así que por favor pon especial sutileza y gentileza en esta posición. Personalmente prefiero la posición ilustrada, pero hay otras posibilidades. Puedes, por ejemplo, posar ambas manos sobre la quijada baja del paciente mientras estás sentado o de pie detrás. Esto permitirá que tus manos reposen a un par de centímetros sobre la garganta.

MÁS IDEAS: Para las gargantas irritadas recomiendo té de jengibre. Ralla un pedazo del tamaño de una cuchara en una taza y llénala con agua hirviendo. Deja que se enfrie un poco, luego bélalo. Si toleras una mezcla más fuerte, ralla un poco más. Bélalo en pequeños sorbos. Las pastillas de zinc también ayudan a la garganta afectada.)

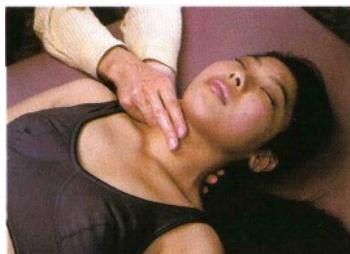
Área pulmonar, entre los omóplatos, de segunda a sexta vértebras cervicales.

(Los pulmones proporcionan a nuestro cuerpo el oxígeno vital, que compone la quinta parte del aire que inhalamos. Con la ayuda de este oxígeno, las células corporales queman azúcar. Esto genera energía. Los pulmones también expelen dióxido de carbono.

Como se describe en el capítulo sobre respiración, el Dr. Usui era muy meticuloso al enseñarles a sus alumnos qué significa inhalar profundamente hacia el *Tanden*.

Pero aunque respiremos normalmente, o sea, sin tomar conscientemente energía del cosmos, resulta saludable respirar hacia la barriga. Si te resulta difícil al comienzo, puede ayudarte posar una o dos manos sobre la barriga, y luego atraer el aire hacia ese punto. Nuestra experiencia demuestra que la respiración abdominal puede ser aprendida en tiempo muy corto.)

Garganta



9 Cartílago de garganta



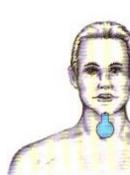
Nuca



5 Garganta

Garganta:

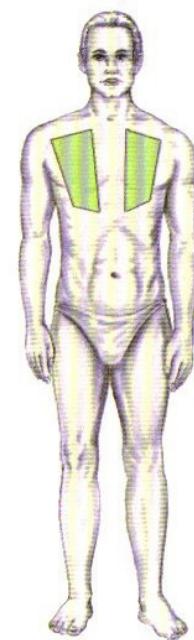
咽
喉



Nuez de Adán
Nuca

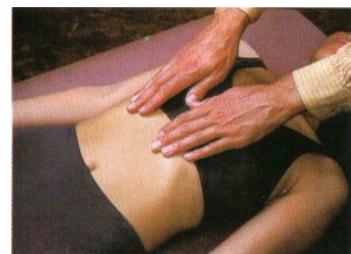
Pulmones:

肺



Area pulmonar

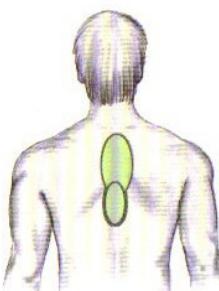
Pulmones



22 Pulmnes



44 Entre los omóplatos

45 Área vertebral torácica
2-6

Entre los omóplatos

Vértebras torácicas 2-6

Área del corazón, vértebras cervicales 5-7, área vertebral torácica 1-5.

(Como todos sabemos, el corazón bombea la sangre hacia nuestro cuerpo a través de la aorta, la arteria principal, y desde allí por las demás arterias hacia nuestros órganos y tejidos. La sangre provee tanto nutrientes como oxígeno. No bien queda descargada de oxígeno, es guiada por las venas hacia los pulmones. Aquí es recargada de nuevo con oxígeno. Desde los pulmones, la sangre fluye de nuevo hacia el corazón y el ciclo se reanuda.

El corazón juega un papel central en nuestro cuerpo energético. En el chakra del corazón, las energías más toscas de los chakras bajos y la energía sutil de los chakras superiores es convertida en energía sanadora. Luego ésta fluye por nuestros brazos hacia nuestras manos.

Un tratamiento Reiki del corazón calma y ayuda al paciente a sentirse amado y protegido.)

Área del hígado, vértebras torácicas 8-10, especialmente sobre el lado derecho del cuerpo.

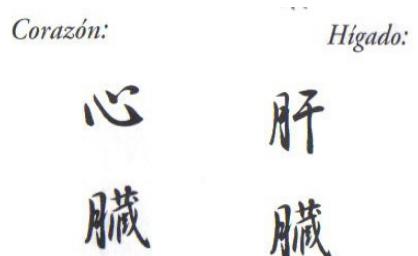
(El hígado es el órgano interno del cuerpo más grande, y hay una razón para ello: su tarea principal es desactivar las toxinas y los desechos producidos, y generar o procesar nuevos agentes químicos. Por ello trata bien a tu hígado y no hagas su vida —y la tuya— demasiado difícil.

En el caso de daño hepático, debes evitar comidas grasosas, consumo de alcohol, nicotina, y medicamentos. Por fortuna, el hígado es capaz de regenerarse a sí mismo: no obstante, eso no ocurre de la noche a la mañana. Un hígado severamente dañado por abuso de drogas o ictericia precisa meses, sino años, para recuperar su salud.

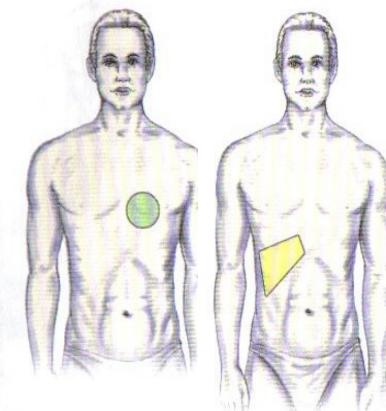
De modo que trata al hígado durante períodos más largos al encarar un desorden severo de la salud. Sugiero al menos media hora del tratamiento recomendado por el Dr. Usui.)



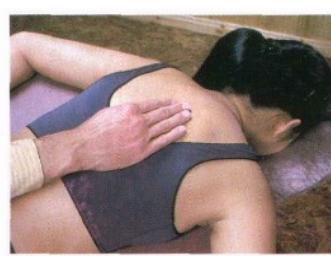
23 Corazón

46 Área vertebral cervical S-⁷

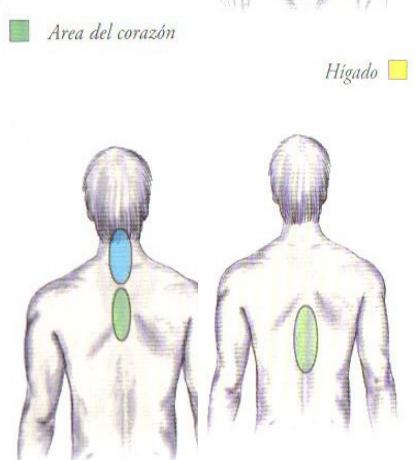
47 Área vertebral torácico 1-5

**Hígado**

24 Hígado



45 Área vertebral torácica 8-



10 (mayormente lado derecho)

- Vértebras cervicales Vértebras torácicas 8-10 ■
- Vértebras torácicas ■ especialmente lado derecho

Área estomacal, vértebras torácicas 4 y 6-10.

