



🌀 Guía de Auto Reiki: Proceso de 21 Días

“Sanar para sanar, ser canal para brindar”



Fundamentos del Proceso

- **Conexión Total:** Somos una unidad. Lo que afecta al cuerpo espiritual o emocional termina manifestándose en el cuerpo físico. Sanamos la raíz para sanar el órgano.
- **El Reiki es Infinito:** Podés aplicarlo a personas, animales, alimentos, situaciones y al tiempo mismo (pasado, presente y futuro).
- **El Compromiso:** Realizamos el Auto Reiki durante 21 días consecutivos para limpiar nuestro canal. Es normal experimentar una "crisis de sanación" (sueño, emociones que afloran o cambios físicos); es la energía removiendo lo viejo para dejar espacio a lo nuevo.





Valcu222

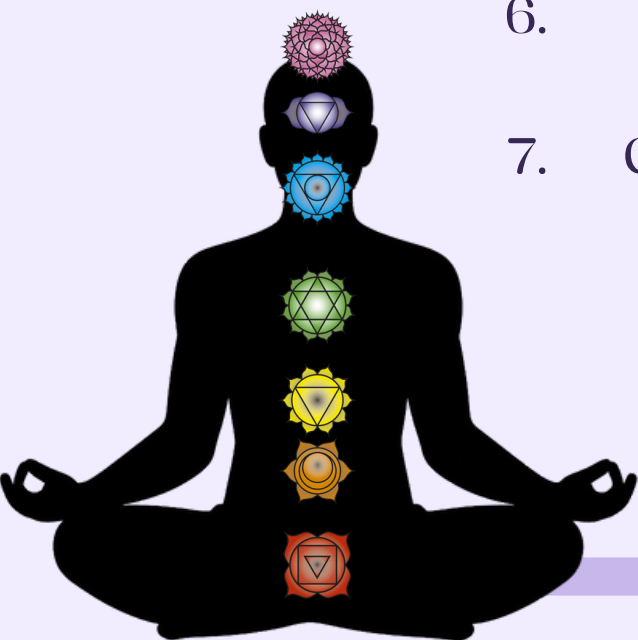
Tu oído amigo



Mapa de los Chakras y Cuerpos

Los chakras conectan tu cuerpo espiritual con el físico. Cuando la energía se estanca por emociones como la ira, vergüenza o frustración, el cuerpo físico enferma.

1. Raíz (Muladhara) - Rojo: Estabilidad, seguridad y supervivencia.
2. Sacro (Swadhisthana) - Naranja: Creatividad, sexualidad y emociones.
3. Plexo Solar (Manipura) - Amarillo: Poder personal, voluntad y ego.
4. Corazón (Anahata) - Verde: Amor, compasión y sanación.
5. Garganta (Vishuddha) - Celeste: Comunicación, expresión y verdad.
6. Tercer Ojo (Ajna) - Azul: Intuición, percepción y sabiduría.
7. Corona (Sahasrara) - Violeta: Conexión espiritual y unidad divina.



Preparación del Espacio Sagrado

Antes de comenzar, crea un ambiente de paz:

- Ambiente: Encendé una vela o un sahumerio para marcar el inicio de tu tiempo sagrado.
- Sonido: Se recomienda utilizar frecuencia 741 Hz (Cuencos Tibetanos). Esta frecuencia ayuda a limpiar las células de toxinas y radiaciones electromagnéticas, facilitando la limpieza del canal.



Paso a Paso de la Sesión

Paso 1: Apertura y Centramiento

Dibujá el símbolo Cho Ku Rei en el aire sobre vos.
Con humildad, pedí permiso y asistencia a tus guías, ancestros, ángeles, Dios o la energía en la que creas.

Realizá una meditación Gassho o 3 respiraciones profundas a conciencia para centrarte.



Paso 2: Los 5 Principios (Del Reiki)

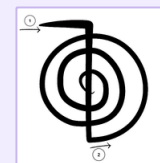
Recitá con intención:



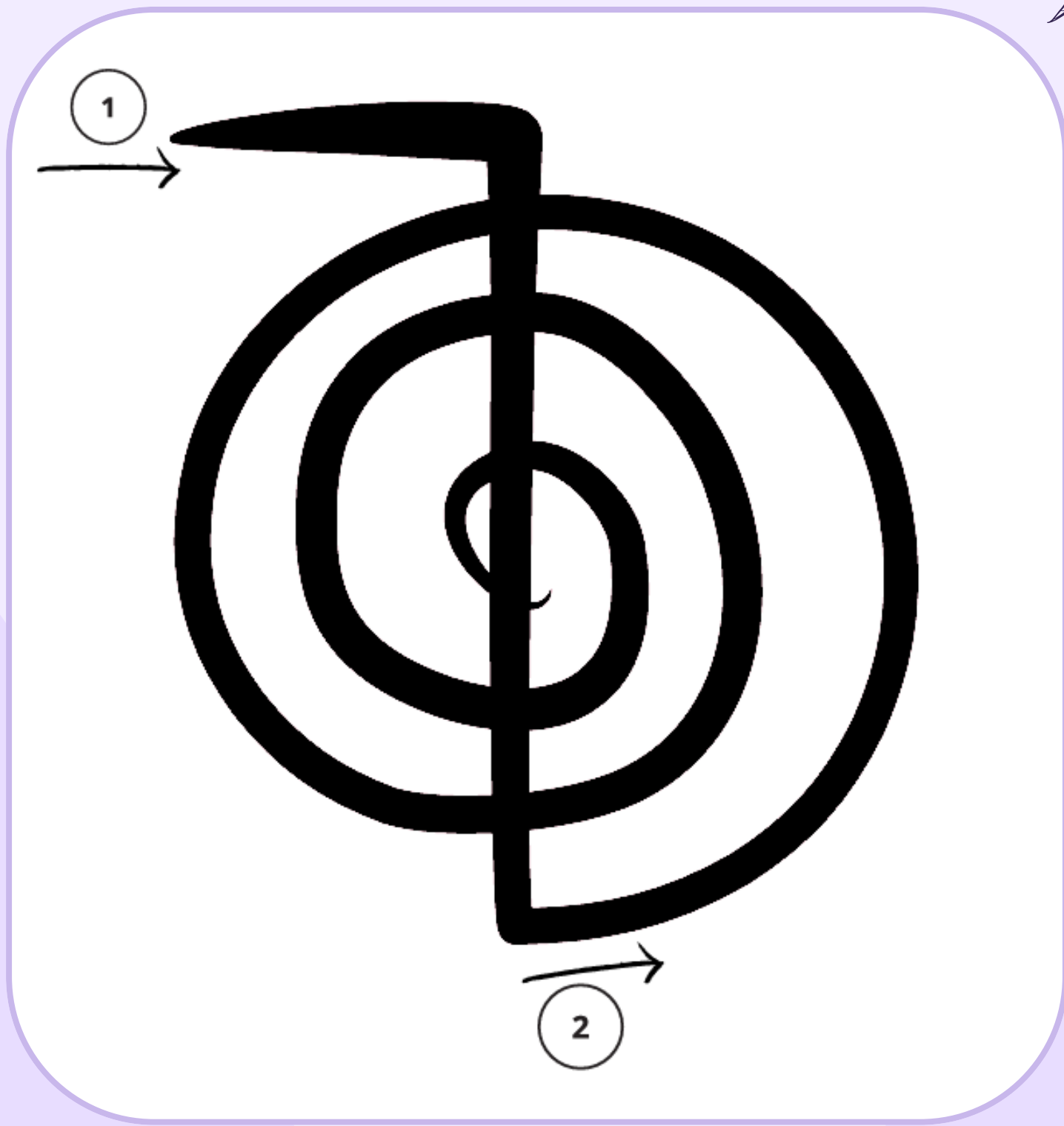
Paso 3: Activación de Llaves

Repetí tres veces cada mantra para activar la frecuencia universal:

