

Manual de prácticas de Reiki en grupo



Asociación Reiki Jaén



www.reikijaen.es

Primera edición: enero 2016

Última modificación: 09/02/2020

La última versión de este manual en PDF está disponible para su descarga gratuita en: <http://reikijaen.es> sección de voluntariado Reiki

© Derechos de edición reservados

Asociación Reiki Jaén

www.reikijaen.es

info@reikijaen.es



© Octavio Lombardo Rodríguez

Edición: Octavio Lombardo Rodríguez

Maquetación y revisión: Francisco Gutiérrez García

Producido por: Octavio Lombardo Rodríguez

Foto de portada: Asociación Reiki Jaén

Fotos páginas 11, 22, 23, 24, 25, 26: Asociación Reiki Jaén

Fotos páginas 3, 18, 30: www.foter.com

Foto página 5: www.google.com

Fotografías: Asociación Reiki Jaén

Ilustración página 31: Albert Lledó Grima

Logo 1 página 32: Federación Española de Reiki

Logo 2 página 32: Asociación Reiki Jaén

Logo 3 página 32: Facebook

Licencia Creative Commons



Reconocimiento – NoComercial – SinObraDerivada (by-nc-nd): No se permite un uso comercial de la obra original ni la generación de obras derivadas.

Nota:

Utilizo el castellano de la forma que siempre se ha hecho, sin pretender crear ninguna discriminación por razón de sexo o de ningún otro tipo. El utilizar "El/La alumno/a" o "El alumno o alumna" me parece engoroso, tanto para escribir como para leer. Si hay alguien ofendido/a en alguna parte, que así me lo indique y trataré de cambiarlo.

Dedicatoria

Dedicado a ti. Eres el único que puede cambiar tu mundo.



Índice

1. Introducción	5
2. Primer paso	8
3. ¿Y ahora qué?	10
4. Beneficios	14
5. Normas	19
6. Mis grupos	22
7. El futuro	29
8. Proyecto www.reikijaen.es	30
9. Sobre el autor	31

1. Introducción

El Reiki se inicia desde sus principios como una práctica grupal. Se fomenta la cooperación y la sinergia con vistas a producir un avance y un desarrollo en el individuo, pero siempre desde una perspectiva del trabajo en equipo.



Maestro Mikao Usui y su grupo de estudiantes

En Japón el Reiki era practicado como una herramienta de sanación para formar a individuos equilibrados, sanos y cultivados que impulsaran una sociedad mejor; una sociedad más próspera, avanzada, armoniosa y feliz.

Cuando el Reiki llega a occidente, los practicantes aprenden la técnica, pero conservan su mentalidad y su filosofía propia: bastante egoísta y con un enfoque muy mercantilista.

Por supuesto que no se puede generalizar, pero muchas personas están viendo el Reiki únicamente como una oportunidad de negocio, una forma fácil de ganar dinero impartiendo cursos y sesiones.

Tampoco veo mal que se cobre por el tiempo y el esfuerzo, pero lo que si veo mal es que solo se piense en el dinero, pues entonces nos estamos alejando mucho del principal objetivo, que es traer sanación y luz a este maltratado planeta y a sus habitantes.

Analizando la situación del Reiki en occidente, vemos que los practicantes se forman en un fin de semana, o poco más, y que a partir de ese momento habitualmente deja de haber continuidad en la relación entre maestro y alumno, por una parte, y en la relación entre practicantes, por otra. Comprobamos que en cada ciudad hay muchos practicantes que no se conocen entre sí y que normalmente practican poco porque tienen bastantes dificultades para encontrar personas que quieran recibir Reiki o porque no disponen de un lugar adecuado para ello.

Frente al aislamiento de los practicantes de Reiki, también en ocasiones avergonzados de mostrarse como tales, consideramos que ahora es el momento de aparecer en público con mayor vigor. Por ello este manual tiene como objetivo promover que los practicantes tengan un lugar común donde trabajar, conocerse y llevar a cabo juntos sus proyectos.

Cuando se introdujo el Yoga en España, si decías que lo practicabas, siempre escuchabas los mismos comentarios: "tú estás loco", "eso es una secta hindú", "allí te lavan el cerebro", "eso es cosa del demonio"... Actualmente todo el mundo ve normal y muy sano la práctica del Yoga. Y es más, hay salas de Yoga en todas las ciudades.

¿Os imagináis lo poco que hubiera prosperado el Yoga si se enseñara en un fin de semana y que luego se dijera a los alumnos: "¡Ala, a practicar a casa!"? Sabemos que el secreto de su aceptación y expansión han sido los grupos de práctica semanal. Nosotros, los de Reiki, también estamos pasando por esa fase en la que precisamente las personas que lo desconocen piensan que es algo pernicioso o falso que no se debería practicar.

Por todo esto, en este trabajo os doy todo mi apoyo y experiencia para que ofrezcáis a la sociedad el maravilloso trabajo en equipo, lleno de beneficios que más adelante os iré explicando y aclarando.

Este manual va dirigido a toda persona que sea practicante de Reiki y que quiera trabajar para el mayor bien de todos. En él os quiero mostrar todo lo necesario para comenzar a trabajar con un grupo de Reiki. Explico cómo se inicia, las primeras gestiones, en qué consistiría su funcionamiento normal, qué beneficios se obtienen y qué normas de funcionamiento deberíamos seguir.

También os muestro ejemplos de la experiencia obtenida a través de los grupos que la asociación a la que pertenezco ha formado; una asociación viva que cada año crece y se expande. Atisbamos un futuro donde nuestro trabajo, el de todos los

practicantes de Reiki, se una para crear una gran red de grupos de luz (Reiki). Os presento el proyecto “Reikiland” para dar a conocer todas las asociaciones de Reiki y tener un escaparate en el mundo.

Si os gusta el Reiki, os gustará leer este manual. Si leéis este manual, os gustará la idea de crear un grupo. Si creáis un grupo, los beneficios serán tantos que ya nunca estaréis dispuestos a renunciar a ellos.