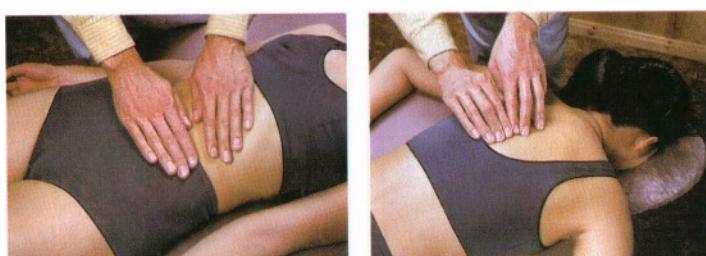
(El estómago sirve como reservorio del alimento que comemos, así como punto de partida de la digestión. Es allí donde se mezclan los jugos gástricos con la comida. Estos jugos convierten la comida en un bolo, que luego es presionado a través del duodeno hacia el intestino inferior.

Sin embargo, el estómago es también asiento de nuestras emociones. Hay definitivamente una razón para decir: "No puedo digerir esto" o "Primero tengo que digerirlo".

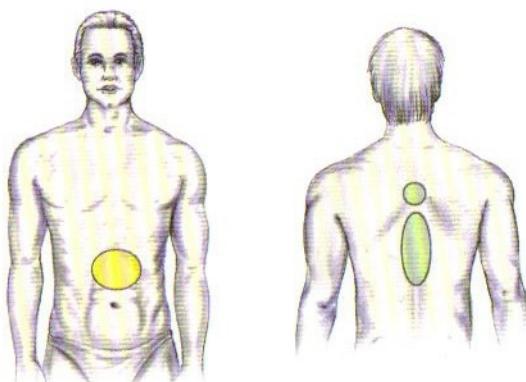
En las crisis emocionales —incluido el llanto de un niño— sujeto posar ambas manos sobre estómago e intestinos al menos durante quince minutos. Personalmente, siempre trato el estómago y los intestinos al mismo tiempo; pero también puede hacerse por separado.)

7 Estómago e intestinos

49 Área vertebral torácica 4 y 6-10



Estómago:



Estómago

Vértebra torácica 4

Estómago

Vértebras torácicas 6-10

Parte superior y baja del intestino grueso, área del intestino delgado (alrededor del ombligo), vértebras torácicas 6-10, vértebras lumbares 2-5, nalgas.

(Desde el duodeno, el bolo que es presionado fuera del estómago alcanza el intestino delgado conexo. De hecho, es allí donde tiene lugar la digestión. Desde aquí, el bolo va hacia el intestino grueso. Durante el viaje, los nutrientes y el agua son extraídos del bolo.

Dado que los intestinos tienen muchas curvas y pliegues, puede suceder que las sustancias dañinas depositadas en ellos no sean eliminadas durante el proceso digestivo.

En consecuencia, debemos ser muy conscientes al tratar los intestinos. El tratamiento de los intestinos ayuda a remover esas toxinas de las paredes intestinales, de modo que puedan ser eliminadas. Otros métodos para librarse de estas sustancias son los enemas, las curas de ayuno, o la ingestión de ciertas hierbas curativas. Sin embargo, esto debe hacerse bajo instrucciones del médico.)



25 Intestino grueso superior



26 Intestino grueso inferior, lateral



27 Área del intestino delgado



19* Área vertebral torácica 6-10



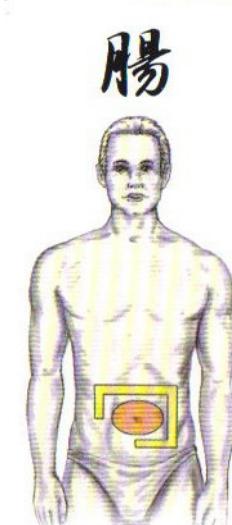
68 Área vertebral lumbar 2-5



54 Sacro, coxis

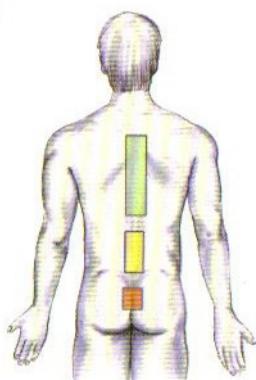
! Noten la foto 49: en esta posición, pueden colocar las manos entre los omóplatos un poco más abajo que en la foto 44 (pág. 75).

Intestinos:



Parte superior y baja del intestino grueso

Área del intestino delgado (en torno del ombligo)



Vértebras torácicas 6-10

Vértebras lumbares 2-5

Nalgas

Área de la vejiga, vértebras lumbares 4-5.

(La vejiga es llenada mediante un flujo constante de gotas de orina provenientes de los riñones, a través del uréter. La orina es luego eliminada a través de la uretra. La uretra de la mujer es corta y, por su posición anatómica, está desprotegida. Es por ello que la mujer debe luchar contra inflamaciones urogenitales. Para el tratamiento, deja que tus manos reposen sobre la vejiga y un poco más abajo al menos durante quince minutos.

Por razones anatómicas, el peligro de inflamación no es muy grande para los hombres. No obstante, ellos tienen otro punto vulnerable: la glándula prostática, que reside justo debajo de la vejiga y que es atravesada por la uretra. Cuando la próstata se inflama, resulta difícil orinar. Traten el área baja de la vejiga al menos durante quince minutos.

28 Área de vejiga



78 Área vertebral lumbar 4-5

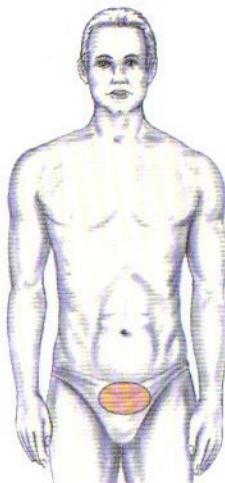


Vejiga:

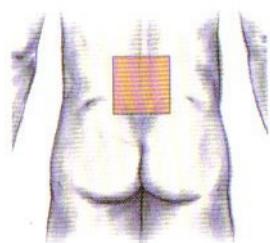
Vejiga

膀胱

膀胱



Vértebras lumbares 4-5



Área del útero, laterales del útero, vértebras torácicas 9-12, vértebras lumbares 1-5, sacro, coxis.

(El útero es la parte del cuerpo —como el cosmos— que constituye el primer segmento de nuestro proceso de convertirnos en un ser humano. No llegamos a la Tierra como seres humanos completos, ¡primero debemos lograr este estado! Con este aspecto en la mente, es muy importante tratar el útero con atención especial extra, incluso cuando no esté viviendo allí en ese momento un futuro ciudadano de la Tierra.)A



29 Área del útero



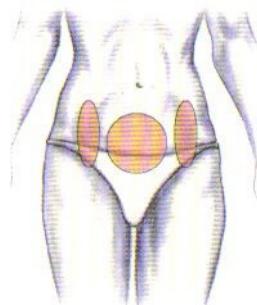
30 Útero a ambos lados, ovarios



52 Área vertebral torácica 9-12 58 Área vertebral lumbar 1-5 54 Sacro, coxis

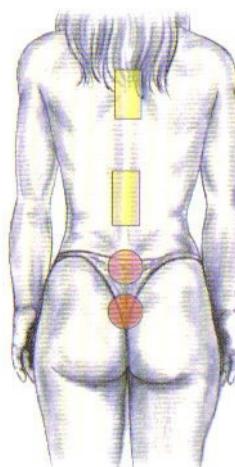
Utero:

子
宮



Area uterina

Laterales del útero



Vértebras torácicas 9-12

Vértebras lumbares 1-5

Sacro

Coxis

Área de riñones, vértebras torácicas 11-12.

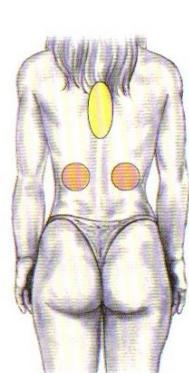
(Los riñones filtran alrededor de 130 milímetros de sangre por minuto. ¡Eso significa 1.200 litros por día! Los productos de descarte hallados en la sangre son desviados a los riñones como orina y luego, de esa manera, se eliminan del cuerpo. Trato a los riñones por lo menos quince minutos cuando ha habido algún envenenamiento del sistema, así como colapsos, temperaturas subnormales, e hipotermia de los riñones.

