

Introdução
Nível 2

Reiki

A Transformação

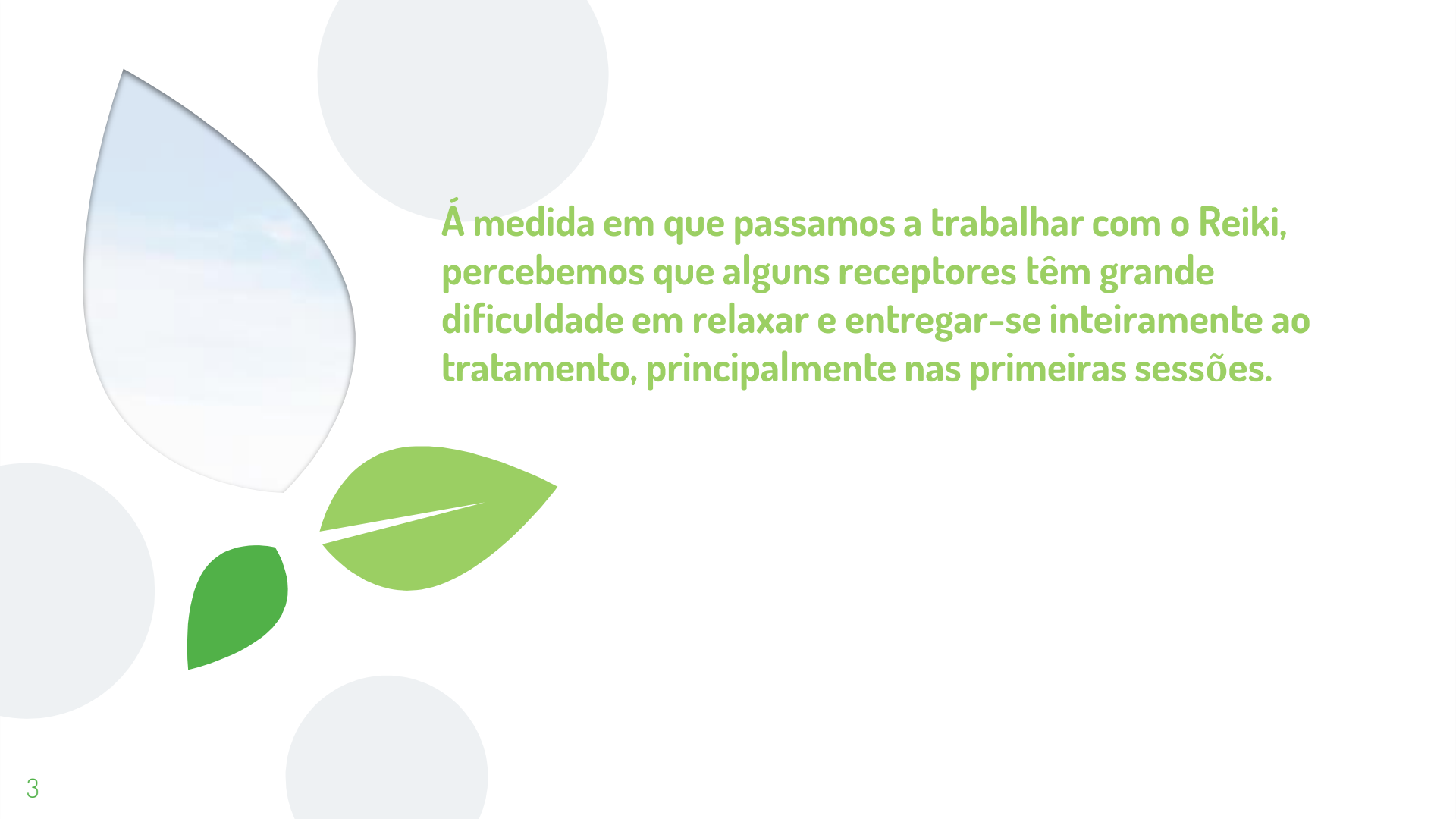


靈

氣



7. Relaxamento e Reiki

The background features a large, light blue water drop on the left side. Below it are two green leaves of different sizes. Scattered around these elements are several light gray circles of varying diameters. The text is positioned to the right of the water drop and above the leaves.