Todo esto no va de grandes maestros que hacen grandes cosas. Este manual trata de pequeños practicantes que se unen en un trabajo común y realizan entre todos un asombroso trabajo.

¡Estoy deseando que te unas a nosotros!

2. Primer paso

La gente necesita más luz en su vida. Los grupos les da compañía, les hace saber que no están solos y que están siendo ayudados tanto por los de arriba como por los de abajo. Las personas están siendo llamadas a la luz. Mucha luz ilumina este planeta. No pueden escapar a lo evidente. La oscuridad no tiene cabida ya, ésta quiere extenderse, dominar y someter. Pero no tiene nada que hacer, pues es la época de la gran luz en las conciencias y en los cuerpos. La enfermedad cesará, la envidia cesará, el egoísmo cesará.

Ahora más que nunca es el momento de trabajar en grupo. Trabaja con fuerza, confía en la fuerza, haz lo correcto. Pero trabaja con premura. No hay “luegos”, no hay dentro de unos meses. El trabajo es ya.

La diferencia entre no comenzar o tener el trabajo de grupo más adelantado es la cantidad de sufrimiento que se estará evitando en el futuro.

Bien, os he convencido de iniciar un grupo de Reiki en vuestra localidad. Conocéis un par de amigos que también practican Reiki y veis genial el juntarlos una hora a la semana para intercambiar una sesión de Reiki. ¿Cuál sería el primer paso?

Lo primero de todo es encontrar una sala apropiada y confortable. No penséis que vuestro salón es suficiente porque solo seáis tres. No os conforméis con tan poco. No penséis en pequeño. Aunque en un momento dado pueda servir de inicio. Tenéis que tener en mente buscar una gran sala y mi mejor recomendación es que sea gratuita, porque pagar un alquiler todos los meses es una carga muy pesada.

En mi Asociación Reiki Jaén normalmente pedimos las salas al Ayuntamiento de la localidad en la que queramos abrir esta actividad, donde siempre hay un edificio de usos sociales. También estamos usando salas donde se practica Pilates, Yoga o Aikido.

Antes de presentar una solicitud formal de petición, es bueno que vayáis personalmente a tratar el tema con la institución de que se trate; y mucho mejor si os acompaña alguna persona conocida que trabaje en esa entidad y que os pueda apoyar.

Existe una teoría llamada la “teoría de los seis grados de separación”. En ella se explica que todos estamos conectados a través de como mucho seis enlaces. Es

decir, conozco a un amigo que conoce a un amigo que conoce a un amigo que conoce a un amigo que te conoce a ti, al Presidente del Gobierno o al Papa o a quien sea.

Para el Ayuntamiento de tu localidad imagino que solo habrá un grado de conexión o como mucho dos. Así que busca un poco el contacto idóneo y úsalo.

A continuación, como ejemplo, os presento un modelo de carta que presentamos en el Ayuntamiento de Los Villares de Jaén pidiendo una sala. Solicitud que fue aceptada y donde se abrió grupo en una sala del edificio del Hogar del Pensionista.

AL EXCELENTE AYUNTAMIENTO DE LOS VILLARES DE JAÉN

OCTAVIO LOMBARDO RODRÍGUEZ, mayor de edad, con D.N.I. 99.999.999-X, y domicilio a efecto de notificaciones en la calle xxxxxxxx, 5, bajo, 23003, Jaén, teléfono 657 584 872 y e-mail: info@reikijaen.es, comparezco y como mejor procede

DIGO:

Le escribo como presidente y en representación de la Asociación Reiki Jaén, e inscrito en la Federación Española de Reiki con el número 1900, con una experiencia de 17 años en este tipo de actividad.

Actualmente nuestra asociación imparte Reiki en la planta de oncología del Hospital Materno Infantil y fomenta su práctica en grupo en Jaén, Alcalá la Real, Baeza, Bedmar, y Priego de Córdoba.

SOLICITO:

Una sala para iniciar una actividad para la salud basada en técnicas de relajación y el sistema de salud natural llamado Reiki. Actividad gratuita para el beneficio de todos, ofrecida de forma semanal consistente en una práctica de una hora en horario de tarde.

SOBRE EL REIKI:

El Reiki es una especie de sencillo masaje de origen japonés consistente en apoyar las manos de forma estática en el cuerpo de la persona. Coincidendo con órganos o importantes centros nerviosos o articulaciones. El Reiki ofrece una gran descarga de las tensiones físicas o emocionales que vamos acumulando, relaja a un nivel profundo y ayuda a que las recuperaciones sean más rápidas.

El Reiki actualmente se utiliza en Hospitales, Cárcenes, Residencias de Mayores,...

Como ejemplo se puede ver una noticia de Telemadrid sobre su uso en el Hospital "Ramón y Cajal": <http://www.youtube.com/watch?v=vdehyV3amYQ>

Actualmente el Reiki se estudia dentro de la asignatura de Terapias Complementarias en el grado de Enfermería y Fisioterapia en la Universidad de Jaén.

Por lo anteriormente expuesto y de acuerdo con el derecho de petición que ampara la Constitución Española como derecho fundamental, regulado por la Ley Orgánica 4/2001, de 12 de noviembre, reguladora del derecho de petición, tenga por presentado este escrito, y se sirva admitirlo a trámite.

Jaén, a 30 de marzo de 2015

3. ¿Y ahora qué?

Bien. Os han concedido una sala. ¿Y ahora qué?

Horarios

Tomad una hora a la semana; por ejemplo, los jueves a las 19:30h. O los lunes a las 10h. Cuando os venga bien a los que organizáis el grupo, pues nunca la hora y el día van a ser a gusto de todos. Pensad en no romper la tarde o la mañana. Es decir, es recomendable que sea a primera hora de la mañana o última hora de la tarde. Pero bueno, eso ya según cada caso.

Lo importante es que sea una actividad semanal, estar ahí cada semana practicando durante todo el año menos festivos o vacaciones.