En nuestra experiencia, el paciente comienza a respirar más profundamente cuando las manos se posan sobre sus riñones.)



Riñones:

腎
臟



55 Área de riñones

56 Área vertebral torácica 11-12r

■	Área de riñones
■	Vértebras torácicas 11-12

Músculos, tendones de la nuca, hombros, columna vertebral, ambos lados de la columna vertebral, caderas, nalgas. (Frotén la columna vertebral a ambos lados des- de las nalgas hasta la medula, oblongata.)

(Este método trae de vuelta a la tierra al paciente de escasa firmeza sobre el suelo o que ha estado en trance por un tratamiento. Por lo tanto, recomiendo el uso de esta técnica, excepto para los síntomas descritos por el Dr. Usui, y también como cierre de la sesión. Luego, el paciente es capaz de levantarse rápidamente de la camilla, de modo fresco y animado.)



57 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 1

58 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 2

59 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 3

60 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 4

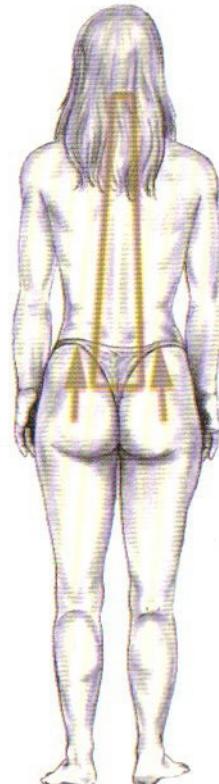


61 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 5

Tra-

ta-

半
身
治
療



miento de
una mitad
del
cuerpo: Hanshin Chiryo

Hanshin Chiryo

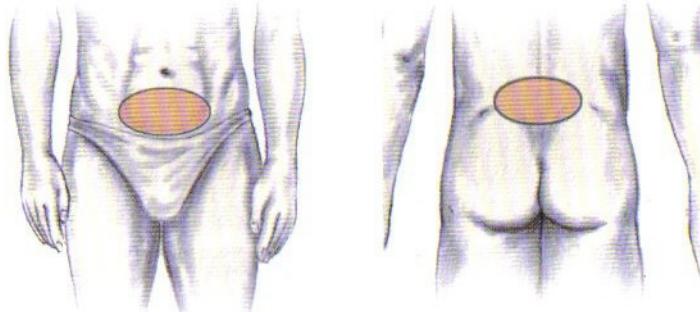
Frotar ambos lados de la columna vertebral, desde las nalgas hasta la médula oblongata.

(Estas dos técnicas no están explicadas en detalle. Sin embargo, el Sr. Ogawa nos contó cómo se aplican.)

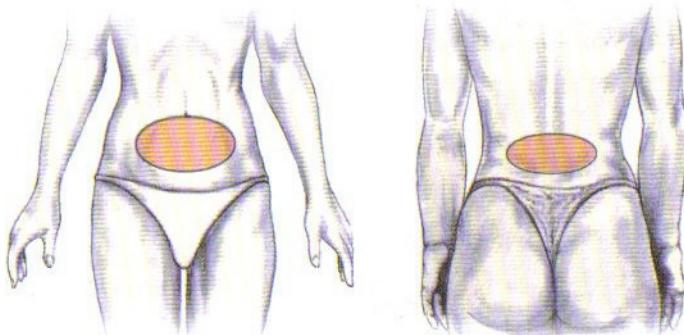
Tunden Chiryo: posa una mano sobre el Tanden y la otra, pareja, detrás, sobre la espalda.

Gedoku-Ho: posa tu mano en la posición *Tanden Chiryo* durante trece minutos e imagina que todas las toxinas abandonan el cuerpo. Se ha probado que esta técnica es muy eficaz para la constipación y las consecuencias del uso excesivo de medicaciones. Frequentemente, el estómago del paciente comienza a ronronear tras unos minutos de tratamiento, así que avísales que no deben avergonzarse por ello. ¡Aquí, en Japón, el ronroneo

del estómago y otros ruidos corporales son algo muy privado y la gente procura suprimirlos de todas maneras!)



Tratamiento del abdomen, Chiryō-edoku-Ho (técnica desintoxicante)



Tanden Chiryō

Posa una mano sobre el Tanden y la otra pareja detrás, sobre la espalda.

-2-

Desórdenes funcionales de los nervios

(El área de la cabeza es siempre tratada en las posiciones que seguirán. Sigue tu intuición y posiblemente trates la garganta/nuca del mismo modo.)

Neurastenia (debilidad nerviosa):

Área de la cabeza, ojos, corazón e intestinos, órganos genitales, tratamiento del área donde se originó la enfermedad (*Byogen Chiryō*), tratamiento de medio cuerpo (*Hamhin Chiryō*, ver página 47). Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 8 Ojos, 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos, 32 Órganos genitales, 57 Técnica sanadora *Hanshin Chiryō* 1, 58 Técnica sanadora *Hanshin Chiryō* 2, 59 Técnica sanadora *Hanshin Chiryō* 3, 60 Técnica sanadora *Hanshin Chiryō* 4, 61 Técnica sanadora *Hanshin Chiryō* 5.

Histeria:

Igual que anterior

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 8 Ojos, 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos, 32 Órganos genitales, 57 Técnica sanadora *Hanshin Chiryō* 1, 58 Técnica sanadora *Hanshin Chiryō* 2, 59 Técnica sanadora *Hanshin Chiryō* 3, 60 Técnica sanadora *Hanshin Chiryō* 4, 61 Técnica sanadora *Hanshin Chiryō* 5.

Anemia cerebral:

Área de la cabeza, estómago e intestinos, corazón.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos, 23 Corazón.

Hiperanemia cerebral (congestión vascular del cerebro):

Igual que anterior

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos, 23 Corazón.

Meningitis:

Igual que anterior

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos, 23 Corazón.

Encefalitis:

Igual que anterior

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos, 23 Corazón.

Cefaleas:

Área de la cabeza — mayormente las sienes.

(Sigan los detalles de tratamiento del Dr. Usui posando las manos sobre la cabeza hasta que se vaya el dolor. Si ya aprendieron el Segundo Nivel Reiki, usen también el símbolo de poder.

Los dolores de cabeza pueden tener causas muy diversas. Frecuentemente, la causa es simplemente una deshidratación. Beban de inmediato uno o dos vasos de agua. La cafeína de una taza de café también puede hacer milagros.

Cuando el dolor proviene de la nuca: acuéstate de modo que tu cabeza cuelgue del borde de la cama. Relájate durante algunos minutos.

A menudo, las cefaleas son causadas por una mala postura crónica. En este caso, recomiendo el libro siguiente: "*Pain Free, A Revolutionary Method for Stopping Chronic Pain*", de Peter Egoscue, Bantam Doubleday Dell Pub. ISBN 0553106309. ¡El título no exagera!

Fotos: 2 Sienes, 1 Frente, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza.

Insomnio:

Área de la cabeza, mayormente en la nuca.

(Aquí recomiendo posicionar la mano en un chakra mientras uno se duerme: coloca una mano sobre el segundo chakra y la otra mano sobre el cuarto chakra. También puedes sugerirte reposo y caer dormido velozmente usando los símbolos de Reiki 2. Piensa en una afirmación positiva con tus propias palabras para que te ayude a dormirte.

También es de utilidad el entrenamiento autogénico (de sí mismo).

Sin embargo, los datos de arriba apuntan sólo a los síntomas. El insomnio está usualmente relacionado con tensiones psicológicas y es importante ir a las raíces del problema. Descubre de dónde provienen estas tensiones y procura resolverlas.

Uno de mis métodos de meditación, que ya fue impreso por allí, recomienda hacer que el día circule hacia atrás a través del ojo de tu mente, algo así como rebobinar una cinta de video. Esto te permitirá trabajar sobre cuestiones que aún no fueron digeridas.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza.

