

A FAZ DO
DESPERTAR

Facilitando a Jornada do Mestre

Aline Kosuzinski

PREFÁCIO

Perguntas e Respostas, é uma coletânea de textos e debates, para dar condições ao leitor de fazer uma reflexão, analisando o seu comportamento, a partir de fatos acontecidos e sua prática do Reiki.

Quando me dediquei a escrevê-lo, o fiz pelos anos de convívio com o ser humano e pela necessidade de textos que colocassem em ação a nossa máquina pensante, a nossa necessidade de despertar para uma adaptação melhor da prática e da teoria da vida. Não existe a intenção de fazer uma revolução no seu cérebro, mas de analisar junto a você. e que estamos sendo neste mundo tão pendente de reações humanistas.

Para seguir em roteiro, cada pergunta tem uma resposta, que deverá ser ampliado, conforme as necessidades de quem esta analisando, para que haja uma melhor e maior compreensão.

No mundo alvoroçado em que vivemos, não existe lugar para indecisões e desconhecimento do seu próprio “eu”. É preciso que cada uma tenha raciocínio rápido e decisões próprias para distinguir o certo do errado e não ser apenas usado por aqueles que acordaram para os dias de hoje e se aproveitam dos adormecidos.

Finalmente, **Esse Caderno é meu material de estudo**, vem preencher o vazio deixado pela pressa do nosso mundo e dar meios para cada um despertar para a vida e aproveitá-la de forma mais racional, mais convicta e sobretudo mais humana.

Fazer este trabalho é tentativa para facilitar o processo de esclarecimento sobre o Reiki, em um texto baseado em perguntas e respostas. Geralmente são muitos os porquês do REIKI, portanto selecionei as mais comuns.

Conhecer a si mesmo é um tesouro que dá muito retorno, mais do que qualquer conhecimento desorganizado e limitado. A sinceridade, a simplicidade e a autenticidade são elementos essenciais à felicidade.

Sejamos e façamos nós a mudança que queremos ver no mundo. Reiki é corpo e mente saudáveis.

Tenho o intuito de passar para o maior número possível de pessoas o que aprendi, com muito amor, pois os benefícios do Reiki devem ser divulgados para tornar as pessoas mais felizes.

Venha! Espero você para passar os ensinamentos dessa arte antiga de curar, em cursos com duração de 8 horas aproximadamente, ministrados na minha sala de atendimento em turmas de no máximo 4 a 6 pessoas. Venha receber esta ferramenta maravilhosa que auxiliará em qualquer dificuldade trazendo-lhe muita força, amor, saúde, harmonia e acima de tudo muita luz.

Aprender Reiki é se tornar um grande mestre de vida.

“Sua mente é a árvore dos desejos. O que você pensar, mais cedo ou mais tarde se realizará”. Não esquecer do MERECIMENTO.

É preciso encontrar a felicidade dentro de nós mesmos.

O amor não é uma palavra, é uma pessoa.

A aura pode ter tantas cores quanto à própria natureza.

O condicionamento dos corpos mental e emocional, tanto quanto do corpo físico, é determinante para nos mantermos integralmente saudáveis.

O Planeta precisa de paz e cura, e somente nós que o habitamos podemos construir este ambiente.

Uma dúvida bastante comum entre alunos que iniciaram a prática do Reiki e começam a aplicá-lo em outras pessoas é como fazer isso da maneira

“correta”. Aprenderam as posições, mas não sabem o que fazer “antes” e “depois” de efetivamente canalizarem a energia.

Essa é uma das maiores deficiências de grande parte dos cursos dados hoje. Os alunos aprendem a parte teórica, mas não têm a oportunidade de serem acompanhados pelo professor durante a prática do Reiki. Com isso, invariavelmente surgem algumas perguntas que costumam ficar sem resposta, o que não raro chega a fazer com que o aluno abandone a prática do Reiki.

Este guia é bastante primário, contendo algumas sugestões que podem – ou não – ser úteis. Quando estiverem conduzindo uma sessão de Reiki, procurem sempre fazer aquilo que os deixem confortáveis, porém sempre respeitando o bem estar e a vontade do paciente. Lembrem-se também que o Reiki é uma técnica simples. Se em algum momento vocês se virem perdidos em meio a dezenas de "métodos" para canalizar a energia, alguma coisa está fora de lugar.

Uma breve explicação sobre o que é Reiki, sua origem e como ele pode ajudá-lo.

O conhecimento de que uma energia invisível flui através de todas as criaturas vivas e está conectada à saúde é parte da sabedoria de muitas culturas desde eras atrás. A existência desta “energia vital” foi verificada recentemente por experimentos científicos, e médicos estão pesquisando a influência desta energia no funcionamento do sistema imunológico e no processo de cura.

O Reiki é uma técnica japonesa de cura que permite que qualquer pessoa utilize um suprimento ilimitado desta “energia vital” para melhorar sua saúde e sua qualidade de vida.

O Reiki é uma técnica ao mesmo tempo simples e maravilhosa. A habilidade de se utilizar o Reiki não é ensinada da maneira usual, mas sim transferida para o estudante pelo Mestre de Reiki. Seu uso não depende da capacidade intelectual ou do desenvolvimento espiritual, estando desta forma a disposição de todos. O Reiki tem sido ensinado com sucesso para milhares de pessoas, de todas as idades e origens.

O Reiki trata da pessoa como um todo - seu corpo, emoções, mente e espírito - e cria muitos efeitos benéficos, incluindo relaxamento e sentimentos de paz, segurança e bem-estar, e é um método simples e natural.

A energia Reiki é apolar, ou seja, não é positiva nem negativa, podendo assumir a polaridade que o paciente necessitar. Ela possui uma frequência mais alta do que a energia que circula em nosso organismo, e literalmente destrói os bloqueios energéticos que impedem o livre trânsito da energia vital em nosso organismo (a causa mais comum de doenças). Essa energia não provém do terapeuta, de forma que ele não fica exaurido após várias sessões de cura. Pelo contrário, o terapeuta também é beneficiado pela energia durante o tratamento, pois ela passa por ele para então chegar ao paciente.

Casos de reações adversas são raros. O que pode acontecer é uma fase de adaptação ao novo estado, onde o organismo está se reequilibrando, se reorganizando energeticamente em virtude da remoção de bloqueios. Mas isso geralmente passa rápido. Esta fase pode ocorrer porque durante o processo da remoção dos bloqueios às energias negativas que estavam sendo reprimidas são trazidas à tona, para poderem ser removidas. Durante esse processo muitas vezes a pessoa sente novamente o efeito dessas energias, mas como elas estão sendo

trabalhadas, isso nunca ir. Outras pessoas inibem a cura quando mantêm padrões de vida desequilibrados, mesmo com a melhora proporcionada pelo Reiki.

A energia Reiki age em todos os casos de distúrbios, sejam eles provocados por desequilíbrios em nossa forma de agir e pensar, causas kármicas, químicas, ou mesmo em doenças terminais, sendo que na impossibilidade de cura, ela minimiza o sofrimento, tornando os processos menos dolorosos.

O que é Reiki?

REIKI é uma energia natural, harmônica e essencial a todo ser vivente. É a dádiva da luz às criaturas vivas. Cada civilização, cada cultura, em seu tempo e costume, conheceu ou conhece por um nome diferente. O que mais me chamou a atenção ao conhecer o Reiki, foi a percepção do fato de que a doação do amor é fundamental para a realização da cura. O ponto mais forte na energia Reiki é a manifestação do amor.

Reiki é um método de cura natural pelas mãos. REI significa universal e KI a força da energia vital que está presente, pois pertence ao que é cósmico. Reiki pode ser então definido como " a Arte e a Ciência da ativação, do direcionamento e da aplicação da Energia Vital Universal, para promover o completo equilíbrio energético, para prevenção das disfunções e para possibilitar as condições necessárias a um completo BEM ESTAR". Esta é a ENERGIA que forma os indivíduos em todas as etapas da vida, a porção de FORÇA VITAL (que é uma luz invisível que passa pelo cérebro, o sistema nervoso e as veias) que anima todos os corpos, fazendo com que uns sejam saudáveis, e outros, devido a sua falta, enfermos.

É um sistema de cura pelo toque das mãos, de incomparável simplicidade e eficácia. Reiki é uma parte de cada um de nós que um dia foi universal. E que nunca deveria ter-se perdido.

Reiki é uma palavra japonesa e representa a ação da Energia Cósmica captada pelo Chakra coronário e irradiada pelas mãos.

Reiki é uma técnica de canalizar energia boa e transmiti-la pelas mãos. Você pode até se auto-aplicar para harmonizar o corpo e a mente.

Reiki significa colocar em sintonia a própria energia com a energia Universal.

Reiki é uma terapia energética vibracional que visa estimular a cura por meio da imposição de mãos. Essa técnica japonesa transmite uma energia vital e curativa, levando o seu receptor a um estado onde, em contato com essa energia de vida, se recupera, se harmonizando e acelerando o processo natural de cura. Também identifica e proporciona condições para e liminar seus traumas, resolver problemas físicos latentes, auxilia na eliminação de suas preocupações, conseguindo guiá-lo em direção do próprio crescimento, e de sua cura.

REIKI: Esta palavra japonesa significa *ENERGIA UNIVERSAL*, em português.

Reiki é uma arte sagrada de cura que chega até nós vinda do Japão, e é praticada há mais de um milênio.

Definir REIKI não é uma tarefa fácil, já que qualquer definição busca satisfazer o intelecto, mas o REIKI foge dele. A palavra REIKI, em japonês, é pronunciada “RÊKÍ” e traduzida como “ENERGIA DE VIDA UNIVERSAL” ou “ENERGIA VITAL UNIVERSAL”. Mas poderia também ser traduzida de modo diferente uma vez que, para as línguas ocidentais, existe muita dificuldade em traduzir as orientais, que usam ideogramas e não letras.

