ASOCIACIÓN DE SERVICIO REIKI

www.servicioreiki.org

Boletín de noticias

Otoño 2015

25 de septiembre 2015

INDICE

- **Abriendo los ojos… Abriendo el corazón… …Abriendo el Alma.** **pag. 2**
- **Talleres Chakras: El camino del Despertar…** **pag. 5**
- **Desde Soria con Amor** **pag. 7**
- **Vacaciones hasta de Reiki** **pag. 8**
- **Si amas algo…** **pag. 9**
- **Los muros del Alma** **pag.12**
- **Sutra: Despierto para siempre** **pag.13**

- **Secciones fijas:**
- **Meditación** **pag.14**
- **En un rincón de nuestra biblioteca** **pag.16**
- **Susurros de Luz** **pag.17**
- **Citas** **pag.18**

- **Saludos** **pag.19**

Abriendo los ojos… Abriendo el corazón… Abriendo el Alma…

Querida familia ASR,

Es difícil escribir en estos tiempos tan convulsos, donde la Humanidad se enfrenta a sus propios despropósitos (véanse guerras fratricidas, cierre de fronteras de los que huyen de la muerte, economías despiadadas; desplazados y refugiados, inmigración, sexismo, crímenes, corrupción y un sin fin más de perversiones que parecen no tener límites…). Pareciera, que con todo este panorama tan desolador, la esperanza y la confianza en el ser humano…, se desvaneciera y estuviésemos abocados irremisiblemente a la autodestrucción y/o involución.

¿Cómo hablar de amor, conciencia, Reiki, esperanza y sobre todo de "Somos UNO"? Aunque parezca paradójico y un aferrarse a un idealismo, que parece, se sale de la realidad, de la que todos los medios se hacen eco,…, es justo el único contrapunto a toda esta aberración… Los hechos que salen de la bondad humana, (que nunca son pregonados a los cuatro vientos), los gestos sencillos de nuestras vidas, que muestran ternura, compasión y bondad, son el cimiento de un nuevo paradigma. Vosotros diréis (con razón) que estos gestos y estos hechos, se dieron siempre en la historia trágico-cómica de la humanidad…, pero nunca antes la masa crítica de la conciencia colectiva había estado tan despierta.

Las mentiras, la información (manipulada si queréis) y toda esa lista deprimente de incongruencias que expuse al inicio, sale a la luz, y nos llega…, aunque a veces también nos desborda, nos paraliza y nos acostumbra a un mensaje, muy bien pensado por maquiavélicas mentes. ¡¡¡Qué mal está el mundo!!! ¡¡¡No podemos hacer nada!!! El mensaje es "IMPOTENCIA", no te muevas mucho y que no nos toque a nosotros, saquemos la pena y lloremos en casa, porque esto nos supera. Yo no puedo hacer nada, soy muy poca cosa contra el mundo y el sistema…etc.

¿Quién de vosotros no lo ha pensado y sentido alguna vez? Si somos honestos (empezando por mí mismo), las más de las veces nos situamos en ese estrato paralizante de la conciencia.

Pero si queremos que las cosas cambien,…, lo primero es tomar conciencia de ello. Salir de la zona de confort implica abrir los ojos y el corazón. Los ojos se están abriendo sí o sí, ante la realidad que cada día nos muestran los medios de desinformación, pero el corazón (que es lo que desearía acariciaros en este artículo) sólo lo podemos abrir nosotros. Abrir el corazón es permitirse el ejercicio sano de la empatía, abrir el corazón no tiene nada que ver con el sentir pena…pobrecitos…, abrir el corazón, es dejar de ver al otro como un enemigo, como un extraño, abrir el corazón es romper todas las barreras que nos separan y confrontan con los demás. Abrir el corazón es aceptar al otro tal cual es, piense, sienta, sexualice, hable y actúe…, como le dé la gana.

Abrir el corazón es saber y sentir, que todo lo que vemos fuera de nosotros, está en nosotros. Si veo violencia ¿Cuál es la violencia que hay en mí? Si veo corrupción ¿cómo estoy yo de corrupto? Si veo fronteras cerradas a las víctimas de una guerra ¿Cuáles son mis fronteras cerradas? … ¿Entendéis por dónde voy?

Ya sé que ninguno de vosotros@s sois la causa y origen de todo este pandemonio que acontece en nuestro mundo y nadie dice lo contrario… pero síííí, apelo al sentido de la autocrítica amorosa a uno mismo. ¿Qué parte mía, colabora, sosteniendo en mí y en el mundo esa realidad que tanto nos duele? ¿Qué parte de mi sostiene la confrontación, la separación y división entre “Yo y los demás”?

Abrir el corazón, es el segundo paso, pues hay otro… al que sólo se puede acceder desde el corazón ¿Adivináis cuál? … ABRIR EL ALMA.

Abrir el alma, nos empuja a la acción, a la superación de miedos, al compromiso… Abrir el alma es entrar en la esencia del “AMOR INCONDICIONAL”, donde deja de ser una expresión y pasa a ser una realidad vivida. El amor incondicional no conoce fronteras, no separa si no que une, no mata, si no que respeta y acepta al otro como una expresión divina…

Por ello, la propuesta que propongo a la familia ASR, es hacer este ejercicio de apertura de conciencia y de salto evolutivo. Mandar Reiki, amor y compasión, no sólo a las víctimas de este mundo tan caótico, si no a los perpetradores del dolor, a los macarras de la moral, a los dictadores, a los jefes de gobiernos, a los que se enriquecen sistemáticamente con este estatus quo al que nos están acostumbrando y con el que nos están anestesiando.

