

«Лиза Кэмпион — мастер своего дела. Этой гениальной книгой она совершила настоящий прорыв. “Искусство экстрасенсорной практики рэйки” написана для целителей всего мира, чтобы они могли заявить о себе и озарить нас своим поистине волшебным светом».

— **Келли Салливан Уолден**, специалист толкования снов,
автор бестселлера *«It's All in Your Dreams»*

«В этой книге говорится о том, что наше энергетическое тело так же реально, как и физическое. Мы все больше узнаем про то, что скрывается у нас внутри и насколько это важно. Чем глубже наши познания, тем сильнее мы нуждаемся в новом поколении целителей, которые смогут врачевать наши скрытые недуги. В своей работе Лиза Кэмпион подробно описывает экстрасенсорную практику рэйки и учит людей применять ее по отношению к себе и окружающим».

— **Джейкоб Нордби**, автор книги *«Blessed Are the Weird»*

«В книге “Искусство экстрасенсорной практики рэйки” Лиза Кэмпион доходчиво объясняет, насколько важную роль экстрасенсы и эмпаты играют в системе рэйки. Эта книга написана для тех, кто хочет как можно глубже погрузиться в тему».

— **Франс Стъене**, автор книг *«The Inner Heart of Reiki»*
и *«Reiki Insights»*

«В книге “Искусство экстрасенсорной практики рэйки” сказано, что, изучая эту духовную практику, мы открываемся себе, окружающим нас людям и всему миру еще больше».

— **Рашми Хильнани**, автор руководства для практиков
(мастеров) рэйки *«The Divine Mother Speaks»*

«Я, как один из наставников Лизы Кэмпиион в изучении практики рэйки, хочу сказать, что ее помощь тем, кто открыл в себе дар духовного исцеления, бесценна. “Искусство экстрасенсорной практики рэйки” — обязательна к прочтению для всех, кто изучает рэйки или хочет усовершенствовать свои знания об этой практике».

— Шарон Уилси, автор книг «Horse Speak» и «Horses in Translation»

«Практику рэйки можно использовать не только для исцеления. Она также способствует развитию интуиции и экстрасенсорных способностей; позволяет лучше разобраться в том, кто такие эмпапы; дает советы по укреплению собственного здоровья и восполнению энергии; рассказывает о том, как работать с ангелами/проводниками/природой/духами, и многое другое. Лиза знакомит нас с более полной концепцией рэйки, по сравнению с теми, что были представлены ранее. Одна только часть, где описывается разница между экстрасенсорными способностями и интуицией, стоит всей этой книги! Значимость и масштаб “Искусства экстрасенсорной практики рэйки” поражают. Это настоящее сокровище!»

— Ф. М. Х. Этвотер, исследователь духовных трансформаций и состояний, граничащих со смертью; автор книг «The Big Book of Near-Death Experiences», «Near-Death Experiences», «Dying to Know You», «Future Memory», и «A Manual for Developing Humans»

«Я занимаюсь обучением экстрасенсов, людей, обладающих развитой интуицией, и энергетических целителей с 2006 года. Наиболее распространенные практики интуитивного исцеления предлагают сочетать интуитивную диагностику с энергетическим исцелением. В своей книге “Искусство экстрасенсорной практики рэйки” Лиза Кэмпиион опирается именно на это мощное слияние».

— Слейд Роберсон, создатель подкаста «Shift Your Spirits»

Содержание

Предисловие.....	9
Вступление.....	13
Духовное раскрытие, духовный рост	13
Рэйки и духовное развитие	15
Рэйки и исцеление	16
Рэйки и интуиция.....	16
Эмпатия, экстрасенсорные способности и интуиция	17
Что значит быть целителем?.....	21
Для кого написана эта книга?.....	24
Чему вы научитесь?.....	25
ГЛАВА 1. Основы рэйки	29
Что такое рэйки?	30
Рэйки и самоисцеление	32
Является ли рэйки религией?.....	32
Что может рэйки?	33
Кто может изучать эту технику?.....	34
Возникновение и распространение рэйки.....	34
Три уровня рэйки.....	38
Рэйки наполняет энергией	41
Рэйки исцеляет через любовь и энергию жизненной силы.....	42
Рэйки действует там, где это необходимо.....	44
Вывод	44

