

# ПОЧЕМУ РЭЙКИ УЛУЧШАЕТ КАЧЕСТВО ЖИЗНИ



Ирина КОЗЛОВА

12+

# Ирина Александровна Козлова

## Почему Рэйки улучшает качество жизни

[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=63908751](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=63908751)

SelfPub; 2023

### Аннотация

Система Усуи Рэйки Риохо за последние 100 лет распространилась по всему миру, благодаря своей простоте и эффективности. То, ради чего люди приходят в Рэйки – это духовное развитие, улучшение здоровья и качества жизни.

Практика Рэйки улучшает качество жизни.

Как это произойдет у вас и что вам для этого необходимо сделать?

Этот руководство будет полезно как новичкам, так и опытным практикам Рэйки. Так что, если вы готовы наконец-то значительно или совсем немного улучшить качество своей жизни и стать более эффективными в практике Рэйки, используйте мои рекомендации, Мастера Рэйки с 30-летним опытом.

Если вы инициированы в Рэйки, то это руководство поможет вам увидеть новые грани практики и начать использовать то, что пока не было в поле вашего внимания, чтобы вы смогли ощутить мощные позитивные изменения в вашей карьере, благосостоянии, улучшении здоровья и взаимоотношений с близкими.

Для практиков Рэйки на любой ступени.

# Содержание

Предисловие	8
Рэйки – лучший способ исцелить свою жизнь	15
Верить в Рэйки или просто делать сеанс?	17
Что такое исцеление и как исцелить свою жизнь с Рэйки	19
Чем по сути является практика Рэйки?	22
Вас невозможно вылечить!	24
Конец ознакомительного фрагмента.	26

**Ирина Козлова**  
**Почему Рэйки улучшает**  
**качество жизни**

靈氣



靈氣



# Предисловие

Система Усуи Рэйки Риохо за последние 100 лет распространилась по всему миру, благодаря своей простоте и эффективности. То, ради чего люди приходят в Рэйки – это духовное развитие, улучшение здоровья и качества жизни.

В состоянии Рэйки – состоянии своей природной, естественной целостности возможно:

- исцеление от болезней;
- поиск ресурсов для исцеления взаимоотношений;
- осознание и исцеления своих взаимоотношений с деньгами и как результат, повышение благосостояния;
- и многое-многое другое во всех сферах человеческой жизни.

Практика Рэйки улучшает качество жизни. Как это произойдет у вас и что вам для этого необходимо сделать?

Этот руководство будет полезно как новичкам, так и опытным практикам Рэйки. Так что, если вы готовы наконец-то значительно или совсем немного улучшить качество своей жизни и стать более эффективными в практике Рэйки, используйте мои рекомендации, Мастера Рэйки с 30-летним опытом.

Если вы инициированы в Рэйки, то это руководство поможет вам увидеть новые грани практики и начать использовать то, что пока не было в поле вашего внимания, чтобы

ВЫ СМОГЛИ ОЩУТИТЬ МОЩНЫЕ ПОЗИТИВНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ В ВАШЕЙ  
КАРЬЕРЕ, БЛАГОСОСТОЯНИИ, УЛУЧШЕНИИ ЗДОРОВЬЯ И ВЗАИМООТ-  
НОШЕНИЙ С БЛИЗКИМИ.

Для практиков Рэйки на любой ступени.

© ИРИНА КОЗЛОВА, 2017

Об авторе



Здравствуйте! Я Ирина Козлова:

- основатель Глобального сообщества профессионалов Рэйки,
- практикую Рэйки с 1992г.,
- одна из первых российских мастеров,
- психотерапевт Единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы с 2004 года,
- сертифицированный психолог-консультант,
- сертифицированный коуч,
- преподаватель Профессиональной Психотерапевтической Лиги.

Также я имею 30-летний опыт тренинговой и коучинговой работы, занимаюсь консалтингом в малом и среднем бизнесе.

На международных фестивалях мастеров психологии и психотерапии в 2002 и в 2003 гг. в г. Алматы победила в номинации "Лучший тренер года".

С 1991 по 2009 г.г. более чем в 40 городах России, Украины и Казахстана в различных моих тренингах участвовало более 4-х тысяч человек

Начиная с 2008 года, провожу онлайн-тренинги и вебинары, в которых приняли участие более 200 000 человек по

всему миру.

В 2013 году учредила и являюсь главным редактором онлайн журнала «Рэйки в нашей жизни».

