

A PAZ DO  
DESPERTAR

Nível 3A

# Reiki

A Transformação

A PAZ DO  
DESPERTAR



Mandalas



**Mandala**, em sânscrito, quer dizer círculo.

A mandala é um dos símbolos mais utilizados Universalmente, maioria das culturas a utiliza.

É utilizada para representar as manifestações, no plano físico e a perfeição no plano espiritual.

Simboliza a imutabilidade das leis cósmicas e a regularidade dos ciclos universais e naturais.

Ao integrarmos esse símbolo a uma visualização apropriada, focalizando suas propriedades esotéricas, é possível criar um laço místico entre os diversos aspectos de nosso ser: físico, emocional, mental e espiritual e os planos superiores da Consciência Universal.

São inúmeras as mandalas conhecidas, utilizadas nas mais diversas culturas. Figuras geométricas, muitas vezes inseridas em um círculo e outras onde ele está subjetivamente representado. Quando utilizadas, criam um campo energético no espaço ao seu redor, beneficiando aos que ali se encontram.

Associada aos Cristais e ao Reiki, torna-se um poderoso instrumento gerador de energias de proteção, harmonização e cura.

## Mandala de Cristais

Uma mandala de cristais pode ser criada com a utilização de um símbolo de cura, como o Hexagrama ou o Antahkarana e oito cristais que servirá para enviar energia Reiki com o objetivo de proteção, harmonização e cura.

Esta mandala poderá ser utilizada para enviar energia para um grupo de pessoas, região ou situações ao mesmo tempo. Isso ocorrerá independente de nossa presença . Sendo necessário, apenas, que ela não seja desmontada antes do tempo previamente determinado e que seja reativada periodicamente (a cada 72 horas, no máximo).

Conforme as demais técnicas de Reiki, as possibilidades são ilimitadas. Ela não se limita a solução de problemas e situações pessoais, mas possibilita nossa integração na transformação, regeneração planetária.

A PAZ DO  
DESPERTAR



Antahkarana e Hexágono



O **Antahkarana** (Antar = interior e Karana = instrumento).

Podemos dizer que é um instrumento de conhecimento interior, representando a ponte entre a mente inferior e superior.



O **Hexagrama** tem origem na mais remota Antigüidade, tendo sido usado, inclusive, pelo rei Davi (estrela de Davi), grupos esotéricos antigos, seitas e ocultistas do passado. Isto não significa que seja um símbolo ultrapassado, pois manterá sempre suas características.



A PAZ DO  
DESPERTAR



Construção da Mandala de Cristal

Prepare um local especial, de preferência que só você tenha acesso, para montar a sua mandala. Esse local pode ser um altar ou qualquer outro lugar que passará a ficar sagrado em sua casa;

Você pode escolher um pano ou cartolina para forrar o local onde será montada a mandala. Caso deseje optar por cores, uma boa opção é o azul escuro que representa o infinito, o cosmos;

Desenhe, pinte, coloque o hexagrama ou o Antahkarana sobre o pano ou cartolina;

Escolha 8 cristais, usando sua intuição;

- seis cristais biterminados;
- um cristal gerador;
- um cristal mestre biterminado;

Purifique-os antes de serem usados (utilize uma das técnicas ensinadas ou outra que conheças para limpá-los);

Programe-os para emitir energia de amor, transformação e cura (conforme exposto anteriormente);

O cristal mestre é o que irá energizar os outros cristais, fazendo a interligação entre os 6 cristais que ficarão nas pontas com o cristal do centro, mantendo a mandala ativada;

Coloque cada um dos seis cristais em cada ponta do hexagrama ou Antahkarana, com suas pontas direcionadas para o centro da figura. O cristal mestre é colocado do lado de fora da mandala. A distância entre os cristais pode variar de 20 a 30 cm, dependendo do tamanho da mandala

Colocamos o oitavo cristal no centro, se for um bipolar ficará alinhado com outros dois; Este poderá também ser uma pirâmide, uma bola de cristal ou um cristal tipo gerador. Não os mova mais para não enfraquecer a conexão energética. O cristal do centro servirá de base para a colocação dos pedidos;

Prepare envelopes, um para cada pessoa, onde serão colocados fotos e cartões com pedidos. No verso da foto e cartões de pedidos devemos desenhar os símbolos DKM, HSZSN, SHK e CKR (com os seus respectivos mantras). Nos cartões devemos colocar os dados pessoais (nomes, endereços), os pedidos e afirmações;

Use afirmações escritas tais como:

- “Eu me permito curar e transformar toda vida ao meu redor”.
- “Eu sou pleno de felicidade e harmonia”.
- “As energias que fluem através de mim se tornam cada vez mais fortes”.