ГЛАВА 2. Осознание и пробуждение экстрасенсорных способностей	47
Интуиция или экстрасенсорная проницательность	49
Заблуждения об экстрасенсорных способностях ...	51
Научитесь доверять себе	52
Будьте внимательны и слушайте	53
Действуйте согласно своему озарению.....	54
Развивайте свои экстрасенсорные способности безопасно.....	56
Экстрасенсорные чувства	60
Практика развития и использования ваших экстрасенсорных способностей	73
Вывод	78
 ГЛАВА 3. Ваше энергетическое тело	 81
Аура и ее основы	82
Основные сведения о чакрах	100
Вывод	110
 ГЛАВА 4. Управление энергией.....	 113
Принятие своих способностей	117
Эмпат и его энергия	125
Основные практики заземления.....	131
Практика очищения.....	137
Восполнение	140
Вывод	142

ГЛАВА 5. Первый уровень рэйки	145
Настройка рэйки первого уровня	145
Эффективность настройки	148
Практика техники рэйки после получения настройки первого уровня	150
Практика самоисцеления на первом уровне рэйки	152
Позиции рук для рэйки первого уровня	160
Принципы передачи энергии рэйки	165
Ощущение энергии во время сеанса рэйки	169
Базовый сеанс рэйки первого уровня	172
Первый уровень рэйки для детей и подростков ...	182
Вывод	190
 ГЛАВА 6. Второй уровень рэйки	 193
Символы рэйки второго уровня	195
Изучение и использование символов	203
Практика исцеления рэйки второго уровня	205
Ваше пространство для исцеления	221
Как выбрать стол рэйки	223
Ведение приема	224
Согласуйте с пациентом каждое прикосновение	225
Рекомендации по планированию и проведению сеанса	227
Как справиться с эмоциональным высвобождением	228

Используйте предчувствие	233
Делитесь своим экстрасенсорным озарением	235
Знайте свои пределы	236
Работайте над собой	237
Исцеление на расстоянии	238
Вывод	244
ГЛАВА 7. Безопасное развитие экстрасенсорных способностей и работа с проводниками рэйки	247
Основы экстрасенсорной защиты	251
Работа с проводниками рэйки	261
Вывод	281
ЭПИЛОГ. Третий уровень рэйки	283
ПРИЛОЖЕНИЕ. Шарон Уилси	291
Рэйки для животных	291
Как исцелять животных при помощи техники рэйки	297
Слова благодарности от автора	301
Об авторе	302

Предисловие

Лизе Кэмптон удалось установить прочную связь между обучением практике рэйки и развитием интуиции и экстрасенсорных способностей. Людям, которые занимаются этой целевой системой, открывается их собственный духовный мир, и неподготовленного человека это может сбить с толку. Лиза объединила эти два аспекта, чтобы помочь тем, кто стоит на пути рэйки, полностью раскрыть свой потенциал.

Я работаю с Лизой больше двенадцати лет. Она отличный преподаватель в моем Институте энергетической медицины. До нашей встречи Лиза обучала людей технике рэйки, вела курсы духовного развития и руководила оздоровительным комплексом. В Институте энергетической медицины ее полюбили за умение сопереживать студентам и сотрудникам. Она первоклассный наставник, который способен донести до своих учеников любую, даже самую сложную мысль.

Зачастую в книгах и на курсах рэйки отсутствует связь между самой практикой и развитием интуитивных и экстрасенсорных способностей. Несмотря на всю очевидность, осознание этой связи порой может шокировать учеников. Вместе с осознанностью приходит и большая ответственность. Будучи настоящим мастером в этой области, Лиза помогла тысячам

людей развить свою интуицию естественным и безопасным способом.

Если вы любите рэйки и хотите перейти на новый уровень целительства, значит, вы выбрали правильную книгу. Большой опыт Лизы как учителя, врачевателя, экстрасенса и писателя сделают ваше погружение в практику более осозанным. Эта книга изменит вашу жизнь.

— **Рис Томас**, руководитель Института энергетической медицины, автор книги «*Discover Your Purpose*»

Введение

Почему рэйки — экстрасенсорная практика?

Рэйки — один из самых простых и интуитивно понятных видов энергетического целительства. Освоить эту несложную, но очень действенную японскую технику врачевания способен каждый. Если вы впервые слышите о ней, то ознакомьтесь с основами вы сможете, прочитав первую главу этой книги. Изучая рэйки, вы раскроете свою чувствительность и экстрасенсорные способности. Тот, кто уже обладает развитой интуицией и умеет улавливать эмоции других, сможет усовершенствовать эти навыки. Зачастую люди, чья сверхчувствительность раскрывается в процессе обучения, чувствуют себя потерянными, напуганными и сбитыми с толку происходящим. Иногда это приводит к прекращению практики. К сожалению, это очень большая потеря, потому что глубоко чувствительные люди почти всегда являются одаренными целителями и мир нуждается в каждом из них.