С февраля 2011 года по 2017 год вела в Интернете блог о Рэйки, а с 2019 года активно развиваю свои страницы в соцсетях.

Это руководство я написала, потому что тема исцеления в Рэйки наиболее актуальна.

Я практикую Рэйки почти 30 лет и была одним из первых мастеров в России. В начале 90-х была острая необходимость в хороших, практических книгах о Рэйки. Мои студенты жадно искали хоть что-нибудь по этой теме. И тогда я написала свою первую книгу «Рэйки. 100 вопросов Мастеру».

Книга вышла в 1997 году и трижды переиздавалась. Все 3 тиража были буквально сметены за несколько месяцев и студенты стали просить переиздать ее заново. Но я решила, что напишу новую книгу, более обстоятельную. ...тогда не собралась. Знаю, что книгу распространяли копированием, конспектированием и даже переписыванием от руки. Она давно стала библиографической редкостью.

Мир изменился с приходом интернета. И сейчас мы можем в режиме реального времени общаться сразу с тысячами людей по всему миру. С 2011 года я веду свой проект по Рэйки в интернете. Я создала более сотни разных онлайн тренингов, мастер-классов, чек-листов, марафонов для практи-

ков Рэйки. Для всех ступеней и на все случаи жизни.

Я могу дообучать практиков Рэйки и помогать им повышать свою квалификацию, передавая свой 30-летний опыт, при этом не переезжать из города в город, как делала это раньше. Я делаю это, находясь в Рэйки путешествиях по миру вместе с практиками Рэйки, открывая все новые страны и города.

При этом я всегда остаюсь на связи со своими студентами, клиентами и коллегами. Это я называю интернет стилем жизни. Мои онлайн материалы по Рэйки используют уже более 200 000 практиков в разных странах мира.

Несколько лет назад я создала Глобальное сообщество профессионалов Рэйки, где уже более 200 Мастеров по всему миру и постоянно присоединяются все новые участники.

Это поддерживающая среда для развития. Здесь собираются Мастера Рэйки Усуи, готовые помогать и поддерживать друг друга. Здесь находят друзей и единомышленников. Здесь конкуренты становятся партнерами.

Миссия Сообщества: «Мастер Рэйки Усуи – в каждом городе, мы рекомендуем его клиентам. Мастер имеет достойный доход пропорционально его помощи людям».

Если вы Мастер Рэйки и с вами это резонирует, становитесь участником Сообщества. Пишите мне в личных сообщениях соцсетей.

О своей жизни в Рэйки и о своих проектах я пишу в соцсетях. Подписывайтесь на мои страницы и получайте полез-

ные обучающие материалы, читайте онлайн журнал «Рэйки в нашей жизни».

@reikiin



# Рэйки – лучший способ исцелить свою жизнь



Рэйки – система естественного исцеления. В состоянии Рэйки – состоянии своей природной, естественной целостности возможно все:

- исцеление от болезней;
- поиск ресурсов для исцеления взаимоотношений;
- осознание и исцеления своих взаимоотношений с деньгами и, как результат, повышение благосостояния;
- и многое-многое другое во всех сферах человеческой

жизни.

Рэйки – это лучший, на мой взгляд, способ исцелить свою жизнь.

Исцелить – это значит вернуться в целостность, снять свои ограничения, жить в соответствии со своими жизненными ценностями, позволить себе быть естественным и сознательно перестать делать то, что мешает иметь желаемое.

В системе Рэйки привычка быть в состоянии своей естественной целостности нарабатывается с практикой. Вы уже исцелены. Вы уже целостны. Для этого не нужно еще что-то. Все уже и так есть. Нужно только начать жить именно в этом своем состоянии.

# Верить в Рэйки или просто делать сеанс?



Как вам понять, идет ли энергия Рэйки или надо просто верить? Энергия Рэйки – это Вселенская энергия, поэтому она всегда присутствует. Мы наполнены этой энергией и буквально купаемся в ней. Она вокруг нас и внутри нас. Мы часть этой энергии, поэтому, верите вы в это или нет, она все равно существует.

Если вы ее не чувствуете, есть повод развивать свою чувствительность, чтобы ощущать ее потоки, интенсивность.

Сама по себе энергия не меняется, ваш отклик на энергию может становиться разным, в зависимости от того, с какой ситуацией вы работаете.

Итак, энергия Рэйки не зависит от того, верите вы в нее или нет. Она просто существует, а если вы хотите ее чувствовать, развивайте свою чувствительность.

