



ЗОЛОТАЯ КНИГА  
ЭЗОТЕРИКИ

СЕРГЕЙ МАТВЕЕВ

# БОЛЬШАЯ КНИГА РЭЙКИ

ИСЦЕЛЕНИЕ: ВСЕ  
СЕКРЕТЫ И ТЕХНИКИ.  
ОБУЧЕНИЕ, НАСТРОЙКА  
НА ЭНЕРГИИ



Издательство  
АСТ  
Москва

УДК 141.1  
ББК 86.42  
М33

*Все права защищены. Никакая часть данной книги  
не может быть воспроизведена в какой бы то ни было  
форме без письменного разрешения владельцев  
авторских прав.*

### **Матвеев, Сергей Александрович.**

М33 Большая книга Рэйки! Исцеление: все секреты и техники. Обучение, настройка на энергии / Сергей Матвеев. — Москва : Издательство АСТ, 2018. — 189 с. : ил. — (Золотая книга эзотерики).

ISBN 978-5-17-106221-7

Автор книги — Сергей Матвеев — философ, лингвист, много лет посвятил изучению различных эзотерических практик, в том числе и рэйки — древнейшему японскому искусству исцеления при помощи рук. Рэйки учит управлять внутренней тонкой энергией, передавать ее другим людям, чтобы исцелять, снимать боль, настраивать организм на здоровье и позитивное восприятие мира. Это очень сильная практика, но она доступна абсолютно всем людям.

Книга Сергея Матвеева — это практический курс рэйки для начинающих. Даны упражнения, конкретные советы по проведению сеанса рэйки для оздоровления и лечения, а также сакральные символы рэйки, которые усиливают течение энергии. Бонус книги — иллюстрации и схемы годового курса рэйки, которые помогут максимально быстро овладеть энергией и направить ее на благо себе и близким.

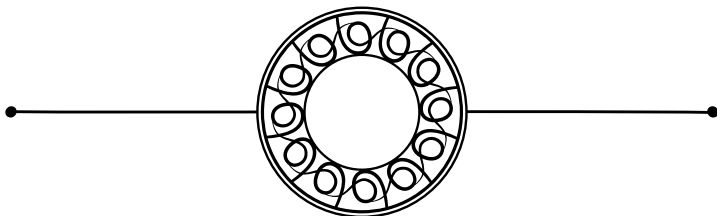
*Данное издание не является учебником по медицине.  
Все лечебные процедуры должны быть согласованы с лечащим врачом.*

Макет подготовлен редакцией



ISBN 978-5-17-106221-7

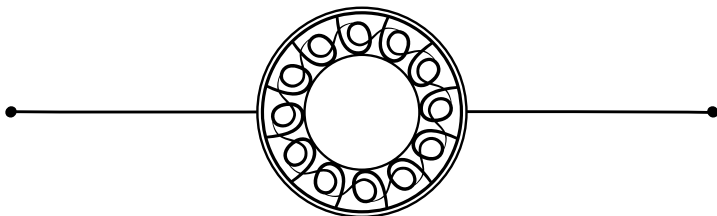
© Матвеев С. А., 2017  
© ООО «Издательство АСТ», 2018



# СОДЕРЖАНИЕ

О чем эта книга .....	5
Что такое рэйки .....	7
Как происходит работа с энергией .....	8
Рэйки — религия или духовное учение? .....	10
История рэйки .....	13
<b>ОСНОВА РЭЙКИ</b> .....	16
Пять принципов рэйки .....	17
Что важно знать, практикуя рэйки .....	21
Какие изменения в организме происходят при практике рэйки .....	23
Энергия рэйки в человеческом теле .....	24
Как почувствовать энергию рэйки .....	26
Передача жизненной энергии .....	28
Упражнение «цветовое дыхание» .....	28
Рэйки и чакры .....	31
<b>ПРАКТИКА РЭЙКИ</b> .....	34
Как проводить сеанс рэйки .....	35
Двенадцать основных положений рук .....	37
Символы рэйки .....	53
Символ силы (Чо-ку-рэй) .....	55

Символ гармонии (Сэй-хеи-ки) .....	57
Символ мастера (Дай-ко-мьо) .....	59
Символ расстояния (Хон-ша-зэ-шо-нен) .....	61
Использование символов в работе .....	62
Иероглифы в рэйки .....	62
Проводим сеанс рэйки .....	69
Настройка на рэйки .....	69
Подготовка к сеансу .....	71
Самоисцеление при помощи рэйки .....	80
Очищение после сеанса .....	103
Работа с больной областью .....	105
Как проводить направленный сеанс .....	106
Годовой недельный цикл .....	108
Как проводить годовой цикл рэйки .....	108
Таблицы для годового цикла рэйки .....	110
Кармическая техника исцеления .....	158
Техника обращения к Высшему существу .....	160
Как сделать сеанс рэйки наиболее эффективным ...	164
Наблюдайте цвета ауры .....	164
Выбор дня проведения сеанса .....	179
Практика рэйки на расстоянии .....	181
Рэйки для лечения животных и влияния на растения .....	183
Медитация на растение .....	84
Как получить наибольшую пользу от рэйки. Дневник рэйки .....	186
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	188
Эффект применения рэйки .....	188



