

# Giving Thanks Empowerment



instructions

(日本語版)

**brought to you by  
elemental reiki  
[www.elementalreiki.com](http://www.elementalreiki.com)**

# ギビング・サンクス・エンパワーメントについて

アメリカには、11月になると感謝祭(サンクスギビング)と呼ばれるすばらしい祝日があります。その日は、アメリカ人の家族や友人たちが集まって、お互いを認め合い、人生を祝福します。他の国にも似たような祝日があります。カナダ人にはカナダ人の感謝祭の祝日がありますし、ヨーロッパでは秋の収穫時に収穫祭をして祝います。

ギビング・サンクス・エンパワーメントは、感謝祭の祝日から発想を得たものです。つまり、一年中毎日、『感謝祭』に参加すればいいんじゃないのか、ということです。

感謝を捧げることは、私たちの生活のなかの美德を失わないようにする手助けになりますし、私たちのエネルギーをネガティブではなく、ポジティブな方向にシフトさせてもくれます。感謝の気持ちを経験することで、私たちはより正直になれますし、自分や他人との人生においても、よりよい行いをすることができます。

# 使い方について

このエネルギーは、瞑想状態で使用します。自分に向けてこう言います。「私は、〇〇に感謝します。」この〇〇の部分にあなたの人生で感謝していることがらをすべて入れましょう。そして、感謝のエネルギーがあなたの周囲をとりまき、あなたの人生を祝福しているのを感じてください。

あなたが受け取ったものを祝福するには、そのものに両手のひらを向けて、「私はあなたに感謝します。」と言いましょ。これは、人に対しても有効です。また、食事の前に食べ物に対してこれを行うのもよいでしょう。

このエネルギーをさらに進めて、それほど感謝の気持ちを抱けないものに対しても、感謝を試みてください。台所の詰まった排水管に感謝しましょ。あなたの壊れてしまった車に感謝しましょ。ラッシュアワーにあなたが巻き込まれた交通渋滞に感謝しましょ。あなたを怒らせた元彼氏に感謝しましょ。クレジットカードの負債に感謝しましょ。そして、これが『問題』に対するあなたのエネルギーをどのように変化させるか見てみましょ。

# アチューンメント

あなたのハイヤーセルフと繋がり、次に受け手のハイヤーセルフと繋がります。ギビング・サンクス・エンパワーメントのエネルギーと繋がるよう求めます。それは、光の金色の球のように見えるでしょう。

対面の場合は、伝統的なアチューンメントの方法を使って、光の球を各チャクラに送りましょう。

遠隔の場合は、その人が自分の目の前にいるとイメージして、受け手に光りの球を送りましょう。

アチューンメントは、何時でも何度でも行うことができます。

このエネルギーは、誰もが無償でシェアできます。ただ、もしレイキを実施する際に複数のアチューンメントを実行する場合は、その人に適したアチューンメントを提供する対価を取ってもかまいません。

**このPDFは、改変を一切加えない状態で、  
必要に応じて、自由に配布してかまいません。**

## **著作権表示**

この文書は、著作権により保護されています。

この文書は、一切の改変を加えない場合においてのみ、自由に他人と共有することができます。如何なる理由であれ、この文書の全部または一部を、著作権者の許可なく二次的に出版、頒布、使用することを禁止します。

あなたに対価を支払ってアチューンメントを受ける者に対し、このマニュアルを配布することができますが、対価を取ってこのマニュアルだけを販売することは禁じられています。

このエネルギーの使いかたを他人に教えるために、完全に自分自身の言葉だけをつかってご自分の文書を作成することは可能です。

また、このエネルギーをつかって新しいエネルギーシステムを作成することもできます。

その際は、Elemental Reiki のクレジットと Element Reiki のサイトへのリンクを記載するようお願いいたします。

翻訳のガイドラインについては、以下を参照してください。

<http://www.scribd.com/doc/25465440/Elemental-Reiki-Manual-Policy>

よろしく申し上げます。

## **その他のアチューンメント**

Elemental Reiki では、これ以外にもレイキアチューンメントやレイキシステムを扱っています。

[www.elementalreiki.com](http://www.elementalreiki.com)

## 日本語訳について

Copyright 2013 久須木謙  
<http://www.camphortree.jp/>

この文書は、原著作者の使用許諾条件に基づいて作成されています。  
配布条件については、原著作者の著作権情報に従ってください。

なお、原著作者の使用許諾条件に基づき、原文を以下に追記します。

# Giving Thanks Empowerment



instructions

**brought to you by  
elemental reiki  
[www.elementalreiki.com](http://www.elementalreiki.com)**

# About the Giving Thanks Empowerment

America has a wonderful holiday each November called Thanksgiving. It is a time where Americans come together with family and friends to show appreciation for one another and for the blessings of life. Other countries also have similar holidays. Canadians have their own Thanksgiving holiday and in Europe people celebrate the fall harvest with harvest festivals.

The Giving Thanks Empowerment is inspired by the Thanksgiving holiday - why not participate in "Thanksgiving" all year long?

Giving thanks helps reminds us of the good in our lives and helps shift our energy towards the positive instead of the negative. By experience a feeling of gratitude we are more open and able to create more good in our lives and the lives of others.



# Activating the Empowerment

Use this energy in meditation. Say to yourself “I give thanks for...” and then add all the things in life you are grateful for. Feel the energy of gratitude surrounding you and blessing your life.

To bless an object you have received, direct the palms of your hands towards that object and say “I give thanks for you.” You can also do this for a person, and it's great to do this to your food before a meal.

To go even further with this energy, try to give thanks for things you might not feel so grateful about. Give thanks to the backed up sink. Give thanks to your broken down car. Give thanks to the traffic you are stuck in during rush hour. Give thanks to your ex who is driving you crazy. Give thanks to your credit card debt. Notice how this shifts your energy towards the “problem.”

# Attunements

Connect to your higher self, and then the higher self of the recipient. Ask to connect to the Giving Thanks Empowerment energy. See it as a golden ball of light.

Use your traditional attunement method if in person to send the ball of light into the chakras.

Via distance, imagine the person in front of you as you send the ball of light to the recipient.

There is no time-limit or limit on re-attunements.

This energy can be freely shared with anyone, and it is also OK to charge for providing a personalized attunement if you offer attunements as part of your Reiki practice.

Please share.  
You may distribute this PDF (intact) freely as you see fit.

### **Copyright Notice**

This manual is protected by copyright.  
You can share this manual freely provided it is left *entirely intact*.  
You may not independently reprint, republish, or reuse the words in this manual for any reason.

You can give this manual to students that have paid you for an attunement, but you cannot resell this manual separately.

You are welcome to create your own manual,  
written entirely in your own words,  
to teach people how to use this energy.

Please give credit to Elemental Reiki with a link to the website at:  
[www.elementalreiki.com](http://www.elementalreiki.com)

You are also welcome to use this energy to create a new energy system.

For translation guidelines, please read:  
<http://www.scribd.com/doc/25465440/Elemental-Reiki-Manual-Policy>

Thank you.

### **Additional Attunements**

More Reiki attunements and systems are available at Elemental Reiki:  
[www.elementalreiki.com](http://www.elementalreiki.com)