

## 30 de Enero Día de la Paz

*Una iniciativa en Sevilla en la que todos podemos participar*

El martes, 30 de Enero, es el Día Mundial de la Paz. Maestra Isabel Smeralda ha preparado un acto especial para Sevilla en nombre de la Asociación. Te invitamos a todos los socios a participar, desde donde estés.

El acto en Sevilla consiste en:

- Tomar conciencia que la paz comienza dentro de uno mismo
- Una pequeña representación sobre la necesidad de paz interior e irradiarla al exterior
- Una meditación por la paz

Isabel explica sus motivaciones por trabajar en este objetivo: "Creo que es congruente con nuestros objetivos, y necesario, el trabajar por la paz."

Propone que otros Maestros realicen algún pequeño acto en su entorno con sus alumnos ese día, 30 de Enero. ¡Sería magnífica la unión en la distancia!"

Alfonso Escribano, de Jerez, ha propuesto que hiciéramos turnos, enviando Reiki por la Paz mundial, cubriendo las 24 horas del día.

Para los que pueden, ella considera que es mejor en grupo: "porque así nos ayudamos unos a otros a crear paz interior y a nuestro alrededor."

En Sevilla, en el mes de Enero en >>



### Nuevo logo de la ASR

Diseño de Maestra M<sup>a</sup> Jose Uixeda, y votada en la última Asamblea, ya estrenamos logo es este boletín.

Sencillo y claro, el logo incorpora nuestro nombre y el símbolo de Reiki, además de las manos simbólicas, abiertas a dar y a recibir el amor condicional de Reiki.

En nuestras reuniones, realizamos debates sobre qué es la paz, dónde se encuentra, crea, irradia, cómo transmitirla, en qué ambiente, cómo se demuestra...

Lo acompañamos con tratamientos para sanar nuestro pasado y llegar a sentirnos en paz con nosotros mismos y el mundo... para terminar mandando ese mensaje de paz cargado de energía el día 30.

Tienen previsto realizar reuniones mensuales con el mismo objetivo. ♦

*Continuando con...*

### Los Principios de Reiki

*del libro Reiki Johnny De' Carli*

Un ataque de ira genera en el cuerpo físico un efecto equivalente a ocho horas de trabajo regular. La frecuencia cardíaca aumenta e incrementa también la presión arterial. Para atender al aumento de la actividad del corazón, el hígado libera glucosa, aumentando de este modo la tasa glucémica.

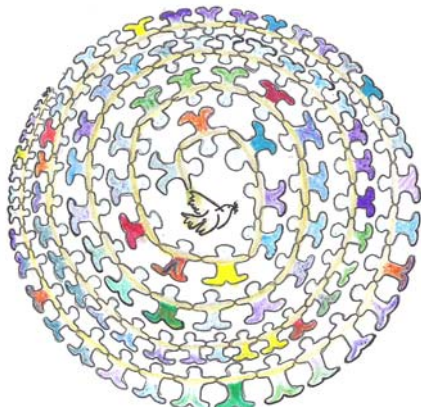
Para enfrentarse a esa hiperglucemia, el páncreas se ve obligado a liberar mayor cantidad de insulina en sangre, (con excepción de los diabéticos que presentan deficiencia en la producción de insulina).

La insulina como encima que es, estimula la metabolización de glucosa por las células del cuerpo, hasta llegar a niveles que se hayan por debajo del patrón normal, ocasionando la hipoglucemia (bajo nivel de glucosa en sangre), cuyos síntomas son: cansancio, desánimo, transpiración, etc.

*Sigue>>*

**NO SDO**  
AYUNTAMIENTO DE SEVILLA  
Participación Ciudadana

## MEDITACIÓN POR LA PAZ



*Martes 30 de Enero de 2007  
A las 17,30 h.*

*En Centro Cívico La Plata  
Avda. De La Plata s/n  
(Su Eminencia)*

*Asociación de Servicio Reiki  
Teléfono Información: 667 52 30 88*

*Con la colaboración del Ayuntamiento de Sevilla*

### Nuevos Teléfonos Reiki

Empezando el **1 de Febrero** tenemos nuevos números del teléfono Reiki:

91-  
6

El teléfono Reiki es una de las formas de servicio más importantes de nuestra Asociación. A través de él, muchas personas que sufren, encuentran una mano que les ayuda, encuentran paz, encuentran amor incondicional, de un grupo de personas que ni siquiera les conoce. No te olvides, cada día un ratito.