## О ЧЕМ ЭТА КНИГА

**Р**эйки (или рейки) — это энергия, присущая всему живому. Это практика нетрадиционной медицины, которая помогает восстановить силы, здоровье, обрести счастье, мир и покой.

***Рэйки — это скрытая мощь или неиспользованный потенциал; возможность, которой обладает каждый человек для достижения лучшей во всех отношениях жизни. Эта возможность лежит в основе всех не поддающихся объяснению явлений.***

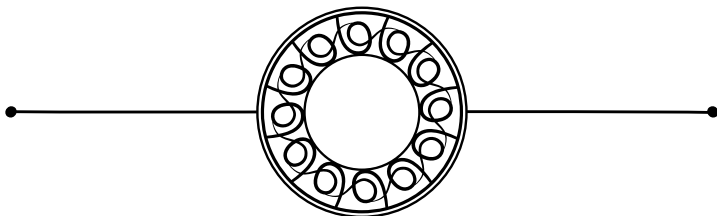


Если кратко описывать практику рэйки, то можно сказать, что это последовательность физических и умственных действий, которые затрагивают тело, ум и дух одновременно. Это могут быть медитации и/или упражнения, пассы с наложением рук, работа с тонкой энергией, текущей сквозь ладони. Комбинация этих действий должна вызывать возбуждение всех систем организма. Энергия гормональной системы объединя-

ется с энергией нервной системы, при этом повышается чувствительность всех систем. Мозг воспринимает эти сигналы и направляет их телу. Возникает целебный эффект. Человек при этом обретает не только здоровье, но и Высшее Знание.

Кому-то покажется, что это фантастика. Западной культуре присуще двойственное восприятие человеческого существа, разделяющее ум и тело. Идея энергии рэйки пока еще несколько непривычна для западной науки. Утверждение, что есть некое космическое основание жизни, называемое энергией рэйки, бросает вызов стройной системе всей западной психологии. Но науке еще предстоит ответить на многие вопросы о структуре сознания, до конца изучить связь тела и мозга. Хотя идея рэйки уже начинает приниматься современной наукой в качестве психосоматической медицины. Рэйки изучают в различных исследовательских институтах по всему миру, среди наиболее известных — Национальный Центр Комплементарной и Альтернативной Медицины США, который финансируется федеральным правительством США.

Эта книга рассказывает читателю о древней мудрости рэйки, знакомит со взглядами на энергию рэйки признанных духовных учителей и учит работать с тонкой энергией. Но чтобы понять, что такое рэйки, недостаточно одних рассуждений и чтения, необходим личный опыт. Только целеустремленная практика поможет вам найти наиболее действенные методы и способы работы с энергией рэйки.



## ЧТО ТАКОЕ РЭЙКИ

**Р**эйки — это японская техника для снятия напряжения и расслабления, также используется и как целительная практика.

Сам термин «рэйки» состоит из двух японских иероглифов: «рэй» и «ки». «Рэй» переводится как «вселенная, дух, душа», «ки» связывается с такими понятиями, как «энергия, разум, настроение». Таким образом, «рэйки» фактически означает «духовно управляемая жизненная энергия».

Согласно представлениям рэйки, невидимая энергия жизни течет через нас и именно благодаря ей мы являемся живыми организмами. Если этой энергии жизни будет недостаточно, то мы, скорее всего, заболеем или начнем чувствовать напряжение, а если уровень насыщенности организма жизненной энергией достаточно высок, то мы счастливы и здоровы.

Воздействие энергии рэйки на человеческое тело связано не только со здоровьем, но и с духовным пробуждением, реализацией в себе божественного начала. Это большое благо, благословение и волшебный дар. Счастье пробуждения внутренней силы становится началом процесса духовной трансформации. Поэтому рэйки можно рассматривать и в чисто психологиче-

ском аспекте, как источник психической или чувственной энергии сверхсознательного.

Занятия рэйки не требуют каких-либо денежных вложений, эта удивительная практика доступна абсолютно всем людям вне зависимости от религии, воспитания, религиозности.

## Как происходит работа с энергией

Во время рэйки-практики целитель (его называют оператор) прикасается ладонями к телу человека, к определенным энергетическим местам, и активизирует энергию.