Desórdenes de equilibrio, mareos:

Área de la cabeza — mayormente la frente.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza.

Hemorragia cerebral:

Mayormente el lado afectado, corazón, estómago e intestinos, riñones, y el área paralizada.

Fotos: 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos, 55 Área de riñones.

Epilepsia:

Área de la cabeza *, estómago e intestinos.

(* En nuestra experiencia, la cabeza del epiléptico es demasiado sensible al toque. En este caso, trato el plexo solar y el *Tanden*. Durante un ataque epiléptico, lo más importante es ayudar al paciente en una posición donde no se haga daño.)

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos.

Mal de San Vito:

Área de la cabeza, corazón, área(s) afectadas del cuerpo, palmas de las manos, plantas de los pies, medio cuerpo (*Hanshin Chiryo*). Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 65 Palmas de las manos, 66 Plantas de los pies, 57 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 1, 58 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 2, 59 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 3, 60 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 4, 61 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 5.

Enfermedad de Basedow:

Área de la cabeza, ojos, tiroides, corazón, útero, medio cuerpo (*Hanshin Chiryo*)

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 5 Garganta (cubrir también glándula tiroides), 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 29 Área del útero, 57 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 1, 58 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 2, 59 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 3, 60 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 4, 61 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 5.

Neuralgia (dolor de nervios), parálisis:

Área de la cabeza, estómago e intestinos a fin de regular el movimiento de vientre, área(s) afectadas del cuerpo.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestino.

Hipo:

Diafragma, frente, vértebras cervicales 3-5.

(Para el hipo usamos el símbolo de poder, igual que con el dolor. De ser posible, ras-trearlo hasta el diafragma, la frente y las vértebras cervicales 3-5. Si no es posible proyecta el símbolo con los ojos hacia las partes respectivas del cuerpo o hazlo fluir desde tus manos.)

Fotos: 33 Diafragma, 1 Frente, 62 Área vertebral cervical 3-5.

Afasia (desórdenes del habla):

Frente, sienes; mayormente área izquierda, área de garganta.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 5 Garganta.

Entumecimiento del escritor:

Área de la cabeza, codos, pulgares.

(Envuelvo el pulgar dentro de mi puño apretado pero relajado.) Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 63 Codos, 64 Pulgares.

Tinnitus (tintineo en los oídos):

Orejas, área de la cabeza.

Fotos: 14 Canal auditivo, 15 Frente y dorso de la oreja, 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza

-3-

Desórdenes funcionales de Órganos Respiratorios (y conductos de aire)

Inflamación de la tráquea (gaznate).Bronquitis:

Gaznate, tubos bronquiales.

Fotos: 34 Tráquea, 35 Bronquios.

Tos:

Garganta, área del pecho, área(s) afectada(s) del cuerpo.

(Para la tos usamos también el símbolo intensificador de poder. Si has aprendido Segundo Nivel Reiki, dibuja el símbolo sobre un trozo de material hecho con fibras naturales y colócalo sobre tu pecho durante la noche. Evita todo tipo de alimento productor de moco durante una semana y come mucho jengibre fresco rallado. Bebe agua de jengibre con miel.)

Fotos: 5 Garganta, 22 Pulmones, cubre también área del pecho.

Asma:

Área de la cabeza, área del pecho, bajo el esternón (hueco inferior de ese hueso), garganta, nariz, corazón.

(Una receta que aprendí de mi hermano ayuda contra el asma: ralla 50 gramos de rábano picante fresco y mézclalo con el jugo de tres limones grandes (cultivados orgánicamente) y 500 gramos de miel orgánica. Toma una cucharada de esta mezcla antes o después de cada comida al menos durante seis semanas. Guarda la mezcla en la heladera. Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 22 Pulmones, cubriendo el área del pecho, 37 Debajo del esternón, 5 Garganta, 11 Tabique nasal, 12 Lados de la nariz, 23 Corazón.

Tuberculosis (pulmones):

Área de la cabeza, parte afectada de los pulmones, estómago e intestinos, corazón, Tanden.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 22 Pulmones, 7 Estómago e intestinos, 23 Corazón, 31 Tanden.

Pleuresía:

Área de la cabeza, área(s) afectada(s) del cuerpo, estómago e intestinos, Tunden.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 22 Pulmones, 7 Estómago e intestinos, 31 Tanden.

Neumonía:

Área de la cabeza, corazón, áreas corporales afectadas, Tanden.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 31 Tanden.

Hemorragia bronquial(escupir sangre):

Pulmones, área corporal afectada.

(Este es un desangramiento potencialmente fatal causado por el colapso de pequeñas arterias pulmonares.) Foto: 22 Pulmones.

Sangrado nasal:

Nariz.

(Una almohada bajo la nuca y tratamiento de las primeras cinco vértebras cervicales logra maravillas. Un masaje de presión sobre la médula oblongata brinda buenos resultados. La cabeza del paciente debe estar recostada mientras se hace esto.)

Fotos: 11 Cartílago nasal, 12 Lados de la nariz.

Enfisema (pleuresía conformación de pus):

Nariz, centro de la frente o el punto medio del labio superior directamente bajo la nariz (el Kanji no está claro aquí; tratar ambos en caso de duda).

Fotos: 11 Cartílago nasal, 12 Lados de la nariz, 20 Centro de la frente, 21 Centro del labio superior.

-4- Desórdenes funcionales de los órganos digestivos

Enfermedades del esófago:

Esófago, debajo del esternón, estómago e intestinos.

Fotos: 34 Tráquea, Esófago, 37 Debajo del esternón, 7 Estómago e intestinos

Gastritis, úlceras gástricas, cáncer estomacal, gastralgia (dolor estomacal), gastropatía, gastrectasis:

Área de cabeza, bajo el esternón, estómago e intestinos.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 37 Bajo el esternón,
7

Estómago e intestinos. Enteritis, úlceras intestinales, diarrea, constipación, etc.:

Estómago e intestinos.

Foto: 7 Estómago e intestinos.

Apendicitis:

Área corporal afectada, mayormente a la derecha junto al ombligo, área de cabeza, estómago e intestinos.

Fotos: 38 Apéndice, 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos.

Parásitos intestinales:

Área de cabeza, estómago e intestinos.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos.

(Gotas de ajenjo, tinturas de ajenjo/clavo o ajo/nuez de nogal han probado ser efectivas para erradicar parásitos intestinales. No crean que los parásitos sólo afectan a gente de países en desarrollo. Busquen consejo de un naturópata experto.)

Hemorroides:

Área anal.

Foto: 67 Área anal.

Ascitis en el vientre (Hydroperitoneum):

Área de cabeza, área abdominal.(De ser posible, tratarla durante la luna menguante.)

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos.

Peritonitis (inflamación del peritoneo):

Área de cabeza, área(s) corporal(es) afectadas, Tanden,

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 31 Tanden.

Hepatitis (ictericia.)

Área de cabeza, estómago e intestinos, hígado, corazón.

(*Cuidado:* hay muchos tipos de ictericia que sólo pueden ser diagnosticadas por un laboratorio. La hepatitis A y E (sólo determinable con precisión por un laboratorio que haga un conteo sanguíneo) son extremadamente contagiosas durante el período de incubación y sólo deberían tratarse en un hospital. Tras una ictericia hay que evitar comidas grasosas, alcohol, nicotina y, si es posible, todo tipo de medicación al menos durante seis meses. Tras la consulta médica es preciso hacer análisis de sangre con intervalos regulares.) Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos, 24 Hígado, 23 Corazón.

Cálculos:

Hígado, área(s) corporal (es) afectadas(s), estómago e intestinos. Fotos: 24 Hígado, 7 Estómago e intestinos.

Hernia inguinal:

Área(s) corporal(es) afectada(s) sobresaliente(s), abdomen (órganos genitales).

