

## İÇİNDEKİLER

|                                                                               |           |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. Reiki- Evrensel Yaşam Enerjisi .....</b>                                | <b>1</b>  |
| <b>2. Enerji Bedenimiz .....</b>                                              | <b>4</b>  |
| <b>3. Çakralar (veya Enerji Merkezleri) .....</b>                             | <b>14</b> |
| Yedi Büyük Çakranın Tanımı .....                                              | 17        |
| Çakralar Hakkında Bazı Yararlı Notlar .....                                   | 22        |
| Çakraların Bedenin Çeşitli Noktalarında<br>Simgelenmesi .....                 | 27        |
| <b>4. Enerji Dengesizliği -<br/>    Bütün Problemlerin Temel Nedeni .....</b> | <b>29</b> |
| Dengesizliğe Neden Olan Fiziksel Faktörler .....                              | 29        |
| Dengesizliğe Neden Olan Zihinsel Faktörler .....                              | 30        |
| Yogasal Perspektiften Enerji Dengesizliği .....                               | 34        |
| Sol Tarafa Doğru Dengesizlik .....                                            | 34        |
| Sağ Tarafa Doğru Dengesizlik .....                                            | 35        |
| Merkezde Denge .....                                                          | 36        |
| Nadilerin Dengesini Sağlamak .....                                            | 37        |
| Çakraların Temizlenmesi .....                                                 | 38        |
| <b>5. Reiki Ayarı .....</b>                                                   | <b>40</b> |
| <b>6. Reiki Tedavisinin Temel Prensipleri .....</b>                           | <b>42</b> |

|                                                         |            |
|---------------------------------------------------------|------------|
| <b>7. Elleri Reiki Enerji Transferi İçin Hazırlama</b>  | <b>45</b>  |
| <b>8. Vücudun Tamamı İçin Reiki</b>                     | <b>49</b>  |
| Reiki Tedavisi Yapmak İçin Kurallar                     | 49         |
| Kişinin Kendisi İçin Reiki Tedavisi                     | 55         |
| Başkaları İçin Reiki Tedavisi                           | 68         |
| <b>9. Belirli Hastalıklar İçin Reiki Tedavisi</b>       | <b>77</b>  |
| <b>10. Uzaktan Tedavi</b>                               | <b>81</b>  |
| <b>11. Aurayı Tarama ve Tedavi</b>                      | <b>83</b>  |
| Tarama İçin Elleri Duyarlı Hale Getirme                 | 83         |
| Aurayı Tarama İşlemi                                    | 83         |
| Auro Taramasının Sonuçlarını Yorumlama                  | 85         |
| Pranik Tükenme                                          | 85         |
| Pranik Tıkanıklık                                       | 86         |
| Aurayı Tedavi Etmek                                     | 87         |
| Kendi Kendini Tarama                                    | 87         |
| Süpürerek Aurayı Temizleme                              | 88         |
| Bölgesel Süpürme İşlemi                                 | 90         |
| Genel Süpürme İşlemi                                    | 90         |
| Aurayı Korumak                                          | 91         |
| <b>12. Reiki Uygulaması İçin Destekleyici Yardımlar</b> | <b>93</b>  |
| <b>13. Panch Pranalarını Dengeleme</b>                  | <b>101</b> |
| Belirli Bir Zamanda Hangi Element Aktiftir              | 103        |

|                                     |            |
|-------------------------------------|------------|
| <b>14. Enerji Kilitleri .....</b>   | <b>108</b> |
| <b>15. Kundalini ve Reiki .....</b> | <b>110</b> |