A sílaba “REI” possui diferentes significados: espírito transcendental, essência, alma, universo; o que é universal e infinito. A sílaba “KI” pode ser traduzida como espírito, coração, ser, energia, atmosfera e sentimento e é força da energia vital que todos os seres vivos possuem. Denomina a Energia Vital, seja em forma de calor, luz ou força.

Definir o *Reiki* é extremamente difícil pois sua essência não se aprende. No entanto, poder-se dizer que se trata de um método que permite reencontrar a harmonia que nos rodeia e que se caracteriza pela simplicidade e pela pouca importância que concede às elucubrações mentais.

É o processo de encontro da Energia Universal (energia que existe ao redor de todas as coisas e lugares) com a Energia Vital (energia individual que flui em todos os seres vivos).

Reiki é sem contra-indicação, usado em qualquer tipo de terapia ou tratamento. Equilibra os 7 chakras (centros de força sutil de energia), trazendo a recuperação e mantendo a energia física, mental, emocional e espiritual equilibrada.

É um método terapêutico complementar que se utiliza da imposição das mãos e da Energia Vital no intuito de equilibrar os campos energéticos do indivíduo, auxiliando-o no restabelecimento do seu equilíbrio físico, mental e espiritual. Esta técnica foi resgatada no século XIX pelo monge budista Mikao Usui.

Reiki é o fogo de vida, é energia pura ativada dentro do ser humano e canalizada com pura luz.

Reiki é energia amorosa e inteligente que proporciona ou facilita mudanças interiores no sentido de alinhar nosso consciente ao nosso subconsciente, promovendo paz e equilíbrio na unidade SER que representamos.

Energia Cósmica Universal, Reiki como ciência energética milenar, é originária da Índia e do Tibet. Este método foi redescoberto pelo monge Dr. Mikao Usui, em meados do século XIX. A energia Universal e Radiante, Reiki, é um método natural e seguro de equilibrar energia, restaurar energia, curar e aperfeiçoar. A energia Reiki é praticada pela imposição das mãos, atuando no sentido de harmonizar o ser, com a energia de Luz e Amor Transcendental, melhorando o sistema imunológico, o equilíbrio físico, emocional, mental e espiritual, tratando assim o stress, ansiedade, depressão, desequilíbrio emocional, bloqueios psicológicos, enfermidades agudas e crônicas, pré e pós operatórios, dependência de drogas, acidentados, estados terminais, etc.

Reiki consiste na canalização da Energia Universal, Cósmica ou Vital através das mãos para gerar imediatamente um estado de harmonização natural e profundo. Difere completamente de todas as outras técnicas de cura pela imposição das mãos, não é Bio energética, cura Prânica, benzedura ou mesmo, similar da que está descrita no livro Mãos de Luz. Reiki jamais causa qualquer dano ou ainda,

não possui nenhuma contra indicação. Reiki é impossível de ser aprendido lendo um livro, assistindo alguma sessão de cura ou mesmo, ser explicado e demonstrado. A única maneira de se aprender Reiki, é através de uma iniciação, realizada por um Mestre Reiki.

Reiki é composto por duas palavras de origem japonesa, REI que significa real, universal e é associada a essência ou energia Cósmica que tudo permeia e penetra e KI é a energia física, material, que mantém a vida. No Reiki estas duas energias se encontram e unem, gerando um profundo estado de harmonização e regeneração. A Energia de Reiki é bipolar.

Reiki é uma técnica de cura ancestral, de origem tibetana, que através de iniciações esotéricas, utiliza o corpo como porta para o conhecimento de outros níveis de consciência. Trata-se de método simples e universal de ativar energias vitais em você e em outros seres vivos, através da imposição das mãos. Reiki significa Energia de Vida Universal, que flui naturalmente através do iniciado, atingindo as áreas onde é necessitada. Ao contrário do que se poderia supor, não ocorre o desgaste energético de quem o aplica, mas sim a sua energização. Esta arte de cura atua nos níveis físico, mental, emocional e espiritual; promovendo harmonização, cura, relaxamento, equilíbrio dos chakras, revitalização e crescimento espiritual.

Reiki é uma palavra japonesa que significa “Energia Vital Universal”. O Reiki não é uma religião e nem uma crença. Ele abre novos caminhos para a experiência espiritual e o aprendizado. Para receber a técnica do Reiki, a pessoa precisa passar por uma iniciação feita por um Mestre de Reiki. Essa iniciação, é feita pela imposição das mãos em forma de uma concha, visualizando símbolos entrando no corpo da pessoa. Em uma iniciação, a pessoa que vai receber o Reiki, fica em uma posição confortável, deitado com a coluna reta para facilitar a absorção de energias. Geralmente durante as sessões, muitos mestres de Reiki preferem ficar em silêncio para facilitar a conexão com seus mestres, seres superiores e outras energias. As posições das mãos são variadas, trabalhando-se atrás e na frente da cabeça. A duração de uma iniciação pode levar de uma hora a uma hora e meia, variando de mestre para mestre. Após esta iniciação, a pessoa não precisa passar novamente por este processo para melhorar ou recuperar os seus canais de energia. A pessoa passa por uma grandiosa transformação, tornando-se diferenciada das outras. Esta transformação permanece por toda a vida. Uma vez que você foi iniciado, a energia do Reiki é então encaminhada através do corpo num passo correspondente à aquele que é necessário para a cura. O corpo humano ou animal, irradia calor e energia. Essa energia é a força da vida chamada CH’I. O que cura, é a energia do Cosmos (Ki ou CH’I) que é direcionada pelas mãos do praticante. A palavra CH’I quer dizer “ar, respiração, vento, essência vital, energia ativa do universo...” CH’I ou KI, é também a força vital da Terra, dos planetas, das estrelas, dos céus e das fontes de energia que afetam os corpos com a energia KI. A energia que sai das mãos do praticante de Reiki, é uma energia transformadora, trazendo o KI da Terra e dos Céus para dentro do corpo humano e animal. Na energia vital do Reiki, a pessoa que está sendo inicializada, fica com todos os canais de energia abertos e limpos de obstruções pela inicialização do Reiki. Na prática do reiki, não há transmissão de nenhuma energia pessoal.

Reiki é uma arte milenar de cura pela imposição das mãos, aproxima o indivíduo do corpo Físico e de sua consciência. Ajuda no tratamento de todas as doenças. É um método muito simples, seguro e está ao alcance de todos. Equilibra nossa

saúde Física, Emocional, Mental e Espiritual. Reiki é o nome dado aqui no ocidente ao Sistema de Cura Natural criado no Japão em torno de 1900, pelo Sensei Mikao Usui. Reiki é uma palavra japonesa formada por dois ideogramas kanjis: Rei e Ki. Rei – Expressa a energia universal ilimitada e inesgotável. Ki – Constitui uma parte desta energia, nossa força vital pessoal. Assim, Reiki significa a junção da energia universal com a nossa força vital.

Definições sobre Reiki

Síntese

Um Sistema Paramédico. Uma Ciência Energética que coopera com as ciências da Biologia e da Medicina.

Um novo sistema de cura, um modelo holístico que, através de pessoas habilitadas por um Mestre, coloca em relação com o Todo as pessoas e as energias que no Universo existem.

Poder de cura com as mãos. Uma vez iniciado, esse poder ficará com o reikiano e nele.

Um dom poderoso, cuja energia trabalha o corpo, a mente e a alma do reikiano e das pessoas em quem ele aplica a Energia Reiki.

A Energia Universal que, concentra nas mãos de uma pessoa, tem funções de ajuda curativa para seu corpo e sua psique.

Um instrumento de transformação de energias negativas em positivas. Para obter essa transformação, basta aplicar o Sistema Reiki.

Um sistema captador e multiplicador de energia.

Um sistema que ativa as energias naturais do ser humano que estão diminuindo e as restaura a seu estado de saúde.

Uma abordagem terapêutica que colabora com outras abordagens, tais como: ioga, bioenergética, cristais, acupuntura, medicina chinesa e tantas outras abordagens da medicina alopática ou de medicina homeopática.

Um sistema energético que, através da Energia Universal (REI), serve de ponte para unir a energia humana (KI) com a energia Divina (DEUS).

Um sistema de libertação de todas as tendências negativas e autodestrutivas, transformadas agora pela alquimia da Era de Aquário.

Um sistema aplicável em todos os organismos vivos (homens, animais e plantas).

Um sistema de captação e passagem de energias, no qual as energias passadas não são as próprias do curador, pois ele é apenas um instrumento de passagem da Energia Universal, e isso só acontece se o operador estiver devidamente habilitado por um Mestre Reiki.

Um sistema que não exige uso de aparelhos ou equipamentos. O único requisito consiste na habilitação dada por um Mestre Reiki habilitado e uma vida de acordo com a energia que se administra (5 princípios).

Uma metodologia científica que no Nível I, consta de 12 passos devidamente explicados e desenvolvidos nos Seminários Reiki, por pessoas com iniciação dada por Mestres Reiki, vigora e equilibra todos os 7 Centros Maiores de Energia e os inumeráveis Centros Menores de maneira a aumentar a força vital de qualquer ser vivo: homem, animal ou planta.

Pontos importantes do Reiki.

1) Reiki é uma ciência energética. Reiki trabalha independente de qualquer sistema religioso.

2) Reiki é energia não polarizada, portanto, sempre segura.

3) Como o Reiki é não-polarizado, pode ser usado até por uma criança; pode ser usado para tratar até mesmo doenças crônicas; ou por um adulto de qualquer meio social.

4) Sendo não-polarizado, Reiki trabalha conjuntamente com qualquer outra forma de terapia, incluindo medicamentos, quimioterapia, cirurgia, homeopatia, acupuntura, etc.