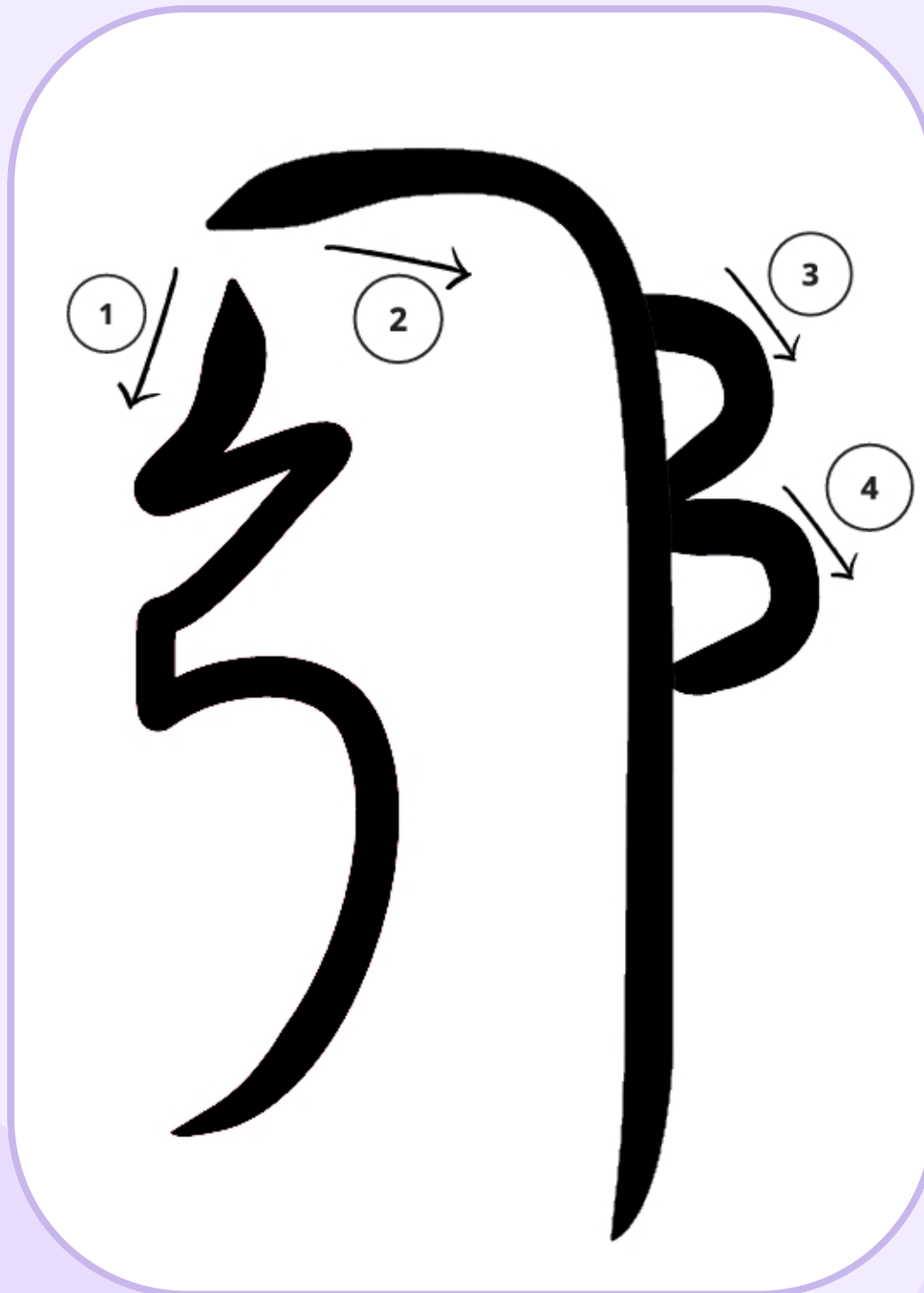
- Cho Ku Rei (x3): Llave de la energía universal.
- Sei Hei Ki (x3): Llave para el cuerpo emocional y mental.
- Hon Sha Ze Sho Nen (x3): Llave para pasado, presente, futuro y distancia.



