

Importante: el presente material fue desarrollado por el Reiki Master Rev. James Deacon (<http://www.aetw.org>) y la presente traducción al castellano, cuenta con su aprobación expresa.



Reiki Ajari Yuga -Un empoderamiento esotérico- Meditación más profunda.

La meditación Reiki Ajari-Yuga está basada en las práctica de Guru Yoga y Kaji con fundamentos que están dentro de la tradición esotérica¹ tibetana y japonesa del budismo.

- Sentado confortablemente en una postura apropiada de meditación, tome conciencia de la corriente de aire que se forma en la punta de su nariz (esto se describe como "sentir el aire de una manera misteriosa").
- Deje que los pensamientos aparezcan y que se marchen, sin evaluarlos.
- Después de algunos instantes, enfóquese en sus pensamientos.
- Reconozca la impermanencia de la composición de las formas, que todas las cosas están continuamente en un estado de cambio y transformación...
- Reconozca la sabiduría que tiene: "Con los pensamientos, palabras y acciones usted construye su mundo" -que su estado actual es esencialmente el resultado de los últimos pensamientos, palabras y acciones; y que ahora, usted está sembrando las semillas para su futuro...
- Reconozca la preciosa oportunidad que tiene ahora -que usted puede beneficiar a incontables seres con la disciplina y la práctica de Reiki...
- Finalmente, reconozca que usted solo posee la capacidad de beneficiar a otros con Reiki porque usted ha recibido la Iniciación-sintonización a partir de alguien que ya poseía este regalo.
- Agradezca su linaje de Reiki hasta Usui Sensei, entendiendo y apreciando en verdad, la deuda de gratitud que usted tiene: si no fuese por Usui Sensei -sin su esmero, sus esfuerzos incansables, su estudio diligente y la práctica de disciplinas espirituales, no habría ningún Reiki para que usted comparta con otros...
- Reiki es una bendición, un potencial sagrado instantáneamente conferido -para la sanación, protección y el desarrollo espiritual.
- En Reiki, Usui-Sensei le ha provisto de los medios por los cuales usted puede realiza un despliegue inmediato de un nivel de capacidad, que de otra manera, posiblemente le habría tomado muchos años de esfuerzo consciente para alcanzar.
- Con esto en mente, lleve el foco de su atención a los principios de Reiki -cualquier traducción servirá, sea literal o poética; con la que usted se sienta más cómodo-, por ejemplo:

"Solo por hoy...

No se enoje.

No se preocupe.

Expresa gratitud por todas sus bendiciones.

Trabaja diligentemente.

Manifiesta compasión por todos los seres"

¹ Esoterismo es el estudio y la práctica de tradiciones esotéricas, es decir, vinculadas a corrientes religiosas o filosóficas importantes, pero (al menos en origen) desconocidas o secretas para el gran público. Según otra acepción, es el conjunto de conocimientos que requieren de algún grado de iniciación; el término proviene del griego *esoterikos* (íntimo). Nota del documentalista.

No recite simplemente las palabras sino, sumérgase en la experimentación de sus implicaciones profundas...

Luego de algunos momentos:

- Visualice un océano con una plácida superficie como un espejo. Sobre él, el cielo es claro y despejado. Levantándose sobre el horizonte, como el disco de la luna llena, usted percibe una gran esfera luminosa -una burbuja transparente de luz.
- A través de la gran burbuja transparente, el familiar kanji Reiki aparece, activamente irradiando una luz brillante pura.
- El kanji de Reiki dentro de la burbuja comienza a girar, cobrando ímpetu -más y más rápido, disolviéndose por el movimiento en una niebla, mientras que la radiación de luz se intensifica y crece brillando hasta llenar su campo visual por completo.
- Gradualmente, la intensidad de esta luz pura decrece y, fuera de ella comienza a condensarse la dorada, luminosa y transparente forma de Usui Sensei, un campo radiante de luz-energía dorada. Sentado en posición de loto, en postura de meditación, la luz lo rodea. Usui Sensei aparece en el ojo de su mente luciendo dignificado y tranquilo. Su cara es de oro y está llena de compasión. Él le ve, le conoce y le desea todo lo bueno.
- Aquí en este momento, Usui Sensei une el espacio, el tiempo, la mente y, es la encarnación misma -la personificación del absoluto- de la radiante, energética y espiritual sentencia que es Reiki.

Su esencia está aquí con usted y puede percibir, o no, una imagen clara.

- En (com)unión² con Usui Sensei, usted entra en un puro, el más sublime nivel de (com)unión con el Reiki que puede ser alcanzado de otra manera con la contemplación simple de Reiki como 'energía'.

Usui Sensei sonrío y se acerca a través de espacio.

Él ahora permanece a una distancia agradable delante de usted.

- Relaje su cuerpo y abra su corazón. Genere sentimientos de compasión y gratitud. Con la emoción más sincera del alma, sentida, en sus propias palabras (vocalizando o silenciosamente) exprese su deseo de profundizar su nivel de inmersión / comunión con Reiki para el beneficio de sí mismo y de todos los seres...