À medida em que passamos a trabalhar com o Reiki, percebemos que alguns receptores têm grande dificuldade em relaxar e entregar-se inteiramente ao tratamento, principalmente nas primeiras sessões.

- Realize todos os procedimentos preparatórios usuais;
- Após o alisamento da aura, trace um CKR no Chákra Coronário do receptor visualizando-o entrando até a altura do Cardíaco;
- Ainda posicionado na cabeça do receptor, trace os símbolos na altura do Chákra Frontal (trace-os com a mão em concha e faça um movimento como se os apanhasse e os inserisse no Chákra Frontal do mesmo);
- Vá até os pés do receptor e novamente trace os símbolos. Sinta que a energia cósmica está impregnando todos os corpos do receptor, preparando-o para a sessão;
- Com uma voz suave e tranquila, solicite ao receptor que focalize sua respiração, respirando lenta e profundamente, focalizando cada etapa de sua respiração (inspira, retém, exala, retém). Harmonize, você também, sua respiração;
- Quando você solicitar ao receptor que relaxe uma parte de seu corpo, direcione a energia à ela, permanecendo com suas mãos a uma distância de 5 cm do corpo dele, não é necessário que o receptor vire de bruços ao relaxar as costas, apenas mentalize a energia impregnando suas costas.

Comece então, a induzir o relaxamento, da seguinte forma:

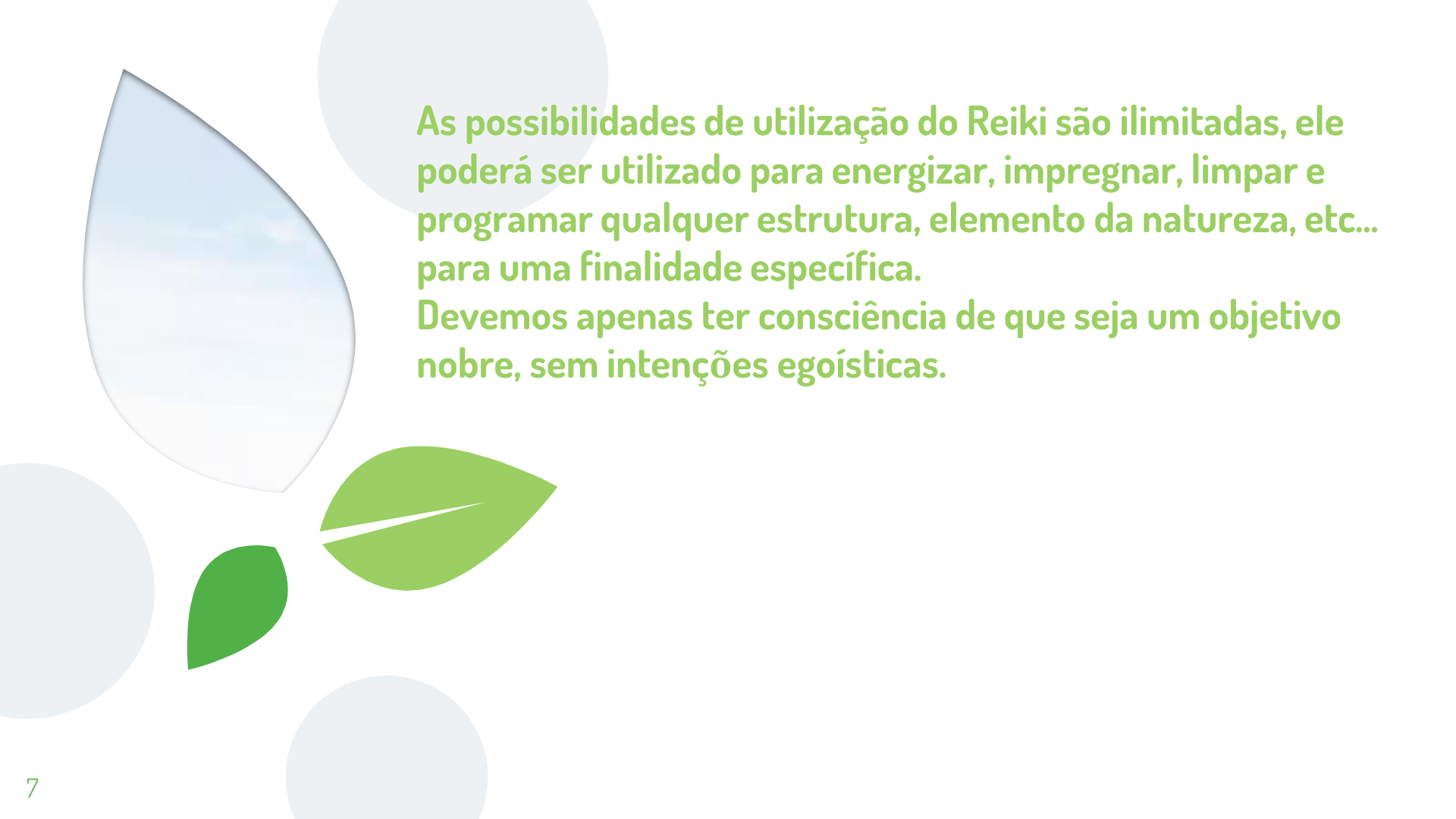
- Comece a relaxar cada parte de seu corpo;
- Quando eu me dirigir a uma parte, leve toda a sua consciência à ela, como se somente ela existisse, nada mais, e relaxe-a inteiramente, completamente;
- Dirija-se para seus pés, relaxe inteiramente os seus pés (dedos dos pés, planta, calcanhares, tornozelos). Sinta seus pés, inteiramente relaxados;
- Dirija-se para suas pernas, dos tornozelos até os joelhos. Relaxe inteiramente suas pernas;
- Dirija-se para suas coxas, dos joelhos até os quadris. Relaxe inteiramente suas coxas;
- Dirija-se para seus quadris, toda a área de seus quadris. Relaxe suas nádegas e órgãos genitais;
- Dirija-se para o seu abdômen. relaxe os músculos do abdômen e órgãos internos;
- Dirija-se para o seu tórax. Relaxe toda a área de seu tórax
- Dirija-se para as suas costas (da base da coluna até o pescoço). Relaxe os músculos das costas e vértebras da coluna;
- Dirija-se para os seus braços. Relaxe os dedos, mãos, pulsos, antebraços, cotovelos, braços, ombros;
- Dirija-se para o seu pescoço. Relaxe os músculos do pescoço, garganta, cordas vocais;
- Dirija-se para sua cabeça. Relaxe seu queixo, maxilares, boca (a língua deve estar solta), nariz, faces, orelhas, testa, nuca, topo da cabeça;
- Você está inteiramente relaxado;

靈

氣



Programações
Especiais



As possibilidades de utilização do Reiki são ilimitadas, ele poderá ser utilizado para energizar, impregnar, limpar e programar qualquer estrutura, elemento da natureza, etc... para uma finalidade específica.
Devemos apenas ter consciência de que seja um objetivo nobre, sem intenções egoísticas.

Programando o Travesseiro

Muitas vezes temos dificuldade de ter um sono tranquilo e reparador ou nosso tempo é insuficiente para o mesmo.

Podemos, então, programar nosso travesseiro (ou de outra pessoa que o solicite) para que tenhamos um sono tranquilo e reparador e que o tempo que temos disponível para o sono equivalha ao que necessitamos. Podemos também programá-lo para que o usuário abandone um determinado vício ou compulsão.

- Pegue o travesseiro entre suas mãos;
- Mentalize ou trace os símbolos 3 e 2 (com seus respectivos mantras);
- Mentalize a programação (três vezes);
- Mentalize ou trace o CKR (com seu respectivo mantra);
- Permaneça 10 minutos aplicando Reiki no travesseiro.