Use sua intuição criativa para gerar novas afirmações.

Os envelopes, com fotos e pedidos, serão colocados debaixo do cristal do centro, eles receberão Reiki da mandala sem interrupção. Não esqueça de colocar sua foto também;

Após a colocação dos envelopes, contendo as fotos e os pedidos debaixo do cristal central, aplique, sem encostar no mesmo, sobre o cristal central, usando os símbolos DKM, HSZSN, SHK e CKR, mais 10 minutos de Reiki;

Segure o cristal mestre com a mão dominante, leve-o ao centro, aponte-o e gire-o sobre o cristal do meio e mova-o para um dos cristais externos, indo de um cristal ao outro, sempre voltando ao centro e retornando ao mesmo cristal, como se estivesse cortando os pedaços de uma torta.

Este processo é feito um pouco acima da mandala, imaginando a energia Reiki saindo do cristal mestre e energizando a mandala. Você pode fazer isto tanto no sentido horário como anti-horário, dependendo de como se sinta. Aqui costumamos girar no sentido anti-horário, em função da energia cósmica girar em espiral neste sentido.

Gire o cristal mestre ao redor da mandala pelo menos oito a dez vezes. Enquanto energiza sua mandala com o cristal mestre, pronuncie ou mentalize uma série de afirmações tais como:

- “Eu energizo esta mandala com luz para curar, curar, curar...”.
- “Eu energizo esta mandala com amor para transformar, transformar, transformar...”.

Repita a mesma operação a cada 72 horas, para manter a mandala ativa e energizada.

Se houver disponibilidade de tempo, se preferir, você, poderá ativá-la diariamente.

Você deverá executar nova limpeza de cristais somente quando mudar ou introduzir um novo pedido debaixo do cristal central.

A PAZ DO  
DESPERTAR



Meditando com os Símbolos

## 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 o DKM na cor branca e repita 3 vezes o mantra
- 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 DKM 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 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.

A PAZ DO  
DESPERTAR




Reiki a Distância



## SUGESTÃO:

### Para enviar Reiki à distancia:

- Sente-se confortavelmente, faça respirações abdominais (ao inspirar expanda o seu abdômen e ao exalar o contraia).
  - Repouse suas mãos sobre suas coxas, com as palmas para cima.
  - Focalize apenas esse momento.
  - Ative a energia através do símbolo ou apenas mentalize a intenção de canalizá-la.
  - Mentalize uma luz dourada impregnando todo o ambiente.
  - Mentalize a intenção de integrar-se ao encontro de Reikianos do Planeta.
  - Ao inspirar, você absorve essa energia pelo seu coronário, ela impregna todo seu ser, e todos os níveis.
  - Ao exalar ela é projetada através de seu cardíaco e suas mãos a todos os participantes deste encontro.
  - Permaneça 10 minutos compartilhando essa dádiva.
- 



## REIKI PARA O PLANETA


Contribuição para a Elevação do Padrão Vibratório do Planeta

Reikianos do mundo todo contribuem para a elevação do padrão vibratório do Planeta, participe também deste serviço, doe Reiki ao planeta, você também ganhará muito com este gesto maravilhoso.

Se você deseja contribuir, serás bem vindo(a).

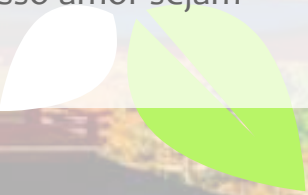
Se você é sintonizado(a) em algum sistema de canalização de energia cósmica, poderá contribuir como canal da mesma.


Se você não é sintonizado(a), mas mesmo assim, deseja contribuir, poderá fazê-lo projetando seu amor.






## Sugestão:

- Harmonize o seu ambiente com as técnicas que costuma utilizar.
  - Dedique cinco minutos a você... utilize sua técnica de centramento habitual.
  - Com sua consciência expandida e inteiramente centrado(a) integre-se ao ambiente, mentalize a intenção de integrar-se à energia de pessoas e grupos que estejam, neste momento, participando deste encontro .
  - Unimos nossas energias, formando um só corpo, para que a vibração do trabalho possa expandir-se e atingir os objetivos almejados.
  - Visualizamos ou imaginamos, uma esfera de energia dourada manifestando-se no centro da sala (ou ambiente em que é realizada esta técnica).
  - Procuramos sentir ao máximo nossos corações unidos e a energia do ambiente nos envolvendo... O fluxo de energia se intensifica cada vez mais.
  - Estamos todos em volta da esfera formando um grande círculo. - Ativamos a Energia Cósmica através dos símbolos que utilizamos, ou simplesmente, mentalizamos que a energia que canalizamos, ou nosso amor sejam enviados para abastecer a esfera...
- 