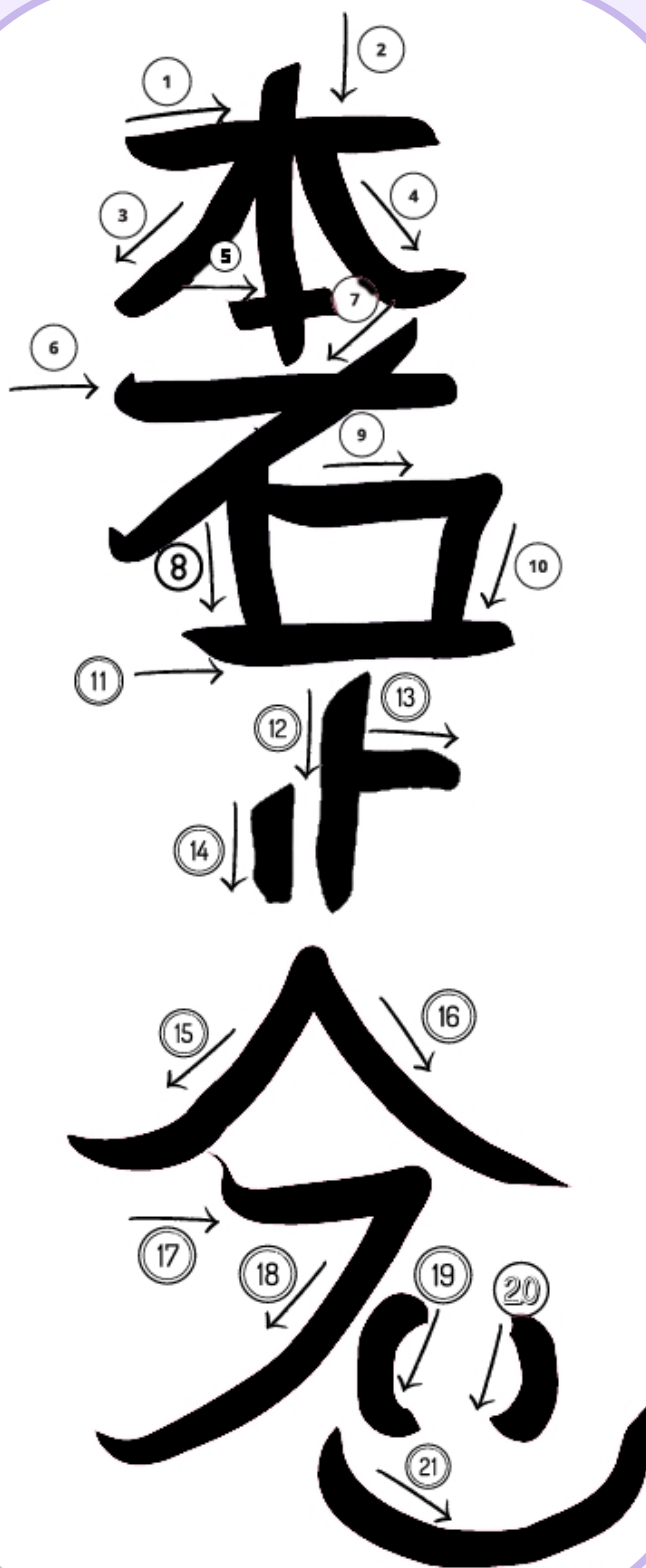
CHO KU REI



SEI HEI KI



HON SHA ZE SHO NEN





Paso 4: El Recorrido (Tratamiento)

Pasá tus manos por cada Chakra, y sumá puntos clave: Sienes, nuca, muñecas, rodillas, atrás de las rodillas, tobillos y plantas de los pies.

- Tiempo: Aproximadamente 3 a 5 minutos por zona, o hasta sentir la limpieza o el alivio. Confía en lo que sentís (calor, hormigueo o vibración).



Paso 5: Baño Seco y Gratitud

Al terminar, realizá un “baño seco” pasando tus manos por el cuerpo como sacudiendo polvo para eliminar residuos de energía negativa. Agradecé 3 veces a los guías o en lo que vos creas a lo que le pediste guía ayuda y asistencia al inicio.





Paso 6: Sellado de Llaves

Volvemos a sellar la energía repitiendo los mantras:

- Cho Ku Rei (x3) | Sei Hei Ki (x3) | Hon Sha Ze Sho Nen (x3)



Paso 7: Cierre del Canal

Dibujá nuevamente el Cho Ku Rei en el aire arriba tuyo. Intencioná el cierre de la sesión y agradecé por la sanación recibida.

Tu oído amigo 💜 Valcu222





Recomendaciones y Advertencias de Seguridad

Guía de ética y responsabilidad en la práctica de Reiki

- 
- 💡 **Sugerencias para potenciar tu práctica**
 - **Ropa y Comodidad:** Usá ropa cómoda y holgada. Es recomendable quitarse relojes, pulseras o cinturones que opriman el flujo circulatorio.
 - **Hidratación Consciente:** Al finalizar tu sesión, bebén un vaso de agua. Ayuda al cuerpo físico a procesar el movimiento energético y eliminar toxinas.
 - **El Ambiente:** Si bien el Reiki se puede hacer en cualquier lugar, crear un ritual con sahumerios o velas ayuda a tu mente a entrar en estado de presencia más rápido.



⚡ Advertencias y Limitantes (Importante)

Como canal de Reiki, debés actuar siempre bajo el principio de "No dañar". Existen situaciones donde no se recomienda realizar la práctica:

1. Embarazadas

No se recomienda realizar Reiki a personas cursando un embarazo. * La energía Reiki es sumamente potente y el proceso de gestación es un estado de cambio biológico y energético muy delicado. Por respeto al proceso natural de formación de la vida y para evitar cualquier interferencia en el campo áurico compartido de la madre y el bebé, nos abstenemos de aplicar la técnica en este periodo.

2. Niños

No se recomienda la aplicación de Reiki en niños. Los niños poseen canales energéticos muy puros y en pleno desarrollo. Su sistema está en una etapa de ajuste natural y no requiere de intervenciones externas de este tipo. Es preferible dejar que su energía se desarrolle de forma orgánica y sin estímulos adicionales.





La Crisis de Sanación: Entendiendo el Proceso

Cuando comenzamos a canalizar energía, el cuerpo empieza a expulsar lo que ya no sirve. Imagina que abres el grifo de una tubería que estuvo cerrada años: al principio saldrá agua sucia. Eso es la crisis de sanación.

¿Qué puedes sentir?

- A nivel físico: Cansancio extremo, dolor de cabeza, cambios en el sueño o un ligero resfrío (limpieza de mucosidad emocional).
- A nivel emocional: Irritabilidad, ganas de llorar sin razón aparente, o que vuelvan recuerdos de situaciones que creías superadas.

El consejo: No te detengas. Si cortas el proceso, la energía se queda a mitad de camino. Bebe mucha agua, descansa y deja que las emociones salgan. Llorar es limpiar.