Programando um Livro

Esta técnica possibilita que tenhamos uma maior compreensão do conteúdo do livro programado, facilitando a leitura e assimilação do mesmo.

- Pegue o livro em suas mãos;
- Mentalize ou trace os símbolos 3 e 2 (com seus respectivos mantras);
- Mentalize a programação (três vezes) “Estou impregnando este livro com a energia cósmica, para que a essência do conhecimento nele contido, seja absorvida pelo meu subconsciente e que eu possa acessá-la sempre que necessário”;
- Mentalize ou trace o CKR (com seu respectivo mantra);
- Permaneça 10 minutos aplicando Reiki no livro;
- Deixe-o na cabeceira da cama ao dormir (desta forma, durante o sono fortalecerá a sua conexão com ele);

Limpeza e Programação de Cristais

Os símbolos do Reiki são ferramentas de valor inestimável para a limpeza e programação de cristais.

- Segure o cristal com sua mão não-dominante;
- Mentalize o CKR (com seu respectivo mantra) na cor violeta, transmutando as energias deletérias, limpando o cristal. Visualize os símbolo promovendo a transmutação, incorporando-se à pedra, até ter certeza de que ela está limpa;
- Mentalize o SHK (com seu respectivo mantra) na cor verde incorporando-se à pedra, promovendo a cura da mesma, e impregnando-a com energia amorosa;
- Mentalize o HSZSN (com seu respectivo mantra) na cor azul índigo incorporando a pedra, com a intenção de que a mesma transmita energia de harmonia e cura ao ambiente em que ela se encontrar;
- Mentalize, novamente o CKR, selando a programação;
- Permaneça energizando o cristal por 5 minutos;
- Renove a programação quinzenalmente.

Proteção do Carro ou Casa

Esta técnica poderá servir como um alarme e/ou escudo energético.

Tenha em mente que nossa atitude é fundamental. Quando criamos um escudo de proteção, nossa confiança na manifestação o fortalece enormemente.

- Coloque-se à frente de seu carro;
- Trace o HSZS (com seu respectivo mantra);
- Trace o SHK (com seu respectivo mantra);

- Programação: *"Estou programando a manifestação de um escudo energético para envolver esse carro, protegendo-o, assim como, todos os que estiverem em seu interior e quem aproximar-se dele. Este escudo será ativado sempre que for traçado um CKR à frente deste carro."*
- Trace o CKR (com seu respectivo mantra).

Técnica de Licença e Proteção

Esta técnica é especialmente interessante para ser utilizada quando formos entrar em uma mata, floresta, etc...

- Trace os símbolos 3 e 2 (com seus respectivos mantras);
- Mentalize a emissão de energia de humildade, amor, paz, proteção, bondade, alegria e harmonia com todos os seres vivos (físicos e supra-físicos) que habitam o local, solicitando a permissão para entrar;
- Trace o CKR (com seu respectivo mantra);
- Permaneça 5 minutos emitindo Reiki para o local.

Programando um Tratamento

Conforme exposto anteriormente, você poderá programar o tratamento para que se repita quantas vezes for necessário, assim como, de tantas em tantas horas. Porém é aconselhável que se imponha um limite, para que a energia não seja projetada desnecessariamente.

- Vamos criar uma situação: “Fulano de Tal” tem câncer no esôfago e dificuldade em engolir, está preste a colocar uma sonda que permitirá que ele receba apenas alimentos líquidos e/ou liquidificados. Sua medicação para aliviar a dor é de 6 em 6 horas e já não está mais fazendo efeito, a cada 4 horas ele já começa a sentir dor. Ele tem plena confiança no Reiki e está aberto à energia, mas não há possibilidade dele ir ao teu encontro várias vezes por dia e nos horários em que ele necessita de energia, você está muito ocupado e em alguns deles, você está dormindo.

Programando um Tratamento

Você deseja que ele receba Reiki de 4 em 4 horas.