Mandar luz y amor a los que hoy por hoy, pareciera que están en la oscuridad. Mandarles amor y agradecerles su expresión divina, pues nos ha permitido llegar a este punto del despertar; decidles también que ya no hace falta que sigan en ese papel de esta tremenda obra de teatro, en las que tantas almas están involucradas,…, decidles que ya hemos comprendido la lección, que no necesitamos aprender más a través del dolor, mostradles que ya estamos tan despiertos, que podemos aprender las lecciones de la vida…desde el amor, desde el compartir, desde la unidad, desde la alegría, desde el gozo.

Esto si es un nuevo paradigma…, no más guillotinas y genocidios para hacer una revolución, no más abusos y egoísmos para salvar un sillón, una nómina, un privilegio o un trozo de pan, no más cruzadas contra el que es diferente…, no más violencia (del tipo que sea) apelada y azuzada por el miedo a perder…

Haced esto y os garantizo un gran salto en vuestro vivir, sentir y amar…, por supuesto esto que propongo necesita, compromiso, esfuerzo (no siempre es fácil) y voluntad. Si hacemos esto…la masa crítica de la humanidad despierta, aumentará, si hacemos esto nos convertiremos en el propósito vivo, encarnado y sanador que promulgamos en nuestra amada asociación de REIKI. Si, hacemos esto, seremos luces en un mundo que parece tan oscuro. Si hacemos esto uniremos el cielo y la tierra de verdad.

Si hacemos esto, dejamos de ser maestros de Reiki y pasamos a ser el propio Reiki.

Esto si es una revolución y cambio de paradigma, esto es verdadera evolución…

Un abrazo familia, mucho Reiki para todos

Fernando Lucena, maestro ASR.

TALLERES CHAKRAS:

El camino del Despertar (El viaje del Héroe).

Dice un poema: La vida es un sueño y los sueños, sueños son…. No es mío, es de Calderón de la Barca. Sin embargo, yo he vivido un sueño maravilloso gracias a este taller: Camino del Despertar (Viaje del Héroe). Sumando el privilegio de haber sido uno de los elegidos como portavoz del mismo para intentar canalizar mi vivencia a todos vosotros.

Permitidme que antes de presentarme lance un dardo de orgullo. Orgullo de haber sido el único hombre que ha realizado este curso rodeado de 20 maravillosas compañeras y sobre todo grandes personas. Espero inquietar con ello a tantos hombres, lectores hoy de este escrito, a participar en próximos proyectos. Ha sido un curso lleno de experiencias íntimas, rico en valores, grande en vivencias de amistad, que me han hecho sentir arropado e integrado o más bien mimado.

Estimados todos, soy JuanMa, para el que no me conozca Juan Manuel Rodríguez Ramírez maestro de la Asociación Servicio Reiki. Érase un día cuando Mercedes Lerena, me invitó a participar en este Taller. Al principio no tuve la inquietud por participar, si bien con el trascurso de los días, algo dentro de mí me animó a realizarlo, sentí la inquietud de aprender y supe que saldría enriquecido con la experiencia. Hoy doy Gracias por ello. Mercedes, gracias, mujer grande de corazón, excepcional maestra, y totalmente volcada en la enseñanza incondicional de este taller.

Ciudad Real, la ciudad elegida, bonita, histórica. Agradecido a la organizadora del curso, MariCopos, que ha sido la proveedora de una sala preciosa mezclada con una amplia y variada alimentación a gusto de cada participante. Aunque para mí lo más importante ha sido la convivencia mantenida durante esos ratos de descanso, la comunicación y la fluidez de charlas entre nosotros. El entusiasmo de amor que en esos momentos se compartía.

Han sido 7 talleres impartidos entre febrero y agosto, en los cuales nos han ido enseñado a formarnos como Héroes. Hoy puedo decir que hemos finalizado el curso como verdaderos Guerreras-Guerrero en el amor. Una frase que lo pueda definir: “NO IMAGINAS CUANTO AMOR ME LLEVO”.

Ha sido abrazos compartidos, con ellos he aprendido como un abrazo puede trasformar un sentimiento de tristeza en un sentimiento de alegría y de amor. Ese cúmulo de emociones trasportó mi energía en beneficio físico y mental. Ha crecido una gran sensación de gratitud y de abundancia dentro de mí.

He sido un héroe en grandeza, héroe en sencillez, héroe en humildad, héroe en conquistarme a mí mismo. Un taller destinados a formar dentro de nosotros mismos un Héroe, un guerreo. Sentir el Amor Incondicional ante los Héroes del camino de Chakras haciéndome sentir un auténtico Guerrero.

Agradecer a todo el grupo de héroes y a Mercedes su sentimiento de integración en el grupo sin reparos ni problemas y compartir las emociones vividas sin vergüenzas aprovechando cada minuto y segundo.
El último taller de Chakras y con la técnica de regresión guiado por Mercedes, pude revivir una experiencia vivida en años muy tempranos de mi vida, quizás 3 o 4 años, que me mantenía emocionalmente bloqueado en el pasado. Por lo que sufría cierto resentimiento sin yo poder interpretarlo hasta ahora, gracias a la experta mano de nuestra maestra esta emoción pude liberarla y pude sentir un gran amor por mí mismo.

Con todo esto manifiesto que ha sido tan enriquecedor y gratificante mi participación en este taller que han conseguido el Héroe en mí que el curso pretendía. He conocido a personas maravillosas con las que seguiré manteniendo siempre una relación especial. Porque fue maravilloso lo que allí vivimos todos juntos. Gracias a los héroes y aquellas personas que aunque apenas he visto, me refiero al personal que nos atendía en las comidas, que nos han estado atendiendo con mucho esmero, cuidado y tratado con amor.