La primera norma es la puntualidad, pues la mayor sanación se produce cuando hay un gran estado de relajación, que no puede producirse si la puerta no para de abrirse y cerrarse; o si comienzan a sonar los teléfonos móviles. Alguna vez he echado la llave y algún tardón se ha quedado fuera (personas que se retrasan media hora). Más vale que se perjudique una persona que no todo un grupo. Esa persona aprenderá respeto y a economizar mejor su tiempo para llegar a la hora correcta. Le estamos haciendo un gran favor.

Dotación para la sala

Para practicar Reiki necesitaréis esterillas o camillas, sillas, cojines, sabanillas y mantas. Tenemos salas en las que únicamente tenemos sillas.

Para adecuar la temperatura también podéis necesitar ventiladores, calefactores o aire acondicionado.

En cuanto a la decoración y la ambientación, pensad en un equipo de sonido para escuchar música relajante, velas, inciensos, algún cuadro y un tablón de anuncios donde pinchar las normas o las actividades del grupo y horarios.

Considerad que las personas no espirituales o ateas que puedan venir al grupo para conocer el Reiki no deberían entrar a un sitio lleno de ángeles, vírgenes, budas, divinidades hindúes, etc. Es preferible propiciar un ambiente neutro y armonioso. Recordad que vuestros gustos no son los gustos de todos y que las actividades del grupo no serán para vosotros únicamente sino para todos.

Organización de la sesión de Reiki



Yo comienzo con un círculo de Reiki (Mawashi Reiki). También se puede comenzar cantando los cinco principios o recitando alguna poesía del emperador Meiji.

El grupo de practicantes de Reiki se sienta en círculo, tomándose de las manos o dejando una pequeña separación entre sus miembros. La mano izquierda se coloca con la palma hacia arriba (actitud receptiva) y la derecha con la palma hacia abajo (actitud dadora).

De esta forma todos quedan conectados entre sí. La energía entra por la cabeza y fluye hacia nuestro brazo derecho, derramándose sobre la mano izquierda de nuestro compañero de la derecha. A su vez, el compañero de nuestra izquierda nos transmite la energía recibida de todo el grupo en nuestra mano izquierda. Dicha energía sube por nuestro brazo izquierdo, pasa por nuestro corazón, donde se une a la energía que nos llega de arriba, y la volvemos a pasar a los demás a través de nuestro brazo derecho.

Esta energía, que poco a poco va incrementando su intensidad, sirve de meditación, de limpieza, de fortalecimiento y nos ayuda a sincronizarnos con los

demás. Nos sirve de preparación previa, para centrarnos e integrarnos con la energía del grupo.

En esta situación se puede pedir por alguna persona conocida que esté pasando un mal momento o simplemente solicitar la energía para disponernos a trabajar con ella.

Normalmente este círculo de Reiki dura unos cinco minutos. A continuación, se solicita a los presentes que no perturben la paz alcanzada, hablando o alborotando, y que se distribuyan en silencio por las esterillas o camillas o sillas para comenzar la sesión conjunta de Reiki.

Si usamos camillas, debemos colocar sobre ellas una tela o sabanilla, para preservarla del sudor, la grasa, el maquillaje o los roces de pulseras que puedan ir estropeándola. Y, por comodidad, se debe de poner un cojín debajo de las rodillas (desbloquea la articulación y hace que la zona lumbar descance mejor) y otro cojín debajo de la cabeza.

El receptor estará más a gusto si se quita los zapatos, las gafas, horquillas grandes del pelo, pendientes pesados y se afloja el cinturón y el cuello de la camisa.

Las luces deben atenuarse, a la vez que escuchamos en la sala una música relajante.

El incienso puede molestar a alguien, de modo que debemos usarlo con precaución.

El Reiki relaja y por consiguiente desciende la temperatura del cuerpo; así pues, puede ser necesario tapar al receptor con una sábana o manta.

Practicad unos 40 minutos, tras los que podéis comentar cómo os ha ido, cómo os sentís o cualquier inquietud que tengáis.

Para finalizar, igualmente podemos cerrar con otro círculo de Reiki, con los cinco principios o con una poesía del emperador Meiji.

Y ya está, eso es todo. ¡Hasta la semana que viene!

Mi primera sala era enorme e íbamos solo dos o tres personas cada semana. Al principio sobre todo se requiere de mucha constancia y de mucha paciencia. Con el paso de los meses y con el boca a boca, poco a poco el número de practicantes se fue incrementando. Ahora, unos años después, en dicha sala se reúnen cada semana unas sesenta personas para practicar Reiki. (Alcalá la Real)

Tras la experiencia de nuestra asociación por multitud de localidades, os puedo asegurar que todas las salas terminan llenándose de practicantes, porque es una actividad que consigue que quienes participan en ella se sientan muchísimo mejor y, por ello, es excelentemente aceptada.

4. Beneficios

El Reiki mejora el bienestar general, da mayor calidad de vida, hace subir las defensas, relaja, alivia el dolor, mejora la calidad del sueño, reduce la ansiedad, mejora el apetito, disminuye la irritabilidad, mejora la cooperación del paciente con el médico, hace que la recuperación de la anestesia sea más rápida, acelera la recuperación post-quirúrgica, acelera la cicatrización, mejora la actitud mental, reduce los estados depresivos, propicia que las ondas cerebrales se sincronicen en el estado alpha, elimina los conflictos con medicamentos o tratamientos, ayuda a asimilar medicamentos y otros tratamientos, reduce los efectos negativos de los medicamentos y de otros procedimientos médicos, incrementa las células NK (natural killer), mejora la habilidad funcional, reduce la fatiga, proporciona mayor energía, recalibra los mecanismos de autorregulación, disminuye la duración de la estancia hospitalaria, nunca es perjudicial, es apto para todo y para todos, es inagotable, no depende del estado de conciencia, no es necesario creer en nada, no es necesario ningún material o tecnología,...

Pero en este apartado no voy a hablar de los beneficios del Reiki, que son muchísimos, sino de los beneficios de la práctica en grupo, que en mi opinión son los siguientes.

Mayor intercambio y comunicación

Los practicantes se conocen y se comunican entre ellos. Hay un mayor intercambio: consejos, recomendaciones de libros o documentales, comparten experiencias, dudas, etc.

