

دوره پاکسازی بیست و یک روزه - فاصله درجه یک و دو در ری-کی

تابحال نشانه‌ای از وجود چنین تعالیمی در مکتب اوسویی دیده نشده است و برعکس در تعالیم غربی‌ها به فراوانی از آن صحبت می‌شود. خیلی‌ها درباره این پاکسازی‌ها کنجکاو هستند. پاکسازی شخصی با انجام اتیونمنت ری-کی شروع می‌شود. چهره این پاکسازی‌ها در بدن می‌تواند به صورت اسهال، افزایش گازهای معده، سرماخوردگی و بی‌حوصلگی باشد. در عین حال خیلی از افراد هیچ نشانه‌ای از این قبیل ندارند. آنچه مهم است، تمام این اثرات نتیجه سم زدایی است. بسیاری از این تغییرات تا بیست و یک روز بعد از اتیونمنت گزارش شده است. در مقابل، بسیاری از افراد در شب‌های بعد از اتیونمنت خواب‌های زنده و خوبی می‌بینند.

پس در حقیقت این دوره بیست و یک روزه مدتی است که بدن برای پاک کردن خود نیاز دارد. عده‌ای از مربی‌ها بیست و یک روز بین درجه یک و دو فاصله می‌دهند. هیچ قانون یا دلیلی برای این کار وجود ندارد. یعنی نمی‌توان گفت تا وقتی شخص این پاکسازی را کامل نکرده نمی‌تواند به درجه دوم وارد شود. پاکسازی چاکراها بعد از دریافت اتیونمنت شروع می‌شود و در این مدت شخص به خوبی قادر است از ری-کی استفاده کند. آنچه در فواصل درجه یک و دو مهم است تشخیص خود شخص است. عده‌ای احساس می‌کنند فردای روز درجه اول می‌توانند وارد درجه دوم شوند. عده‌ای دیگر چند روز، برخی همین بیست و یک روز و برخی دیگر ماهها برای آماده شدن زمان نیاز دارند.

مصرف آب فراوان کمک بزرگی برای کامل شدن این پاکسازی است. مربی باید به افراد تذکر دهد که این پاکسازی تا مدتی می‌تواند حال آنها را بدتر کند. چنانچه حال شخص به ظاهر بدتر شد باید با مربی تماس بگیرد تا برای دادن ری-کی به او کمک کند. از سوی دیگر نشانه‌های حاد بیماری باید به پزشک رجوع داده شود چه بسا کمترین ارتباطی با ری-کی نداشته باشد. چنین پاکسازی‌هایی در بسیاری از تجارب روحانی دیده می‌شوند. معمولاً این دوره‌های بیست و یک روزه را به سه بخش تقسیم می‌کنند:

- هفته اول: برای رشد شخصی، جنبه‌های خصوصی زندگی و کار کردن روی آنها.
- هفته دوم: کار روی روابط و زندگی اجتماعی.
- هفته سوم: جنبه‌های روحانی زندگی و تحولات معنوی.

وقتی اتیونمنت تمام می‌شود، این چرخه شروع می‌شود و تاثیر خود را روی بدن فیزیکی و غیرفیزیکی اعمال می‌کند. برخی دیگر برای روزهای هر هفته برنامه‌ای به این صورت پیشنهاد می‌کنند:

- روزهای 1 و 8 و 15: چاکرای اول: حمایت‌ها و بدن فیزیکی
 - روزهای 2 و 9 و 16: چاکرای دوم: سکس، خلاقیت، صمیمیت و نزدیکی:
 - روزهای 3 و 10 و 17: چاکرای سوم: احساسات ناحیه شکمی و احساسات نسبت به بقیه مردم.
 - روزهای 4 و 11 و 18: چاکرای چهارم: قلب، تیموس، عشق به خود و دیگران، رحم و شفقت.
 - روزهای 5 و 12 و 19: چاکرای پنجم: گلو، بیان و ابراز خود، مسئولیتهای زندگی.
 - روزهای 6 و 13 و 20: چاکرای ششم: اعتقادات، بینش‌ها و دوراندیشی‌ها- قصدها.
 - روزهای 7 و 14 و بیست و یک: چاکرای هفتم: تمامیت در زندگی- هماهنگی قصد و عمل
- اگر در مرحله سم زدایی شاگردان نیاز به دریافت ری‌کی داشته باشند، مربی باید به آنها ری‌کی بدهد و از آنها حمایت کند.
- برای دریافت اطلاعات بیشتر در مورد پاکسازی‌ها به مقاله تحقیقی "بحران‌های درمانی" مراجعه فرمایید.

سال هزار و سیصد و هشتاد و یک

رضا صادقی: استاد ری‌کی سنتی

مقاله برای درجه مربی‌گری

هرگونه نقل و برداشت از این مقاله بدون اجازه نگارنده ممنوع است.