



De regreso a los fundamentos básicos del Reiki

por Pamela Miles, Reiki maestra

Pamela Miles es maestra de Reiki, consultora de salud integral, maestra espiritual y autora de REIKI: Una guía completa. Ella ha sido pionera en la integración de la práctica de Reiki en la medicina convencional, desde principios de 1990. Su práctica internacional se basa en la ciudad de Nueva York. Para más información vea ReikiInMedicine.org

Aquí en el hemisferio norte es época de vuelta a clases, y el año escolar comienza repasando los conceptos básicos. Tomemos un momento como estudiantes para revisar los fundamentos básicos del Reiki.

Afortunadamente, los fundamentos básicos del Reiki son mucho más sencillos que el material que se repasa en los colegios.

Los fundamentos básicos del Reiki son **simples, prácticos**, tienen **sentido común**. Nos mantienen anclados en nuestra práctica sin importar nuestro método.

Estos fundamentos reflejan valores eternos que apoyan a los practicantes de todos los estilos y linajes.

Fundamentos básicos del Reiki

Aquí están mis propuestas. Por favor léanlas, y compartan sus perspectivas en los comentarios más abajo.

Fundamento de Reiki #1

Como dijo la Sra. Takata, una vez que has sido entrenado, practicar Reiki es muy simple: Si pones las manos, estas practicando; si no pones las manos, no lo estas practicando.

Fundamento de Reiki #2

La práctica diaria con las manos es la mejor forma de desarrollar tu práctica de Reiki (¡Y a ti mismo!). No importa que cursos hayas llevado o planeas llevar, no vas a madurar como practicante a través de cursos de la forma en que lo harías con una práctica de auto sanación consistente y con hora extras.

Fundamento de Reiki #3

El nivel 1 de Reiki es lo único que necesitas. Podrías *querer* más niveles – yo los quise, y ofrezco más niveles de enseñanza– pero no *necesitas* más. No necesitas tomar el segundo nivel a sólo que sientas el anhelo en tu corazón. No necesitas volverte un maestro Reiki a menos que quieras enseñar. No necesitas coleccionar cursos ni certificados porque no te darán la confianza que ganarás de forma natural en tu práctica real en ti mismo y con los demás.

Fundamento de Reiki #4

El Reiki es práctica; colocamos las manos como una ofrenda, sin apego a los resultados. Nuestra postura interna es pasiva. La persona que recibe la sesión – tú mismo o alguien más- responde al tratamiento por sí mismo. Mientras que nosotros le deseamos lo mejor a todos, no tenemos el control de la experiencia o beneficios de la otra persona.

Fundamento de Reiki #5

Cuando practicas consistente y conscientemente, tu práctica de Reiki continúa profundizándose y enseñándote. Como práctica espiritual, si es que te dedicas a ser un buen estudiante, practicando con regularidad y contemplando tu experiencia en vez de sacar conclusiones, el Reiki puede llevarte más y más profundo hacia el misterio y la experiencia de la Unidad.

Fundamento de Reiki #6

La práctica profesional de Reiki toma más que los niveles 1, 2, 3. Los entrenamientos de nivel 1, 2 y la maestría son prácticas de entrenamiento, esto quiere decir que aprendes la práctica que es exclusiva de cada nivel: colocar las manos, a distancia, e iniciar/enseñar respectivamente.

Profesionales en otros ámbitos son entrenados por profesionales experimentados en la práctica de Reiki, quienes los introducen en el aprendizaje de las habilidades de la práctica profesional. Es lo mejor para ellos y para el público que merece ser atendido por profesionales experimentados en Reiki.

Fundamento de Reiki #7

Los principios del Reiki son esenciales en la práctica de Reiki. Tan solo por hoy: No te preocupes, no te enojas, sé agradecido, trabaja con ganas, sé amable con los demás. [Gracias Libellule por dejarme un comentario recordándome esta omisión.]

¿Qué es lo que piensas?

¿Qué piensas acerca de estos fundamentos de Reiki propuestos? ¿Cambiarías alguno? ¿Agregarías alguno? Tengamos un debate en comunidad con respeto, de esta manera podemos integrar nuestra sabiduría y experiencia colectiva. Todos los comentarios pertinentes son bienvenidos.

Mi sincero agradecimiento a Marita Choy y Florike Dikkers por la traducción de este artículo.

Publicado originalment en inglés, Back to (Reiki) Basics by Pamela Miles <http://reikiinmedicine.org/reiki-basics/reiki-basics/>