Mayor posibilidad de practicar

El principal secreto para ser bueno en esto es practicar, practicar y practicar. Y ahora se cuenta con un lugar apropiado y con multitud de gente con la que practicar cada semana. Ya no hay excusa para no practicar de forma asidua.

Mayor variedad de participantes

No solo vais a poder practicar todas las semanas sino que tendréis gran variedad de personas. La mayor, la joven, la que tiene un cáncer, la depresiva, la de la ansiedad,...

Esta variabilidad os va a ir dando mayor fluidez, soltura y sensibilidad en vuestras manos.

Mayor poder de canalización

No es lo mismo que en una habitación canalice Reiki una persona, a que lo hagan diez personas a la vez. La energía es mucho mayor con el consiguiente beneficio para todos.

Mejor seguimiento de alumnos

Como maestro observo cada semana la práctica de cada alumno. Y percibo claramente quién necesita practicar más y quién está ya preparado para el siguiente nivel. Mis alumnos pueden dar entre cincuenta y doscientas sesiones al año. Realmente estoy muy orgulloso de ellos, pues son muy buenos practicantes.

El Reiki es Reiki, pero no es lo mismo recibir una sesión de una persona que ha practicado cinco veces que de otra que lleva años practicando de forma habitual. Con la práctica los meridianos se ensanchan para poder aumentar el caudal de energía y el cuerpo se va habituando a energías cada vez más potentes. Es decir, la práctica nos da la habilidad de canalizar más cantidad de energía, siendo ésta además de mayor frecuencia vibratoria.

Cuando alguien me llama por teléfono y me pregunta cuánto vale la maestría o el tercer nivel, le digo que se pase por el grupo para conocerlo y verificar su nivel en la práctica. La mayoría no viene. Pienso que solo están haciendo una encuesta telefónica para ver cuál es el maestro más barato y el que le ponga menos deberes. Hay que ser más honrados. ¿Cómo se puede subir de nivel sin haber dado un mínimo de sesiones?

Mayor confianza

A las personas nuevas que quieren conocer el Reiki les da mucha confianza acudir a un centro donde hay más gente que a una consulta con solo una persona. Hay una mayor familiarización y es una oportunidad para conocer al maestro o maestra que imparte los cursos.

Muchas personas llegan a los cursos sin conocer quien los va a impartir. Y, esto a veces, es como jugar a la ruleta rusa, pues la denominación “maestro de Reiki”

desgraciadamente actualmente no implica ni estar bien formado ni ser buena persona.

Mayor sociabilización

La práctica de Reiki en grupo se integra mejor en la sociedad. Los practicantes del grupo suelen colaborar en hospitales, residencias de mayores, cárceles, parroquias, etc. Se fomenta las labores de voluntariado, se realizan charlas en asociaciones o grupos, se organizan congresos y demás. La sociedad reconoce la integración altamente beneficiosa de los practicantes de Reiki.

Además, en los centros de Reiki se crean grandes lazos de hermandad y amistad.

Mayor equilibrio

Un grupo que lleva años dándose Reiki es un grupo muy sano y equilibrado. El mero hecho de integrarse alguien en un grupo equilibrado ya es muy sanador.

Para el alcohólico que asiste a reuniones de alcohólicos anónimos, el hecho de estar en la misma habitación con personas que han tenido su mismo problema y que lo han superado hace que se impregne de su fuerza y le sirve de gran apoyo. Más allá de las palabras o demás consejos o técnicas.

César Millán, el encantador de perros, utiliza este medio. Siempre lleva el perro desequilibrado a la manada equilibrada para reestablecerlo con mayor rapidez.

Este punto sumado al Reiki, o en su caso a las técnicas terapéuticas, dan la máxima eficacia.

Calidad: normas y ética

Un grupo se rige por el seguimiento de una serie de normas de funcionamiento y la observación de una ética. Esto crea orden, calidad y confianza en las personas.

En un grupo es más difícil que se produzcan abusos de cualquier tipo.

Más actividades

Si vais por libre, podéis hacer solo unas pocas cosas (cursos, sesiones individuales y alguna charla). Sin embargo, con el trabajo en grupo se pueden realizar mayor número de actividades: voluntariado, excursiones, convivencias, congresos, conferencias, recogidas de alimentos, radio, televisión, Reiki en grupo,... Habrá en consecuencia un mayor enriquecimiento.

Inversión mínima de tiempo

Solo se os pide una hora a la semana. ¿Quién no tiene una hora a la semana para ver la tele, tomarse una cerveza o dar un paseo?

Ahora tenemos una hora a la semana para beneficiar a toda nuestra localidad. Debemos hacer crecer nuestra conciencia social y trabajar para el bien del grupo incluso antes del de nuestro ser individual.

Este punto se entiende mejor con un ejemplo. Piensa en el padre de familia que despilfarra su dinero en tragaperras y alcohol. O en el político que se lleva el dinero a paraísos fiscales. ¿Ahí qué conciencia existe, la grupal o la individual?

Piensa, por otra parte, en los padres que se matan de trabajar para sacar adelante a toda su familia. Cuando importa más el bien del grupo que el egoísmo individual es cuando la sociedad crece y se enriquece.

Debo de reconocer que a veces es duro estar todo el año al pie del cañón. Pero el beneficio está antes que mi comodidad o mi pereza.

Mayor satisfacción

No todas, pero muchas personas con graves enfermedades se estabilizan o sanan. Otras con grandes problemas emocionales os dicen que desde que vienen a Reiki ya pueden dormir bien por la noche o se sienten mucho mejor.

El haber creado este oasis de equilibrio y sanación, y ver que está ayudando a tantas personas os proporciona una gran satisfacción e incluso gratitud. Os sentís alineados con la luz y con este bello trabajo que es sanar este planeta y a todos sus habitantes.

Mayor Influencia energética externa

Cuando hacéis Reiki no solo estáis influenciando positivamente a la persona que tocáis sino que la energía se expande a toda la sala e incluso más allá de ella.

