

Fusion Reiki



(日本語版)

by Rev. Jason Storm

Fusion Reiki は、Reiki Revolution 運動を主催し、レイキを無料で提供する活動をしていた Jason Storm 師のチャネリングによって創設されたものです。現在、彼のウェブサイト全体がダウンしたままのようですが、彼の Fusion Reiki は今もここで体験できます。

FUSION REIKI

by Rev. Jason Storm

(シンボル画像について : Fusion は Dr. Storm が受け取ったものです。
画像はノルウェーの Siv Breines が作成しました。)

2000年11月25日土曜日、Reiki Revolution のメンバーならびに同名の eGroup のディスカッションリストのメンバーのために、グループアチューンメントをしていたとき、Dr. Jason Storm がこのシンボルとその使用方法を授かりました。シンボルは自らを「Fusion」とだけ名乗りました。これは、臼井レイキや Karuna、Seichim、Tao Tian An Mian Chi Gong のエネルギーをミックスしたものです。このシンボルは、セルフ・アチューンメントで利用でき、その人のレイキ・レベルやバックグラウンド、信条、その他もろもろの状況に関わらず、下記のセルフ・アチューンメントの手順に従って、この非常に強力なシンボルのエネルギーと繋ることができます。

Fusion との繋がりができれば、霊的な感受性がぐっと強くなり、それを開発するのも楽になるでしょう。Fusion のエネルギーをレイキ治療で使うには、このシンボルの名前を呼ぶか、もしくはこのエネルギーを受け取る患者の上に描く（もしくはイメージすること）でエネルギーが流れるようにするか、あるいはその両方を実行してください。大部分の人は Fusion とは簡単かつ即座に繋がることができ、他の方法を単体で使うよりもエネルギーが増大したと感じるようです。

Fusion は効き目がすばやく現れるので、一般的には他の方法を単体で使う場合よりも三分の一程度の時間しか必要とせず、アチューンメントを受け取るときも送る場合でも非常にすばやく済む傾向があります。Fusion ではこれが通常の状態です。これは、遠隔治療や遠隔アチューンメントで使った場合に、最も効果があります。対面の手かざしで相手に送る場合は、遠隔のときよりもエネルギーの流れが若干ゆっくりになりますが、是非自分自身で試してみて、この強い力の源を使用した、あなたにとって最適な効用を発揮するテクニックを見つけるようにしてください。

このシンボルを描くときの書き順はありません。むしろ、書き方を直感的に探すことが、このエネルギーに繋がったり、アクセスしたりするプロセスの一部になっています。Fusion に描き方を教えてもらえばいいのです。Fusion 自身が一種の意識を有しているので、何か特別な努力をしなくても、ヒーリングや瞑想、マニフェスティング(マジック)、祝福、浄化にこのシンボルを使うことができるでしょう。

私は、みなさんが Fusion について実験を行い、新しい使い方を見つけ、それを他の人と共有してくれることを望んでいます。もしこのシンボルを使って顕著な効果を持つテクニックを発見したときは、storm@reiki-revolution.uni.cc にメールを送り、Fusion を使ったあなたの体験談を私に教えてください。このシンボルとそれが持つエネルギーの中には莫大な知識が詰まっているという話を他の方から聞いています。多くの新しいテクニックがきっと生まれてくるでしょう。私はそうしたテクニックを、自由に無料で、一切の規制や制限をつけずに、すべての人に利用可能にすることを望んでいます。

私は、どのような形式であれ、あなたが妥当と思うやり方で、このシンボルとそれが持つエネルギー、ならびに "Fusion Reiki" という名前を使うことを全面的に許可しますが、ただひとつ条件があります。Fusion を使ったり、Fusion のアチューンメントを行ったり

する際に、決して誰に対しても料金を課さないでください。寄付（金額を定めない寄付）をお願いしたり、等価交換やなんらかの交換を示唆することは結構です。しかし、私は、お金の持つ極めてカオスなエネルギーを Fusion から出来る限り遠ざけたいのです。

あなたに明るい祝福があらんことを、そしてあなたの旅が愛と光と平和にいつも満たされたものでありますように！

セルフ・アチューンメントの方法

（このセルフ・アチューンメントの技法には、紙とペンもしくは鉛筆が必要になります。）

目を閉じて、大きくしっかり気持ちよく息を吸って、リラックスします。リラックスして心を軽やかにする瞑想テクニックをご存知なら、いまそれを使ってください。もしご存知ないなら、この文書の後半で紹介している簡単なテクニックを使うこともできますし、もしくは数分間呼吸に意識を集中するようにしてください。いまそれを実行し、準備が整ったと感じたら、目を開けてこのページに戻ってください。