- Lave as mãos;
- Realize a Proteção dos Chákras;
- Faça as Invocações de costume;
- Trace o HSZSN (com seu respectivo mantra);
- Trace o SHK (com seu respectivo mantra);
- Programe por 3 x "Estou enviando Energia Cósmica (ou Reiki), para que “nome da pessoa”, nascido xx de xx de xxxx, que encontra-se na cidade tal (com a licença de Eu Superior) a receba a cada 4h por 24h conforme necessidade, merecimento e liberação cósmica. Que esteja aberto e receptivo e todas as transformações necessárias se manifestem."
- Trace o CKR (com seu respectivo mantra);
- Permaneça enviando energia de 10 a 15 minutos (utilizando a Técnica da Redução ou da Ponte de Luz);
- Agradeça aos Seres de Luz que invocastes pela participação na sessão;
- Lave as mãos (preferencialmente até os cotovelos);

Meditação com os Símbolos

- Sente-se confortavelmente, posicione suas mãos com as palmas para cima;
- Por aproximadamente 3 minutos focalize sua respiração, focalize cada etapa de sua respiração, você inspira, retém, exala, retém... Faça respirações abdominais, (ao inspirar você expande o seu abdômen, ao exalar o contrai);
- Solicite ou invoque a orientação, proteção e inspiração da Hierarquia do Reiki ou do Deus de sua devoção...
- Visualize à sua frente o símbolo HSZSN, na cor azul índigo e repita o mantra correspondente, três vezes;
- Conduza-o até a parte superior da sua cabeça e visualize-o entrando pelo Chákra Coronário e descendo pela coluna até o Chákra Básico. Visualize que todos os chákras se tornam mais luminosos e energéticos a medida que o símbolo HSZSN desce pela coluna. Sinta a energia dos chákras expandindo-se (siga o caminho que o símbolo percorre, perceba como ele atua em cada chákra, sinta o chákra harmonizar-se);

Meditação com os Símbolos

- Visualize à sua frente o símbolo SHK, na cor verde folha e repita o mantra correspondente, três vezes;
- Conduza-o até a parte superior da sua cabeça e visualize-o entrando pelo Chákra Coronário e descendo pela coluna até o Chákra Básico. Visualize que todos os Chákras se tornam mais luminosos e energéticos a medida que o símbolo SHK desce pela coluna. Sinta a energia dos Chákras expandindo-se (siga o caminho que o símbolo percorre, perceba como ele atua em cada chákra, sinta o chákra harmonizar-se);

- Visualize à sua frente o símbolo CKR, na cor violeta e repita o mantra correspondente, três vezes;
- Conduza-o até a parte superior da sua cabeça e visualize-o entrando pelo Chákra Coronário e descendo pela coluna até o Chákra Básico. Visualize que todos os Chákras se tornam mais luminosos e energéticos a medida que o símbolo CKR desce pela coluna. Sinta a energia dos Chákras expandindo-se (siga o caminho que o símbolo percorre, perceba como ele atua em cada chákra, sinta o chákra harmonizar-se);

Meditação com os Símbolos

- Você está inteiramente harmonizado;
- Agora, ao inspirar, você absorve a energia cósmica pelo topo da cabeça, ao reter ela expande-se na altura do umbigo, ao exalar ela distribui-se por todos os centro energéticos, com as qualidades e frequências de cada um dos símbolos, sendo emitida no ambiente em que nos encontramos;
- Visualize o ambiente todo sendo harmonizado, poderá estimular a visualização imaginando que uma luz dourada espalha-se por todo o ambiente;
- Quando sentir o ambiente harmonizado, visualize que essa luz começa a formar um escudo de energia à sua volta, é como uma esfera de energia que se forma que irá proteger-lhe de todo e qualquer mal que possa ser dirigido à você;
- Se em qualquer momento do dia você sentir que o escudo está ficando permeável, basta visualizá-lo novamente e ele se fortalece, isso nos toma apenas alguns segundos;
- Permaneça em silêncio e receptivo às vibrações e inspirações do momento.