Entonces, ¿a cuántas personas podemos estar influenciando en una práctica grupal de Reiki? Bien. De acuerdo con el video documental “El código Moisés”, un grupo de meditadores pueden influir en una población de manera que el índice de delincuencia pueda bajar hasta un 30%. Y se calcula que su influencia es su cuadrado multiplicado por cien. Es decir, 15 personas influyen en $15 \times 15 \times 100 = 22.500$ personas.

De esta manera, si en un pueblo de 20.000 habitantes hay una sala de Reiki donde se juntan unas 40 personas para practicar y en un momento dado hay 20 personas canalizando Reiki a la vez, influyen en $20 \times 20 \times 100 = 40.000$ personas. ¡El doble de la población!

No sé si sois conscientes de la importancia de todo esto. Nuestra práctica de Reiki está beneficiando a toda la población cuando creemos que solo estamos prestando servicio a una sola persona, que es la que tenemos en la camilla.

Esta fórmula tan científica y moderna ya se explicaba hace 2.000 años. El maestro espiritual Jesucristo explicaba que con dos peces y cinco panes podía alimentar a 5.000 personas. Por supuesto que se refería al alimento espiritual.

2 peces + 5 panes hacen un total de 7. Y aplicando la fórmula obtenemos que $7 \times 7 \times 100 = 4.900$. Es decir, el trabajo espiritual de 7 personas influye en unas 5.000 personas.

El que tenga ojos que vea y el que tenga oídos que oiga.



5. Normas

En todo grupo deben existir ciertas normas para el buen funcionamiento. Para que no baje la calidad y no se produzcan desórdenes e inconvenientes para todos. Estas son nuestras normas, que puedes incorporar a tu grupo. A nosotros nos gustan, pues nos dan seguridad, orden y eficacia.

1. La primera norma es la puntualidad.
2. Una vez comenzada la práctica, el silencio.

Se hace un gran trabajo de Reiki si una persona se relaja en profundidad. No se podrá relajar si continuamente entra y sale gente, se dan portazos, se cuchichea, se rastrean sillas o se está hablando.

3. Nosotros no permitimos el acceso a los grupos de prácticas de Reiki a:
 - a) Menores que no vengan acompañados de sus padres o tutores.
Cuando se trabaje con menores debe ser con el consentimiento expreso de sus padres. Son personas especialmente vulnerables. No me gustaría que a mi hijo le hicieran trabajos energéticos sin mi consentimiento.
 - b) Disminuidos psíquicos que no vengan acompañados de sus padres o tutores.
Es el mismo caso que los menores.
 - c) Personas en tratamiento psiquiátrico que no vengan acompañadas por su terapeuta.
Los enfermos mentales son otro grupo de personas con las que hay que tener mucho cuidado. Puedes tener que enfrentarte con convulsiones, gritos, crisis o catarsis, situaciones poco adecuadas para el grupo o para personas sin experiencia.
Estas normas son para nuestra protección.
 - d) Personas que pertenezcan a sectas consideradas como peligrosas.
 - e) Queda totalmente prohibido la entrada a todo tipo de practicantes de cualquier clase de magia, hechicería o brujería que se use para dañar de cualquier manera a otras personas.

- f) Maestros/as de Reiki que no pertenezcan a la asociación y no sean invitados.

¿Para qué queremos un grupo lleno de maestros de Reiki? Lo que queremos son unas localidades llenas de grupos. Crear un grupo de práctica es mucho trabajo: buscar una sala, comprar el material, ganarse la confianza de la gente, comprometerse con un horario,...

Esta norma indica que todo maestro por el simple hecho de serlo debe de crear, organizar y gestionar sus propios grupos. Así abarcamos más, así tomamos más responsabilidades como maestros.

4. No se permite que personas que toman drogas den sesiones de Reiki a otras personas. Sí se les permite recibir sesiones.

Por las mismas no deberían impartir Reiki personas desequilibradas gravemente a nivel psíquico, emocional o energéticamente.

¿Qué sentido tiene que una persona más desequilibrada que tú intente equilibrarte? Seamos sensatos. Es hora de reconocer nuestras limitaciones y debilidades. Una persona así es mejor que se dé auto-Reiki y reciba sesiones de otros. Cuando se sienta desenganchada, fuerte y capaz será entonces su momento de ayudar a los demás.

5. No se permite que personas que no estén iniciadas en Reiki den sesiones de Reiki a otras personas. Sí se les permite recibir sesiones.

Hay personas que han aprendido otras técnicas, o han leído un libro de Reiki o son curanderas. Tiene que quedar bien claro que esto es un grupo de Reiki y no de otra cosa. Por tanto, los que imparten sesiones deben estar debidamente formados e iniciados. Es la garantía de hacerlo de forma correcta y segura. Una práctica sin iniciación, en algunos casos, puede ser nociva para el que la imparte.

6. Si durante la sesión os habéis sentido tocados o tocadas indebidamente, denunciadlo al responsable de la sala. Las zonas íntimas son íntimas, por consiguiente no se deben de tocar nunca. Siempre se puede hacer Reiki a una

cuarta o dos del cuerpo. Normalmente no dejamos dar Reiki a personas que puedan dar una imagen negativa del Reiki.

7. Las sesiones grupales deberán ser gratuitas siempre que se pueda.

Crear grupos de prácticas donde los alumnos puedan participar y las personas de la calle ir a probar qué es eso del Reiki es una necesidad interior de un gran maestro. La necesidad de enseñar Reiki para proporcionar grandes beneficios en la vida de miles de personas debe estar siempre por delante de meros intereses económicos.

Esta norma a muchas personas les molesta. Piensan que, como ganan dinero haciendo sesiones individuales, dar sesiones grupales gratis es contrario a su negocio. Pero una cosa no quita la otra. Se pueden cobrar los cursos y las sesiones individuales, aunque no por ello hay que descartar otras actividades gratuitas como el voluntariado o los grupos.

En un grupo en una hora de tiempo estás dando mucho y recibirás también mucho. No es solo cuestión de economía, mi querida mente occidental, es también cuestión de espiritualidad y luz, mi querida alma mística.

