



Opettajien Reikiterveiset Joulukuun 2019

Opettajien Reikiterveiset ilmestyy kerran vuodessa joulukuussa nettiversiona.
Lehti on luettavissa www.reikiry.fi -nettisivuilla Opettajat-hakemistossa.

Tämän lehden kokosi RM Minna Heinonen

taitto: Helka Suomi

Minnan terveiset



Hei kaikille kanssakulkijoille

Elämä kaikissa muodoissaan on ehtymätön innoituksen ja runsauden lähde. Niin kuin vesi virtaa joessa, kaikki yltäkylläisyys on ympärillämme vain odottamassa siihen sukeltamista. Usein alitajuntamme asettaa tukkeja jokeen tai tekee padon, jolloin oloilamme kaventuu, emmekä näe ja pysty vastaanottamaan hyvää elämäämme. Kuten tv-kanavat, radiokanavat, nuo yltäkylläisyyden värähtelyt kuitenkin ovat olemassa koko ajan ja vain odottavat niiden suuntaan virittäytymistä. Reikin omahoito on yksi hieno mahdollisuus värähtelynsä nostamiseen. Korkeammassa värähtelyssä luomme elämäämme toisenlaista todellisuutta kuin mitä alhaisemmassa.

Tämän Opettajien Reikiterveisten selkeäksi yleistemäksi on intuitiivisesti muodostunut kiitollisuus. Kiitollisuus kaikesta, mitä meillä jo on, on erittäin nopea tapa nostaa värähtelyjä. Kvanttifysiikan tasolla kaikki on värähtelevää energiaa, niin kehomme kuin ympärillämme näkyvä todellisuus ja vaikutamme itse siihen, miten todellisuus ilmenee. Mieti aamuisin ennen vuoteesta nousemista kolme asiaa, joista voit olla tällä hetkellä kiitollinen. Ne voi kirjoittaa ylös ja tuntea sydämessään kiitollisuutta. Annamme harvoin kiitosta ihan kehomme aisteille, esim. tasapainoaistin tärkeyden ja koko olemassaolon huomaa vasta kun siinä on ongelmia.

Nyt jo edesmennyt japanilainen tiedemies **Masaru Emoto** teki ällistyttäviä kokeita veden tietoisuudella. Hän jäädytti erityismenetelmällä vettä, jolle oli soitettu musiikkia, puhuttu, näytetty elokuvia tai kirjoitettu jokin sana vesipullon reunaan. Sen mukaan millaista juttua vedelle näytettiin, muodostui kauniita symmetrisiä kiteitä tai rikkiäisiä. Masarulta on ilmestynyt useita kirjojakin, joista voi katsoa noita kuvia. Yllättävää oli se, että Elviksen särkyneen sydämen hotelli kappale tuottaa kahteen osaan hajonneen kiteen.

Kehomme solut ovat suurelta osalta vettä ja se reagoi noiden vesimolekyylien kautta. Ole siis tietoinen mitä kieltä käytät, millaista musiikkia kuuntelet ja mitä katsot, niillä on kaikella vaikutusta hyvinvointiisi. Yksi kauneimmista, ellei kaunein jääkide muodostuu sanasta kiitos, joka siis oli teipattu vettä sisältävän pullon kylkeen ja pullon vettä jäädytettiin. Sama tapahtui kaikilla kielillä. Helppo tapa todentaa puhutun kielen vaikutus, on laittaa pariin lasipurkkiin puuroa ja toiselle puhua kauniisti ja toiselle kiroilla ja haukkusanoja, voi arvata kumpi pilaantuu nopeammin.

Mikao Usui, reikin oppi-isä kehitti elämänohjeet, jotta ihmiset ymmärtäisivät miten elää harmonisesti ja sopusointuisesti. Nämä olivat: vain tänään en tunne vihaa/kiukkoa, ts. juuri tänään olen iloinen. Vanha sanonta kuuluukin: älä anna auringon laskea vihaksi ylle. Helppo tapa jopa huijata aivoja, on hymyillä, mikä muuttaa välittömästi kehon kemialla, tekohymykin toimii. Toinen periaate on: vain tänään en huolehdi ts. juuri tänään odotan parasta. Aivomme on viritetty selviytymiseen hengissä ja uhkien skannaamiseen. Monet huoliajatukset eivät koskaan toteudu, joten on hyvä keskittyä ajatukseen, että luotan elämään. Luotammehan siihenkin, että elämän antaa meille seuraavan sisään- ja uloshengityksen, kiinnittämättä siihen mitään suurempaa huomiota, niin voimme oppia luottamaan myös muuten ratkaisujen löytymiseen.