Я начала использовать свои экстрасенсорные способности более тридцати лет назад, тогда мне было около двадцати. Во время сеансов, проводимых на столе рэйки¹, я стала

¹ Специальный массажный стол, который используют практикующие рэйки. — Здесь и далее примеч. ред.

Предисловие

работать с энергией человека, и для меня это было абсолютно естественно. После долгого времени преподавания я поняла, что во время занятий чувствительность моих учеников раскрывалась и многие из них нуждались в экстрасенсорной практике. Тогда я начала обучать людей именно этому. Традиционное освоение техники рэйки и развитие экстрасенсорных способностей — это идеальное сочетание.

Мой подход к преподаванию основан на личном опыте. Очень надеюсь, что он окажется полезным. Я сама предпочитаю обучаться у разных наставников, поэтому глубоко уважаю знания, которые вы получили ранее. Спасибо, что сделали меня частью своего путешествия в мир рэйки.

В этой книге вы найдете множество медитаций и упражнений, которые помогут вам более наглядно изучить описанные принципы и продолжить развивать свое понимание практики рэйки.

Вступление

Последние двадцать лет своей жизни я посвятила обучению технике рэйки и заметила, что мои ученики обладают врожденными экстрасенсорными способностями, а большинство из них являются настоящими эмпатами. В этом есть закономерность, поскольку такие люди, как правило, не просто тянутся к врачеванию, а имеют настоящий природный талант. Выявление и развитие эмпатии и экстрасенсорных способностей должно быть неотъемлемой частью обучения технике рэйки, потому что это мощные инструменты целителя. Если вы уже являетесь сверхчувствительным человеком, то изучение этой практики поможет вам раскрыться еще быстрее.

Экстрасенсорные способности наряду с навыками целительства — это продукты духовного роста, а рэйки — это его путь, и изучение этой техники исцеляет, объединяет и помогает реализовать все наши возможности.

ДУХОВНОЕ РАСКРЫТИЕ. ДУХОВНЫЙ РОСТ

Несколько лет назад мне позвонила одна из моих учениц, Донна. По ее интонации было件нятно, что она паниковала: «С тех пор как я прошла ваш курс рэйки, я начала слышать

голоса по ночам. Будто кто-то стоит над моей кроватью и молится. Я могу поклясться, что это моя бабушка, но она умерла несколько лет назад!»

Неудивительно, почему она растерялась и подумала, что сходит с ума. Изучая технику рэйки, Донна слишком быстро раскрыла свои экстрасенсорные способности. Однако она ничего не знала о том, как их контролировать, и даже не могла понять, что с ней происходило. Открытия подобного рода могут выглядеть пугающе, особенно когда они случаются внезапно. Если вы обладаете скрытыми экстрасенсорными способностями, то изучение рэйки поможет очень быстро их выявить. Это действительно может ввести в замешательство и даже вызвать панику, что и произошло с Донной.

Люди, практикующие рэйки, могут следующее:

- видеть цветное свечение вокруг своих пациентов во время сеанса;
- понимать физические и эмоциональные ощущения человека;
- улавливать сильные волнения энергетического поля, чувств, чакр и ауры людей (далее мы подробно рассмотрим эти концепции);
- находить блоки, боли, застоявшиеся эмоции и другие проблемы пациента;
- точно определять, что происходит в организме человека;

- **устанавливать связь с проводниками рэйки и ангелами (далее мы расскажем об этом подробнее);**
- **общаться с душами усопших во время сеанса.**

Эти способности могут быть очень полезны в процессе исцеления, если вы будете отдавать себе отчет в происходящем. Если же вы не понимаете, что все это значит, то они покажутся вам странными и пугающими.

Донна научилась всему, чему я собираюсь научить вас в этой книге. Она смогла применить свои экстрасенсорные способности в жизни, а также в практике рэйки. Сейчас она востребованный практикующий врач. Когда Донна занимается целительством, она знает, что ее бабушка находится рядом, молится и защищает ее. Это успокаивает Донну. Она узнала, как себя вести, вступая в контакт с духовным проводником. Если бы она испугалась и окончательно решила отказаться от своих способностей, это была бы очень большая потеря для нее самой и всего мира.