Juan Manuel Rodríguez, maestro ASR.

Recientemente hemos realizado en Ciudad Real el taller impartido por Mercedes Lerena para nuestros maestros y alumnos de la ASR. Y aquí os presento algunas de las opiniones sobre dicho taller por algunos de los componentes del grupo que asistimos a él. Les pedí que me dijeran lo que les ha aportado el taller y lo que les ha aportado el grupo a cada uno, y por supuesto su opinión sobre Mercedes.

Porque creo que hemos crecido juntos como personas y como grupo, aquí están sus palabras :"Hemos crecido cada uno desde el sitio donde estábamos, sin diferencias entre maestros y alumnos...como compañeros". "Hemos vivido todos la Sombra de todos y eso nos ha ayudado a descubrirnos, crecer y vencer miedos e inseguridades; a comprender nuestras emociones, a valorarnos y descubrir valores nuevos". "Nos ha dado Luz para ver en nosotros lo que no queríamos ver, nos ha quitado vergüenzas, nos ha hecho saber en lo que tenemos que seguir trabajando y nos ha dado seguridad...confianza..alegría para ello ".

En el grupo "nos hemos sentido queridos y respetados por todos en todo momento porque hemos compartido dolor rabia, risas, alegría...y hemos querido y respetado a la vez como auténticos Guerreros. Hemos sufrido un divorcio, la pérdida de un ser querido y un aborto; el grupo ha sido un apoyo incondicional". “En definitiva, hemos sentido la Unidad que somos, y todo esto ha sido gracias a la "fuerza de una buena guía enérgica, guerrera, líder, inquieta, luchadora y amorosa –Mercedes- que siempre ha tenido palabras de aliento para todos y ha sabido llevar a un grupo numeroso con soltura, cariño y mucha alegría” .

He querido hacer un resumen con las propias palabras de todo el grupo, y que por supuesto comparto. Además por mi parte dar las gracias, primero a Mercedes por aceptar hacer el taller en Ciudad Real, segundo a Concha, Goyi, Rosa y Elena por conoceros , y tercero a Virginia y Cristina por venir como compañeras y como ASR. Fue un orgullo teneros aquí.

Animo a otros maestros y a la ASR a compartir conocimientos entre nosotros creo que es una buena manera de crecer juntos y conocer gente maravillosa. Tan maravillosa como Mi Gente de Ciudad Real y las que habéis venido de Madrid, Toledo y Jaén, ha sido un lujo teneros. Os doy las gracias por haber hecho posible esta experiencia que no creo que olvidemos nunca y sin vosotros no hubiera sido posible.

Ahhh¡, y que decir de Juanma!!, el único chico del curso, ha sido la guinda del pastel, Gracias Juanma por tu cariño y saber estar!

Animo a todos a tener esta experiencia Positiva!, !Positiva! y Positiva!

Mari Nieves Romero (Maricopos), maestra ASR.

Desde Soria con Amor…

Queridos compañeros:

Mi profundo agradecimiento a todos los que hacen posible este boletín que tanto me ayuda.

Es mi deseo manifestar sin herir a nadie, que me estoy llevando grandes sorpresas cuando oigo decir a maestros de Reiki, a personas que tienen otros niveles y a personas que han recibido tratamientos que se recoge energía negativa de las personas a las que ofrecemos dicha energía.

La primera vez que lo escuché dije esto no puede ser y la segunda, y la tercera, etc…, pues no es lo que a mi me enseñó mi maestro (Jaime Gutiérrez) cuando hice el primer nivel, ni lo que pone en los manuales, ni lo que yo he enseñado a mis alumnos cuando les inicio en el primer nivel, pues mis alumnos al igual que yo hemos emprendido este camino con la seguridad de que a nosotros nada malo nos puede pasar sino todo lo contrario pues cuando practicamos esta técnica nosotros también nos beneficiamos de ella.

Es mi deseo manifestar que es tal mi convencimiento de que NO SE RECOGE NADA NEGATIVO DE OTRAS PERSONAS y por eso me decido a escribir este artículo, para que por favor, lo hagamos extensivo, pues esto está creando mucha inseguridad, miedo y discordia a las personas que podrían beneficiarse de la energía del Amor Incondicional.

No desvirtuemos nosotros como maestros la realidad de Reiki, pues cuando damos una sesión estamos en la vibración más alta y nada nos puede pasar.

Un abrazo lleno de Amor Incondicional.

Mercedes Maestro, maestra ASR.

Vacaciones hasta de Reiki

Parece mentira que esto me pase a mí, ya que Reiki es mi pasión favorita, sin embargo después de estar año y medio dando Reiki a distancia todos los lunes, llueva, truene o haga calor, había llegado el momento en el que el cuerpo y la mente me pedían a gritos descansar.

Aproveché las vacaciones laborales para interrumpir las sesiones de Reiki. Aún así, si me avisaban de alguna urgencia, lo hacia lo más rápidamente posible, ya que estoy en tres grupos en los cuales damos cobertura a estos SOS. Entre todos nos apoyamos y ofrecemos la calidez de Reiki a conocidos o familiares, de los componentes de los grupos, que lo necesiten o incluso si nos enteramos de alguna catástrofe tanto particular como social.