Жизненную энергию в различных школах могут называть по-разному, она родственна китайской ци, Святому Духу в христианстве, индийской кундалини, пране. Не столь важно название данной энергии — имеют значение лишь практические результаты работы с ней, тем более что к настоящему времени в мире существует множество разновидностей и течений рэйки.

Иногда энергию рэйки считают формой психодуховной энергии. Работа с энергией рэйки была важной частью обучения тибетских буддистов, китайских даосов, некоторых племен американских индейцев, африканских племен. Но конечно, наиболее полно концепция энергия рэйки развита в японской культуре.

Хотя само словосочетание «энергия рэйки» может казаться странным для многих людей, а концепция даже порой труднодостижима для обыденного сознания, фактически, она ближе человеку, чем его собственное сердце. Энергия рэйки ближе, чем дыхание.

В своей бездействующей форме она есть сущность всей жизни. Все целители используют жизненную энергию, но не все это можно считать работой с энергией рэйки.

***Рэйки не может управляться умом, поэтому она не ограничена опытом или практикой. Она не может использоваться во вред, потому что всегда обеспечивает целебный эффект.***

Рэйки — это особый вид жизненной энергии, которая может быть направлена через оператора. Энергия рэйки начинает течь практически сразу, как только оператор установит необходимый контакт с высшей силой. При этом нет никакой необходимости входить в измененное состояние сознания. Многие указывают, что сам процесс «настройки» оператора уже является непосредственным мощнейшим опытом целительства.

Поскольку рэйки управляется Сознанием Бога, эта энергия никогда не может причинять вреда. Она сама «знает», в чем человек нуждается и что следует сделать, чтобы создать нужный эффект.

***Если вас одолевают сомнения по поводу того, стоит ли использовать рэйки или нет, отбросьте их: рэйки принесет пользу всегда.***

Данный процесс носит направленный характер, и энергия рэйки никогда не исчерпывается.

Преимущество рэйки состоит в том, что — так как эта энергия управляется Высшим Разумом,— в результате сеанса устраняются ограничения потока ки. Этот принцип может работать также непосредственно и в тех частях человеческого организма, которые неосознанно содержат в себе отрицательные мысли. При контакте с высшей энергией нездоровые физические органы и ткани начинают должным образом насыщаться ки и принимаются функционировать должным способом, болезнь при этом уходит.

## **Рэйки — религия или духовное учение?**

Чтобы работать с энергией рэйки, необязательно полностью посвящать себя восточным практикам, интересоваться буддизмом или какой-либо иной религией. Хотя энергия рэйки по своей природе является духовной, учение рэйки — не религия. Занимающихся рэйки не просят менять свои религиозные или духовные убеждения, которых они могут придерживаться. Любой человек может пользоваться мудростью духовной науки. Система рэйки предназначена не только для людей, занимающихся восточными методами самореализации типа йоги или практикующими нетрадиционную медицину.

Каждая духовная традиция имеет свой путь передачи трансцендентной мудрости, используя собственную терминологию и символы. Человеческое здоровье трактуется во многих традициях как должным образом сбалансированная физиологическая деятельность, которая согласовывает силу жизни повсюду в теле.

**Врачом, или целителем, по праву может называться тот, кто обладает знанием и умением изменять и исправлять любые несоответствия энергетических потоков в организме.**

Поскольку между биоэнергетическим и духовным опытом существует тесная связь, некоторые современные исследователи трактуют термин «энергия рэйки» как «скрытый резервуар энергии», или «психосоматический центр силы». Опыт рэйки, рассматриваемый с точки зрения личного преобразования, считается путем к просветлению. Если в обществе в одно и то же самое время появится много просветленных и здоровых людей, они смогут преобразовать все общество. Так, опыт энергии рэйки в самом широком смысле является эволюционным: это путь здорового развития для всей человеческой цивилизации.

Таким образом, энергия рэйки представляет радикальную идею, которая восходит к корням важных социальных тенденций, вовлекающих в духовный поиск и духовное пробуждение.

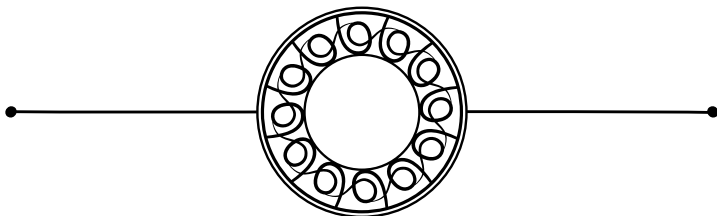
**Сила рэйки связана с множеством аспектов человеческой ментальности: одаренностью, гениальностью, творческим потенциалом, интеллектуальным и артистическим талантами.**

Некоторые ученые пришли к выводу, что концепция энергии рэйки позволяет объяснять многие биологические, физические и социальные загадки. Она — про-

стая, логическая и всесторонняя теория, доступная для эмпирического испытания.