РЭЙКИ И ДУХОВНОЕ РАЗВИТИЕ

Рэйки обладает прекрасной способностью открывать двери в большой мир. Изучив базовый уровень, многие люди впервые начинают чувствовать чужую энергию. Во время сеанса ваши руки становятся очень теплыми, практически горячими, и, прикасаясь к человеку, вы буквально рассеиваете его сомнения. Каждый может прочувствовать на себе, как движется энергия рэйки. Ощущение тепла и покалывания становится доказательством того, что она осязаема. Испытав это, мы задаемся

вопросом: «А что еще может быть реальным с духовной точки зрения?»

РЭЙКИ И ИСЦЕЛЕНИЕ

Практикуя рэйки, вы одновременно начнете процесс глубокого самоисцеления. Ведь эта техника лечит не только на физическом, но и на эмоциональном и духовном уровнях. Из-за своей доступности рэйки хорошо подходит всем, кто изучает врачевание. В этом и заключается одно из чудес этой техники — освоить ее может абсолютно каждый человек. Обучиться искусству рэйки первого уровня можно всего за несколько часов, и вы сразу же получите доступ к мощному способу исцеления.

РЭЙКИ И ИНТУИЦИЯ

Рэйки — это, прежде всего, интуитивный метод лечения. Лучшие практики этой техники позволяют собственной сверхчувствительности руководить сеансом. Чем больше вы будете заниматься рэйки, тем сильнее будут становиться ваши способности.

На мой взгляд, изучение и использование этой целительной практики — один из лучших способов развития интуиции. Настройки рэйки меняют энергетическое поле, что, в свою очередь, способствует духовному развитию. Изучая эту технику, вы сможете заземлиться и укрепить свое энергетическое поле. Всем эмпатам я настоятельно рекомендую изучать рэйки, чтобы, в первую очередь, поддержать и укрепить себя, даже если вы не собираетесь заниматься практикой исцеления.

ЭМПАТИЯ, ЭКСТРАСЕНСОРНЫЕ СПОСОБНОСТИ И ИНТУИЦИЯ

Что означают эти понятия: экстрасенсорный, эмпатический и интуитивный? Звучит как начало анекдота: «Как-то раз заходят в бар экстрасенс, эмпат и интуит...» Существует немало врачевателей, которые одарены этими тремя способностями одновременно. Такие люди обладают сильнейшими целительскими навыками.

ЭМПАТИЯ

Эмпаты эмоционально и физически чувствительны к другим людям. Они, словно губки, впитывают то, что ощущают и переживают окружающие. К тому же им свойственно испытывать все эти чувства на себе. Умение сопереживать — неотъемлемое качество любого целителя.






Существует два типа эмпатии. *Физическая эмпатия* проявляется, когда вы прикасаетесь к человеку или просто находитесь с ним в физической близости и чувствуете то же, что и он. Если у него болит голова, то и вы почувствуете то же самое. *Эмоциональная эмпатия* возникает, когда вы улавливаете чужие чувства. Если вы просто сидите рядом с кем-то и вас вдруг начинают переполнять эмоции этого человека, то, вероятнее всего, вы являетесь эмоциональным эмпатом. Физическая близость делает эти чувства сильнее.

Любому эмпату прежде всего необходимо научиться управлять собственной энергией. Можно сказать, что эмпатия — идеальный инструмент для целителя. Это как иметь встроенный прибор для диагностики — собственный внутренний МРТ или рентгеновский аппарат.

ПРИЗНАКИ ЭМПАТИИ

Эмпаты обладают определенным набором качеств, которые отличают их от других людей.

Если вы являетесь эмпатом, то, имея полную картину происходящего с вами, вы сможете разобраться в проблемах, с которыми сталкиваетесь.

-  Эмпаты испытывают не только собственные переживания, но и воспринимают чувства окружающих. Иногда им сложно понять, какие из ощущений принадлежат им, а какие — другим людям.
-  Часто чувствуют тревогу и переживают депрессию, а также склонны к зависимостям.
-  В детстве эмпаты бывают очень восприимчивы к эмоциям других людей, легко настраиваясь на происходящее, например, в их семье.
-  У эмпатов есть проблемы с личными границами и умением сказать нет. Люди могут использовать их в корыстных целях.
-  Не любят скопления людей и зачастую бывают интровертами. Они ощущают дискомфорт в людных местах, таких как кинотеатры, торговые центры, аэропорты или больницы.
-  Чувствительны к другим людям, а также к еде и окружающей среде.