5) Porque Reiki é energia que emana do nível subatômico, quando fazendo o tratamento, o terapeuta utiliza primeiramente a Energia Reiki e de uma maneira menor, de toda energia inata do corpo. O terapeuta de Reiki não arrisca nada ao tratar de outros e o Reiki na verdade estará energizando-os quando eles tratam de outra pessoa. Após tratar muitos pacientes, por mais que estejam doentes, o terapeuta Reiki geralmente se sente mais energizado.

6) Reiki trabalha no plano causal, isto é, no nível da raiz da causa e como tal, trata o corpo como um todo; é holístico por natureza, porém não requer nenhuma habilidade em diagnosticar por parte do terapeuta. Por estas razões, Reiki pode ser usado eficientemente por qualquer pessoa de qualquer idade ou meio social.

Quais os benefícios do Reiki para quem pratica e para quem recebe?

Todos podem aprender, todos podem ser um canal Reiki. O Reiki não é um sistema religioso ou filosófico com tabus. Não utiliza preces, mentalizações, fé, objetos, talismãs. É como ondas radionicas por isso, pode reprogramar eventos passados e futuros.

Penetra através de qualquer coisa.

Energia não desgasta o praticante pois, se utiliza da Energia Vital do Universo.

Não precisa ter o diagnóstico.

Alivia rapidamente dores físicas age de forma holística.

É reconhecido pela Organização Mundial da Saúde.

Serve para autotratamento, de outras pessoas, plantas e animais.

Reiki significa colocar em sintonia a própria energia com a energia Universal.

Reiki aproxima o indivíduo de seu corpo, da sua mente e da sua consciência através do amor.

Reiki é um método único para desbloquear os poderes encontrados dentro de você, restaurando a Energia Vital, recuperando o seu equilíbrio imunológico.

A base do Reiki, é a transmissão da energia direta do professor ao aluno – o que é chamado de iniciação ou sintonização .

Reiki alivia a dor, acelera o processo de cura, tranqüiliza o paciente, equilibra os chacras e energiza a aura. Em resumo, o Reiki é a terapia do milênio; que irá tornar mais feliz e saudável sua vida.

No Reiki encontramos um auxílio imenso quando a vida nos impõe desafios penosos e difíceis de passar. É no Reiki, que encontramos a força e a coragem de que precisamos para continuar a levar a nossa vida com alegria e fé.

Quais os benefícios do Reiki como terapia e caminho?

No ocidente, o Reiki é visto principalmente como uma ferramenta de reequilíbrio, e sem dúvida essa é a principal razão que leva as pessoas a praticarem o Reiki. O que significa ser uma "ferramenta de reequilíbrio"? E o que isso pode mudar em nossa rotina diária?

Antes de mais nada, é importante frisar que embora o Reiki seja um poderoso instrumento para o reequilíbrio energético e conseqüente cura ou harmonização, ele não pode interferir no livre arbítrio da pessoa. Essa afirmação tem diversos significados, sendo um deles bastante importante aqui:

É praticamente inócuo tratar alguém que permanece em contato com o que provocou o estado de desequilíbrio. Isso significa que raras vezes a cura será possível sem o auxílio do paciente. Por exemplo, se estamos utilizando o Reiki para auxiliar alguém a deixar de beber, e ao primeiro sinal de melhora essa pessoa fizer um drinque para comemorar, dificilmente o Reiki encontrará uma “brecha” para agir. É como tentar torcer uma toalha debaixo da chuva, na esperança de secá-la. Levando em conta esses fatores, o Reiki pode ser usado para uma infinidade de coisas diferentes, como realinhamento dos centros de energia (chakras), busca de maior clareza mental, redução do stress, assistência no equilíbrio de emoções, remoção de bloqueios psicológicos, aceleração dos processos biológicos naturais de cura, cura de traumas do passado e cura a distância, diminuição de dores físicas... A lista é praticamente interminável. Pensando em situações específicas, podemos dizer que o Reiki harmoniza e equilibra os ambientes familiares e empresariais, protegendo de energias intrusas ou negativas; ainda nas empresas, ele aumenta a produtividade pela criação de um ambiente positivo, ajudando as equipes de trabalho no cumprimento de diretrizes e metas, e melhorando os relacionamentos; para as mulheres, o Reiki possibilita maior controle dos sintomas pré-menstruais e combate a TPM; para os idosos, auxilia no combate à depressão criando uma nova perspectiva de vida e um novo estado de ânimo. Mas é difícil lidar com expectativas quando falamos de Reiki. A energia Reiki procurará sempre atuar de maneira a restaurar o estado natural do organismo, o que é um processo cujo curso é quase impossível de se prever. O que podemos é agir na certeza de que o Reiki estará atuando de forma a melhorar o estado geral de quem entra em contato com ele, seja aplicando ou recebendo. Além de ser uma ferramenta terapêutica, o Reiki possui um aspecto praticamente esquecido no ocidente, que vem sendo restaurado por alguns mestres, como Dave King, Vincent Amador e outros, para quem o Reiki, muito mais que uma série de técnicas, é uma atitude perante a vida. Já vivi - e ainda vivo - o Reiki como terapia, atendendo pessoas que me procuram exatamente para o que se costuma esperar do Reiki: reequilíbrio de algum estado anormal, seja uma doença física ou problemas emocionais. Aprendi bastante, de formas que provavelmente passaram despercebidas por quem me observava, enquanto aplicava Reiki em

pacientes terminais, em pessoas incrédulas, em pessoas crédulas talvez demais. Algumas experiências nos marcam, e nos trazem perspectivas completamente novas... Mas as maiores experiências que eu vivi através do Reiki não foram em aplicações. Foram nos momentos em que eu pude, muitas vezes sem perceber, *viver* o Reiki.

E o que é *viver* o Reiki?

Antes de prosseguir na leitura, esqueça o que você já leu sobre as idéias de um ilusório progresso espiritual que nos leva a iluminação. Se você me perguntar o que deve fazer para viver o Reiki, o máximo que posso responder é "viva o Reiki". Vejo muitas - realmente muitas - pessoas dizerem que não podem se dedicar ao Reiki porque tem uma vida atribulada, e mal conseguem dar conta do trabalho e da família. Que seu trabalho e família sejam o "seu" Reiki então! Em cada momento, a cada dia, respire Reiki. Viva o Reiki. "Mas como?"

Os Princípios do Reiki são uma boa forma de começar. Quando perceber a irritação surgindo no dia-a-dia, pense imediatamente - diga em voz alta, se estiver a vontade para isso - "irritação surgindo!", e verá que ela toma um choque normalmente suficiente para dissipá-la. A seguir, conecte-se ao Reiki. Não é necessário nem mesmo usar as posições de aplicação - apenas seja Reiki. Isso funciona maravilhosamente. Funcionou quando meu filho mais novo resolveu transformar uma esfinge que eu tinha a uns 15 anos (lembrança de meu avô) em um quebra-cabeças, então deve funcionar com qualquer um.

Se você estiver preocupado, respire fundo e se auto-aplique. Se estiver ansioso, relaxe e se auto-aplique. Não importa como você esteja, o Reiki irá fluir - pois não importa onde você esteja, você é Reiki. Canalize o Reiki em cada respiração, deixe-o fluir através de cada poro de seu corpo, observe-o irradiar-se de sua pele para o ambiente onde você está.

Nós vivemos a maior parte de nosso tempo seguindo uma série de comportamentos quase automáticos. Reagimos da forma como fomos ensinados a reagir. Temos reações "corretas" para pessoas irritadas, tranquilas, furiosas, carinhosas. Mas em todos os momentos que puder se lembrar, SEJA Reiki. Não importa se as pessoas a sua volta estão irritadas ou sorridentes - você É Reiki.

Isso não é tão impossível quanto parece, pois você já é Reiki. Esqueça tudo que você pensa conhecer sobre si mesmo - você conhece apenas aquilo que foi ensinado a conhecer. Não somos nada, além daquilo que somos agora. Não existe uma outra versão de nós que devemos atingir através do esforço, do "burilamento espiritual". Tudo que existe existe agora. Nem mais, nem menos. Portanto, não busque se aprimorar para viver o Reiki - VIVA e SEJA Reiki! Agora, neste momento.

Buscamos um caminho para chegar em uma realidade ilusória. Na tentativa de resguardar nossos anseios, saímos em uma busca falsa que intimamente sabemos que nunca dará em nada. Buscamos técnicas de meditação, gurus espirituais, mandalas sagradas que nos tragam uma família que se comporte como desejamos, filhos que cresçam como queremos, amigos dispostos a darem tudo por nós, um amor tão extasiante que nos faça esquecer dos contratempos que insistem em nos visitar. Buscamos uma espécie de dopping através da "jornada espiritual".

Não estou dizendo que técnicas de meditação ou gurus espirituais sejam uma coisa ruim. Vocês encontrarão técnicas de meditação fazendo uma busca na internet. Mas é muito fácil nos sentarmos num jardim silencioso, acalmar nossos

pensamentos e meditar. Para que isso possa realmente nos ajudar, temos que viver essa quietude mental no dia-a-dia, diante das situações que nos incomodam. Já falei algo sobre SER Reiki?

Não se distraia buscando uma preparação para isso. Não existe um lugar onde você possa chegar além daquele em que está. Nosso conceito de evolução espiritual esta intimamente ligado a idéia de competição, a idéia de que existe uma linha divisória entre um "eu" e um "você". Assim como não existe nenhum lugar para onde você possa ir, o Reiki não pode ser nada além daquiloque ele é. As pessoas criam divisões arbitrárias, mas o Reiki apenas é. Apenas SEJA Reiki - todo o resto é consequência.

O que pode ou não ser tratado com Reiki?