Kolmas Usuin periaate on: vain tänään/juuri nyt olen kiitollinen kaikista osakseni tulleista siunauksista. Kiitollisuus luo onnellisuutta ja onnellinen ihminen on luonnostaan kiitollinen. Koska mennyt on mennyttä ja huomista ei vielä ole, on olemassa vain tämä hetki eli sanonta vain tänään tai juuri nyt tulee läsnäolosta NYT hetkessä. Neljäs periaate: vain tänään/juuri nyt olen rehellinen/teen työtä sydämellä/olen rehellinen itselleni. Rehellisyys itseä kohtaan on

tärkeä, jotta voi tehdä tietoisia hyviä muutoksia omassa elämässään kohti kokonaisvaltaista hyvinvointia ja iloa. Viimeisenä periaatteena tulee elämän kunnioittaminen: kohtelen ystävällisesti kaikkia eläviä olentoja.

Kun kohtaamme eri tilaisuuksissa ja näin joulunkin aikaan kanssakulkijoitamme, niin tuomitsemisen sijaan, on hyvä miettiä, mitä voinkaan häneltä oppia ja reagoimisen sijaan voimme tietoisesti valita tapamme kommunikoida. On hyvä olla samaistumasta kenenkään ulkoiseen identiteettiin, ja pyrkiä näkemään aito valo toisen sisällä eli hänen todellinen olemuksensa, mikä on ytimeltään rakkaus, jonka ihmisen olemus niin ovelasti peittää. Kanssaihmiset ovat peilejämme ja opettavat meille asioita, joita olemme tulleet tälle planeetalle oppimaan, muutenhan emme olisi täällä. Voimme itse valita, haluammeko oppia vaikeasti tai helposti. Haasteet kuuluvat sen luonteeseen ja haasteen kanssa syntyy samanaikaisesti aina ratkaisu, eli lukon avain.

Einsteinin mukaan ongelmaa ei voi ratkaista samalla tasolla kuin se on syntynyt. Kun näemme korkeammalta ja laajemmin myös ymmärrämme, että kaikki on tarkoituksella ja elämä on lopulta siunauksellista, meitä kannattelevaa. Olemme itse oma muutoksemme.

Dalai Lama neuvoo: 'ole ystävällinen aina kun se on mahdollista ja se on aina mahdollista'. Theta Healingin kehittäjän **Viana Stibalin** mukaan seuraavat seikat auttavat ihmiskuntaa melkoisesti: ystävällisyys, myötätunto ja kommunikaatio.

'Ole se valo, jonka haluat näkyvän maailmassa', muutos alkaa aina itsestä ja siitä, että päättäväisesti katsomme valoon pimeyden sijaan.

Sydämen korkeimman olemuksen kaunista valoa kaikille!

Kiitollisuudella

Minna



Kirstin terveiset



Kiitollisuus

Näin vuoden lopussa on oivallinen hetki katsella hieman taaksepäin ja analysoida mennyttä aikaa.

Olen nyt suunnattoman kiitollinen niistä viidestäkymmenestä vuodesta, jotka olen viettänyt mieheni kanssa tässä fyysisessä elämässä. Tämän vuoden alussa hän siirtyi energiamaailmaan jatkamaan kehittymistään ja minä jatkan omaani täällä fyysisessä maailmassa.

On lohdullista ajatella ettei mikään pääty fyysisen kehon kuolemaan vaan sielu jatkaa kehitystään energiamaailmassa kunnes taas päättää inkarnoitua uuteen fyysiseen elämään.