気持ちが落ち着いたところで、このページの上にあるシンボルを見てください。そして、それがあなたの心を満たしていくのを受け入れましょう。その形や、線や、躍動感に注目してください。そしてその名前を呼んでみましょう。「フュージョン (Fusion)」です。結構です、よく出来ました。このシンボルの奇妙な形状を以前よりも明確に意識できたら、次に、あなたの「エネルギー的な身体」を適切な状態に置いてオープンにしましょう。この意味が分からなくてもかまいません。既にそれが起こっているのだと信頼してください。そうすると、その状態がいま極めて簡単に達成できていることに、うれしい驚きを感じるでしょう。難しいことは何もありません、とても普通の出来事です。既にエネルギーがあなたの周囲や内側を流れているのを感じ始めるかもしれません。頭頂部周辺がチクチクし始めるかもしれません。そして、このときに両手の平に意識を集中させると、普段とは全く違うある種の感覚を得て驚くことでしょう。おそらくそれは暖かさであり、通常はそこにあるはずのない、チリチリと震えているような暖かさです。それはとても心地よい、とても心を穏やかにしてくれるようなものです。一分間ほど座って、Fusion で意識が完全に満たされた状態をとりながら、もっと心を開いて、いまやあなたの感覚を覆い尽くさんとするその深いエネルギーの波動に同調するようにしてください。そして準備が整ったときに、紙にそのシンボルを描き始めます。

その時が来たと感じたら、シンボルを描き始める準備をしましょう。描く順序は直感に任せてください。最初に感じた事柄は何でしたか？描き始めるのに最適な場所は何処でしょうか？もう一度大きく楽に息を吸って、間断なく湧いてくるエネルギーに身を任せます。そして、それが終わったら、アチューンメントが一気に高速度で開始されるので、再び目を閉じて、この非常に強力なヒーリングエネルギーのフルパワーが完全に顕在化して、あ

あなたの肉体を適切な状態にし、力で満たし、純粋なヒーリングの光へと変換していきます。そのエネルギーとともに好きなだけ時間を過ごしてください。心の中でその絵を完成させたことが分かったら、今度は実際に描き始めてください。

Fusion の絵は特別な場所に保管してください。それは、いつでもあなたに幸運と、ヒーリングと、守護と導きを与えてくれるでしょう。おめでとうございます。ナマステ。

以下の記事は、Storm 師のオリジナルで、現在ダウンしたままの Reiki Revolution ウェブサイトから転載したものです。彼は、これを 9・11 事件のあとでパブリック・ドメインとしてリリースしています。

レイキ瞑想テクニック 瞑想とマントラ

by Rev. Jason Storm

レイキ瞑想

瞑想の訓練は、どのような領域であれエネルギーを使うヒーラーにとって、とても重要な事柄です。（職業そのものに関わらず、すべての人にとって重要だと主張する人もいます。）少し時間を取って瞑想することで、あなたのオーラ空間が拡張され、あなたが送ったり受け取ったりするエネルギーの量も増えます。瞑想は血圧や心拍数、呼吸の回数を下げ、血流の酸素濃度を改善することが証明されています。毎日数分間の瞑想を行うだけで、身体が効率よく働き、体の負担が減少します。レイキを使いながら瞑想すると、瞑想の効果だけでなく、レイキのヒーリングエネルギーという追加効果も得られます。将来、Taokan Advanced Reiki を学びたいなら、Chi Gong やその他の Taoist の体内アルケミーのエクササイズを学ぶことになるでしょう。これはあなたの体調を劇的に改善するもので、不死に至れるかもしれないくらいのもので、でも、いまのところは、最も基本的な瞑想テクニック、サンスクリット語でシャマタ・ヴィスパスヤナ (Samatha-Vispasana)、ここタイの僧侶からはサマティ (Samadti) と呼ばれている方法から始めましょう。この伝統的な名前を覚える必要はありませんので、「呼吸を数える」方法とでも呼んでいただいて結構です。

シャマタ・ヴィスパスヤナ瞑想（呼吸を数える方法）

脚を伸ばして背中を何かで支えた状態にして楽な姿勢で座ることから始めましょう。胡坐や蓮華座でこの瞑想をしたい場合は、固めのクッションか枕を椅子代わりにするようにしてください。僧侶の多くが、適切な姿勢と支えに注意を払わなかったことで、何年も座って瞑想しているうちに背中を痛めています。背骨を無理のない程度にまっすぐ伸ばし、頭は水平でまっすぐに、あごを少し引いて頸椎をまっすぐにして座ります。両手は太ももの上の楽な位置に置きます。掌は上に向けても下に向けても、あなたのお好きな方で結構です。それでは、呼吸に意識を集中させるようにしましょう。機械的に呼吸をすることは避けて、ゆっくりと自然に、なによりも無理のないようにしてください。腹部を広げたり引っ込めたりして、お腹で呼吸をしましょう。お腹以上に肩が動いてしまうようなら、まだリラックスしてリズムに乗っていません。お腹を前後させるだけでなく、横隔膜を押し下げて腹部を外側に広げるようにしましょう。肺を新鮮な空気で満たし、あなたの体が何よりも求めているのはその新鮮な空気であることを感じましょう。この方法で、楽に座って呼吸する状態を一分か二分続けます。準備が整ったら、この基本的な瞑想方法の第二段階に移行します。