- ❁ Им хорошо в одиночестве, на природе или среди животных, но не среди людей.
- ❁ Существуют определенные проблемы со здоровьем, к которым чаще всего склонны эмпаты. Например, это аутоиммунные расстройства и фибромиалгия.
- ❁ Все эмпаты обладают экстрасенсорными способностями и развитой интуицией. Они могут чувствовать присутствие духов.
- ❁ Энергетическое поле эмпата довольно слабое. Это может приводить к усталости, эмоциональной перегрузке и проблемам со здоровьем в целом.

Если вы обнаружили у себя большинство этих признаков, вы являетесь эмпатом!

ЭКСТРАСЕНСОРНЫЕ СПОСОБНОСТИ И ИНТУИЦИЯ

Экстрасенсорные способности помогают нам получать информацию за пределами собственной системы. Например, от умершего родственника или ангелов. Экстрасенсы способны подключаться к своему духовному проводнику и получать сообщения из другой реальности. Навыки такого рода можно развивать и укреплять по мере приобретения опыта.

Интуиция – это часть экстрасенсорных способностей. Она состоит из наших внутренних знаний и мудрости. Мы часто имеем плохое или хорошее предчувствие по тому или иному поводу или попросту знаем, что должно что-то произойти. Это и есть интуиция.





Каждый человек обладает интуицией, а многие из нас – и экстрасенсорными способностями. Эти навыки можно развить, если чаще обращать на них внимание и научиться их использовать. Имея сильные скрытые способности, не стоит забывать о необходимости их усиливать.

Почти все практики рэйки могут получать указания к действию прямо в процессе сеанса. Интуиция открывает им доступ к чувствам, которые испытывает пациент. Она указывает туда, где у него находятся эмоциональные и энергетические блоки. Благодаря своим способностям, вы сможете узнать то, что в данный момент происходит в организме человека. Однако для того, чтобы научиться расшифровывать информацию, полученную из энергетического поля пациента, от своих духовных проводников и от собственных чувств, вам потребуется практика. В седьмой главе нашей книги мы разберем эти вопросы более подробно.

ЧЕТЫРЕ СЛОЖНЫХ АСПЕКТА РАЗВИТИЯ ЭКСТРАСЕНСОРНЫХ И ИНТУИТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Научив тысячи людей развивать свои экстрасенсорные способности, я постаралась минимизировать распространенные ошибки. Эти на первый взгляд несложные правила потребуют определенного опыта, чтобы внедрить их в свою жизнь.

Итак, вам необходимо:

-  избавиться от неправильных представлений об экстрасенсорном озарении;
-  начать доверять собственной интуиции;
-  быть внимательным и научиться слышать;
-  действовать согласно интуиции.

По мере работы над развитием экстрасенсорных навыков вы научитесь справляться с этими сложностями. Со временем вы будете чувствовать себя комфортно со своими сверхспособностями.

ЧТО ЗНАЧИТ БЫТЬ ЦЕЛИТЕЛЕМ?

Существует огромное количество вариантов концепции исцеления, поэтому довольно сложно дать этому одно простое определение. Занятие частной практикой и работа с пациентами — первое, что приходит на ум, когда речь заходит о целительстве.

Попробуем расширить понятие «целитель», включив в него, например, тех, кто ухаживает за больным. Я знала людей, которые были домохозяйками, медсестрами, массажистами, парикмахерами, официантами, врачами, терапевтами, священниками и учителями — и это лишь некоторые профессии, встречающиеся среди целителей. Иногда одаренные люди могут не подозревать о своих способностях и не использовать их по назначению.

Одна из моих учениц — блестящий целитель, она обладает сильным архетипом матери. У нее четверо детей, и она ежедневно практикует с ними рэйки. Помимо этого, она принимает у себя детей со всего района. К ней обращаются те, кто нуждается в любви и заботе, и с каждым она проводит сеанс рэйки. Также она работает с соседями, близкими людьми и даже с соседскими домашними животными. Друзья называют ее «деревенской ведьмой». Быть целителем — это ее путь.

Другая ученица — вице-президент по управлению персоналом в крупной компании. Штаб-квартира огромной корпорации — это, на первый взгляд, не совсем подходящее место для работы целителя. Но Рене практикует там каждый день. Она работает даже с теми, кому не совсем удобно обращаться за помощью такого рода, но, тем не менее, они получают именно то, что им нужно. Ежемесячно Рене приглашает в офис практиков рэйки, устраивает для сотрудников сеансы массажа и рефлексотерапии.

Жан-Поль — также один из моих учеников — прекрасный мужчина из Барбадоса. Мы встретились в доме престарелых, где он работал, а я занималась волонтерством и практиковала