

レイキヒーリング

☆レイキとは

世界中で推定 600 万人以上という驚異的な数の実践者が活躍している世界的にも最も人気の高い癒しの技法・自己成長の手法です。もともと、日本で発祥となりましたが、残念ながら日本でそれほど知られていません。

日本人は古来から、『氣』というものを感じ、大切にとらえてきました。

様々な漢字や、熟語でもあるように。

なんとなく嫌な気がする。

人気がある

気分がいい。

いい天気だ。

気持ちいい風だ。

病気になる

元気がでた

春の気配を感じる

空気

気に障る

気が散る

気がめいる 等…

気というのは目には見えないエネルギーです。

なんとなく元気がでないとき、リラックスできないとき等は心身の気の流れやエネルギーバランスが滞っていることが考えられます。これら滞ったエネルギーバランスを調和させることができるのがレイキヒーリングです。

アメリカ国立衛生研究所に設置された国立補完代替医療センター(NCCAM)は、レイキヒーリングを、気功などと共にエナジー療法(エネルギーセラピー)のひとつとして分類しています。米国の大学病院においては補完代替医療のひとつとして医療の現場で採用されており、看護学部のカリキュラムの一環として取り入れられているところもあります。

☆レイキヒーリングの実際

人は、身体のどこかに痛みがあったり、苦しかったりするときには、自然そこに手を持っていくことはないでしょうか。例えば何かショックなことがあった時には胸に手を持っていったり、おなかが痛いときには、おなかをさすったり。おなかをさすっても医学的には良くなるはずもないとわかっていながらも、私たちは自然とそこに手を持っていこうとします。そしてそのことで、皆、癒された経験があるのではないのでしょうか。誰にも備わっている手の癒しの能力に少し意識的になると、身体から手を離しても、気のような波動のような感覚を感じられることができるかもしれません。これは特殊な感覚ではなく、超能力でもありません。本来が誰もが生まれつき持っている能力です。レイキヒーリングにおいて、セラピストは、この手の感覚を使い、クライアントの身体の問題のある場所、エネルギーの停滞している所を探しあてることができます。セラピストはチャクラと言われる身体のエネルギーセンターに手を当て自然な癒しの力がそこに働くようにします。そうして、エネルギーの通りが悪かったところ、滞っていたところ、つまっていたところにエネルギーが流れ、温かくような感じがしたり、軽く感じがするのを体験することがあります。

☆レイキヒーリングの効果

- ・慢性的な疲労感が取れ体調が良くなった。
- ・心身のリラクセスができ、不眠が改善した。
- ・感情ストレスが軽減し、穏やかに過ごすことができている
- ・いろいろなことへの意欲が向上してきた
- ・慢性的な腰痛が軽減した 等…

☆レイキヒーリングの注意☆

宗教の手当療法とは異なります。

医学的治療や診断行為ではありません。ヒーリング・リラクゼーションツールです。

☆レイキのセラピスト（レイキヒーラー）はどうしてそのようなヒーリングができるのか？

レイキによるヒーリング能力は前述したように本来が誰もが生まれつき持っている能力です。ただ、使い方を知らず眠らせてしまっています。レイキティーチャーと呼ばれる方によって、それらの能力と波長を合わせ、かつヒーリング方法を伝授していただいているため、ヒーリング能力が格段に上がっております。