A prática do Reiki é extremamente gratificante. Porém acabamos deixando de lado muitas oportunidades de utilizar essa energia simplesmente porque nos esquecemos que elas existem. Com raras exceções, todos nós aprendemos no primeiro nível do Reiki que podemos utilizá-lo em várias situações diferentes. O Reiki é uma energia universal, e pode ser usado no tratamento ou energização de animais de estimação, plantas, alimentos, objetos... Mas normalmente não damos muita importância à essas possibilidades, e com isso acabamos abrindo mão de experiências que nos levariam a ter um contato mais íntimo com ele. Ao aplicar Reiki em animais, ou mesmo plantas, por exemplo, você notará que a energia flui de maneira muito semelhante à maneira que flui enquanto estamos aplicando Reiki em seres humanos.

Qual a origem da energia do Reiki?

- Das origens do Reiki sabemos que Mikao Usui viveu de 1865 até 1926; era padre cristão em Kioto (Japão) e professor na Universidade local. Seus estudos se concentravam em descobrir como Jesus conseguia realizar seus milagres. Ele sabia que era possível curar com as mãos através da força vital que as mesmas emanavam, mas desconhecia de que modo isso funcionava. Em vão foi à América, para a Universidade de Chicago, tentar desvendar o segredo das curas milagrosas de Cristo. Ali se tornou Doutor em Teologia. De volta ao Japão, e mais tarde na Índia, estudou sânscrito e as antigas escritas budistas, encontrando finalmente a chave da sabedoria antiga; uma fórmula em sânscrito baseada numa série de símbolos, os quais, acionados, ativam e captam a energia vital universal. Depois, Usui ensinou a sabedoria a vários japoneses e fundou o sistema dos Mestres do Reiki. Um Mestre de Reiki recebe uma iniciação ligada a uma transmissão de energia de um grão-mestre, e é assim qualificado para despertar energias nas outras pessoas e transmitir o "Dom da Cura". A americana de origem japonesa - Hawayo Takata - levou o Reiki para o Ocidente nos anos 40 e , em 1983, o Reiki entrou pela primeira vez no Brasil, trazido pelo Dr. Egídio Vecchio- PHd e tendo a Dr.^a Claudete França como primeira Mestre em Reiki em toda a América do Sul, portanto a origem do Reiki é "Divina" e "Universal".

Porque Reiki se chama Reiki ?

A palavra japonesa REIKI, significa a união da energia não-manifestada com a energia manifestada ou energia da matéria física. "O que está em cima é como o

que está embaixo”; vamos ver isso diversas vezes. Desta forma, REI é a energia cósmica ou divina, que fica além (acima) das camadas mais densas da Terra e KI corresponde à energia manifestada na matéria densa e, por consequência, no homem. Se quem tivesse decodificado o REIKI fosse outra pessoa, de outra nacionalidade, certamente teria dado um nome diferente, mas com o mesmo significado ou significado semelhante. Todavia REIKI é por si só um mantra. Por ser muito antigo, seu nome deve até mesmo ser anterior ao decodificador. A simples pronúncia entoada em forma de evocação (como nos mantras em geral) faz com que a energia se manifeste. Para explorar mais este entedimento, pense que REIKI é a Sabedoria sutil que está em todas as coisas, animadas ou inanimadas. Em nível do humano, REI atua como energia harmonizadora, nutridora, curativa, orientadora e elucidativa, conforme a necessidade da situação e em todos os tempos, independente de se conhecer o REIKI ou não. É a energia que reina no universo e atua sobre todas as coisas. KI, por sua vez, é a energia física que anima todas as coisas vivas e está fluindo em todos os seres vivos, incluindo minerais, vegetais, animais e seres humanos. Ao se pronunciar a palavra em suas devidas entonações, as energias pertencentes a REIKI vibram e ressonam, atuando canalizadamente.

O que acontece para que essas duas energias (REI e KI) se encontrem?

A bem da verdade, não é preciso fazer nada. Naturalmente as duas energias coabitam e nos são acessíveis, só que não temos a consciência disso. Em muitas ocasiões, essas duas energias se encontram e operam em unicidade, conjuntamente. Esses eventos se dão constantemente nas igrejas, nos lugares de meditação, nos lugares de cura espiritual, nos centros de cura prânica (prana é o nome hindu dado à energia). Até aqui, nada a ver com o REIKI exclusivamente. O que é de propriedade da iniciação, é o mecanismo que faz com que nós canalizemos a energia REI através de nossa energia pessoal KI, numa condição inconsciente e real, capaz de operar pelo simples ato de postura de mãos. Ao penetrar em nosso campo energético pessoal, REI funde-se a energia KI e passa a emanar REIKI. REIKI, portanto, é energia trina, que contém em si mesma a energia bipolarizada KI e a energia una REI.

Qual o sinal de ligação KI e de ligação REI?

Se você vive nos cinco princípios REIKI, estará sempre ligado na PAZ, no EQUILÍBRIO, na HONESTIDADE, na GRATIDÃO e no AMOR. Sinal de que está ligado na energia REI. Você será um CONSTRUTOR.

Se você vive no mundo da energia KI, viverá na RAIVA, na ANSIEDADE, nos JOGOS DO PODER, na INGRATIDÃO, na ARROGÂNCIA. Sinal de que você estará ligado na energia KI. Você, antes ou depois, será um destrutor de si mesmo e, em consequência, dos outros.

Como é o entrelaçamento da energia REI com a energia KI no processo de harmonização e cura?

Na terra, a energia biomagnética REI está entrelaçada com a energia eletromagnética KI.

Por causa desse entrelaçamento, um ser humano, apoiado na energia REI de seu cérebro, pode chegar a “ver” o passado, o presente e o futuro registrados no arquivo akáshico.

Pode também, usando a energia KI de suas mãos como um instrumento, puxador do arquivo akáshico as vivências autodestrutivas de uma pessoa e reverte-

las, tanto no nível psíquico, quanto no nível físico, através do REIKI. A isto, no sistema REIKI, chamamos processo de HARMONIZAÇÃO e de CURA.

Quem inventou esse negócio de REIKI?

A existência do REIKI antecede o nascimento de Jesus. Há indícios de que já era utilizado na Lemúria, região terrena que abrigou a civilização humana antes mesmo de Atlântida. A Lemúria, que depois ficou conhecida como correspondente ao atual Golfo Pérsico, é análoga ao Paraíso Divino Bíblico, na época de Adão e Eva. O homem desta época era íntegro, andrógino e comungava com Deus a própria existência. Depois, conheceu a “árvore do Bem e do Mal”, comeu do seu fruto e perdeu a androginia e a unicidade. Desde então, o homem tenta recuperar aquela unicidade e para isso cria seus métodos religiosos. Com a queda da Lemúria uma queda tão violenta e devastadora que até hoje a região sofre com isso, numa espécie de karma – para quem acredita na lei do retorno – Tendo seus povos constantemente em estado de guerra religiosa, a essência e a sabedoria do REIKI se dispersaram. Depois, foi reencontrada e perdida novamente várias vezes, tendo inclusive passado pela era de Buda (Buda também foi um Reikiano), e a era de Jesus (Jesus também foi Reikiano). Alguns monges tinham conhecimento do REIKI, assim como outros mestres templários, mas em determinado momento pareceu perdido, até que Mikao Usui conseguiu resgatar alguns pergaminhos que continham os símbolos e segredos do REIKI, trazendo a técnica de volta à tona e divulgando-a mais amplamente.

Usui era padre, pastor ou monge?

Acho que esse tipo de informação não afeta, nem ao menos INTERFERE o trabalho do Reiki. Se estamos mesmos dispostos a disseminar a prática, se praticamos com amor, se obtemos resultados, não importa se Usui era padre, pastor, monge; preto, amarelo ou verde. Creio que nossa preocupação deveria ser se minha prática de Reiki tem ajudado, tem curado, tem aliviado. Versões sobre origem, quem foi, quem deixou de ser, teremos inúmeras e discussão nesse sentido seria elevar a um plano que deveria ser o último. Se a pessoa não é canal de Reiki mas tem um coração melhor que o meu há de obter muito mais resultados que meus certificados pregados à parede, minha clínica Iso 9002. Vamos nos esforçar para termos disponibilidade para colocar em prática nossa técnica, a serviço do bem, e de todos e, a quem possa interessar, há uma vasta rede de pesquisa para dirimirmos nossas dúvidas, (se algum dia conseguirmos).

Essas diversas informações sobre o a origem do Reiki, não afetam o nosso trabalho e qual a melhor maneira de difundir o reiki nos dias de hoje.

Até 1998, tudo o que sabíamos sobre a história da origem do reiki vinha de Hawayo Takata, que o trouxe para o ocidente. A partir desta data, pesquisadores como Frank Arjava Petter, Dave King e Hiroshi Doi entraram em contato com reikianos no Japão e descobriram que vários "fatos" relatados pela Sra.Takata eram, na realidade, criações dela.

Entre outras coisas, Takata dizia que Mikao Usui, sistematizador do reiki, era um padre católico e que encontrou o reiki na tentativa de descobrir como Jesus Cristo curava com as mãos. Parece que a Sra.Takata criou esta história para tornar o reiki mais aceitável pelo povo americano na época do pós-guerra.

Hoje, no entanto, esta história não é mais justificável ou aceitável, e as pesquisas dos autores já citados são mais esclarecedoras. É importante conhecer a história do reiki, suas origens e influências, pois assim compreendemos melhor o legado que Usui Sensei nos deixou. Neste artigo, irei resumir aquilo que atualmente sabemos sobre este tema.

Nascido no Japão, em 1865, Usui Sensei não era nem padre católico, nem monge budista (como já foi afirmado por muitos reikianos). Ao contrário, era empresário, aparentemente não muito bem sucedido, tendo sempre uma vida pobre. Viajou pela China, Europa e Estados, estudando, mas nunca foi matriculado na Universidade de Chicago (ao contrário do que dizia a Sra. Takata). Ao que sabemos, estudou com profundidade uma grande variedade de matérias, entre elas: Qi Gong e outros métodos de cura orientais, budismo, cristianismo, medicina, psicologia, história, ciências divinatórias, fisionomia e o "reino mágico das fadas".