## Los principios de Reiki, *cont.*

Si nos sintonizamos con los Cinco Principios de Reiki, evitando la ira y la preocupación, no sobre-cargaremos nuestro organismo con una producción excesiva de adrenalina. La presión arterial se mantendrá más equilibrada y el hígado no se verá tan presionado. De este modo se evitará la cadena de reacciones orgánicas perjudiciales a la salud.

Existen otros muchos ejemplos de los efectos positivos de la aplicación de los Cinco Principios del Reiki. Todos los principios importantes como son los del Reiki pueden hacerse flexibles.

Pongamos nuestra atención en algunos detalles:

### Solo por hoy

Existe una máxima budista que dice “Si quiere saber como fue su pasado, mire lo que es usted hoy. Si quiere saber como será su futuro, mire lo que está haciendo ahora” La mejor manera de programarnos para el futuro es concentrar toda nuestra imaginación en la ejecución perfecta del trabajo de hoy.

### No se preocupe

El prefijo “pre” significa anticipar, Es sufrir por anticipado. Preocuparse antes de tiempo es preocuparse dos veces Hay mucha gente que pasa tanto tiempo preocupándose de su salud que no tiene tiempo para disfrutarla.

### Manifieste su agradecimiento

La gratitud es la mas bella flor que brota del alma. Las palabras de agradecimiento son dulces de escuchar y difíciles de pronunciar. Son como raras joyas que no estamos acostumbrados a usar. Por ello tal vez sea este el Principio más difícil de seguir. Muestre su agradecimiento a las personas que tiene cerca y observará cambios positivos en su vida.

### No se enoje

La ira es una emoción de emergencia, surge de nuestro instinto de supervivencia. Nadie puede ser feliz cuando está dominado por la ira. Cuanta más ira, menos felicidad y paz. La ira es una fuente de destrucción que se acumula en nuestras células. Bloquea el chacra básico disminuyendo nuestra fuerza física y disposición ener-gética, etc.

### Se amable con los que te rodean

La vida es muy sencilla, recibimos lo que damos. Cuando el Sensei Usui estableció este Principio, tuvo el mismo propósito que Jesús cuando decía “Haz a los demás lo que quieras que te hicieran a ti” y “Ama a tu prójimo como a ti mismo.” O lo que el Maestro Confucio preconizaba cuando decía: “No hagas a los otros hombres lo que no quieres que ellos te hagan.”

### Sea aplicado y honesto en su trabajo

El trabajo es la fuente de toda riqueza y cultura. Aleja de nosotros el tedio, la corrupción y la necesidad. El placer por el trabajo perfecciona la obra.

Marivi Iglesias de Bilbao

## Un poco de ciencia...

Científico James Oschman, explica que en Reiki y otras formas de sanación por imposición de manos, el sanador emite campos energéticos de sus manos que se pueden medir.

El Dr. John Zimmerman descubrió que las manos de practicantes de técnicas de sanación similares a Reiki, producen un campo pulsante, y que los no-practicantes no lo producen. Encontró que el campo pulsante producido por las manos de los practicantes no es de frecuencia estable, sino que varía de un momento a otro. La frecuencia sube y bajo a través de la misma gama de frecuencias que los investigadores han identificados como eficaces para impulsar el proceso de sanación en varios tejidos que han estudiado.

El aspecto más importante de esta investigación es que campos muy pequeños producen los mayores efectos. Este entendimiento muy profundo permite entender porqué los pequeños campos emitidos por las manos de un sanador pueden producir efectos importantes.

Los tejidos vivos son mucho más sensibles a campos externos que se podría haber imaginado antes de tener tecnología para medir estos campos y sus resultados. Han descubierto que para muchos sistemas vivos, los campos extremadamente débiles pueden ser mucho más efectivos que campos más fuertes.

La hipótesis es que la energía sanadora, sea producida por un aparato médico o proyectado desde el cuerpo humano, es energía de una frecuencia particular o conjunto de frecuencias que estimula la reparación de una o más clases de tejidos.

Dice Oschman, “Sospecho que terapias como Reiki son valiosas para prevenir e, incluso curar, algunas de las enfermedades serias que causan tanto sufrimiento humano y cuestan tanto dinero al sistema sanitaria.”

Carol Sabick