Fotos: 32 órganos genitales.

-5-

Desórdenes funcionales del sistema circulatorio (cardiovascular)

(Una pista de mi maestro espiritual Osho: si tienes problemas cardíacos, presta más atención a tus exhalaciones. Exhala consciente y profundamente, y deja que el flujo inhalante te penetre, como si actuara solo.)

Inflamación del miocardio (músculo del corazón), miocarditis:

Área de cabeza, corazón, hígado, riñones, vejiga. (Esta afección puede producir falla cardiaca en jóvenes de otro modo saludables.)

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 24 Hígado, 55 Área de riñones, 28 Área de vejiga.

Inflamación de membranas del corazón:

Corazón.

Foto: 23 Corazón.

Edema, hidropesía:

Corazón, hígado, riñones, vejiga. (De ser posible, tratarlos durante la luna menguante.)

Fotos: 23 Corazón, 24 Hígado, 55 Área de riñones, 28 Área de vejiga.

Arteriosclerosis (calcificación arterial):

Área de cabeza, corazón, riñones, estómago e intestinos, *Tanden*. (Seguir una dieta estrictamente vegetariana, al menos durante un tiempo, sin productos lácteos puede contrarrestar la calcificación de arterias y la alta presión arterial. Hasta en un estado avanzado estas afecciones pueden ser completamente revertidas.)

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 55, Área de riñones, 7 Estómago e intestinos, 31 *Tanden*.

Alta presión sanguínea crónica:

Igual que anterior.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 55, Área de riñones, 7 Estómago e intestinos, 31 *Tanden*.

Angina pectoral:

Área de cabeza, corazón, estómago e intestinos, partes corporales afectadas.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos.

Beriberi y falla cardiaca resultante del Beriberi:

Corazón, estómago e intestinos, pierna(s) afectada(s).

Fotos: 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos.

-6-

Desórdenes funcionales del metabolismo sanguíneo

Anemia:

Tratamiento para el origen de la enfermedad (*Byogen Chiryo*), cabeza, corazón, estómago e intestinos, medio cuerpo (*Hansin Chiryo*).

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 4 Nuca, 5 Garganta, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos, 57 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 1, 58 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 2, 59 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 3, 60 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 4, 61 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 5.

Púrpura (hemorragia difusa en la superficie de la piel con un diámetro de 1,5cm)

Área de cabeza, corazón, riñones, estomago e intestinos, áreas corporales cubiertas con las manchas color lila, *Tanden*.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 55, Área de riñones, 7 Estómago e intestinos, 31 *Tanden*.

Escrabuto:

Área de cabeza, área pulmonar, corazón, riñones, estómago e intestinos, medio cuerpo (*Hansin Chiryo*), *Tanden*.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 22 Pulmones, 23 Corazón, 55 Área de riñones, 7, Estómago e intestinos, 57 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 1, 58 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 2, 59 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 3, 60 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 4, 61 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 5, 31 *Tanden*.

Diabetes:

Área de cabeza, corazón, hígado, páncreas, estómago e intestinos, riñones, vejiga, medio cuerpo (*Hanshin Chiryo*), frotar columna vertebral de abajo hacia arriba.)

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 24 Hígado, 68 Páncreas, 7, Estómago e intestinos, 55 Riñones, 28 Área de vejiga, 57 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 1, 58 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 2, 59 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 3, 60 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 4, 61 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 5.

Obesidad:

Corazón, riñones, estómago e intestinos, medio cuerpo (*Hanshin Chiryo*).

Fotos: 23 Corazón, 55 Área de riñones, 7 Estómago e intestinos. 57 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 1, 58 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 2, 59 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 3, 60 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 4, 61 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 5.

Gota:

Corazón, riñones, vejiga, estómago e intestinos, *Tanden*, áreas corporales afectadas.

Fotos: 23 Corazón, 55 Área de riñones, 28 Área de vejiga, 7 Estómago e intestinos, 31 *Tanden*.

Infarto:

Área de cabeza, corazón, área del pecho, estómago e intestinos, riñones *Tanden*.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 22 Pulmones, también área del pecho, 7 Estómago e intestinos, 55 Área de riñones, 31 *Tanden*.

-7-

Desórdenes funcionales del tracto urogenital

(En el capítulo siguiente los riñones son incluidos como posición manual en cada de orden de salud. Dejo mis manos en esta posición unos diez minutos al menos. Ambas manos sobre los riñones calientan el cuerpo entero.)

Nefritis (inflamación de Riñones):

Riñones, corazón, vejiga, estómago e intestinos.

Fotos: 55 Área de riñones, 23 Corazón, 28 Área de vejiga, 7 Estómago e intestinos.

Pielitis (inflamación en pelvis de un riñón):

Riñones, vejiga, *Tanden*.

Fotos: 55 Área de riñones, 28 Área de vejiga, 31 *Tanden*.

Cálculos renales (piedras en el riñón):

Riñones, estómago e intestinos, vejiga, áreas corporales doloridas.

Fotos: 55 Área de riñones, 7 Estómago e intestinos, 28 Área de vejiga.

Urosepsis:

Área de cabeza, ojos, estómago e intestinos, corazón, riñones, vejiga, *Tanden*.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 8 Ojos, 7 Estómago e intestinos, 23 Corazón, 55 Área de riñones, 28 Área de vejiga, 31 *Tanden*.

Cistitis (inflamación de la vejiga):

Riñones, vejiga.

(Bebe al menos dos litros de agua por día. Mantén cálido tu riñón con una almohada, frazada, o botella con agua caliente. Trata el riñón directamente al menos durante quince minutos; en casos dolorosos agudos, hasta que el dolor se disipe. Luego, mantén caliente el riñón al menos por una hora.)

Fotos: 55 Área de riñones; 28 Área de vejiga.

Cálculos urinarios (arenillas):

Riñones, vejiga, áreas corporales doloridas. Fotos: 55 Área de riñones, 28 Área de vejiga
Mojadura de cama: Área de cabeza, sobre la cabeza, vejiga, riñones.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 28 Área de vejiga, 55 Área de riñones

Cuando la orina no fluye debido a inflamación de la próstata:

Riñones, vejiga, uréter.

Fotos: 55 Área de riñones, 28 Área de vejiga, 40 Uréter.

-8-

Heridas quirúrgicas y desórdenes funcionales de la piel

Heridas:

Áreas lastimadas del cuerpo, tratar la parte corporal sin tocarla hasta que se vaya el dolor.

(Como ya mencioné antes, el Dr. Usui recomienda tratar las partes afectadas del cuerpo hasta que desaparezca el dolor en todos los casos de dolor. En dolores de cabeza, por ejemplo, traten la cabeza; en dolor de espalda, traten la espalda. Sin embargo, resulta posible que un paciente se queje de dolor de espalda y las manos del practicante se dirijan a otra parte del cuerpo después del Reiji mencionado arriba. En este caso, ¡confíen en sus manos más que en la información dada por el paciente! Para todas las heridas, usamos mayormente el símbolo de poder. Como ya mencioné, puedes dibujarlo sobre un trozo de material, las vendas o el yeso, en tanto no sea visto por un no iniciado.)

Torceduras, moretones, contusiones:

Partes afectadas del cuerpo.

Inflamación de nódulos linfáticos:

Partes afectadas del cuerpo, *Tanden*, Foto: 31 *Tanden*.

Huesos quebrados:

Partes afectadas del cuerpo, manos sobre zonas enyesadas o vendadas.

Entablillados:

Partes afectadas del cuerpo.

Articulaciones dislocadas o luxadas:

Partes afectadas del cuerpo.

Periostitis, ostitis (inflamación ósea), artritis, miostitis (inflamación muscular):

Partes afectadas del cuerpo, *Tanden*. Foto: 31 *Tanden*.