Elämä yleensä ohjaa meidät saamaan ne kokemukset, joita olemme tulleet fyysiseen elämään hakemaan eli kokemaan erilaisia tunteita ja fyysisiä kokemuksia. Saamme kokea iloa, onnistumisia, menestystä tai suruja, pettymyksiä, vastoinkäymisiä ja epäonnistumisia, monenlaisia kokemuksia ja tunteita elämäämme sisältyy. Mutta omat ennakkoluulomme, asenteemme tai egomme voivat myös olla esteenä joidenkin asioiden kokemiselle. Tästä sain mielenkiintoisen vahvistuksen tavattuani tutun meedion, joka välitti viestejä edesmenneeltä mieheltäni. Hän kertoi, että asiat joihin hän ei halunnut paneutua täällä fyysisessä elämässä ovat nyt hänellä edessä energiamaailmassa ennen kuin hän voi jatkaa kehitystään siellä.

Samassa tilaisuudessa sain viestejä myös entiseltä esimieheltäni ja hän halusi kiittää minua hyvistä työsuorituksista, joista hän ei koskaan minua kiittänyt täällä fyysisessä elämässä (koski myös työtovereitani) ja tämä kiitosten antamattomuus oli nyt hänellä esteenä kehitykselle eteenpäin. Tämä kiitosten perilletulo oli hänelle mahdollisuus päästä eteenpäin.

Mitä opin tästä: on hyvä olla kiitollinen kaikista kokemuksista ja opeista, joita elämä meille tarjoaa, koska siten helpotamme myös tulevaisuuttamme. Tällä hetkellä olen suunnattoman kiitollinen pitkän elämäni aikana saamistani kokemuksista ja opeista, joiden avulla on mahdollista laajentaa tietoisuutta, ymmärrystä ja uusien asioiden omaksumista. Koen myös suunnatonta kiitollisuutta tapaamistani lukuisista kurssilaisistani, sillä olen monilta saanut arvokasta palautetta siitä, miten reiki on muuttanut ja vaikuttanut heidän elämäänsä.

Runsaan kahdenkymmenen vuoden aika REIKIN parissa on avannut ja laajentanut tietoisuuttani sekä kehittänyt ymmärrystäni maailmankaikkeuden toiminnasta.

Kaikki rakkaat reikiläiset toivon teille kaikkea hyvää elämääne!



Käyttäkää reikitaitojanne kaikkeen mahdolliseen elämässänne!

Toivon kaikille rauhallista joulun aikaa!

Kirsti

Annelin terveiset



Lämmin tervehdys teille lukijani!

Marraskuu alkaa olla lopuillaan, luntakin on tullut vähän ja pieniä jalanjälkiä ilmestyi pihallemme.

Tämä vuosi on ollut todella toimintaa täynnä. Monenlaista tapahtumaa on sisältynyt tähän vuoteen.

Olen oppinut jälleen vanhan sanonnan todeksi. ”Vierivä kivi ei sammaloidu”.

Kesällä järjestimme kodissamme ja sen pihapiirissä sukujuhlat, johon osallistui mieheni sukua hänen edesmenneen Anna-äidin 100-vuotisjuhliin. Tämä 13.7.19 lauantai toi jälkipolvet yhtä aikaa paikalle hyvin suurella joukolla ja antoi tilaisuuden tavata suvun jäseniä. Tämä oli monelle ensi kohtaaminen uusien sukuun tulleiden henkilöiden kanssa. Samoin monet serkut tapasivat toisiaan jälleen kerran, täällä tutussa ympäristössä. Heillä on juuret täällä ja monilla mukavia muistoja täällä

vietetyistä kesälomista ja kesätyöpaikoista. Tämä Kangastalon tila on ollut tälle suvulle kohtaamisten paikka.

Meillä on pihapiirissä kaunis kiviaita ja sen päälle sytyttelen valoja jo marraskuulla valaisemaan syksyn pimeintä aikaa. Bambivaloja on nyt kuusi, yksi kuvastamaa jokaista lastenlasta. Kolmena vuonna peräkkäin olen saanut ostaa lisää valoja. Iloitsen näistä pienokaisista, mummuna olemisesta ja elämän jatkumisesta.

Reikikursseja on ollut ihan kivasti, on aina suuri ilo, kun saa pitää kursseja. Iloitsen teistä kaikista, jotka olette tulleet kursseilleni.