- 
- Projetamos a energia em direção ao Cosmos para que se forme uma chuva de energia que irá impregnar nosso amado planeta TERRA e todos os reinos e dimensões que a necessitarem, elevado assim, seu padrão vibratório.
  - Permanecemos contribuindo, amorosamente, em devoção e entrega, por aproximadamente 10min.
  - Permanecemos abertos para que, também, possamos receber as dádivas que merecermos e para recebermos as instruções que forem necessárias...
  - Quando sentirmos que é hora de retornar, agradecemos a oportunidade de participar do "serviço", fazemos uma respiração profunda e... lentamente... retornamos à nossa consciência objetiva.
  - Esfregue as mãos e lave-as, preferencialmente até os cotovelos.

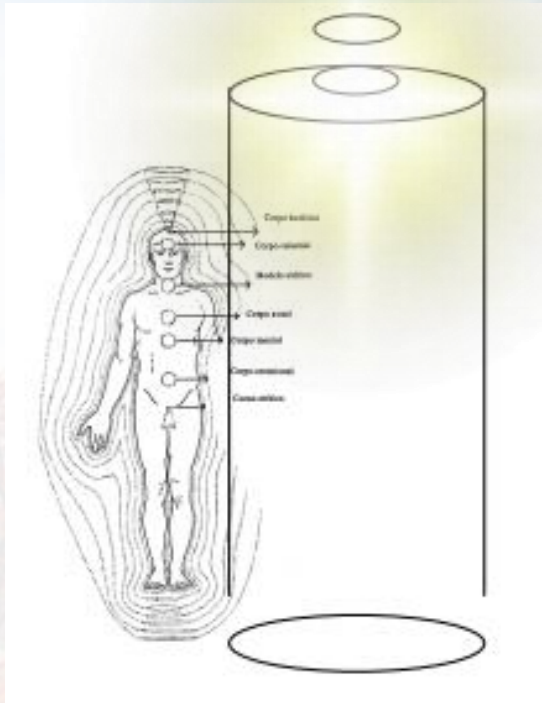
OBS: Se você desejar, você poderá invocar o auxílio e orientação das Hierarquias Planetária e Cósmica e a conexão com os Centros Energéticos Planetários e Galácticos ou dos Seres de Luz, Guias, Mestres Espirituais, Anjos, Mestres Ascensionados ou o Ser Superior em que acredita ou o Deus de sua devoção



A PAZ DO  
DESPERTAR



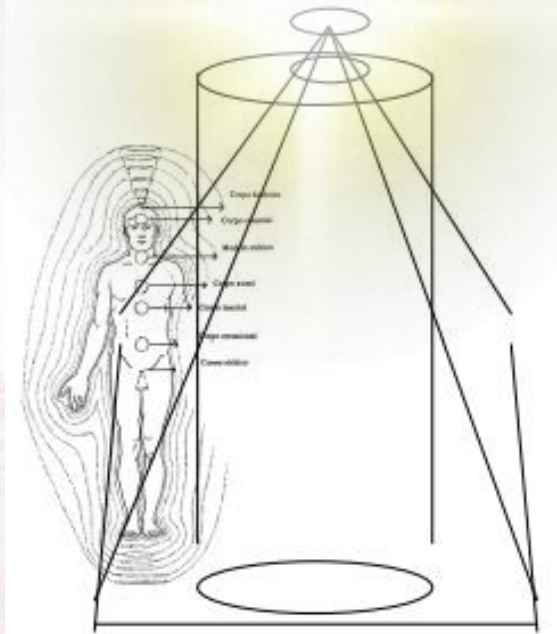
Técnicas de Proteção Energética



## Cilindro de Luz

Imaginar um cilindro de luz protegendo o seu campo áurico, deixando apenas um furo no topo, para receber energia de Deus.

O Cilindro deve conter a cor ou as cores que sua mente intuir.



## **Pirâmide**

Acima do Cilindro de Luz, imaginar uma pirâmide de luz, com a cor ou as cores que sua mente imaginar.

A pirâmide reforça a proteção e complementa a energia necessária para equilíbrio e bem estar.

**Essa defesa psíquica também  
pode ser feita para um ambiente.**



## **Bolha Dourada**

Pode ser usada unicamente para proteger o campo energético.

Também pode ser utilizado sobre o cilindro e pirâmide quando a sua mente intuir.

**Essa defesa psíquica também pode ser feita para um ambiente.**

**Até o próximo módulo!**