También sentía, esto quizás sean mis paranoias, que había creado una dependencia y esto no me hacía estar cómoda, ya que creo que está bien el apoyo de la energía de Reiki, aunque sin perder el poder de uno mismo. Que cada receptor se responsabilice de sus actos y tome las decisiones pertinentes apoyándose en dicha energía, sin esperar que se solventen las situaciones solo con Reiki, sino que se implique en su propia sanación de forma activa.

Como he dicho antes, esto puede ser solo una percepción mía y estar lejos de la realidad de los grupos a los que van dirigidas estas sesiones, sin embargo abrí la mano y como si sujetara un montón de globos, los dejé volar en libertad je je.

Yo sé que al ser maestra de nuestra querida asociación, adquiero un compromiso, sin embargo prioricé la escucha de mi cuerpo y durante esas dos semanas, también descansé de la sana costumbre de mandar Reiki, tanto, al teléfono de ayuda como a la página web.

Transcurridas esas dos semanas he retomado dicha costumbre con más ganas y mejor disponibilidad que las últimas sesiones de agosto. En estas sesiones me incluyo yo y este lunes fue un hermoso regalo, dándome paz y equilibrio; fue rápido, no obstante lo sentí muy tierno.

Comuniqué la sesión por la tarde, aprovechando que iba a hacer un SOS, ya que hasta última hora no había decidido cuando retomar la tradición.

Reiki es mágico porque yo sé que las listas de receptores crecen, cada vez hay más gente apuntada y aun así, llega a todos los corazones y a cada cual en la forma que más lo necesita.

No me canso de dar gracias a esta maravillosa herramienta que se ha instalado en mi vida, sin pedir permiso; siempre está a mano, sin necesitar preparación solo predisposición.

Esta historia podría dar pie a que algún compañero, compartiera que hace en sus vacaciones con Reiki, si al igual que yo, alguna vez se han cansado o si por el contrario, no hay esa necesidad de periodo vacacional.

Estoy enamorada de Reiki y de la vida, gracias.

Desam Ferrández, maestra ASR.

Si amas algo…

Hace unos días, Goyi se puso en contacto conmigo para proponerme que colaborara en el boletín de otoño con algún artículo o “alguno de esos cuentos que escribía”. Yo estaba inmersa en el desbarajuste que se organiza en una casa cuando hay una obra. Me pilló fuera de onda, desubicada, al llevar semanas en esa lucha de mantener en lo posible la vida normal de cada día en medio de golpes, chirridos, voces, polvo y desbarajuste total. Intenté disculparme por adelantado, ya que tenía la mente saturada con todas esas cosas, pero vacía de cualquier idea que me pareciera apropiada para compartirla en el boletín. No obstante, quedamos en aplazar el “no puedo” hasta esta semana, por si se me ocurría algo. Ayer, por fin, finalizó el segundo “El Escorial” en mi casa.

Estaba fuera, oliendo el grato aroma a tierra mojada dejado por la chaparrada que había caído a media tarde, cuando una libélula verde, preciosa, pasó ante mis sorprendidos ojos (hacía años que no veía una). Me puse a aplaudir porque alguien, no recuerdo quién, me dijo una vez que esos insectos, en según qué situación, son mensajeros de buenos presagios. Pensé que la libélula había aparecido (y desapareció casi al instante, por cierto) para liberarme de un peso y provocarme una sonrisa. Me alegra que estuviera una querida amiga conmigo en ese momento porque, de otro modo, habría llegado a pensar que lo había imaginado, tan fugaz fue la aparición y partida de la bella libélula.

Anoche desperté de madrugada recordando uno de los relatos cortos que componían el libro que imprimí para familiares y amigos hace unos años. Y comprendí que ese relato podría servir para compartirlo con vosotros aquí aunque, quizá, se aparte un poco de los artículos centrados en Reiki.

Aquí tenéis ese relato que escribí hace años. Espero que sean unos minutos gratos para quienes lo leáis. Un abrazo de Amor Incondicional a todos, amigos.

*****

Si amas algo...

¿Y volvió?
Miré largamente a quien me había hecho la pregunta.
Después me marché. Sin contestar.
No merecía la pena.

Sonó un timbrazo y poco después empezaron a abrirse las puertas de las aulas. Los pasillos de la quinta planta de la E.O.I. se llenaron de estudiantes que iban y venían. El bullicio de puertas, de sillas al correrse, de comentarios y risas se repetía cada hora, en el entreacto de cinco o diez minutos entre clase y clase que algunos aprovechaban para repasar, otros para concluir o cotejar los ejercicios de la próxima hora, y la mayoría para charlar en grupo.

En uno de los bancos adosados a la pared se encontraban dos chicos y una chica que discutían un tema tratado en la última clase. Ella, para corroborar su opinión, buscó el párrafo en el libro de texto. Al hacerlo,