Она существует как бы вне науки и религии, между технологическим материализмом и человеческими стремлениями к более возвышенному состоянию сознания. К идее энергии рэйки вполне применим научный метод исследований.

***Энергия рэйки — ключ к разгадке тайн психологических, психических, мистических и духовных явлений. Рэйки предлагает разгадку самой тайны жизни и демонстрирует возможности человеческой личности.***



## ИСТОРИЯ РЭЙКИ

Совершались неоднократные попытки прояснить историю рэйки, но, к сожалению, большинство из них основывались на мифах и попытках утвердить какой-либо специфический стиль рэйки, а сами исследователи, по большей части, испытывали недостаток в получении точной информации.

Многие люди полагают, что создателем рэйки был Микао Усуи, или Сенсей Усуи, как почтительно обращаются к нему. Это действительно так, однако еще до Усуи и его стиля рэйки в Японии существовали по крайней мере четыре других стиля целительства, весьма схожие с рэйки.

Так, в 1914 году японский врач Матидзи Каваками создал методику целительства, которую он назвал рэйки риохо, и в 1919 году издал книгу, где подробно описывал свою систему. Существовали другие системы рэйки, бытовавшие в Японии: рэйкан тонецу риохо (автор методики — Рэйкаку Ишинуки), сеншинру рэйки риохо (автор методики — Когецу Мацубара) и сейдо рэйшодзюцу (автор методики — Рейсен Ояма). Усуи разработал свой стиль, который назвал Усуи рэйки риохо. Интересно, что Усуи выбрал именно такое название: это указывает, что он знал о других стилях рэйки

риохо и подчеркивал авторство именно своего подхода. Постепенно другие формы рэйки вышли из употребления или остались относительно неизвестными, в то время как Усуи рэйки продолжает развиваться и ныне, обретая все большую популярность.

Можно предположить, что в мире существовало множество систем целительства, использующих идею рэйки, энергия рэйки не начала циркулировать в мире именно при Усуи, она известна с незапамятных времен. Энергия рэйки — это то, что может использовать любой человек, и, конечно, можно сказать, что любая система, которая использует данный вид энергии, может содержать в своем названии слово «рэйки».

### *Рождение рэйки*

*Микао Усуи родился 15 августа 1865 в деревне Таньей в районе Ямагаты префектуры Гифу, которая расположена около современной Нагои, Япония. Мастер Усуи учился в Европе и Америке, потом в Китае. Однако, несмотря на свои удивительные способности, он не всегда имел в жизни успех. Ему пришлось потратить долгие годы на то, чтобы укрепить свое тело и ум и не обращать внимания на трудности.*

*Однажды Усуи поднялся на гору Курама, где предавался аскезе и постился. Внезапно на двадцать первый день он почувствовал прилив энергии рэйки к своей голове, пережил духовное пробуждение и обрел дар целительства. Когда он испробовал его на собственном теле, а потом на членах семьи, это принесло удивительные результаты.*

*После этого Усуи стал стремиться дать эту силу как можно большему числу людей в мире, а не замыкаться на исключительно членах своей семьи. Он переехал в Токио и в апреле 1922 года основал*

*институт, где пропагандировалась система исцеления при помощи рэйки. По своему характеру Усуи был мягким, очень вежливым человеком, однако способным твердо отстаивать свои убеждения. Его тело было большим и крепким, а лицо всегда было лучилось улыбкой. Он был человеком универсальных талантов, а также книголюбом, прекрасно разбиравшемся в истории, философии, медицине, психологии, искусстве предсказаний и физиогномики.*

*В сентябре 1923 года в Токио разгорелся большой пожар, вызванный землетрясением в районе Канто, травмированные и больные люди требовали незамедлительной помощи. Усуи работал каждый день не покладая рук. Едва ли можно точно сказать, сколько людей было спасено от смерти его преданностью, но после этого стены его учебного центра стали малы, чтобы принимать всех посетителей. Поэтому в феврале 1925-го он построил новый дом в Накано и переехал туда. Его учение набирало силу, по всему миру стали появляться центры рэйки. Усуи скончался в возрасте шестидесяти двух лет после тяжелой болезни, во многом спровоцированной напряженной работой, которую он без устали совершал во благо человечества.*

С тех пор учение рэйки стало известно во всем мире: проводятся семинары, организуются конференции и мастер-классы, издается специальная литература. Популярности рэйки способствует ее действенность и удивительная адаптируемость к различным культурам.