8. Reiki no pertenece a ninguna religión ni a ninguna forma de esoterismo.

Cualquier práctica particular dogmática, religiosa o esotérica como la videncia, la adivinación, la mediumnidad, etc. deberá encarecidamente separarse de la práctica de Reiki y aclarar con contundencia que son cosas totalmente independientes.

9. Se sobreentiende que se deberán observar evidentemente todas las normas relativas al intrusismo profesional, la responsabilidad, la confidencialidad y la honestidad.

6. Nuestros grupos

Alcalá la Real, 2010



Comencé en Alcalá la Real (Jaén). Como no pertenecía a ninguna asociación, tuve que hacer una recogida de firmas para presentar una solicitud colectiva al Ayuntamiento.

La sala funciona todas

las semanas desde entonces. Es el grupo más numeroso. Tienen que turnarse dos veces en grupos de 40 personas.



Cuando me fui, dejé a Mercedes Serrano Callejas, una alumna totalmente formada como maestra, que se hizo cargo del grupo. Y lo hace de maravilla. Ya habrá iniciado a cerca de mil practicantes. Yo dejé un par de camillas y ya van por diez o doce. Os puedo

asegurar que el pueblo ha cambiado. Se abren más grupos (yoga, chikung, taichi, meditación,...), se abren herbolarios,... Hay otra energía en el lugar.

Priego de Córdoba (Córdoba), 2010



La sala de Reiki de Priego es una sala de Pilates. Por cercanía a Alcalá la Real (30 Kms.) me fue fácil iniciarla. Se cerró un tiempo por razones personales. Pero hace unos años resurgió otra vez con fuerza. La llevan José Pérez Rojas y Nuria Pérez Martín.

Jaén, 2011



En Jaén, en el local comercial azul de la foto, formalicé la Asociación Reiki Jaén.

Harto de vivir el Reiki casi a escondidas, abrí este local con escaparates a la calle. Es hora de mostrar el Reiki al mundo.

En la actualidad está cerrado, el casero lo utiliza ahora para otras cosas, y nuestras prácticas las trasladamos en un primer momento a una asociación de cáncer de mama y posteriormente a la Residencia de discapacitados Aspramif.

A principios de 2019 iniciamos un segundo grupo en un dojo de Aikido. Dojo Takezo.

Baeza, 2012



Baeza es un grupo que comenzó mi alumna-maestra Mabel Ballesteros, en la fotografía la mujer sentada de negro. Ha sido un grupo duro. Pasaron casi dos años en los que no asistía casi nadie. Ahora ya ha cogido fuerza

y cada semana se pueden juntar sus 20 o 30 personas. Observad, en la foto, los cojines de las rodillas y los de la cabeza, como os indicaba anteriormente.

Úbeda, 2013

Es un grupo que abrí, trabajé un tiempo y tuve que cerrar porque no encontré a la persona idónea que pudiera continuar con la labor. Para mí eran demasiados kilómetros y tenía que centrarme más en mis grupos de Jaén. Se ha vuelto a reabrir en el 2019. Esperemos que ya para siempre.

Martos, 2013

Lo activé en el 2013, se cerró al poco tiempo pero en el 2017 volví otra vez a la carga y ya llevamos más de tres años funcionando muy bien.

Bedmar, 2014

Es el pueblo más pequeño donde nuestra asociación tiene grupo, pero no por ello el de menor merecimiento. El grupo de Reiki ha sido acogido de maravilla y el boca a boca ha corrido como la pólvora. Son muchos los alumnos que acuden cada semana a Reiki, meditación y otras prácticas o conferencias que la maestra María Ángeles Fuentes Troyano se esfuerza en organizar.



Los Villares de Jaén, 2015

Es un pueblo pequeño y actualmente acaba de cerrar por inactividad.

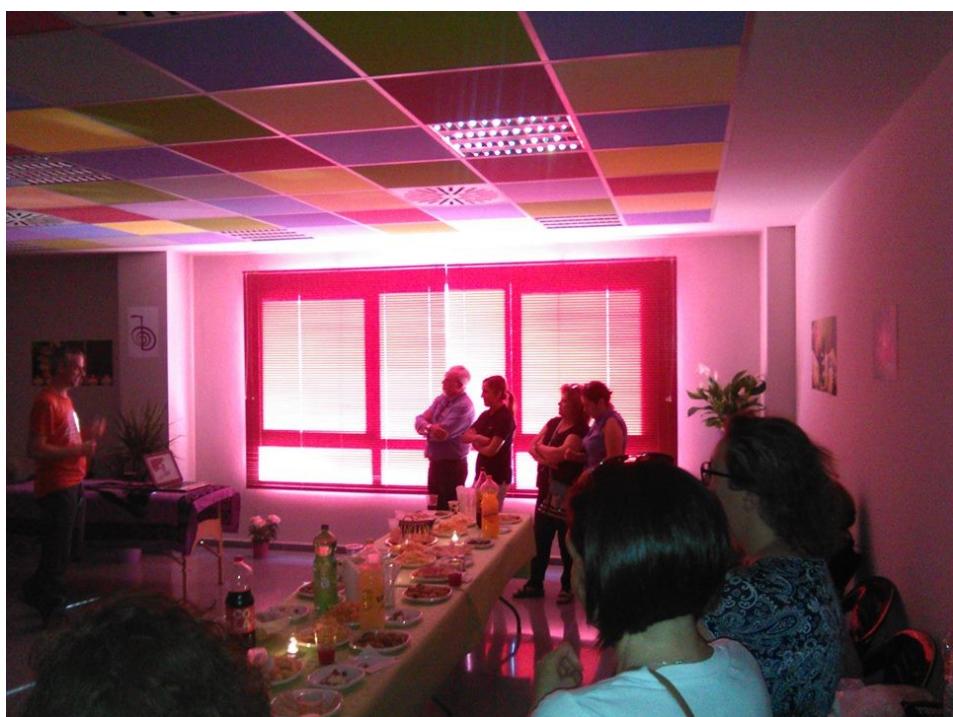
Esperemos que pronto se pueda animar más gente y se ponga otra vez en funcionamiento.