一定のリズムで呼吸できるようになったら、呼吸を数え始めましょう。数えるのは吐く息だけで、一回息を吐くごとに10から1までカウントダウンします。この目的は、吐く息を10から1まで反対に数えることだけです。10から1まで数え終わったら、もういちど10から始めます。途中で数が分からなくなったら、10からもう一度始めましょう。気持ちを逸らさずに10から1まで数えることができ、それを3回できたら（30回息を吐いたら）、あなたはこのエクササイズをマスターしたことになります。簡単でしょう？実際に数分間やってみて、そのあとで再度この文書に戻ってください。

どうでしたか？簡単でしたか？もしあなたが、これまで（意識的に）瞑想をしたことがない大部分の人と同じであれば、おそらく簡単ではなかったでしょう。何か別のことに気持ちが向いてしまって、数えていた数字を忘れてしまった、という感じでしょうか？気にすることはありません。練習が必要なことが分かっただけです。このエクササイズの鍵になるのは、気持ちが移ろい始めたときに「自分を捕まえ」て、あなたの意識をやさしく呼吸へと連れ戻すことだけです。

シャマタ・ヴィスパスヤナのこれに特化したバージョンとしては、呼吸をしながら余計な思考が出てくるのを待って、そのときに意識を呼吸に戻すというのがあります。あなたの無意識が、ひとつの事柄（ここでは呼吸です）に意識を集中しようとしているあなたの真剣さを最終的に認識したなら、無意識は余計な思考をあなたに飛ばすのを止めて、あなたの瞑想訓練は短期間で飛躍的に上達するでしょう。それをマスターするまで、1日20分をこのエクササイズに費やすようにしてください。

呼吸を数えるというこの簡単な方法を20分間気持ちを逸らさずに続けることができたなら、あなたの集中力は飛躍的に向上し、体調もよくなり、身体も頭脳もよい効率的に働くようになるでしょう。通常意識から瞑想意識に状態が変化したときに、息を吐いてから吸うまでの間隔がだんだんとゆっくりになってきますから、それによってあなたの進歩の状態を計ることができます。目が少し潤むかもしれませんし（これは解毒効果のシンボルです）、あなたの内部の耳が少しチクチクするかもしれません。でもこれは異常ではなく、解毒が完全に済むと消え去ります。瞑想を終えると、とても深く落ち着いてリラックスし、感覚が明晰になり、身体が穏やかで生気を持ち、これまでで最も深い眠りから醒めたあのような気持ちを感じることでしょう。瞑想体験はかなり特殊な言葉で記述されることが多く、分かりやすい形で正確に描写することは困難です。ですので、是非自分自身で体験してみてください。

呼吸を数えるというこのテクニックは、シンプルでありながら、どのような瞑想法を始めるのにも効果的な方法であり、十分な練習を積み重ねれば、吐く息を10回数えただけで中級程度の瞑想状態に入ることができるものです。是非この方法をマスターしてください。そうすれば他のあらゆる瞑想テクニックを覚えるのもずっと容易になるでしょう。

レイキヒーリング瞑想

まず「呼吸を数える」方法を使って、落ち着いた瞑想状態を確立してください。準備ができれば、レイキを開いて、それがあなたの体を輝くヒーリングエネルギーで満たすようにしてください。まず最初に、意識が背骨と仙骨のあたり（これは背骨が骨盤に繋がっている部分）に意識を置くようにしてください。そこは、エネルギーが自然と集まってくる

場所で、レイキも流れやすくなっています。そこにエネルギーが集まって輝き、あなたの体全体に行き渡る様子をイメージして感じてください。息を吸い込むときは、レイキが頭頂後部に入り、背骨を下っていき、仙骨に達するのを感じましょう。息を吐くときは、身体がこのすばらしいヒーリングの光を吸収して、それが体全体に行き渡るのを感じてください。そして、この瞑想の次の段階に行く準備が整ったと感じるまで、そのまま数分間、レイキの呼吸をしてください。

(次のパートを実行するときは、毎回正確に同じ順番で実行することが大切です。肺、腎臓、肝臓、心臓、脾臓、膵臓、胃の順です。) もしあなたが、レイキのセカンドディグリーのアチューンメントを受けていて訓練も済んでいるなら、エクササイズをするときに各臓器で CKR シンボルをイメージしても結構です。(そして、解毒効果を大きく増強したいときは、他の2つのシンボルも送ってください。)