Olin lomalla Lehmiraannassa ja pidin siellä reikiluennon, jossa oli paljon kuulijoita. Siellä yksi osallistuja kertoi, kuinka hänen todella paha ihottumansa oli parantunut reikihoitojen avulla. Oli hienoa saada tällainen kertomus luentoa tukemaan, kuulimme kuinka reiki toimii käytössä.

Meillä jatkuu reikitapaamiset Kokkolassa Pilatessalilla. Kävin Reiki ry:n vuosikokouksessa Tampereella ja Reikipäivillä Lautsiassa. Todella mukavaa, kun Reiki ry:n toiminnassa on jotain tapahtumia. Näiden tapahtumien suuri merkitys on ystävien tapaaminen ja kohtaaminen iloisissa merkeissä.

Tänä vuonna on noussut muutama asia minulle, opettamaan elämässä. Nämä ovat reikikursseilla opetettavia asioita. KIITOS on yksi asia, joka kulkee vahvasti matkassani ja sen todentamisen arkielämässä luo onnellisuutta. Usein ne hyvät pienet asiat, joita elämässämme on pitää todella tiedostaa. On hyvä pysähtyä miettimään kiitosaiheita. Kiitoksella luomme hyvää elämäämme, sillä se mitä kylvämme kasvaa lisää. Aito KIITOS luo hyvää mieltä kaikille, laitetaan se kiertämään.

Toisena on tullut anteeksianto. Kun annamme itsellemme anteeksi mokat, joita teemme ne häviävät elämästämme. Samoin voimme työstää mieltämme vaivaavia asioita, antamalla anteeksi ne asiat kaikille osapuolille, näin voimme jättää ne taakat pois elämämmme repusta. Yksi hyvä tekniikka asioiden työstämiseksi on kirjeen kirjoittaminen, tähän kaikki mieltä painava. Tätä kirjettä ei tarvitse lähettää kenellekään, voi vaikka polttaa. Toimii kuitenkin, anteeksianto tapahtuu ja kiitetään lopuksi tästä kaikesta. Näin voimme keventää elämämme reppua, silloin se on helpompi kantaa. Reikin jatkokursilla opimme vielä tekniikan, jolla voimme todella työstää tämän repun painoa. Helppo tekniikka, jonka voi kaikki oppia.