una tarjeta cayó al suelo. Andrés la recogió para devolvérsela, pero antes le echó una ojeada. **Miró la gaviota blanca que volaba sobre una playa solitaria.**
—Es una fotografía bonita, muy armoniosa. Sin embargo, no entiendo bien el significado de la frase que viene impresa.
María le miró sorprendida.
—¿Lo dices en serio o me estás tomando el pelo?
Andrés se sonrojó, como si ella le hubiese pillado en falta.
—Lo digo en serio —tuvo que admitir—. No acabo de captar el supuesto mensaje que tiene.
—Quizá es porque solo has leído la frase que aparece delante. Mira, detrás hay otra que es el complemento de la primera.
Andrés leyó donde señalaba María.
—Sí –dijo luego—. Así es un poco más comprensible, pero no estoy de acuerdo con esa idea.
—¿No? Pues yo coincido totalmente con ella.
José Luis, el otro chico del grupo que había seguido la conversación en silencio, intervino en ese momento.
—No es cuestión de estar o no estar de acuerdo con la idea. Lo que ocurre es que llevarla a la práctica es muy difícil. ¿O es que a ti, María, te es fácil seguir ese consejo: "Si amas algo, déjalo libre, etc. etc."?
—No, José Luis, te aseguro que me cuesta un gran esfuerzo. Amar nos hace egoístas. Tenemos tanto miedo de perder al objeto de nuestro amor que, por conservarlo, olvidamos que no es una parte de nosotros. Tratamos de limar sus peculiaridades para adaptarlo poco a poco y acabar por hacer de él otro apéndice más de nuestro ser. Amar es acto de reciprocidad. Quiero decir que si reclamas el derecho a ser tú mismo, debes admitir que el otro también lo tiene.
—La teoría, como dice José Luis —intervino Andrés—, es perfecta, pero ¿quién es capaz de llevarla a la práctica?
—Yo lo intento —contestó María—. Creo que merece la pena. Aunque sólo sea para constatar lo que se afirma en la segunda parte de esa máxima. Por eso dije que la leyeras para comprender mejor el todo.
—Pues sigo sin entenderlo —insistió Andrés, tozudo—. Mejor dicho, no quiero entenderlo —concluyó.
—Toma, Andrés. —María le tendió unas hojas—. Es un cuento. Te lo regalo. Quizá te ayude a querer comprender.

El timbre volvió a sonar y los tres amigos entraron en el aula.

….Cuando Andrés regreso a su casa, en su habitación, cogió de su mochila las hojas que le había dado María….y allí leyó….

La ventisca había comenzado rápida e inesperadamente. Durante casi una hora había caído una copiosa nevada que dejó todo el paisaje cubierto por una capa blanca que se extendía hasta donde alcanzaba la vista.

Después, el sol había conseguido abrirse paso entre el manto de nubes, las había ahuyentado, y ahora brillaba cegador e imponente en el cielo despejado.

El suelo, los árboles, las montañas... Todo irradiaba luz. El diamante más puro habría resultado opaco en comparación con el panorama que se ofrecía a mis ojos.

No pude resistir su mágico encanto y salí a caminar a pesar del intenso frío que penetraba a través de las ropas.

Cerca de la arboleda, caído en el suelo, un bulto pequeño y oscuro llamó mi atención. Era un pájaro, un pequeño carbonero.

La ventisca debía de haberle sorprendido lejos de su refugio y yacía sobre la nieve con las alas mojadas, sin fuerza suficiente para intentar remontar el vuelo. El leve temblor que lo agitaba era la única señal de que seguía con vida.

Lo recogí. Era tan pequeño que pude cerrar la mano sin apretar su cuerpecillo. Estaba helado. Sentí que el frío me llegaba hasta lo más hondo a través de la piel, transmitiéndome el temblor. Tenía la mano aterida por el aire seco y cortante, pero no podía resguardarla dentro del guante porque el pajarillo se asfixiaría, de modo que la mantuve cerrada contra el pecho, rodeándolo y dándole el calor que necesitaba.

Poco a poco se fue recuperando y comenzó a moverse entre mis dedos. Finalmente, abrió los ojos. Tenían una expresión muy peculiar que podía interpretarse como agradecimiento, confianza, seguridad... Puede que incluso cariño. Sí, podía ser cariño. Descifrar su significado no era importante. Lo importante era que la expresión estaba allí, en los ojillos negros y redondos, y resultaba conmovedora. No pude evitar amarlo.

Mientras se recobraba, le estuve hablando muy quedo. Le acaricié la cabecita. Le besé el agudo pico. Al cabo de un rato, ya estaba completamente seco. Renacieron sus fuerzas y, con ellas, renació la vida.

Fue entonces cuando surgió la duda. Dos sentimientos antagónicos entablaron una lucha sorda en mi interior. Mi mano, que había significado la vida para él hasta hacía un momento, ahora podía ser la jaula que coartara su libertad.

Sin embargo, él parecía sentirse feliz entre mis dedos, sin mostrar deseos de escapar. Pero eso no podría saberlo nunca a menos que le dejara en libertad. Sería hermoso que, al abrir la mano, él extendiera las alas, volara sobre mi cabeza y volviera para posarse en mi hombro.

También podía ocurrir que levantara el vuelo, muy alto y muy lejos, y no volviera a verle.
—No. No lo haré. No quiero hacerlo —protesté.
Si no abría la mano, lo conservaría conmigo. Pero, en ese caso ¿qué sería lo que tendría? Un pájaro no, desde luego. La naturaleza había dado alas a aquel ser. ¿Con qué derecho y en nombre de qué iba yo a retenerle? ¿Por amor?
—No. Eso no sería amor, sino egoísmo.
Miré al pajarillo. En sus ojitos, fijos en mí, creí ver confianza, cariño y, sobre todo, esperanza.
¿Qué podía hacer? ¿Qué debía hacer?
Dentro de mí se dejó oír una voz suave pero firme.
"¿Le amas? ¿Le amas de verdad?"

Fui aflojando los dedos muy, muy despacio, y abrí la mano…

*****

Si amas algo, déjalo libre…

Si regresa ti, es tuyo. Si no regresa, nunca lo fue…

Por Mila López, maestra ASR.

Los muros del Alma

Este verano que ya está a punto de acabar; me ha mostrado una fuerte enseñanza. Berlín, una ciudad acogedora, divertida y encantadora, que aún guarda en su alma el dolor de una terrible guerra y de muchas muertes e historias truncadas por los ideales , como pasa muchas veces de sólo unos pocos.