# Что такое исцеление и как исцелить свою жизнь с Рэйки



Однажды в своем Рэйки путешествии в Шри-Ланку, я ранним утром отправилась поздороваться с Индийским океаном. Меня удивили улыбки на лицах ланкийцев. Так это для них свойственно и естественно. Счастливые люди!

Рэйки – очень простая практика. Как говорит Хякутен Инамото, японский мастер Рэйки и буддийский монах: «Положите руки, сдайтесь Вселенной и УЛЫБАЙТЕСЬ».

А что это вам даст? Это даст особое состояние сознания. В Японии именно его называют словом "Рэйки". Не случайно Микао Усуи стал впоследствии называть свою систему "Рэйки". Ранее она называлась "Теате".

Именно это состояние и приводит человека к ощущению счастья. Обратите внимание, когда человек счастлив, он всегда улыбается.

Практика Рэйки – это способ наработать состояние Рэйки. Цель системы – не просто положить руки, а войти в состояние своей естественной целостности и находиться в нем.

Люди всякими путями стремятся попасть в это состояние. Для этого они используют разные способы:

1. Алкоголь и наркотики. Нам этот способ не подходит. В итоге он разрушает психику, а потом и тело.
2. Медитация.
3. Холотропное (ведущее к целостности) дыхание.
4. Гипноз. Не очень экологично, на мой взгляд.
5. И другие...

Нам с вами, коллега, подошел способ – «положить руки» на тело.

Во время инициации Мастер дал нам возможность вспомнить состояние Рэйки и закорил его на ладонях рук. Поэтому, когда мы сознательно (а иногда и бессознательно) при-

кладываем руки к своему телу или телу своего клиента, состояние возникает. Сначала это происходит как вспышка, которую иногда можно и не заметить. Но с практикой, оно становится все более стабильным.

И результат нашей работы с Рэйки напрямую зависит от нашей стабильности. Стабильное состояние приходит с практикой.

В этом я вижу проблему многих мастеров – они слишком быстро стали мастерами и не успели сами наработать устойчивый навык. Состояние Рэйки пока не стало их способом жить, поэтому они не могут передать студентам свой собственный опыт проживания в этом состоянии.

Они зачастую передают только форму – позиции рук, символы, принципы и пр. А то, к чему можно прийти через эту форму не является их собственным опытом.

# Чем по сути является практика Рэйки?

Наработкой стабильного состояния Рэйки. Это цель и инструмент одновременно. Т.е. с помощью погружения в состояние достигается то, ради чего люди приходят в Рэйки: духовное развитие, улучшение здоровья и качества жизни.

В состоянии Рэйки – состоянии своей природной, естественной целостности возможно:

- исцеление от болезней;
- поиск ресурсов для исцеления взаимоотношений;
- осознание и исцеления своих взаимоотношений с деньгами и как результат, повышение благосостояния;
- и многое-многое другое во всех сферах человеческой жизни.

Рэйки – это лучший, на мой взгляд, способ исцелить свою жизнь.

Исцелить – это значит вернуться в целостность, снять свои ограничения, жить в соответствии со своими жизненными ценностями, позволить себе быть естественным и сознательно перестать делать то, что мешает иметь желаемое.

Еще раз повторяю, что в системе Рэйки привычка быть в состоянии своей естественной целостности нарабатывается с практикой. Вы уже исцелены. Вы уже целостны. Для этого

не нужно еще что-то. Все уже и так есть. Нужно только осознанно начать жить именно в этом своем состоянии.

# Вас невозможно вылечить!



Да-да, именно так! Вылечить вас невозможно! Вы только сами можете выздороветь, запустив программу само выздоровления в своем организме.

Существует два подхода к лечению человека: восточный и западный.

Западный рассматривает человека, как набор органов и,

соответственно, пытается воздействовать на конкретный орган для его лечения. Западная медицина достаточно преуспела в лечении многих заболеваний. Нельзя умалять ее достижения. Она воздействует непосредственно на физическое тело. И каждую часть тела лечит специалист в этой области.

Но есть еще восточный подход. Он основан на китайской медицине и рассматривает человека в целостности, где каждая система организма едина и неделима. Здесь идет воздействие в целом на человека на уровне жизненной (психической) энергии.

Но оба этих подхода, используя разные инструменты, заставляют запустить программу оздоровления в организме. Организм вылечивает себя сам!

Западная медицина воздействует медицинскими препаратами на органы и системы организма, чтобы заставить их восстанавливаться, а восточная делает это, работая с психической энергией. И там тоже есть разные методы и технологии работы.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.