Durante toda a sua vida foi budista, integrante da seita Tendai, uma escola de budismo tântrico japonês. Parece ter sido muito dedicado à prática espiritual e aos métodos de cura. Em sua busca, foi levado a fazer um retiro de 21 dias de jejum e meditação no Monte Kurama, perto de Kyoto. Na época, no Monte Kurama havia um templo da seita Tendai, aonde Usui estudou quando criança. Atualmente, este templo desenvolveu sua própria tradição budista (Kurama Kakyō), cujos ensinamentos, segundo Frank Arjava Petter, se assemelham ao que aprendemos no reiki.

Ao final desse retiro, Mikao Usui parece ter atingido Satori (iluminação). Chegando a este estado, teria descoberto como usar o conhecimento acumulado ao longo de sua vida para criar e ensinar o método de aperfeiçoamento do corpo e do espírito, que conhecemos como "reiki". Isto aconteceu em março de 1922.

Após este evento, Usui teria se dedicado intensamente ao reiki, tanto no tratamento de doentes, quanto na instrução de novos praticantes e mestres reikianos, tendo aberto duas clínicas, uma em 1922 e outra em 1925 e uma escola de reiki, a Usui Reiki Ryohō Gakkai, que funciona ainda hoje. Diz-se que foi condecorado pelo Imperador do Japão, em virtude das suas curas e ensinamentos, que o impressionaram. Morreu em 09 de março de 1926, após um ataque cardíaco, quando tinha 62 anos de idade e apenas 4 anos após criar o reiki.

O impressionante de sua história é que em apenas quatro anos conseguiu consolidar seu trabalho de reiki, ao qual vários mestres deram continuidade. Usui teria iniciado cerca de 2000 alunos nos níveis de praticante e 16 no nível de mestre.

Um desses 16 mestres, Chujiro Hayashi, após romper com a Usui Reiki Ryohō Gakkai, criou a sua própria clínica e escola de reiki. Hayashi iniciou como mestre a havaiana descendente de japoneses Hawayo Takata, responsável por trazer o reiki para o ocidente e que realizou diversas alterações no método original (algumas alterações ótimas e outras nem tanto). O reiki tem se espalhado rapidamente e dado origem a várias ramificações, tais como o Karuna Reiki, Tera Mai, Blue Star Reiki, Seichim, entre muitas outras.

Resumidamente, esta parece ser a história do reiki, sendo muitos desses fatos devidamente cultivados. Confrontadas com as evidências que sustentam esta versão, parecem insustentáveis tanto a versão de Hawayo Takata, quanto as versões que afirmam que a origem do reiki se deu no Tibet, que é um presente dado por Shiva (que seria uma deusa extraterrestre) ou que Jesus Cristo era reikiano. A versão baseada nas pesquisas realizadas no próprio Japão por mestres ocidentais de reiki, parece ser mais baseada em fatos e mais esclarecedora dos métodos e ensinamentos de Usui Sensei.

Com tantas técnicas e informações sobre Reiki isso não atrapalha a divulgação do Reiki?

Realmente tem surgido muita coisa nova sobre o Reiki, sua história, descoberta ou re-descoberta... Tudo é válido, só vem a somar. Certamente, se houverem mais pessoas interessadas em pesquisar mais sobre o Reiki, novos aspectos surgirão. Até o que se sabe, nosso amado sensei Mikao Usui não deixou uma autobiografia, desta forma, tudo o que saberemos sobre ele é baseado no conhecimento de quem o conheceu ou que ouviu falar. Cada pessoa irá contar uma versão da história, essa é uma das razões pelas quais tantas versões estão surgindo. No livro de Frank Arjava Petter- Manual de REIKI do Dr. Mikao Usui - ele apresenta 80 posições utilizadas pelo mesmo. No livro de Johnny de'Carli - REIKI Sistema Tradicional Japonês - ele apresenta 21 técnicas ensinadas pelo mesmo. Eu tive o prazer de conhecer as 2 versões e experimentei grande parte das posições (não consegui "cobaias" para algumas, como a da "raiz da língua") e todas as 21 técnicas. Foi uma experiência fantástica e abriu muitos horizontes, fez com que eu focalizasse novos ângulos do Reiki. Nesses dois livros há muitas semelhanças, porém, há também pontos divergentes. Eu acredito que em nenhum deles haja mentiras, apenas descrevem o que lhes foi passado.

Todas essas técnicas vêm a somar, todas essas informações possibilitam reflexão. Se acaso a Srª Takata criou uma lenda para que o Reiki pudesse ser aceito no Ocidente, ela alcançou seu objetivo, hoje milhões de pessoas estão sendo beneficiadas por ele graças a essa criativa história. Essa não seria a primeira e nem será a última vez que um artifício desses é usado para que se possa difundir uma nova arte ou técnica, etc. Há uma grande e absoluta verdade: O REIKI é amor. É uma técnica de canalização de energia cósmica que está disponível a qualquer pessoa que receba uma Iniciação de um mestre habilitado. É uma técnica simples onde é necessário apenas impor as mãos, o olhar, o sopro, a intenção, etc... para que ela beneficie o receptor, sem necessidade de conhecimentos técnicos (embora esses possam ser muito benéficos). O conhecimento ou não dessas versões, técnicas, posições não tornará nosso Reiki mais ou menos poderoso. É interessante que estejamos abertos e receptivos para tudo o que está se manifestando a respeito do Reiki e o que ainda se manifestará. Certamente há muita coisa que ainda não foi apresentada.

Eu vejo o Reiki como uma técnica viva, e como tudo o que ainda está vivo, ele irá, constantemente evoluir. Muitas possibilidades se descortinarão e eu estarei aberto a todas elas, para que eu possa, cada vez mais, beneficiar meus semelhantes e o Universo com meu "serviço".

Quem foi Mikao Usui?

De acordo com os mestres japoneses, **Mikao Usui** era um monge budista e não um padre católico, como foi preliminarmente divulgado. A informação de que ele freqüentou a universidade de Chicago também não procede.

Sensei **Usui** dividia a técnica em três níveis: **Shoden** (nível I), **Okuden** (nível II) e **Shimpiden** (professor ou Sensei).

O Sensei **Usui** teve somente quatro anos para divulgar o Reiki. A meditação no monte Kurama Yama ocorreu em março de 1922 e sua morte em março de 1926. Durante uma viagem a Furuyama no dia 9 de março de 1926, aos 62 anos de idade, **Usui** teve um ataque cardíaco fatal.

Conforme Sensei **Mikao Usui** (em entrevista concedida a um entrevistador cujo nome é desconhecido) o Reiki não só funciona independente de termos fé nele ou não, como também funciona mesmo quando é rejeitado.

GOKAI (Os cinco Princípios do Reiki)

Shoufuku No Hihoo (O método secreto que convida à felicidade)

Manbyo No Ley-Yaku (A medicina espiritual para todos os distúrbios da mente e do corpo)

- Kyo Dake Wa** (Só por hoje)
- **Okoro-Na** (Não se zangue)
- **Shimpai Suna** (Não se preocupe)
- **Kansha Shite** (Expresse sua gratidão)
- **Gyo Wo Hage Me** (Seja aplicado em seu trabalho)
- **Hito Ni Shinsetsu Ni** (Seja gentil com os outros)

Asa Yuu Gassho Shite Kokoro Ni Nenji, Kuchi Ni Tonaeyo .(De manhã e à noite, sente-se em posição Gassho e repita essas palavras em voz alta e para seu coração)

Shin Shin Kaizen, Usui Reiki Ryoho (Cura do corpo e da alma, Usui Reiki Ryoho)

Chosso Usui Mikao (O fundador Mikao Usui)

O que Hawayo Takata dizia sobre Reiki?

Hawayo Takata, que introduziu o Reiki no Ocidente, dizia que o Reiki significa “universal”, e esta é a definição mais aceita. Todavia, pesquisas a respeito do significado esotérico do kanji japonês para Rei nos deram um entendimento muito mais profundo do ideograma. A palavra Rei, como é usada em Reiki, é mais acuradamente interpretada significando um “conhecimento sobrenatural”, ou “consciência espiritual”. Ela é a sabedoria que vem de Deus, ou do Eu Superior. É a consciência divina que a tudo toca. Ela compreende cada pessoa completamente. Ela conhece a causa de todos os problemas e doenças, e sabe como solucioná-los ou curá-las.

Ki é a força da vida, sendo também chamada de força vital. Esta é a energia que anima todas as coisas vivas. A partir do momento em que algo está vivo, ele possui esta força vital fluindo através dele e o envolvendo. Quando ele morre, essa força se vai. Se sua força vital está baixa, ou se existem restrições em seu fluxo, você estará mais vulnerável a doenças. Quando ela está alta, e fluindo livremente, você está menos propenso a adoecer. A força vital possui um importante papel em tudo que fazemos, e é também a energia primária de nossas emoções, pensamentos e vida espiritual.

É a consciência divina (Rei) que guia a força vital (Ki) na prática que chamamos Reiki. Esta é uma interpretação bastante significativa da palavra Reiki, e descreve mais de perto a experiência de muitas pessoas sobre ele - o Reiki guiando a si mesmo através desta sabedoria, sem ser coordenado pelo direcionamento dado pelo praticante.

Quem foi Mikao Usui?