Reumatismo muscular:

Área de cabeza, áreas doloridas, estómago e intestinos, a fin de regular el movimiento del vientre.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 31 *Tanden*.

Escoliosis:

Partes afectadas del cuerpo.

Sífilis de la columna espinal:

Área de cabeza, *Tanden*, áreas doloridas, áreas corporales afectadas.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 31 *Tanden*.

Mareos, desmayos:

Corazón, área de cabeza, si la persona fue salvada de ahogarse, tratarla recién una vez que el agua fue expelida del cuerpo.

Fotos: 23 Corazón, 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza.

Erupciones en la piel, tumefacción, tumores (de piel):

Tanden, partes afectadas.

Foto: 31 *Tanden*.

Urticaria:

Estómago e intestinos, Tanden, partes afectadas.

Fotos: 7 Estómago e intestinos, 31 *Tanden*.

Pérdida de cabello:

Área de cabeza, estómago e intestinos, áreas afectadas, *Tanden*

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos, 31 *Tanden*.

Lepra:

Área de cabeza, estómago e intestinos, *Tanden*, áreas afectadas, Medio cuerpo (*Hanshin Chiryo*).

(Sólo debe atenderlo un médico diplomado.)

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos, 31 *Tanden*, 57 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 1, 58 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 2, 59 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 3, 60 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 4, 61 Técnica sanadora *Hanshin Chiryo* 5.

Sífilis:

Área de cabeza, estómago e intestinos, *Tanden*, áreas corporales afectadas.

(Sólo debe tratarla un médico diplomado.)

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos, 31 *Tanden*.

-9-

Enfermedades Infantiles

(Precaución: ¡hay enfermedades infantiles que pueden volverse muy críticas para los adultos que no las padecieron de niños!)

Llanto:

Área de cabeza, estómago e intestinos.

(Sugerimos que los niños de hasta dos años y medio de edad sean llevados a la cama de sus padres o que tengan su cama directamente adosada a la de ellos. Los niños pequeños no son capaces de lidiar con las pesadillas y los estados de miedo. En el inicio de su vida, precisan la proximidad física de sus padres, especialmente de la madre.)

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos.

Sarampión:

Área de cabeza, estómago e intestinos, corazón, áreas afectadas. Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos, 23 Corazón.

Sarampión alemán:

Igual que anterior.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos, 23 Corazón.

Pertusis (tos convulsa):

Área de cabeza, estómago e intestinos, corazón, pulmones, garganta, debajo del esternón.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos, 23 Corazón, 22 Pulmones, 5 Garganta, 37 Bajo el esternón.

Polio:

Área de cabeza, estómago e intestinos, columna vertebral, áreas corporales paralizadas.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7, Estómago e intestinos, 57 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 1, (*Para esta posición y las cuatro siguientes, recomiendo dejar las manos sobre el individuo hasta que se muevan por su cuenta a la nueva posición. En caso de dudas, permanezcan cinco minutos en cada posición*), 58 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 2, 59 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 3, 60 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 4, 61 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 5, 31 Tanden.

Amigdalitis:

Partes afectadas del cuerpo.

-10-

Salud de la Mujer

Enfermedades del útero:

Área uterina.

Fotos: 29 Área del útero, 30 Útero, ambos lados, y ovarios.

Durante el embarazo:

Útero: si el útero recibe tratamiento, el niño se desarrollará bien y el nacimiento se producirá sin complicaciones.

Fotos: 29 Área del útero, 30 Útero, ambos lados, y ovarios.

Parto:

Sacro, abdomen.

Fotos: 54 Sacro, coxis, 32 órganos genitales

Durante descomposturas matutinas intensas:

Área de cabeza, útero, estómago e intestinos, bajo el esternón.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 29 Área del útero, 30 Útero, ambos lados, y ovarios, 7 Estómago e intestinos, 37 Debajo del esternón.

Enfermedades de las mamas:

Las mamas.

(*No toco los pechos durante el tratamiento, sino que mantengo mis manos de dos a cinco centímetros por encima de ellos. Según mi experiencia, en cada seminario casi siempre hay un hombre que explota las habilidades Reiki en tal sentido.*)

Si es posible en términos de cultura, le puedes preguntar de antemano a la paciente *sí* se halla confortable con las manos posadas sobre sus pechos. A menudo es más sencillo si una mujer es tocada por otra mujer.

Tan pronto como los pechos de una niña comienzan a crecer y atraen constantemente la atención masculina, el torso femenino se blinda como modo de protección. Para contrarrestar este proceso, mi esposa desarrolló un método de trabajar con presión de manera shiatsu directamente sobre y debajo de las clavículas. ¡También es bueno para los hombres!

Foto: 41 Mamas.

Embarazo extrauterino (tubal):

Área de cabeza, útero, áreas corporales doloridas.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 29 Área del útero, 30 Útero, ambos lados, y ovarios.

-11-

Enfermedades contagiosas

(Muchas de las enfermedades siguientes son extremadamente contagiosas durante cierto período de incubación. De ningún modo deben ser tratadas por legos durante tal lapso. ¡No jueguen con estas enfermedades! Particularmente en países en desarrollo y en regiones de crisis, algunas enfermedades que casi se habían apagado han estado resurgiendo agresivamente durante las últimas décadas debido al uso abusivo de antibióticos. Aquí se recomienda precaución extrema. En todo caso, el tratamiento debe darlo un médico diplomado.)

Fiebre tifoidea:

Área de la cabeza, corazón, estómago e intestinos, páncreas, Tanden; tratar con cuidado cuando se presentan complicaciones. Cuando la enfermedad ha debilitado al paciente, es posible que surjan desórdenes secundarios en su salud.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos, 68 Páncreas, 31 Tanden.

Fiebre paratifoidea:

Igual que anterior.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos, 68 Páncreas, 31 Tanden.

Disentería:

Igual que anterior.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos, 31 Tanden.

Disentería en niños:

Igual que anterior.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos, 31 Tanden.

Difteria:

Arca de cabeza, garganta, corazón, estómago e intestinos, riñones, Tanden. El suero antidiftérico es absolutamente necesario (para un tratamiento exitoso),

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 5 Garganta, 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos, 55 Área de riñones, 31 Tanden.

Cólera:

Área de cabeza, estómago e intestinos, corazón, Tanden.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 7 Estómago e intestinos, 23 Corazón, 31 Tanden.

Escarlatina:

Área de cabeza, boca, garganta, corazón, estómago e intestinos, riñones, Tanden, partes corporales (enrojecidas) afectadas.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 16 Sobre la boca (sin cerrar los labios), 5 Garganta, 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos, 55 Área de riñones, 31 Tanden.

Virus de influenza:

Área de cabeza, corazón, pulmones, estómago e intestinos, Tanden, medio cuerpo (Danshin Chiryo), áreas doloridas.

(Por mi parte, cuando tengo este tipo de gripe me meto en la cama ¡y practico la paciencia! Altas dosis de hasta 4 gramos de vitamina C por día y gotas de Echinacea son altamente recomendables.)

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 22 Pulmones, 7 Estómago e intestinos, 31 Tanden, 57 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 1, 58 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 2, 59 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 3, 60 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 4, 61 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 5.

Epidémica, meningitis cerebroespinal:

Área de cabeza, nuca, ojos, corazón, estómago e intestinos, riñones, vejiga, columna, especialmente vértebras cervicales, Tanden, áreas rígidas o paralizadas del cuerpo.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 4 Nuca, 5 Garganta, 8 Ojos, 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos, 55 Área de riñones, 28 Área de vejiga, Técnica sanadora Hanshin Chiryo 1. (*Para esta posición y las cuatro siguientes, recomiendo dejar las manos sobre el individuo hasta que se muevan por su cuenta a la nueva posición. En caso de dudas, permanezcan cinco minutos en cada posición y en las vértebras cervicales durante diez minutos.*) 58 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 2, 59 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 3, 60 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 4, 61 Técnica sanadora Hanshin Chiryo 31 Tanden.