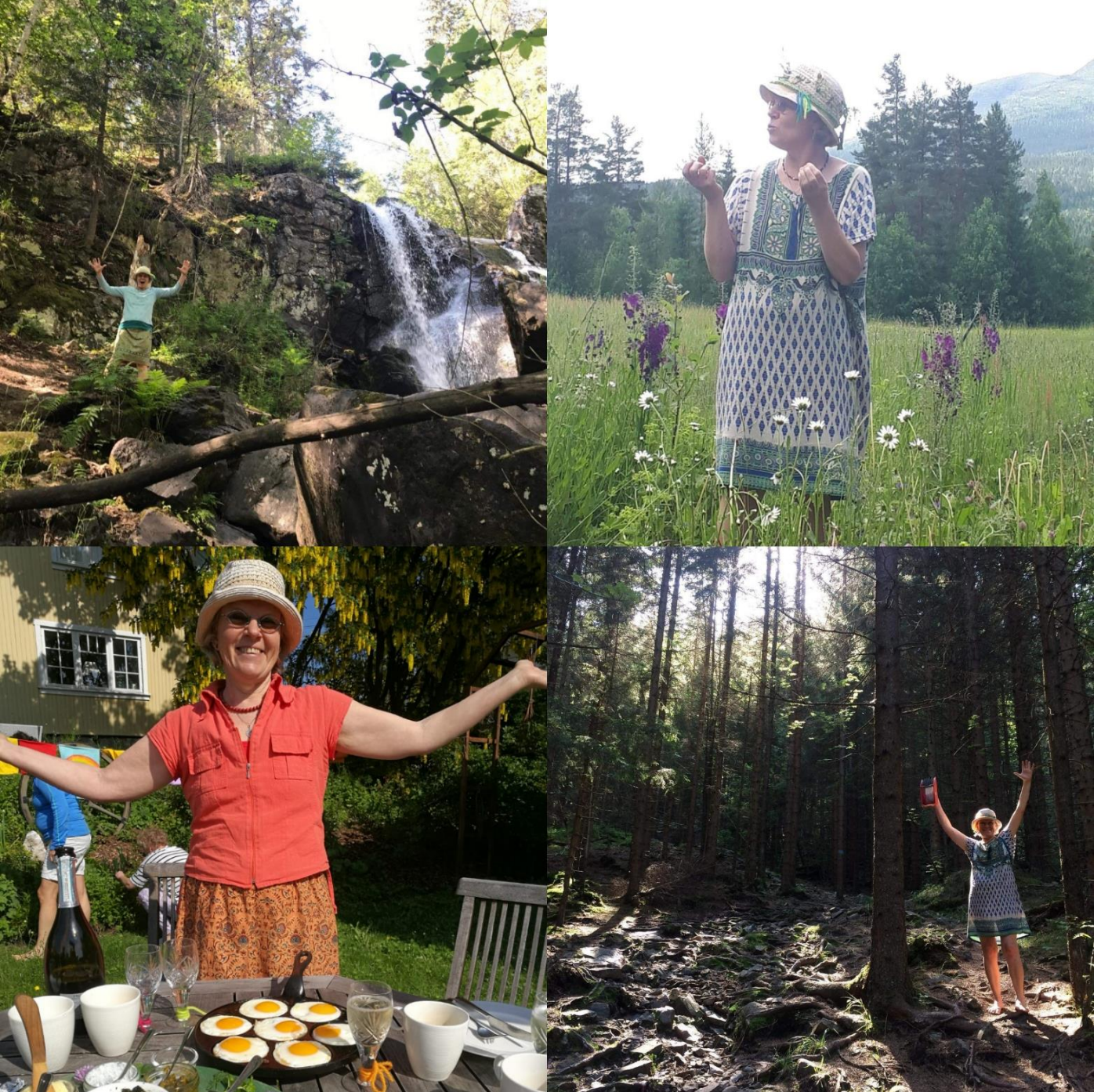
Hyvää joulunaikaa ja kaikkea hyvää vuodelle 2020!

Lämmöllä Anneli Järvenoja RM

Ritan terveiset

Hei rakkaat reikiystävät!

Niin on vuosi taas vierähtänyt ja on taas aika kiittää kuluneesta vuodesta.



Omalta kohdaltani suuri muutos oli se, että täytin huhtikuussa 60! ja huhhuh hetken aika tuntui hurjalta mieltää itseään 60+ ryhmään – mutta niin se vaan on, oikeastaan ihanaa, ja mikä oli hienoa oli se, että tämä sai minut pysähtymään ja miettimään kuluneita vuosia ja sen vaiheita – 30 ensimmäistä vuotta olivat lapsuuden-nuoruuden-opiskelun-ja-matkustelun vuosia. Viikko sen jälkeen, kun täytin 30 tyttäreni Kajsa syntyi ja sitä seuraavat 30 vuotta ovat olleet perhevuosia. Nyt molemmat lapseni ovat saaneet opiskelunsa päätökseen ja heillä on vakituiset työpaikat. Siis taas uuden 30-vuotisjakson aika – jännä nähdä mitä nämä vuodet tuovat tullessaan.

Nautin siitä, että pöydän ympärillä on paljon ihmisiä ja olen juhlistanut pyöreitä päiviä moneen otteeseen, eri kaveripiireissä. Mutta vuoden huippuhetkiä ovat myös ollut uusi innostukseni suppailu ja paljain jaloin kulkeminen metsässä – kuten myös aivan arkiset askareet kotona ja lukuhetki takan edessä. Sain myös ensimmäistä kertaa kokea Lapin taianomaisen maailman ja se vei minut aivan mennessään. Olin Lapissa kanoottiretkellä erämaassa ja pitämässä villiruokakursseja, yhteensä 3 viikkoa – aivan maagista ja tapasin myös naisen, joka oli käynyt reikin peruskurssin ja oli kiinnostunut jatkokurssista, joten miten ihmeellistä olisikaan pitää reikikursseja revontulten loisteessa – unelmoida ainakin saa.