Qué sencilla es la vida y cuanto nos la complicamos. La vida nos da todo, sobre todo momentos de presente que apenas pasan sin darnos cuenta.

El sufrimiento, el dolor y las heridas del alma hacen que se levanten los muros emocionales que nos van a impedir progresar en nuestro plan de vida, o plan divino…sí ese plan que decidimos antes de nacer y que se encuentra en un lugar mucho más allá de las estrellas.

Mi experiencia en Berlín me dice que hay que llegar hasta estos muros, mirarlos, admirarlos (por qué no) al fin y al cabo son una creación de nosotros mismos y disfrutarlos desde la mente del adulto (el arquetipo que siempre está en el presente) porque es la única manera que sabemos que ese muro es un aprendizaje para nuestro plan de vida, un obstáculo sin más, bello, pero finalmente algo totalmente salvable.

Y cuando esos muros se caen; aparecen puertas…muchas puertas de nuevas posibilidades cuánticas para poder crecer y que no estarían allí si no hubiésemos visto primero el muro.

Así que compañeros *"reikinianos*", disfrutar de los muros de la vida, hagamos fotos de ellos, debemos tocarlos, sentirlos, vivirlos y después hasta el infinito y mucho más allá.

Mercedes Lerena, maestra ASR.

Sutra: Despierto para siempre

Todo surge y desaparece.

Pero quien despierta lo hace para siempre.

(Budha).

Tienes dos maneras de vivir: cayendo o creciendo. Caer es fácil porque te ayuda la gravedad, la sociedad y la multitud. Para caer basta con dejarse llevar y ser obediente. Pero crecer es difícil, para crecer hay que desobedecer, hay que vencerse uno mismo y evolucionar. Todos somos capaces de alcanzar la consciencia pero pocos la buscan y encuentran. Si emprendes el camino y logras conocerte y vivir tu propia vida vivirás para siempre

Meditación del Perdón

Esto es una meditación que puedes hacer ayudado de un fondo musical relajante, el objetivo es que te perdones a ti mismo y puedas perdonar a quien creas que te ofendió y dejes atrás rencores, amarguras que limitan tu desarrollo personal y espiritual.

Siéntate cómodamente...en una posición que favorezca el descanso... Relaja todo el cuerpo. Respira suave y pausado,.....con calma y tranquilidad...Tienes una gran sensación de paz...y serenidad.....invadiendo todo tu Ser ....

Lleva la mano izquierda a tu corazón,...Sientes un gran sentimiento de amor....Una sublimación de tu devoción divina...Deja que ese sentimiento crezca y se manifieste en tu corazón,...en tu Cuerpo y Alma....

En el centro de tu corazón tienes un Templo Sagrado accesible solamente a ti mismo,...y él constituye tu Refugio Indestructible...En él debes recoger tu mente todos los días,...a fin de mantener tu camino abierto y libre de formas de pensamiento dañinas...

Tu templo - corazón debe ser siempre Luminoso como un sol radiante de gloria y poder,...como un pequeño Universo,... acogedor y suave bañado en una luz entre lila – dorada - celeste...
La armonía de las esferas se hace oír en forma de melodía tranquila y celestial,...

Tienes en el centro,...dentro de ese templo una Llama Encendida,...es una llama de color violeta,...
La ves arder bien Luminosa y tu mismo entras profundamente dentro de esa llama....

Descansas allí por un momento y sientes....que esa llama se transforma en una cascada de agua lila y purísima,... que va limpiando todos tus desapegos,…Tus rencores,... Tus gestos negativos,...y ¡Perdónate,... Perdónate,...Perdónate todo,...!

Ahora,...Con el poder de tu imaginación,...coloca en la misma llama a una persona,...a la que quisieras enviar tu Perdón Definitivo,...y Amor,... Paz,... y Armonía.

Desde el mismo centro de esa llama,...ves que surge un Rayo de Luz de Amor,...saliendo desde el centro de tu corazón,...hacia esa persona que has colocado en la llama....(ese rayo de luz viajará a la velocidad de la luz).

A medida que el rayo de luz viaja,... atrae hacia si mismo toda la energía de luz similarmente calificada que existe en el Universo,... aumentando entre tú que eres la fuente",... y su "destino"...que es la persona que elegiste,...la Energía Sanadora del Amor y el Perdón,...

Cuando este rayo de luz llega a esa persona,...tu ves su respuesta...Sientes el agradecimiento,...sientes que tienen entre ambos,...una respuesta mutua de Felicidad,...
Una liberación de soledades, tristezas y rencores...Sientes que esta fuerza de Amor y Misericordia,...es muy bien Recibida,...y vuelve a ti Multiplicada,...