Malaria:

Área de cabeza, corazón, estómago e intestinos, hígado, páncreas, Tanden. Este tratamiento debe hacerse una hora antes del ataque o la fiebre.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos, 24 Hígado, 68 Páncreas, 31 Tanden.

Erisipelas:

Área de cabeza, corazón, estómago e intestinos, Tanden, áreas corporales afectadas.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos, 31 Tanden.

Tétanos:

Área de cabeza, corazón, estómago e intestinos, Tanden, áreas lastimadas, áreas doloridas.

Fotos: 1 Frente, 2 Sienes, 3 Dorso de cabeza, 6 Sobre la cabeza, 23 Corazón, 7 Estómago e intestinos, 31 Tanden.

Posfacio

Más de sesenta años después del fallecimiento del Dr. Usui el rompecabezas Reiki está en proceso de dilucidarse ante nuestros asombrados ojos. Es para mí una inmensa alegría que se me permita compartir esta valiosa información con todos ustedes. No logro explicar por qué me fue concedido este honor. Probablemente fue apenas estar en el lugar y el momento exactos, y con la mujer adecuada. Cada día sale a luz más y más información de y sobre el Dr. Usui, y es a ese lugar donde la verdad pertenece. Despues de todo, Reiki está a favor de la luz y del amor. Muchos amigos Reiki alrededor del mundo siguen aplicados al trabajo de disseminar esta luz y este amor por el planeta entero.

Tenemos la certeza de que la palabra final sobre el tópico Reiki y la historia Reiki todavía debe ser pronunciada. De ninguna manera me asumo como una autoridad suprema. Soy apenas una herramienta en las manos de la Existencia. En este sentido, me inclino con honda gratitud ante el Dr. Usui y todos ustedes.

Espero que hayan disfrutado la lectura de este libro, y que utilicen las técnicas enseñadas por el Dr. Usui en sus actividades. Esta es la mayor alegría del Dr. Usui y de Reiki porque tú, querido lector, querida lectora, eres las manos del Dr. Usui.



Textos japoneses originales

En respuesta a pedidos de mucha gente, algunos de los textos japoneses originales aparecen impresos en las páginas siguientes. Dado que muchos de ustedes no pueden visitar la impresionante lápida conmemorativa para que la hermosamente radiante inscripción les cause efecto, la he trascrito aquí.

No se preocupen: ni la publicación de este texto ni la fotografía de la tumba ni de la piedra memorial violan alguna ley japonesa ético-moral, real o no escrita.

Esta lápida conmemorativa está situada en el cementerio público de Tokio y fue colocada allí por el *Usui Reiki Ryoho Gakkai* a fin de que fuera leída. ¡La gente no erige memoriales en Estados Unidos siquiera cuando desea mantener algo en secreto!

Aunque la mayoría de ustedes no pueden descifrar los caracteres (habilidad que afortunadamente también me ha sido vedada), es todavía un espléndido sentimiento tener algo de y sobre el Dr. Usui en nuestras manos.

Hasta ahora, nosotros en Occidente pensábamos que Reiki era una llamada "tradición oral". Naturalmente, reside en la naturaleza de las cosas que Reiki fuera pasado mediante energía y palabras de maestro a alumno. Pero esto no excluye el lenguaje escrito como un apoyo importante. ¿Dónde estaríamos sin el *Tao Te King*, la *Biblia*, los *Upanishads*, los *Sufras* budistas y el Corán? De la historia mundial, sabemos que las tradiciones orales han partido a menudo de este mundo junto con sus fundadores o por lo menos luego de que pasaron un par de generaciones. Por fortuna, el Dr. Usui era un individuo extremadamente educado con una clara visión del futuro. Más aun, había captado la naturaleza de la psique humana y por lo tanto tomó ciertas medidas de precaución. De este modo, sus palabras fueron preservadas para nosotros hasta los días actuales.

Ahora, veamos la inscripción de la lápida memorial:

Apéndice - Fotografías

Todas las posiciones de las manos del Manual Reiki Original del Dr. Usui

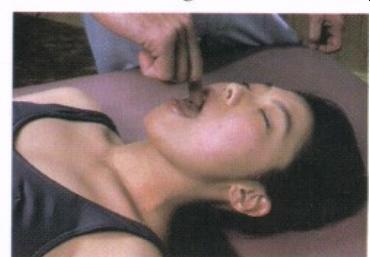




16. Sobre la boca



17. Sobre la lengua



18. Raíz de la lengua



19- Cartílago de la garganta



20. Centro de la frente



21. Centro del labio superior



22. Pulmones



23. Corazón



24. Hígado



25. Intestino grueso, superior y lateral



26. Intestino grueso - inferior



27. Área de intestino delgado



28. Área de vejiga



29. Área de útero



30. Útero a ambos lados



31. Tanden



M. Órganos genitales;



33. Área del corazón



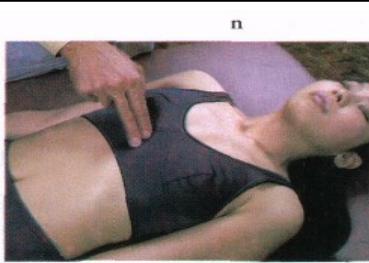
34. Tráquea



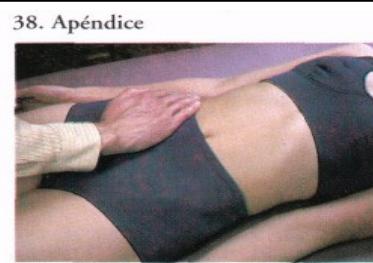
35. Tubos bronquiales



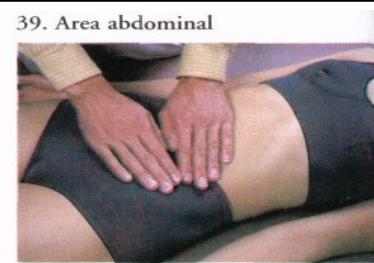
36. Área del corazón



37. Debajo del esternón



38. Apéndice



39. Área abdominal



40. Uréter



41. Senos



42. Vértebra cervical 1



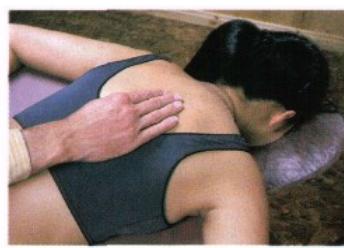
43. Vértebras cervicales 1-3



44. Entre los omóplatos



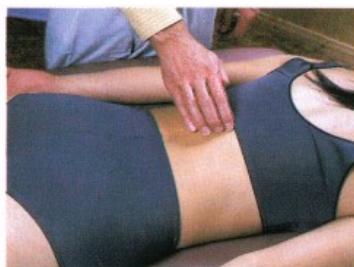
45. Vértebras torácicas 2-6



46. Vértebras cervicales 5-7

47. Vértebras torácicas 1o

48. Vértebras torácicas 8-10



49. Vértebras torácicas 4 y
6-10

50. Vértebras lumbares 2-5

51. Vértebras lumbares 4-5



52. Vértebras torácicas 9-
12

53. Vértebras lumbares 1-5

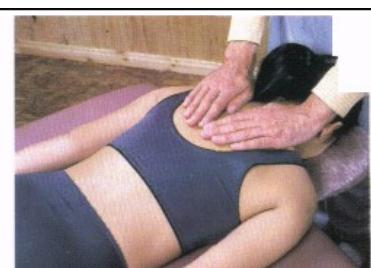
54. Sacro, coxis



55. Área de riñones

56. Vértebras torácicas 11-
12

57. Técnica sanadora Hans-
hin Chuyo 1



58. Téc. sanadora Hanshin
Chiryo 2

59. Téc. sanadora Hanshin
Chiryo 3

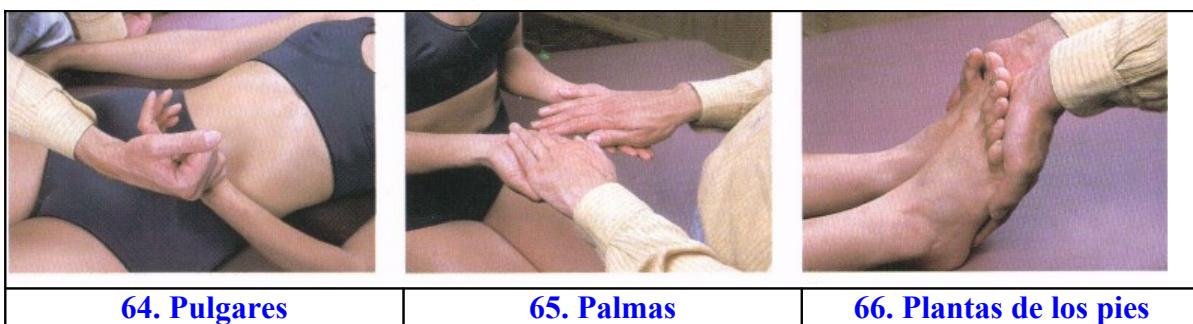
60. Téc. sanadora Hanshin
Chiryo 4



61. Técnica sanadora Hanshin Chiryo 5

62. Vértebras cervicales 3-5

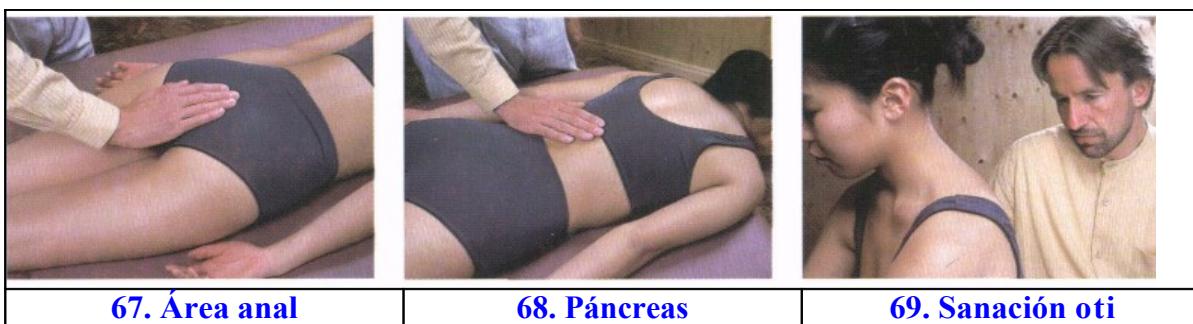
63. Codos



64. Pulgares

65. Palmas

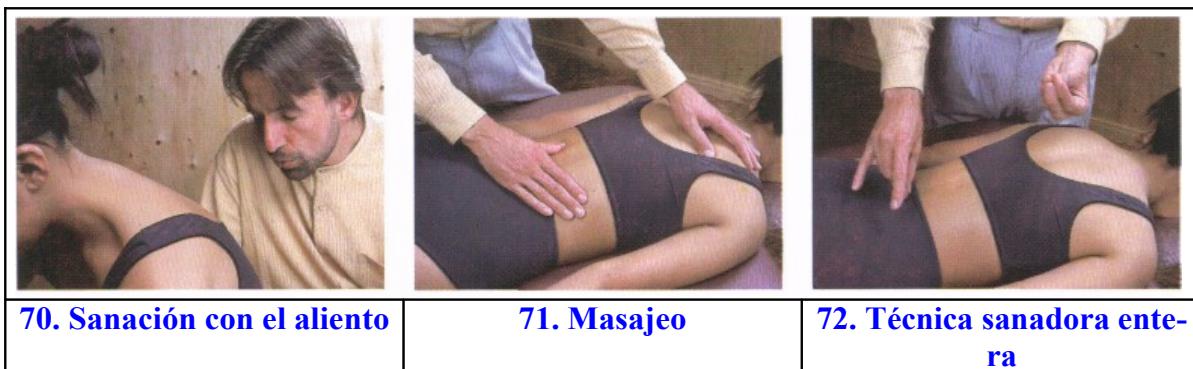
66. Plantas de los pies



67. Área anal

68. Páncreas

69. Sanación oti



70. Sanación con el aliento

71. Masajeo

72. Técnica sanadora entera



73. Puntura, con puño

74. Puntura, con puño

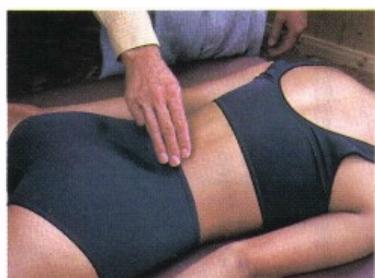
75. Puntura, con puño



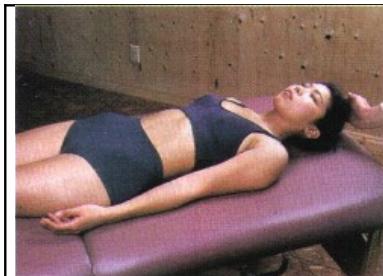
76. Puntura, con dedos



77. Puntura, con dedos



78. Puntura, con dedos



79. Reiji-Ho



80. Meditación Gassho

De izquierda a derecha en foto 80: Kumiko Kondo, Chetna Kobayashi, Frank Arjava Petter haciendo la meditación Gassho.

Hallando las vértebras

La columna vertebral está subdividida en siete vértebras cervicales, doce vértebras torácicas y cinco vértebras lumbares. La primera vértebra cervical se localiza en la medula oblongata y la basal se halla en la parte baja del cuello. La puedes hallar con facilidad apretando tu mentón contra el pecho y palpando el dorso de tu cuello.

La primera vértebra torácica está inmediatamente debajo de ésa. La última vértebra torácica está en el punto donde la última costilla se une a la columna. Las vértebras lumbares comienzan allí y finalizan en el sacro. Si tocas tu espalda al inclinarte, notarás dónde se localiza la vértebra basal lumbar.

Modo más sencillo de hallar las vértebras cervicales y torácicas: busca la séptima vértebra cervical (Vertebra Prominens, también llamada C7) y avanza desde ahí dos dedos arriba o abajo a lo largo de la columna. No todos tienen claramente definida la columna o las vértebras.

Modo más sencillo de hallar las vértebras lumbares o las vértebras torácicas bajas: busca la cresta ilíaca (el hueso destacado de la pelvis sobre la cadera, más o menos a la altura del ombligo). Sigue una línea recta desde allí hacia la columna vertebral. Ahí hallarás la cuarta vértebra lumbar. Sube o desciende por la columna a una distancia de 2 y medio a 3 dedos para hallar las demás vértebras lumbares o las torácicas bajas. La distancia de las vértebras torácicas es generalmente de dos dedos.

El volumen de las vértebras también es variable de acuerdo con el tamaño corporal del individuo. Hasta los profesionales deben contar las vértebras.

- 1. Vértebra cervical
- 5/6. Vértebra cervical
- 7. Vértebra cervical
- 1. Vértebra torácica
- 2. Vértebra torácica
- 3. Vértebra torácica
- 4. Vértebra torácica
- 5. Vértebra torácica
- 6. Vértebra torácica
- 7. Vértebra torácica
- 8. Vértebra torácica
- 9. Vértebra torácica
- 10. Vértebra torácica
- 11. Vértebra torácica
- 12. Vértebra torácica
- 1. Vértebra lumbar
- 2. Vértebra lumbar
- 3. Vértebra lumbar
- 4. Vértebra lumbar
- 5. Vértebra lumbar