Muuten olen pitänyt tasaisesti reikikursseja, joista yksi oli ruotsinkielinen peruskurssi Sipoossa helmikuussa. Olen nyt laittanut kalenteriin sekä perus- että jatkokurssin Espooseen helmikuussa 2020 – kiva jos ilmaantuu kurssilaisia. Rohkeasti kaikki nyt vaan astumaan seuraava askel reikitiellä!

Elämme mielenkiintoista vaihetta täällä maapallollamme, tietoisuuden taso nousee ja yhä useampi henkilö haluaa olla mukana luomassa meille valoisampaa ja rakkaudentäyteistä tulevaisuutta. Me kaikki, jotka kuljemme reikitieta olemme kuulleet reikin kutsun ja olemme löytäneet reikistä avun ja tuen omalla henkisellä tiellämme – meidän pitää vaan muistaa käyttää reikiä ja niitä reikitekniikoita jotka ovat käytettävissämme - päivittäin. **Tunnin päivittäinen omahoito – mahdollistaa valaistumisen** on Reiki Networkin perustajan **John Veltheimin** sanoma. Apua ei tarvitse hakea kauempaa, omassa kehossamme piilee suurin viisaus, kunhan vaan opimme aistimaan tämän ja luottamaan tähän. Kaikki muuttuu, niin myös reiki, se seuraa meitä kehityksemme tasolta toiselle!

Tulevaisuutta varten ei ole olemassa manuaalia mutta kun käytämme luovuuttamme sitä luodessamme niin tietämme eteenpäin voi katsoa kauniina tanssina. (lisää tästä aiheesta Reikitie lehdessä)

Mutta nyt takaisin tähän hetkeen.

Pian on joulukuun ja toivon että saatte nauttia joulun herkuista ja hetkistä teille tärkeiden ihmisten seurassa.

*Noista Joulumieltä ja Taianomaista Uutta Vuotta 2020
teille kaikille toivottaen.*