Dr. Mikao Usui nasceu no dia 15 de agosto de 1865 na cidade de Yago, no distrito de Yamagata no sul do Japão. Casou-se e teve dois filhos e morreu no dia 09 de março de 1926 por causa de um apoplexia cerebral. Foi enterrado no templo budista Saihoji, no bairro Toyotama em Tóquio, onde um memorial foi erguido. Durante a sua vida, iniciou aproximadamente 2.000 pessoas em Reiki e existiam muitos consultórios e clínicas de Reiki em todo o Japão. Uma breve historia da vida do Sr. Mikao Usui Esta é a história contada pelo Sr. Tsutomu Oishi que aprendeu Reiki através de um aluno de Dr. Usui: Usui dirigiu uma empresa que faliu, deixando-o com dívidas e a pergunta a si mesmo, o que ainda tem importância na sua vida que não era ganho material. Dr. Usui costumava meditar numa cachoeira na montanha Kurama. Numa dessas meditações viveu uma experiência de "Satori". Esta palavra pode ser traduzida como "Uma compreensão temporária em uma ordem superior" ou "Compreensão espontânea". Algum tempo depois, Dr. Usui fundou a "Usui Reiki Ryoho Gakkai", a "Sociedade de cura Usui-Reiki" que existe ainda hoje. Dr. Usui foi o primeiro presidente da sociedade, o segundo foi Sr. Ushida, o terceiro Sr. Taketomi, o quarto Sr. Watanabe, o quinto Sr. Wanami e o presidente atual é uma mulher chamada Koyama

Quem foi Hawayo Takata?

Em 1935, uma jovem havaiana descendente de japoneses, Sra. Hawayo Takata, foi levada para a clínica de Chujiro Hayashi.

Ela viajou ao Japão para ser operada de um tumor na clínica de Dr. Maeda e durante a preparação para cirurgia intuiu que esta não seria necessária e assim foi conduzida ao Reiki.

Em consequência das terapias Reiki recebidas na Clínica de Chujiro Hayashi, a Sra. Takata foi curada e seu desejo de aprender o Reiki cresceu. Pediu para ser admitida no curso básico, o que lhe foi negado.

Ela se deu conta de que tinha que assumir um profundo compromisso com o Reiki. Foi ver Hayashi e lhe falou o que sentia, se comprometendo a ficar no Japão o tempo que fosse necessário. Ele aceitou e assim Takata foi iniciada.

A Sra. Takata e suas duas filhas foram hospedadas durante um ano na casa da família Hayashi, para aprender e praticar Reiki diariamente com Dr. Hayashi em suas visitas. Quando ambos sentiram que o treinamento estava concluído, a Sra. Takata voltou para o Havaí com o dom da cura.

No Havaí sua prática de Reiki prosperou com rapidez e logo Dr. Hayashi e sua filha foram visitá-la, permanecendo vários meses durante os quais continuou ensinando e praticando em conjunto com ela.

Em fevereiro de 1938, a Sra Takata foi iniciada Mestre no Tradicional Sistema Usui de Reiki. Pouco depois desta iniciação, Chujiro Hayashi e sua filha retornaram ao Japão.

Algum tempo antes do Japão entrar em guerra, Hawayo Takata retornou a este país para se encontrar com Chujiro Hayashi. Este se mostrou muito apreensivo. Determinado a salvaguardar a essência do Reiki de acordo com a sua promessa feita a Mikao Usui, reconheceu em Hawayo Takata sua sucessora como Grã Mestre. Após o falecimento de Chujiro Hayashi, Hawayo Takata seguindo as orientações recebidas, retornou ao Havaí e graças ao seu compromisso de vida, o Reiki se difundiu em todo o ocidente. Isso é a lenda que Sra. Takata contou, novas pesquisas mostram uma historia diferente: A lenda contada tradicional qual Sra. Takata contou para que Reiki fosse aceita nos Estados Unidos após a guerra. Por isso ela cristianizou a historia e fez de Usui um sacerdote católico que viajou as Estados Unidos. Hoje já sabemos mais, graças ao livro Iyashi No Te (Healing Hands) de

Toshitaka Mochizuki. Mikao Usui nasceu em 15 de agosto 1865. Ele faleceu no 9 de março 1926 em Fukuyama, Hiroshima. Ele não foi cristão, menos ainda sacerdote. Nunca foi a Chicago, a universidade nem existia neste tempo. Todo este aspeto cristão foi contado de Sra. Takata para facilitar a aceitação do Reiki nos EEUU. Usui entrou já como criança num monasterio budista onde ele começou se interessar pela cura natural. Ele nunca viajou fora de Japão e fez todos seus pesquisas nos bibliotecas de Kyoto. Ele fez parte de um grupo 'Rei Jyutsu Ka' (pessoas com capacidades espirituais) que trabalhou com cura pela imposição das mãos. Em 1914 ele meditou na Kurama Yama para 21 dias e recebeu sua iniciação divina. Os símbolos 3 e 4 são Kanji, o 2 e um símbolo arcaico do budismo e aparece em diversos estatuas de buda o 1 e um símbolo universal, que se encontra em diversos lugares do mundo. Mikao Usui não foi doutor. O titulo dele era sensei, depois traduzido por doutor. Faz sentido porque o titulo origina das mestres espirituais da igreja, doutor significa estudado, foi usado primeiro para os grandes mestres da igreja católica. Depois foi titulo acadêmico.

Usui não tinha o titulo acadêmico, mas ele foi conhecido como curador popular. Originalmente Usui iniciou os alunos sentado num circulo meditando. Só depois quando ele iniciou fora do grupo, ele criou os métodos da iniciação. Estes descobertas não desvalorizam o Reiki. Temos que entender a situação pós-guerra e compreender a decisão de Takata de cristianizar a historia. Hoje não tem mais necessidade de fazer isso, mas como parte da tradição é bom contar a lenda que Sra. Takata contou junto com as novas descobertas.

Quem nos trouxe esta técnica?

Sr. Usui foi quem nos trouxe esta técnica. Ele era estudioso de manuscritos antigos, e procurava entender as estórias de curas milagrosas, que lhe contavam. Em busca de uma resposta em como usar o Reiki, decidiu subir o Monte Kuriyama e passou 21 dias meditando em jejum. No último dia, Dr. Ussui obteve uma resposta através de uma luz divina. Após descer o Monte Kuriyama, ele passou pela periferia e lá curou muitas pessoas.

Ele passou os seus ensinamentos para o **Dr. Chujiro Hayashi**, um médico da Marinha Imperial, que depois montou uma clínica de Reiki em Tokyo para pessoas que necessitavam de cura. Dr. Hayashi, dividiu em etapas os ensinamentos do Reiki que lhe foi passado, assim facilitando o ensinamento e o aprendizado. Foi em busca de uma cura para o câncer que a Sra. Hawayio Takata conheceu a clínica do Dr. Hayashi.

Antes do Dr. Hayashi morrer, ele passou os ensinamentos da técnica do Reiki para **Sra. Takata**, mais tarde formando se mestra da técnica Reiki. A Sra. Takata abriu uma clínica de Reiki no Hawai onde formou 22 mestres. O Reiki está mudando e se desenvolvendo a cada dia, desde o tempo de Mikao Ussui, Chujiro Hayashi e Hawayo Takata. As pessoas estão conhecendo e tendo mais acesso à essa técnica maravilhosa de cura pelas mãos. A origem do Reiki precisa ser honrada, e ao mesmo tempo respeitando as mudanças do mundo, das pessoas e do planeta Terra.

Quem foi Chujiro Hayashi?

Um dos alunos de Mikao Usui foi Chujiro Hayashi, um oficial aposentado da marinha que estava procurando uma forma de servir ao próximo. Recebeu sua iniciação e se comprometeu profundamente com a prática do Reiki.

Chujiro Hayashi foi reconhecido com Grão Mestre em Reiki quando do falecimento de Mikao Usui, tendo-lhe incumbido de manter intacta e proteger a essência dos ensinamentos.

Chujiro Hayashi, reconhecendo a importância de alcançar uma forma sistemática de cura, fundou uma clínica em Tóquio onde as pessoas podiam receber terapia e aprender Reiki.

Hayashi foi muito detalhista em todas as suas pesquisas em torno das terapias Reiki.

Quem foi o fundador do Reiki?

O fundador do Reiki como sistema de harmonização natural é Dr. Mikao Usui, sacerdote cristão, que no final do século XIX era reitor na Universidade de Doshisha, em Kyoto - Japão. Um de seus alunos perguntou se o Dr. Mikao Usui aceitava o conteúdo da Bíblia. Após a resposta afirmativa, o aluno continuou seu questionamento perguntando como é que processava-se a cura, propiciada por vários Mestres da antiguidade. Não sabendo responder ao seu aluno, a resposta a esta questão fundamentou a procura de Mikao Usui, transformando completamente seu objetivo de vida. Uma semente foi plantada. No dia seguinte, Dr. Usui demitiu-se de seu cargo de reitor da Universidade e viajou para os Estados Unidos da América onde permaneceu durante vários anos. Aprofundou seus estudos nas Escrituras Sagradas na Universidade de Chicago na tentativa de desvendar o segredo de como Jesus e seus discípulos curavam os doentes.

Não tendo encontrado a resposta, retornou ao Japão e aprofundou-se na filosofia budista em diversos mosteiros. Encontrou apoio de um abade que também estava interessado nesta mesma questão. E assim entrou em contato com os Sutras, escrituras budista. Estudou as traduções japonesas nas escrituras budista, mas não encontrou a explicação que buscava. Decidiu aprender sânscrito para ter acesso aos textos budista originais e às documentações que não tinham sido traduzidas. Após 7 anos, finalmente encontrou o que tanto procurava! Anotações de um discípulo de Buda lhe deram a chave, os símbolos e a descrição de como este grande Mestre curava.