En los grupos que se inician necesitan más rodaje para que vayan tomando fuerza. No importa practicar casi solos. La sala se va limpiando, nosotros nos iremos limpiando. Y entonces aquellas personas fatigadas y hastiadas que buscan algo más en sus vidas sentirán la luz que emitimos cada semana en su población y acudirán por “casualidad”. Y siempre terminarán diciendo: “¿por qué no habré conocido yo esto antes?”.

Y nosotros con la práctica del Reiki en grupo descubriremos una nueva y fascinante faceta.

Mancha Real, 2016

Abajo a la izquierda, Octavio Lombardo, presidente de la Asociación, dando una charla ante el teniente de alcalde, una concejala y otros asistentes en Mancha Real.



Siempre que se pueda hay que difundir el conocimiento del Reiki a todas las poblaciones.

2017

Los grupos de Los Villares y Mancha Real se han tenido que cerrar por diversos motivos. Pero no nos olvidamos de ellos.

No obstante, este año se han abierto los grupos de Martos y Beas de Segura.

2018

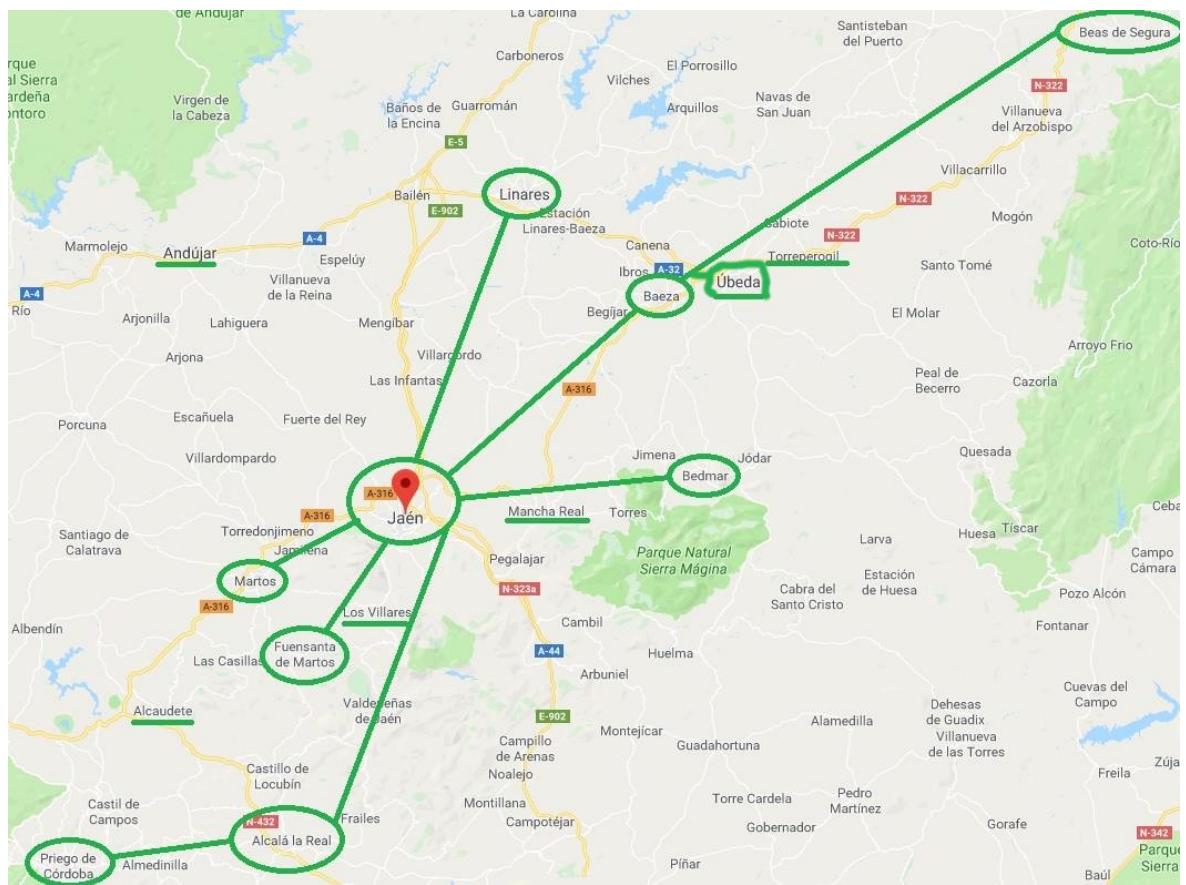
Abrimos grupos en Linares y Fuensanta de Martos.

2019

Abrimos grupos en Úbeda y otro más en Jaén.

Este es el resumen estos años de trabajo en grupo:

		Año	habitantes
1	Alcalá la Real	2010	22.000
2	Priego de Córdoba	2010	23.000
3	Jaén (2 grupos)	2011 y 2019	115.000
4	Baeza	2012	16.000
5	Úbeda	2013 y 2019	35.000
6	Bedmar	2014	3.000
7	Los Villares (pendiente de reabrir)	2015	6.000
8	Mancha Real (pendiente de reabrir)	2016	11.000
9	Martos	2017	24.000
10	Torreperogil	2017	7.500
11	Beas de Segura	2017	5.380
12	Linares	2018	58.500
13	Fuensanta de Martos	2018	3115



Área de influencia directa de la Asociación Reiki Jaén en la provincia de Jaén.

En circunferencia grupos que se iniciaron con la Asociación Reiki Jaén y continúan en funcionamiento. Subrayados grupos iniciados y que por diversos motivos tuvimos que cerrar.

Seguimos trabajando para que el Reiki llegue a más sitios y a más manos.

De forma indirecta tenemos alumnos en casi todos los pueblos.

7. El futuro

¿Cuál pensáis que será el futuro dentro de otros cinco años?