準備が出来たら、意識を肺に向けましょう。息を吸ったときは、肺がレイキで一杯になるようにします。レイキが肺に拡がってすべての細胞に浸透するのをイメージしながらしばらく息を止めて、肺が内側から外側へと癒されていく様子を思い描き、感じ取ってください。そして息を吐くときは、肺に溜まっている毒素が吐く息と一緒に出て行くようにしましょう。お好みで、それらの毒素を、暗色、灰色、茶色、あるいは黒のガスが吐く息を通じて放出される様子をイメージしてもいいでしょう。再度レイキを肺に深く吸い込み、肺がリラックスするのを感じてください。色のイメージを重視する方は、肺の中のレイキを白い光だと思ってください。通常ならこれを3回、解毒するときは6回から9回繰り返してください。

準備が整ったら、意識を今度はあなたの背中下部の中央、背骨の両側のあたりにある腎臓に向けましょう。息を吸ったときに、両方の腎臓がレイキで満たされ、内側から癒されるのをイメージしてください。腎臓にあるレイキは活発な青いエネルギーに見えるでしょう。息を吐くときは、毒素があなたのルートチャクラと足の裏から吐く息とともに放出されるようにイメージしてください。腎臓が柔らかくピンク色で正常な状態に戻ったことをイメージしましょう。レイキがあなたの腎臓を癒して再活性させているときに、そのレイキの働きを感じてください。通常の瞑想ではこれを3回、解毒するときは6回から9回繰り返してください。

さらに、準備ができたなら、今度は体の真ん中あたりから腹部にかけての位置から、少し右下寄りのあたりにある肝臓に意識を集中させましょう。そして、肺や腎臓のときと同じように、吸う息とともにレイキが、明るい活発なグリーンのエネルギーとして肝臓にどっと流れ込み、内側から癒し、吐く息と一緒に毒素を放出する様子をイメージしてください。

準備が整ったら、今度は、意識を次のそれぞれの臓器に集中させて上記手順を繰り返します。胸の上部の左寄りにある心臓には明るい赤色のエネルギーが、腹部左よりにある脾臓とその下の中央寄りにある膵臓と胃に明るい黄色のエネルギーが流れ込むでしょう。レイキが臓器に流れ込んで、癒して満たされ、レイキが拡がってすべての細胞に浸透するのをイメージしながら息を吸った状態で止めて、次に息を吐いて、吐いた息が毒素を排出するのを感じるのを忘れないでください。毎日練習するときは、臓器ごとに3回の呼吸をするか、もしくは、器官の状態を清浄にして体の内側からすばやく安全な方法で癒したいと思うときは、臓器ごとに6回から9回の呼吸をするようにしてください。(臓器の正確な温度を維持するために) 毎回同じ順番で行うこと、そして、どの臓器も同じ回数だけ行

うこと（たとえば、肺は3回なのに腎臓を6回、肝臓を9回といった回数で行わないこと）が非常に重要になります。バランスに心を砕き、それぞれの臓器で同じ回数だけ吸う息を繰り返すようにしてください。このレイキ瞑想は、Taokan Advanced Reiki” トレーニングの期間中、完全な形で教えられた Taoist 講習の ”Six Healing Sounds” という瞑想方法を簡易化したスペシャルバージョンです。

この瞑想が終了したら、座ったままリラックスして、レイキのすばらしい感覚に浸りましょう。瞑想直後は心身に負担をかけるようなことは避けて、時間をかけてあなたの体と心が、その時々的心身のペースにあわせて「通常の意識状態」に戻るまで待ちましょう。この瞑想を毎日2週間続けて練習してください。そうすれば、この瞑想は、あなたの心の状態と、毎日の生活で過ごす時間の密度とに、信じられないほどの変化をもたらしてくれるでしょう。

日本語訳について

Copyright 2009 久須木謙
<http://www.camphortree.jp/>

この日本語訳は、Element Energy Center に掲載されている Fusion Reiki の記事とほぼ同一内容のPDFファイル（编者不明）を原本としています。

この文書の作成には、原作者から直接の翻訳許可を得ていません。というのも、この文書の元の掲載サイトが消えている現状で、原作者にコンタクトを取る方法がなく、翻訳の明示的な許諾を得ることができないからです。

しかし、本文中の使用許諾の文言が極端に広範であることから、Fusionの解説の翻訳についても、それを無料で公開する場合は、原作者の意思に反するものではないと考えました。また、文書の後半は、パブリック・ドメインと明示されているので問題ないと思われます。

なので、この日本語版についても、原作者の使用許諾に従って、金銭の授受を介さずにお使いいただければと思います。どのような形式であれ、課金する行為の一部として利用・配布しないようお願いいたします。

なお、原本とした英語版は、以下になります。
<http://www.camphortree.jp/documents/Fusion.pdf>