

Obsah

Předmluva	7
Poděkování	10
Úvod	11
1. kapitola	
Co je reiki?	15
Historie Usuiho systému reiki	17
Vědecké důkazy	31
Zkušenosti s vesmírnou životní energií	32
2. kapitola	
Cesta k reiki	35
Proč lidé přicházejí k reiki?	35
Obavy	37
Příprava na 1. stupeň reiki	39
Peníze a reiki	41
3. kapitola	
1. stupeň reiki	46
Seminář	46
Co se děje během zasvěcování?	49
Proč se musí zavírat oči?	50
Proč je zasvěcovací rituál tajný?	50
Jaké síly jsou předávány při zasvěcení 1. stupně?	51
Jak reiki povzbuzuje osobní růst	52
Praktická práce s životními pravidly reiki	55
Cvičení k jednotlivým pravidlům	56
Reiki-meditace vděčnosti	74

Podněty k rozvoji, které ti nabízejí možnosti	
používání schopností 1. stupně	76
Vzdej se mocenských nároků	80
Věčné zákony výměny energie	81
Rozhodnutí pro 2. stupeň	84
Shrnutí	85
Několik poznámek pro zacházení s 1. stupněm	86

4. kapitola

2. stupeň reiki	88
Proč lidé přicházejí na seminář 2. stupně?	88
Obavy	89
Seminář	90
Nástroje 2. stupně reiki	92
Reiki pro životní prostředí	105
Osobní růst s pomocí 2. stupně	111
Cvičení pro osobní růst s metodami 2. stupně	115
Shrnutí	117
Poznámky k 2. stupni	119

5. kapitola

3. stupeň reiki	122
Proč se chce člověk stát mistrem reiki?	122
Možnosti růstu s 3. stupněm reiki	128
Semináře	129
Tvoji žáci – tvoje zrcadlo	132
Práce s reiki pro tebe	135
Shrnutí	137
Doplňek	137

6. kapitola	
A další stupně?	140
„4.“ stupeň	141
7. kapitola	
Ještě jednou: reiki jako cesta sebenalezení	144
Stupně	144
Reiki jako cesta k sebenalezení	145
Jak reiki povzbuzuje osobní růst	145
Pravda – láska – poznání	146
Osobní nasazení	147
Princip potěšení a harmonický rozvoj	147
Reiki a procesy uvědomování	148
Doplňující metody k otevření pro reiki	149
Smysl stupňů	149
Způsob a rychlost osobního růstu	150
Stupně růstu	151
Situace osvícení	153
Reiki a osvícení	153

Dodatek

Krátký úvod do učení o čakrách

Co jsou čakry?

Poloha a úkoly hlavních čaker

„Otevření“ čaker

Energetická těla a jejich vztahy k systému čaker