¿20 grupos?, ¿40 grupos? Jajaja, frío, frío. La respuesta es cientos o miles, porque cuento con el grupo que tú... -sí, amigo, tú- vas a abrir. No quiero gente indiferente, no quiero gente parada, no quiero gente que dice yo no puedo o eso es difícil. Nosotros somos personas normales a quienes nos gusta practicar Reiki, y somos pioneros en la formación y propagación de grupos de práctica. Tienes todo nuestro apoyo y experiencia.

Catástrofes, terrorismo, guerras,... La paz no se alcanza con bombas. La paz se alcanza con un cambio de conciencia y una de las ayudas para ese cambio puede ser perfectamente la práctica de Reiki.

Es hora de confiar en la luz y propagar la luz.

Siento que una gran red de grupos de Reiki, emanando sanación todas las semanas, creará el punto de inflexión en el cambio que necesita el mundo. El cambio no se produce solo, ni lo hará *Superman*, sino la suma de todos nuestros esfuerzos. Los esfuerzos de personas normales que trabajan como hormiguitas y que a largo plazo crearán la suficiente masa crítica para que la luz conquiste los corazones de todos, absolutamente todos.

Mientras, ahora mismo, necesito que tu grupo se una a los nuestros.

8. Proyecto www.reiki.land

La página web www.reiki.land nació como un ambicioso proyecto personal donde reunir información sobre todas las asociaciones de Reiki del mundo. Ahora está integrada en la página <http://www.reikijaen.es/asociaciones.php>

Quiero que sepas que no estás solos. Vamos a crear una gran comunidad.

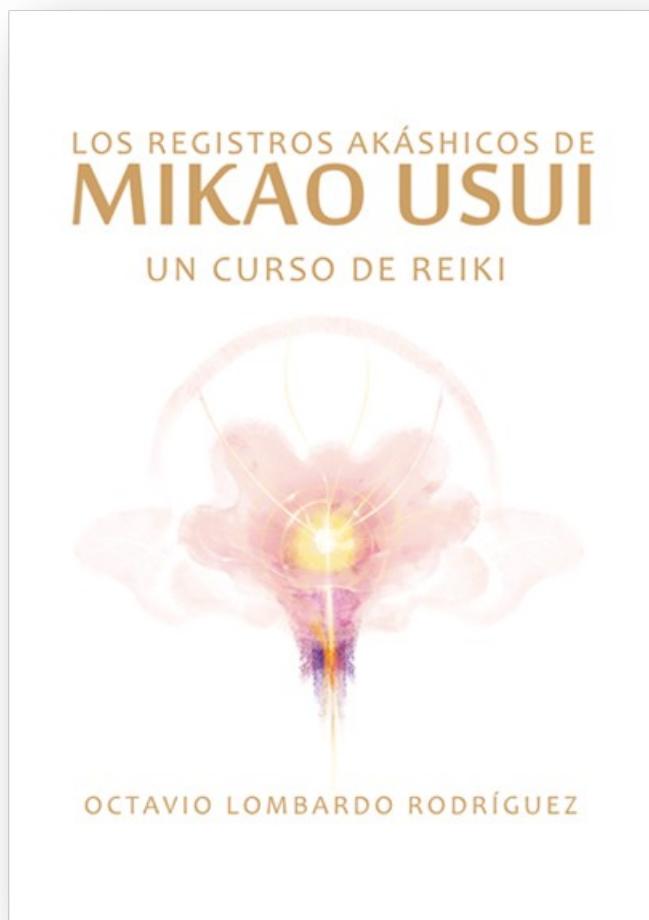
Podemos comunicarnos por la red social Facebook a través del grupo “Reikiland” o por email: info@reikijaen.es



9. Sobre el autor

Octavio Lombardo Rodríguez

- Maestro de Reiki
- Maestro de Registros Akáshicos
- Conferenciante
- Investigador
- Autor del libro "Los Registros Akáshicos de Mikao Usui". Edición en inglés "The Akashic Records of Mikao Usui".
- Presidente de la Asociación Reiki Jaén (www.reikijaen.es)
- Impulsor de Grupos de Reiki y de Voluntariado Reiki
- Responsable Voluntariado Reiki Hospital Materno Infantil de Jaén
- Voluntariado en Residencia de discapacitados Aspramif Jaén
- Reiki x Alimentos para comedores sociales



Octavio Lombardo Rodríguez www.reikijaen.es

"En los grupos siempre surgen rivalidades, envidias y egos enfrentados. La manera de llevarlos bien es recordar a menudo los principios por los que se formó el grupo: crecimiento espiritual, trabajo con la luz, beneficios para la comunidad,...

Saichi siempre quiso gobernar y para ello no tenía escrúulos en criticar al jefe de sala. Para él, todos lo hacían mal. Él solo estaba a la espera de cualquier fallo que se pudiera cometer.

No es necesario gritar los errores de los demás, porque todos nos damos cuenta cuando nos equivocamos. ¿Por qué no ver lo bueno que hacemos? ¿Por qué no ver los buenos resultados de nuestras acciones?

Vivir entusiasmados por las grandes obras que acometemos siempre es mejor que vivir irascibles por los errores que podamos cometer antes de conseguir nuestros fines.

Una persona que no esté inclinada a perdonar no puede ponerse nunca a la cabeza de un grupo o sociedad. Un líder debe desarrollar la paciencia, la compasión y la ilusión de que, a pesar de las dificultades, al final se conseguirán grandes objetivos."

(De una lectura del Registro Akáshico de Mikao Usui)



Maestro:

Octavio Lombardo Rodríguez

Presidente Asociación Reiki Jaén



Email: info@reikijaen.es

www.reikijaen.es



Octavio Reiki Jaen

Grupo: Reikiland

Página: Los Registros Akáshicos de Mikao Usui – El libro

Te recomiendo que veas la película "Nuestro hogar" y entenderás como estamos construyendo hospitales celestiales aquí en la Tierra. Es maravilloso pertenecer a este gran movimiento que aumenta la calidad de vida y sana a tantas personas.

¡Bendiciones!

Octavio Lombardo Rodríguez www.reikijaen.es