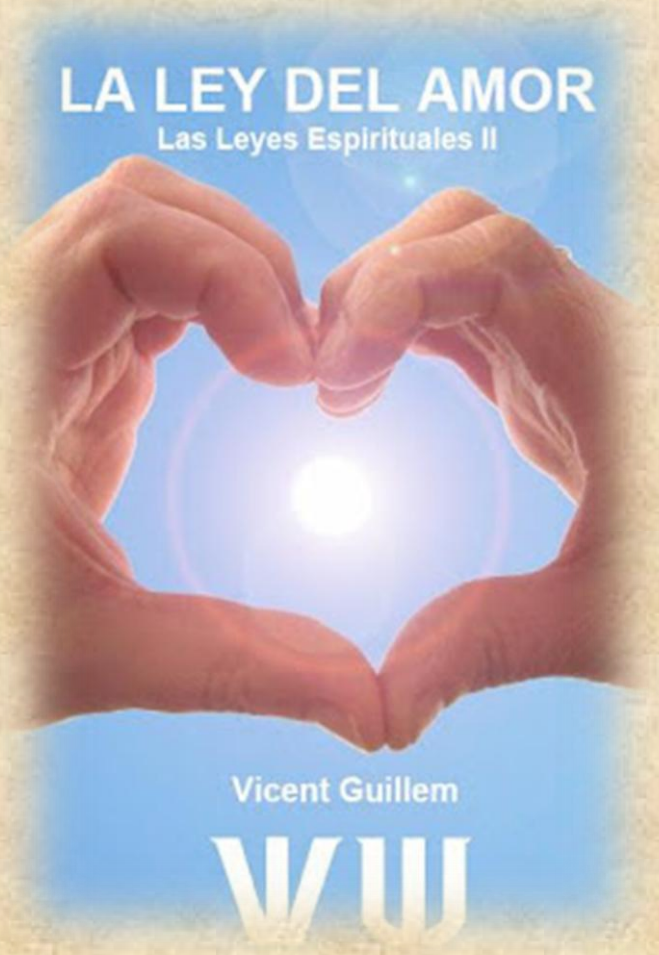
Entonces se produce una Curación de Energías,...porque tu vibración de amor divino creó la luz más Sanadora que existe,...La fuerza del amor y luz que ilumina todas las almas,...Nunca deja de iluminar,...y es bien recibida por todos,...Sientes en este momento la corriente de Retorno,...de tu luz de amor creada y emitida desde tu templo,...! Esta ley es inmutable e infalible,...!!!

Luego de esto,... en esa misma llama violeta,... coloca todos tus momentos de amargura,... como una ofrenda de tolerancia,...e Incinéralos,...!!! Hazlos polvo con esa llama de luz violeta...!!!! Todo gesto de desagrado,...fastidio o intolerancia debe ser purificado también a través del Perdón,... la transmutación que surge de esa llama...,la chispa divina que habita en ti,...te otorga la Felicidad,...la Paz,... y la Serenidad...

Web psico-system.

En un rincón de nuestra biblioteca

En esta ocasión es Silvia Gener la que pasa por nuestra biblioteca y nos sugiere la lectura de "La Ley del Amor", lo hace a través de este artículo, de su cosecha, en formato pregunta/respuesta (formato utilizado en el libro recomendado).



P: Hola Silvia. Quería que nos hablaras de algún libro que por su contenido espiritual te haya llamado tanto la atención que pienses que a la gente le podría interesar.

R: Sin duda "LA LEY DEL AMOR" de Vicent Guillem. Es su 2º libro, después de "LAS LEYES ESPIRITUALES" que tuvo bastante éxito.

P: ¿Y por qué el 2º es mejor que el primero? Suelen decir que "segundas partes nunca fueron buenas"…

R: "La Ley del Amor" desarrolla una de las leyes espirituales de las que habla en el primero. "Las Leyes espirituales" también es muy bueno. Pero más denso. Cuesta más leerlo, hay que hacerlo muy despacio y asimilando toda la información.

En el caso de "La Ley del Amor", tal como él mismo dice, su intención es que sirva para que la gente pueda distinguir mejor entre el Amor verdadero de las formas de egoísmo que imitan al amor pero que no lo son. Su deseo es que se busque alimentar los primeros y eliminar los segundos pues es la única forma de llegar a ser feliz. Que la gente pierda el miedo a amar, y sus vidas sean un reflejo de lo que sienten. Y que después de leer el libro a la gente le quede claro que tiene un derecho fundamental que no debe permitir que nadie vulnere, y éste es el derecho a la libertad de sentimiento.

Su formato pregunta/respuesta hace que no sea una lectura de novela. Es un compendio de información que se lee de forma mágica, se sincroniza lo que vas leyendo justo con lo que te está pasando en ese instante de tu existencia. ¡Y no he sido la única a la que le ha pasado!.

A mi me acompañó en un momento de mi vida en el que estaba dando un gran cambio. Me ayudó a entender mis sentimientos, mi concepto del Amor, mi relación con los demás. Casi podría decir que ha habido un antes y un después en mi vida a raíz de la lectura de este libro.

P: ¿y donde se puede conseguir?

R: pues esa es otra de las cosas que me llaman la atención de Vicent. Ambos libros los "regala". Te los puedes descargar gratis en su web (lasleyesespirituales.blogspot.com.es) o si los prefieres en papel, sólo pagas 2€ por la impresión y otro poco más cuando te los manda por correo a tu casa, por los gastos de envío.

Desde luego es un hombre coherente y entregado a la difusión del mensaje de Amor que escribe en sus libros. Le conocí personalmente en 2 conferencias que he organizado para él y corroboré la buena impresión que me dejaron sus libros.

Silvia Gener, maestra ASR.

Susurros de Luz

En este boletín de otoño nos llega el susurro de Servando Armario, un susurro repletito de Luz.

1-En cuatro líneas descríbenos una bella experiencia que hayas tenido gracias a Reiki (puede ser en una sesión o alguna vivencia derivada de ella).
Pues la primera vez que di Reiki, supuso una bella experiencia para mí, significó el desearle honestamente un bien a otra persona, de manera altruista, en lugar de deseármelo a mí.