Rita

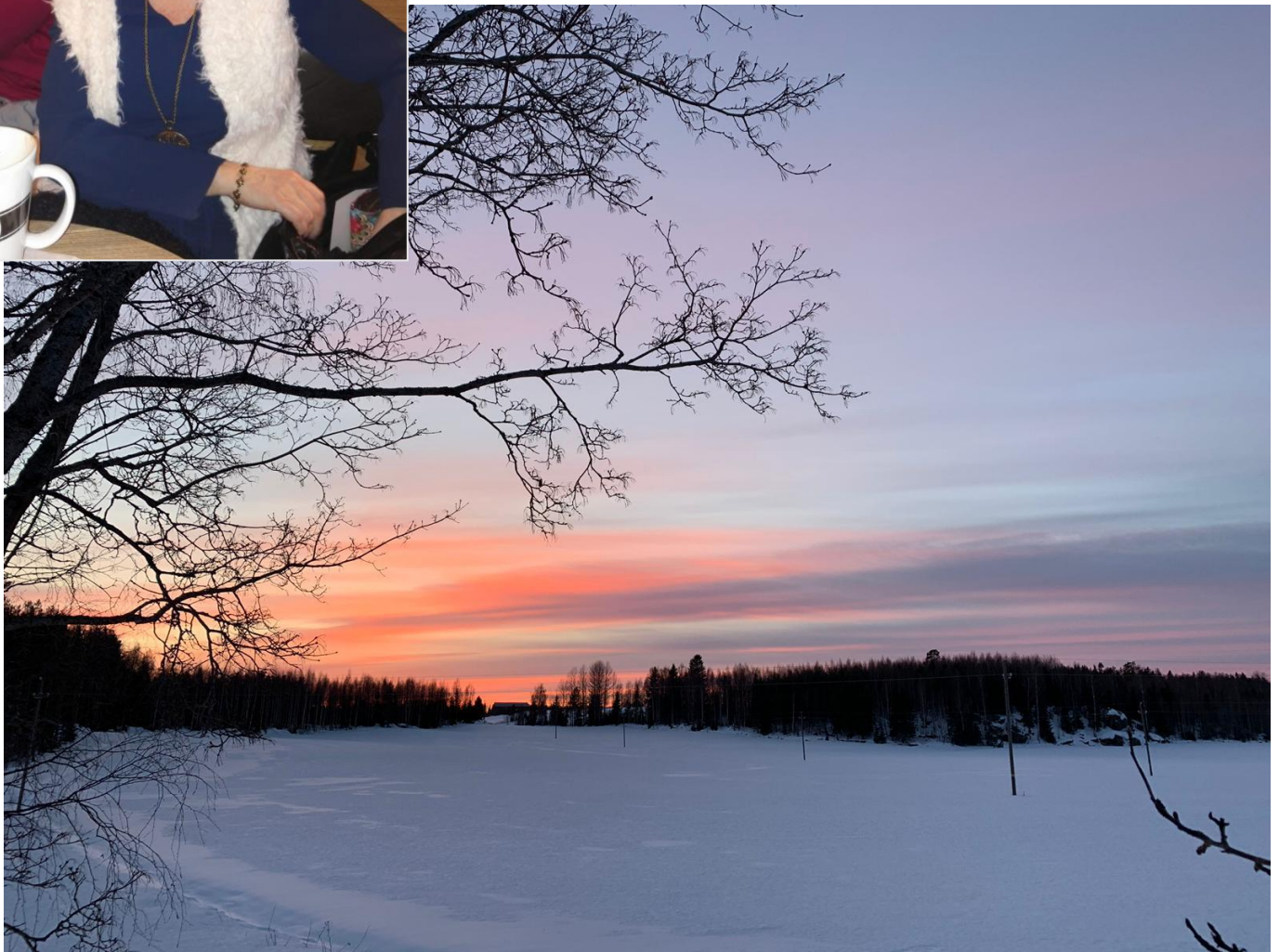


Pian terveiset



Terveiset Pöllölästä!

Vuosi Villa Harmonyn alpakkatilalla alkaa olla loppuillaan. Aikamoista vilskettä ja vilinää on ollutkin. Monia ihania hetkiä on vietetty reikikurssien ja muiden tapaamisten parissa.



Lämmin kiitos kaikille ja nähdään pian taas!

Enkeli joulun viestiä kantaa,

lahjaksi iloa, onnea antaa.

Unelmien täyteistä Nutta Vuotta 2020!

Pia

Kuvia rumpukurssilta.



Rummun synty, rumpukurssilaisia ja Sirpa seremoniamestarina (alla).



Pöllölän asukkaita.*Leonardo ja kaverit.**Manolito talvella.**Tupac ja tytöt retkellä.*

Jussin terveiset



Mennyt vuosi on reikin osalta kulunut pääosin Reiki ry:n toiminnan puitteissa. Kursseja en juurikaan ole pitänyt, jotenkin tuntuu että aika ei vain tahdo kaikkeen riittää. Kaukohoitoja tulee tehtyä melkeinpä päivittäin läheisille ja muillekin tarpeen mukaan sekä luonnollisesti ohjelmaan kuuluu jokaviikkoiset ryhmälähetysseisiot.

Tänä vuonna järjestettiin myös perinteiset Reikipäivät Reiki ry:n 20-vuotista taivalta juhlistaaksemme. Kaksipäiväiseen tapahtumaan kuului myös koulutuksellista osiota eri kurssitasoille.

3A-kurssin käyneitä oli mukavasti paikalla ja siinä sitten myös heräteltiin ajatusta kokoontumisesta keväällä 3A-tekniikoiden kertausluonteisella viikonloppulla. Ajankohtana tulee olemaan maaliskuu, päivämäärät selkiintyvät alkuvuodesta, varteenotettavana vaihtoehtona on iskeä kaksi

kärpästä samalla kerralla ja yhdistää Reiki ry:n vuosikokous ja 3A-tapaaminen samaan viikonloppuun. Tarkemmat tiedot aikatauluista ilmestyvät facebook ryhmään ja nettisivuille. Tietoja voi kysellä myös suoraan minulta tammikuun puolen välin jälkeen.

*Rauhallista Joulua ja Valoisaa Tulevaa Vuotta
Valoa ja Voimia*

Jussi

