

Pozitiile palmelor

În timpul cursului, maestrul indică un șir de poziții ale palmelor, în vederea efectuării unui tratament complet. Deși la începutul existenței sistemului Usui aceste poziții ale palmelor nu erau utilizate, pe parcursul mai multor decenii de practică s-a dovedit că energia este canalizată mai ușor dacă ne așezăm palmele pe corp sau deasupra acestuia într-o anumită ordine. Dacă există posibilitatea, trebuie făcut tratament complet. În timpul tratamentelor complete fiecare organ important, fiecare centru de energie se încarcă cu energie vitală, restabilindu-se astfel “ordinea interioară”. În același timp, sistemul imunitar se întărește și, odată cu el, funcționarea inimii, a ficatului și a rinichilor. Începe procesul de dezintoxicare al organismului, se eliberează energiile blocate. Și s-ar putea enumera efectele în continuare…

Deși în practica Reiki nu există reguli stricte, iată cele mai des utilizate poziții ale palmelor, precum și efectele acestora (fără ca lista să fie completă):

ochii: relaxant, ajută la eliminarea stresului, la limpezirea gândurilor, la ascuțirea intuiției și la ușurința meditației. E benefică în cazul problemelor orificiilor nazale, ale ochilor, dinților sau falciilor. Echilibrează activitatea epifizei și hipofizei (chakrele 7 și 6)

tample: îmbunătățește memoria, reglează cele două emisfere ale creierului și mărește creativitatea. Ajută în cazul stresului, hemoragiilor cerebrale, respectiv a durerilor de cap și urechi (chakra 7)

urechi: pe pavilionul urechi. Putem găsi o multime de locuri folosite și în acupunctură, care influențează funcționarea întregului organism, de aceea această poziție a palmelor se bucură de o interes special. În foarte multe cazuri este utilă și pentru primul ajutor. Ajută în canalizarea energiei în toate părțile corpului, fiind foarte utilă în caz de depresie sau de pierdere a cunoștinței.

ceafa: relaxeaza, calmeaza spiritul. E benefica in cazul unor probleme cu cerebelul si cu maduva spinarii, dar ajuta si in cazul ranilor de cap si problemelor cu ochii.

gat : maresta increderea in sine, bucuria de viata si creste pretuirea pentru propria persoana. Ajuta la exprimarea, la eliberarea de nervozitate, de rautate si suparari. E benefica in cazul problemelor cu gatul, amigdalele si tiroida, in cazul problemelor de metabolism si de comunicare.

timusul: amplifica sentimentul de iubire, increderea, armonia si bucuria de viata. Are efect asupra timusului, precum si asupra plamanilor, inimii si sistemul limfatic

plexul solar: ajuta la eliberarea de stres, reducand teama si frustrarea. E benefica in cazul unor dereglari in functionarea inimii, stomacului, sistemului digestiv, in cazul unor probleme de digestie si hemofilie.

buric: incarca cu energie. Poate fi utilizata in cazul unor probleme cu fierea (pietre la fiere), cu intestinul subtire si cu cel gros, precum si in cazul ulcerului, a spasmelor, a problemelor sexuale si a menstruatiei

ficatul: ajuta in eliminarea frustrarii, a fricii si depresiei, in curatirea organismului de alcool si droguri, precum si in cazul unor imbolnaviri ale ficatului, bilei

varfurile (stang/drep) plamanilor : are efect asupra pieptului, sanilor, glandelor, plamanilor, inimii, precum si asupra chisturilor si a tumorilor la sani. Au un efect foarte bun si asupra femeilor care au nascut de curand.

splina: ajuta la eliminarea frustrarilor si a fricii, creste pretuirea pentru propria persoana si increderea in sine. E benefica in cazul diabetului, problemelor cu splina, pancreasului, bolilor contagioase, precum si in cazul inflamatiilor.

V-ul coapselor: ajuta creativitatea si flexibilitatea, elimina stresul sexual, precum si teama de viata si de moarte. E benefica in cazul unor probleme sexuale, in cazul problemelor cu greutatea, dar, in acelasi timp, si pentru glandele sexuale, vezica, uter, prostata si sistemul digestiv .

umeri : relaxant, elimina incordarea umerilor. E benefica in cazul unor probleme cu sira spinarii si ale gatului.

rinichi: actioneaza asupra plexului solar, a rinichilor si a suprarenalelor. Ajuta la dezintoxicare, reduce starea de soc, teama de inaltime si de spatiu deschis, indeparteaza gandurile negative

osul sacru : amplifica constiinta si bucuria satisfactiei. E indicat in cazul problemelor cu coloana, artritei, nevritei, sistemului urinar