2-¿Cuál es el "aprendizaje" que te gustaría compartir con todos nosotros.
Hay un dicho que dice: "Tanto si crees que puedes hacer una cosa como si no, tienes razón". Lo que una persona cree, determina lo que es capaz de hacer. Nuestros deseos nos capacitan y nuestros miedos nos limitan

3-¿Qué figura o maestro espiritual ha marcado tu vida?
La figura de la Virgen María es importante para mí, después podría decir que hay importantes maestros terrenales que han marcado mi vida, empezando por mi maestro de Reiki: " Jaime Gutiérrez García".

4-¿qué libro ha cambiado tu vida?
Mis manuales de Reiki, gracias a ellos empecé a descubrir la magia que hay en mí, magia que toda persona posee si cree en ella.

5-¿Y una película?
Qué bello es vivir, me emociono con esta película cada vez que la veo.

6- ¿Qué es la ASR para ti?
Es una gran familia, aunque como en toda familia, no siempre estemos todos de acuerdo en los temas a tratar, reinando al final siempre la armonía.

7-Un deseo para el mundo…
Que nos tratáramos todos como buenos hermanos.

8- ¿Qué ha hecho Reiki por ti?
Todo, ha dado un gran sentido a mi vida.

Servando Armario, maestro ASR.

Citas

"El sabio es un estilista de la vida: a través de su propia existencia logra llegar a lo más simple, que es lo que a menudo más nos cuesta ver"

Os recordamos que…

Toda persona practicante de Reiki que desee colaborar con el proyecto de ayuda Reiki a distancia, puede unirse enviando energía a las 23h., para que llegue a las peticiones anotadas en el cuaderno de Reiki de nuestra asociación, las cuales llegan tanto por teléfono como por correo electrónico

asociación@servicioreiki.org

627 44 17 56

Saludos

Agradecer a todos los que han hecho posible que un nuevo ejemplar de nuestro boletín ASR vea la luz. Gracias a todos, a los que habéis participado escribiendo en él, a los que me habéis dado consejo, a los que me facilitan mi labor, a los que colaboráis habitualmente en este proyecto y, sobre todo, quiero agradecer a quien esté leyendo estas palabras.

Desde aquí me gustaría animaros a que participéis en este boletín;¡ que es de todos y lo hacemos todos!, donde todas las opiniones tienen cabida. Sí tenéis algo que deseáis compartir, que decir, que expresar…, aquí siempre habrá una página donde comunicarlo.

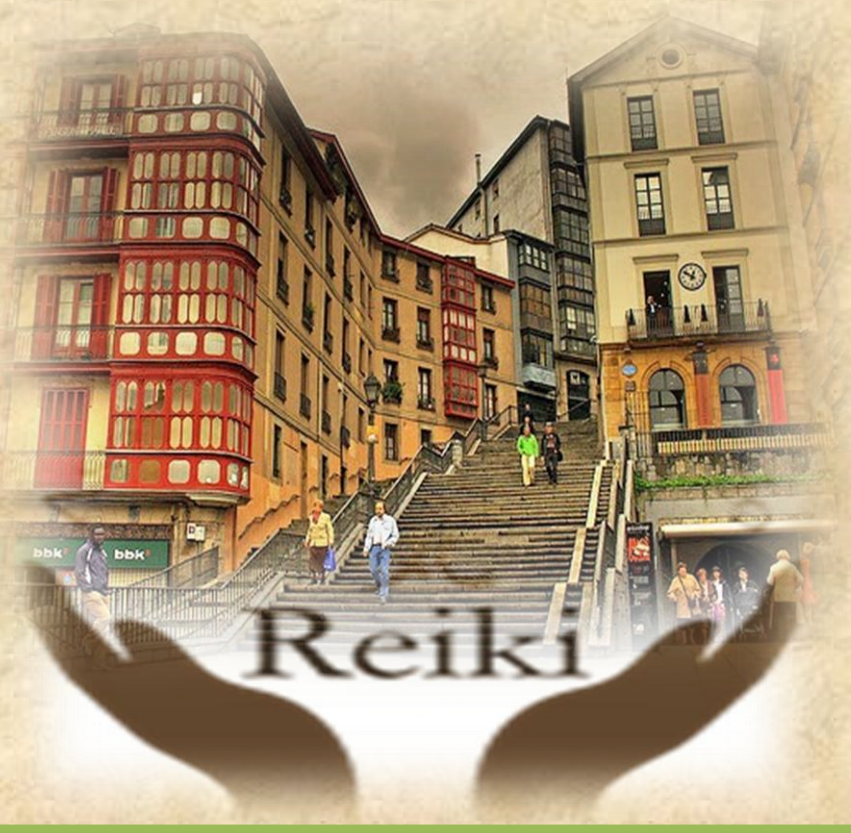
Animaros también a que difundáis este boletín entre vuestros alumnos y aquellos que consideréis que puede interesarle. Es una buena forma de dar a conocer nuestra Asociación y Reiki.

Os animaría a muchas cosas más, pero como soy mujer de pocas palabras lo reservo para siguientes entregas.

Ahhh!!! Se me olvidaba, PASADLO BIEN EN BILBAO!!! Yo no podré estar, por ello me atrevo a pediros que ejerzáis de reporteros gráficos y hagáis todas las instantáneas que podáis. Luego me las podéis remitir con los comentarios que deseéis y hacemos un bonito reportaje entre todos, aparte del artículo que Mariví Iglesias realizará sobre tan entrañable encuentro - por cierto Mariví, gracias!! por hacerlo posible.

Un gran abrazo a todos y gracias por SER,

Goyi Duque



Equipo Boletín ASR:

Pilar Hernández, José Coso (en excedencia viajera) y Goyi Duque.