Embora tenha redescoberto o conhecimento, não tinha ainda o poder da cura. Havia comentado o fato com seu velho amigo abade e decidiu dirigir-se a uma montanha sagrada para meditar em busca deste poder. Na montanha sagrada meditou durante vinte e um dias. Para ajudar na sua contagem do tempo, colocou diante de si a mesma quantidade de pedrinhas que eram descartadas uma a uma, dia após dia. No 21º. dia viu no horizonte luzes que vindo ao seu encontro deram formação aos símbolos que ele havia encontrado nas anotações em sânscrito. Perdeu os sentidos e ao recobrá-los percebeu ter entrado em contato com o poder de cura que tanto procurava. Primeira constatação foi que apesar de ter jejuado durante 21 dias, não se sentia faminto, nem esgotado. Tinha recobrado miraculosamente as suas energias. A segunda, quando movido pela alegria de ter encontrado a resposta e querendo transmitir estes conhecimentos para o seu amigo abade, feriu-se no dedão do pé, impondo suas mãos sobre o ferimento, constatou, para sua surpresa, que a hemorragia e a dor cessaram instantaneamente. Ao pé da montanha Mikao Usui parou num pequeno albergue e pediu uma refeição. O proprietário percebendo pelo aspecto do monge que o mesmo havia passado por um jejum de vários dias na montanha sagrada decidiu preparar-lhe uma refeição leve. Esta lhe foi servida por uma menina que pelo seu aspecto percebia-se estar com muita dor de dente. Com o toque das mãos de Mikao Usui, a dor que afligia a menina desapareceu. Ao regressar ao mosteiro, Usui soube que seu amigo estava acamado com ataque de artrite. Impondo-lhe as mãos nos pontos doloridos, aliviou-o da dor com as suas mãos de cura. O abade curado exclamou contente: "Isto é Reiki! Energia Universal da Vida." Durante os sete anos seguintes, Dr. Usui trabalhou curando doentes em um gueto de mendigos no Japão. Algumas pessoas que haviam sido beneficiadas pelo toque de suas mãos assumiram novos papéis em suas vidas. Mas, algumas

retornaram a vida antiga, pois não queriam assumir as suas responsabilidades. Mikao Usui diante deste fato sentiu a necessidade de criar as Máximas de Vida no Sistema Reiki, que são: Justamente por hoje, não se preocupe. Seja confiante. Justamente por hoje, não se zangue. Perdôe conscientemente. Honre os teus pais, mestres e anciões. Ganhe a vida honestamente. Mostre gratidão a todos os seres vivos. Abandonou o gueto de mendigos e decidiu ensinar somente àqueles que realmente tinham o desejo de mudar as suas vidas. Ensinou às pessoas como curar a si mesmas e lhes entregou os princípios de Reiki para também curarem a sua forma de vida.

De onde a energia de Reiki vem?

A energia de Reiki é uma energia sutil. É diferente da eletricidade ou energia química ou outros tipos da energia física. A energia de Reiki vem de uma fonte mais elevada, que existe em uma dimensão mais elevada do que o mundo, e do que a dimensão física. Quando vista claramente, a energia do Reiki parece vir de baixo para cima e incorpora o alto da cabeça do reikiano, depois do qual, corre através do corpo e para fora das mãos. Parece fluir desta maneira por causa da nossa perspectiva. Entretanto, a fonte verdadeira da energia de Reiki está dentro de nós. Isto não significa que nós usamos nossa energia pessoal quando fazemos Reiki, mas que a energia está vindo de uma parte transcendental nossa, que está conectada a uma fonte infinita de energia vital.

Onde e como atua o Reiki ?

O Reiki deve percorrer todo o ser vivo. Mas o "stress" diário, as tensões que as crises pessoais e sociais nos criam, a má alimentação, a má respiração, impedem o fluxo desta energia natural. Todos sabemos os efeitos da depressão, da ansiedade, do medo, mas poucos de nós somos treinados para evitar estes estados negativos. O grande sucesso do Reiki é que é seguro, é fácil, acessível a qualquer criança, é simples e, uma vez ativado, permanece energizando o sistema orgânico que recebeu sua aplicação. Também por não ter conotação religiosa e não intervir com outros tratamentos, sua prática vem crescendo dia a dia.

Como Surgiu?

Sua história se desenrola desde os primórdios da humanidade. A história do Reiki Tradicional começa por volta de 1800, mas o Reiki já era muito antigo mesmo nessa época. Quando no século XIX um japonês buscou a origem do método de cura utilizado por Jesus e por Buda, ele a encontrou entre os vestígios antigos da cultura primeva de Shiva, nos ensinamentos esotéricos da Índia.

Para que serve o Reiki?

O Reiki serve para prevenir, curar ou propiciar a cura em três dimensões: física, emocional e espiritual. Todas as vezes em que se recebe uma sessão de Reiki essas três dimensões são tratadas.

O que me é possível tratar utilizando Reiki?

Tudo, não existem limites para a ação desta poderosa técnica de harmonização natural. Em minha experiência pessoal, nestes últimos anos, tendo tratado milhares de pessoas de quase todo o mundo, não encontrei ainda nenhum

tipo de doença que não pudesse ser tratada com Reiki. As doenças mais comuns como enxaqueca, osteoporose, depressão, cálculos renais, processos inflamatórios de qualquer natureza, rinite, sinusite, doenças pulmonares, doenças cardíacas, artrite, reumatismo, asma, fraturas ósseas e ruptura de ligamentos são rapidamente curados.

O que Reiki pode?

O *Reiki* pode reforçar e acelerar o processo natural de cura, vitalizar corpo e espírito, restabelecer a harmonia psíquica e o bem-estar da alma, atuar em todos os planos: físico, psíquico, emocional e espiritual, regularizar o sistema energético, dissolver os bloqueios e favorecer o relaxamento total, encorajar a eliminação das toxinas, atuar também sobre os animais e as plantas. O *Reiki* é um método de cura holística extremamente simples e agradável.

Eu já fiz reiki pra me acalmar, porque dormia muito tarde e era muito medroso, eu adorava fazer, só que não entendia nada, a mulher ficava com a mão em mim por um tempo e ficava fazendo isso por todo o corpo só que na hora que ela fazia isso ela ficava quieta e eu gostaria de saber como vocês ficavam, imaginam alguma coisa ou ficam falando, o que vocês fazem nessa hora?

Depende de cada um, REIKI não é uma técnica mental a mente da pessoa que o aplica pode ficar ocupada com o que ela quiser ou estiver habituada. Tenho umas alunas freiras no interior do RS que aplicam REIKI rezando (é o que elas sempre fizeram a vida toda mesmo antes do REIKI trabalham rezando e isso não deixa o seu REIKI melhor nem pior). O bom é deixar sempre uma música no ambiente sendo possível (e isso não é regra de necessidade apenas escolha de cada um) mas oportuniza que as duas pessoas a que recebe e a que aplica fiquem com sua atenção nela. Podemos aplicar REIKI e ficar pensando na faxina que faremos na tarde seguinte ou na nossa partida de futebol que estamos perdendo etc. Nada abala a qualidade do REIKI, o aplicador é um canal e suas mãos direcionam REIKI para onde o queremos entrando e sabendo que sempre ele irá circular por todas as células. Não precisamos pensar nisso e nem sequer desejar nada a pessoa em quem aplicamos. Mas é claro que cada pessoa busca aproveitar esse momento aquietado muitas vezes (casos de AIDS por exemplo) se aplica por até três horas quase sem movimentos) para ficar em estado meditativo ouvindo a música....reflexionando o equilíbrio e mantendo conexão com a natureza com os elementos. Mas não é preciso nada disso para que você receba REIKI e obtenha todos os recursos de que necessita. O que importa é que o reikiano atuando em você tenha recebido uma sintonia de um Mestre vivo e fisicamente presente.

Como vivenciá-lo?

O seminário tem como objetivo geral o de fazer com que as pessoas interessadas numa vida mais equilibrada possam saber como entrar em harmonia com esta energia vital-universal, tornando-se instrumentos canalizadores e disseminadores dos efeitos positivos que a ENERGIA REIKI propicia. Por meio de inúmeros exercícios práticos, o Mestre ensinará a todos os presentes métodos de auto-ajuda, assim como de ajuda ao próximo, seja ele ser humano, planta ou animal.

Como funciona o Reiki?

ato de impor as mãos sobre o corpo para transmitir bem-estar e aliviar a dor, é tão antigo quanto o instinto. O toque humano transmite calor, serenidade e cura. O corpo vivo irradia calor e energia. Essa energia é a fonte da vida em si, e tem tantas denominações quanto às civilizações que já existiram. Reiki não é religião e nem está filiado a nenhuma religião. Essa energia vital é a fonte da vida em si, um conceito e um fato muito mais antigo do que qualquer filosofia religiosa. Essa energia cura todos os níveis do corpo – físico, emocional e espiritual – ela cura a pessoa como um todo. A energia da força vital (Chi ou Ki) que gera a cura, flui através dos chakras nos centros das palmas e na ponta dos dedos.

Com os desequilíbrios físicos, emocionais e mentais, que acontecem em nossas vidas diariamente, vamos adquirindo tensões, bloqueios energéticos devido ao grande desgaste da Energia “Ki”, acabamos debilitados e às vezes até doentes. Ao recebermos a energia Reiki produz-se um relaxamento profundo, aumenta a frequência vibratória do corpo, desintoxica e dissolve os bloqueios energéticos. Com a liberação das tensões e dos bloqueios energéticos normaliza-se o fluxo da Energia Vital “Ki” em todos os níveis – Físico, Emocional, Mental e Espiritual . Pode acontecer que num processo de tratamento com o Reiki, sentimentos reprimidos venham à superfície para limpezas necessárias ao crescimento pessoal do indivíduo; causando por exemplo, dores fortes de cabeça, enjôos, vômitos, diarreias, dores de ouvido, etc. No plano físico, depois deste processo, todos os órgãos começam a trabalhar harmoniosamente; necessitando apenas de muita paciência consigo mesmo, para desenvolver uma melhor qualidade de vida. O Reiki pode ser aplicada sem restrições e para recebê-la não precisa de conhecimento prévio. Deve-se apenas ter o coração aberto, para se beneficiar desta “energia” e fazer a si mesmo um firme propósito de melhora e disposição de caminhar ao encontro da harmonia e das transformações curadoras que estarão ao seu alcance. Lembre-se que o Universo coloca a energia a nossa disposição, o crescimento evolutivo ao nosso alcance, porém a escolha é nossa. Reiki é “consciência total”, é uma técnica efetiva para ajudara si mesmo e criar um “jeito especial de ver a vida”!