La transparente y dorada forma de energía luminosa de Usui Sensei comienza a verse más nítida y clara ahora.

- En el centro de su frente, un radiante símbolo Cho Ku Rei brilla intensamente, y desde ese punto, Usui Sensei le envía un rayo de luz blanca clara y brillante, que entra con fuerza en su propia frente. Su cuerpo entero se llena de la luz blanca clara de gran alcance. La luz le purifica a nivel físico, disolviendo todas las impresiones que molestan al cerebro, los nervios y a los sentidos. Todas las causas e impresiones kármicas de acciones dañinas desaparecen y usted siente que su cuerpo entero se relaja. Su cuerpo se convierte en una herramienta consciente para proteger y ayudar a otros. Usted conserva la percepción de la luz blanca clara mientras experimenta la vibración interna del símbolo Cho Ku Rei...

Después, de la garganta de Usui Sensei, un rayo luminoso rojo, claro y brillante, fluye fuertemente y en este rayo, usted percibe los caracteres del mantra Hon Sha Ze Sho Nen. Este rayo penetra en su propia garganta, disolviendo todos los obstáculos y dificultades kármicos de su discurso. Todas las impresiones de palabras dañinas y confusas desaparecen y usted se hace consciente de su discurso.

² Juego de palabras utilizado por el autor entre "comunión" y "común unión". Nota del documentalista.

Su habla se llena ahora de compasión y de sabiduría, una herramienta de gran alcance para beneficiar a otros. Relajándose incluso más profundamente, usted conserva la percepción de la luz roja clara mientras experimenta la vibración profunda del mantra Hon Sha Ze Sho Nen...

- En el centro del corazón dorado de Usui Sensei, en el cuerpo luminoso, transparente, el símbolo radiante Sei Hei Ki brilla intensamente. De allí, un intenso rayo de luz azul profundo, diáfano y brillante, comienza a crecer hacia usted. Llena el centro de su pecho, ingresando al centro de su corazón, limpiando los obstáculos kármicos de su mente. Las sensaciones y la rigidez que molestan a su pensamiento se disuelven y, su mente se convierte en alegría espontánea mientras que usted se relaja en la dimensión más sutil de su ser. Mantiene la percepción de la luz azul profunda y clara mientras experimenta la vibración interna del símbolo radiante Sei Hei Ki...
- Y finalmente, de los tres centros de la dorada forma de Usui Sensei -frente, garganta y corazón-, recibe los rayos del arco iris de la luz clara de cinco colores: amarillo, blanco, rojo, verde y azul (las luces puras de los cinco elementos), que se absorben en sus propios centros correspondientes, purificando los rastros de oscurecimientos pasados y, confiriéndolo el cuarto nivel de empoderamiento. Mientras usted conserva el conocimiento de las cinco luces elementales puras, la dorada y transparente imagen de Usui Sensei se disuelve en la luz brillante y pura, y en esta, usted percibe el Dai Ko Myo. La luz brillante y pura fluye en usted, se absorbe en usted. Y usted y la luz se hacen uno.
- Todas las formas desaparecen -usted es la luz pura- y la luz es Reiki y usted experimenta la vibración interna de el Dai Ko Myo... Ahora existe solo conciencia del Reiki, por todas partes, sin centro o límite. Todo el esfuerzo, visualización y pensamiento se disuelve y usted se reclina en la presencia clara de Reiki...
- Usted medite en un estado mental sin formas, sin ningún marco de referencia, si ninguna elaboración conceptual, simplemente permita que su mente se apoye en ese estado de (com)unión con Reiki -de ser Reiki- por todo el tiempo que le sea posible...
- Ahora su entorno, este mundo y el resto de las dimensiones que percibe, aparecen perfectos y puros. Cada átomo vibra con alegría y se mantiene unido por el amor. Todo es fresco y significativo, radiante con potencial ilimitado...
- Gradualmente, usted experimenta que su propio cuerpo se condensa mientras se retira la luz -fuera del espacio que llega a ser sustancial una vez más. Es energía y alegría. Algo profundo ha sucedido. Antes, usted ERA su cuerpo y así, vulnerable a la vejez, la enfermedad, la muerte y las pérdidas. Ahora usted TIENE su cuerpo. El cuerpo, la mente y el discurso son herramientas conscientes para beneficiar a otros. Usted entiende que su verdadera esencia es el claro conocimiento de Reiki que hace unos instantes ha experimentado.
- Usted decide mantener esta comprensión en todas las situaciones de la vida y, pensar que la experiencia del conocimiento de Reiki no tiene límites. Genere sentimientos de compasión y gratitud. Con la emoción más sincera del alma, sentida, en sus propias palabras (vocalizando o silenciosamente) dé las gracias y dedique su práctica de Reiki al beneficio de sí mismo y de todos los seres...

Traducido y digitalizado en Enero de 2008
por
Gustavo Durringer
Maestro de Reiki y Documentalista de la
Fundación Sauce

Todos los derechos del material original pertenecen a su autor, James Deacon © 2002.
<http://www.aetw.org>

* La ilustración de portada es propiedad de la Fundación Sauce.