Reiki funciona mesmo?

Reiki funciona, porque lida e canaliza energias superiores. Vendo o REIKI por este ângulo, podemos retirar todo o aspecto romântico ou místico que o envolveu até hoje. Mas, como nada podemos afirmar disto ou daquilo, o que nos importa enfocar é que o REIKI funciona, por um motivo ou por outro, porque lida e canaliza energias superiores de um modo que a nossa própria tecnologia ainda não é capaz de fazer, a não ser através das componentes mentais ainda não decifradas, mas possíveis de serem utilizadas pelo o homem que medita e que dá a prática de auto-conhecimento e melhoramento íntimo rumo à iluminação.

O Reiki pode ser explicado cientificamente?

Atualmente, a técnica do Reiki vem encontrando respaldo nos princípios pregados pela Física Quântica e na teoria da Relatividade de Einstein. Ela parte do princípio de que as moléculas bioquímicas que formam nosso corpo físico, são na verdade uma espécie de energia vibratória e de que a doença manifesta-se primeiramente num nível energético mais sutil, para depois atingir nosso corpo físico e/ou psíquico. Como na Acupuntura, na Homeopatia e na Terapia Floral admite-se a existência de canais energéticos (meridianos) e de campos eletromagnéticos ao redor de nosso corpo físico, os quais deixam de existir com a nossa morte fisiológica (fato este já constatado pelos métodos de mensuração existente no atual modelo

científico). Vale lembrar que nesta técnica, estaremos trabalhando com os campos energéticos do indivíduo, assim como os modelos terapêuticos citados acima o fazem, cada qual embasado em seus princípios e métodos.

Existem pesquisas científicas nesta área?

Desde a década de 60, várias pesquisas científicas têm sido efetuadas a fim de demonstrar que a prática de imposição de mãos não se trata apenas de um mero efeito placebo. Hoje, observamos, tanto na Europa como nos E.U.A., hospitais que investem em pesquisas dentro da linha das técnicas denominadas vibracionais, chegando até a criar departamentos de técnicas alternativas em seus quadros (como o Toque Terapêutico, por exemplo, que é uma outra modalidade de imposição de mãos). Embora ainda não dispomos de aparelhos de maior precisão, capazes de mensurar de forma eficaz a radiação eletromagnética emitida pelas mãos na aplicação da técnica (o que nos forneceria uma comprovação embasada nos moldes ditados pelo atual modelo de ciência adotado), não podemos descartar a eficácia e os resultados constatados em várias partes do mundo, obtidos através do relato de inúmeros praticantes desta técnica. Pesquisa recente efetuada pelo brasileiro Ricardo Monezzi (USP) demonstrando os efeitos fisiológicos produzidos pelo Reiki em camundongos, não deixa dúvidas de que estamos muito perto de conseguirmos este aval.

Gostaria de saber quem de vocês conhece algum tipo de pesquisa científica utilizando o Reiki que foi ou esteja sendo desenvolvida em laboratório no Brasil ou exterior.

Há cerca de um ano, venho me interessando pelos efeitos do Reiki e fiquei preocupada com a falta de embasamento científico que essa arte de curar tem. Por isso, com a ajuda de doutores e mestres, estou desenvolvendo no Laboratório de Células Inflamatórias e Neoplásicas do Departamento de Biologia Celular da Universidade Federal do Paraná pesquisas envolvendo cultura de células e a aplicação do Reiki p/ ver os efeitos dessa energia diretamente sobre as células. Neste laboratório, também são desenvolvidas pesquisas com a homeopatia que vêm obtendo sucessíveis resultados favoráveis. Estudo medicina na UFPR e tenho muito interesse e respeito pela medicina oriental e seus conhecimentos milenares. Apesar da cultura daqueles países ser pouco acessível, creio que o Reiki seja o primeiro passo para a difusão desses conhecimentos e um dos caminhos p/ a paz, saúde e solidariedade humanas. Acredito que esse outro jeito de curar, através da energia do Reiki, seja tão capaz de obter sucesso quanto os remédios alopáticos que a nossa medicina usa; porém não é reconhecido e até desrespeitado pela nossa comunidade médica atualmente. Por isso, quem puder contribuir, será de grande ajuda.

Quais são as regras de aplicação desta energia?

Não existem regras. O Reiki pode ser aplicado em qualquer tipo de ambiente, não exige concentração nem algum tipo de preparação especial para ser aplicado. Se você quiser se beneficiar e relaxar durante uma aplicação, mantenha silêncio, relaxe e aproveite também. Mas se não for possível, poderá aplicar Reiki em qualquer ambiente.

O que mais nos é desconhecido a nosso próprio respeito? E de que maneira o REIKI e os demais recursos de cura e equilíbrio podem nos ajudar a evoluir?

Mesmo sem uma pronta resposta, apesar de a considerar óbvia, essa questão nos serve para abrir nossa mente no sentido de percebermos que, o que temos por evidência lógica, não passa de mera suposição; e que falta muito para chegarmos à compreensão da verdadeira realidade cósmica-universal na qual estamos inseridos. Mas, além disso, dentro do tema que estamos abordando, nos serve como incentivo para a prática cotidiana do REIKI, pois esta energia nos ensina e nos traz muitas respostas conforme o tempo passa e nossa relação com a energia REIKI se intensifica. Sejam, pois, humildes para aceitar de bom grado aquilo que nos é dado graciosamente pelo Mais Alto e aprendamos a lidar, buscando sempre vencê-la, com a nossa própria ignorância.

Sou reikiano nível III A, e muitas vezes aparecem dúvidas e gostaria de compartilhar para obter uma resposta ou respostas que possam esclarecer. Não sei se vocês já viram vários símbolos do reiki ensinados de formas diferentes, às vezes o mesmo símbolo desenhado de outra forma...

Não existem duas pessoas que escrevam uma letra qualquer exatamente da mesma maneira. Se isso acontece com as letras que são bem simples o que não dizer dos símbolos. A maior parte das variações foi introduzida pela senhora Takata, ela variava a grafia de uma turma para a outra. Vai saber o porque? Não creio que você deva esquentar muito com isso. Experimente colocar uma mão sobre o plexo solar, por exemplo, sem mantra ou yantra algum e você vai sentir a energia fluir da mesma maneira. Os símbolos são ferramentas para um fim e não o fim em si, portanto podem ou não ser usados, dependendo do tanto de poder que você atribui a eles.

O traçado dos símbolos tem que ser padrão?

A questão do traçado dos símbolos, já foi amplamente discutida entre os mestres reikianos e as variações não afetam sua eficácia. Pessoalmente, não me preocupo em seguir nenhum traçado específico. Geralmente, apenas visualizo o símbolo inteiro, sem desenhar. Entede?!!! Isso não é uma verdade absoluta, portanto depende de cada um e como você ver os símbolos ou tanto de poder que você atribui a eles a intenção é fundamental neste aspecto faça o traçado do jeito que seu mestre ensinou ou experimente outra versão e use o que melhor lhe convier.

Certa vez, uma pessoa encostou no meu braço e levei um choque. Será que isso tem alguma coisa a ver com reiki?

Esse fenômeno não tem nada haver com reiki mais é muito comum. O corpo humano acumula eletricidade estática à medida que a pessoa anda, senta-se em uma poltrona, retira um casaco, abre uma porta etc... Essas atitudes fazem com que o corpo adquira uma determinada quantidade de eletricidade. Estando carregada e devidamente isolada da terra (sapatos de borracha ou outro isolante) essa eletricidade permanece com ela, até que de repente esbarra em alguém cujo potencial de eletricidade é menor. Nesse momento ocorre uma pequena descarga elétrica (choque) no sentido da maior intensidade para a menor. Trata-se de um choque de baixa amplitude.

Qualquer pessoa que canaliza energia pelas mãos está usando Reiki?

Não, absolutamente não. A única maneira de irradiar Reiki, é sendo iniciado por um Mestre habilitado de Reiki.

Se eu observar alguém aplicando Reiki, e seguir o mesmo procedimento estarei usando o Reiki?

Não, o Reiki não pode ser aprendido por observação, nem ensinado oralmente. A única maneira é através de uma iniciação.

Porque existe segredo sobre os símbolos do Reiki?

Estes símbolos devem ser mostrados somente àqueles afinados para o segundo nível Reiki II. Manter o segredo dos símbolos é para impedir o emprego errado pelos povos que reivindicam conhecer Reiki, quando de fato sabem somente os símbolos. Reiki não é os símbolos, Reiki é a energia. Isto é sinônimo a uma pessoa que chama-se um leitor de Tarô, quando de fato memorizados apenas os significados do cartão de um livro melhor que de ser intuitivo sobre o que os cartões significam em uma leitura.

Os símbolos do Reiki são secretos?

Os símbolos do Reiki são chaves da Energia e nos colocam em parceria com ela. São sagrados e respeitados como tal. Todos aqueles que os recebem devem estar preparados para cuidar dessas ferramentas sagradas. Atualmente, os símbolos têm sido publicados em livros, jornais e na Internet. Estes fatos não alteram a responsabilidade que temos para com eles. A responsabilidade de guardá-los, de cuidá-los, de mantê-los no lugar sagrado e secreto de nosso coração, mesmo que outras pessoas não pensem dessa forma. Esta é a maneira que temos, como praticantes de Reiki, de honrar a sacralidade dos símbolos.

Já vi alguns Símbolos de Reiki em livros, se treiná-los bem e utilizá-los não estarei desencadeando o poder da energia Reiki?

Não. Os Símbolos somente passam a funcionar após serem ativados em um processo iniciático, sem este processo não produzem ação alguma.

Se eu aplicar Reiki em muitas pessoas ficarei cansado?

Pelo contrário, quanto mais você aplicar Reiki, mais vitalidade sentirá, pois você não passa sua energia física, portanto não cansa nem se esgota.

Se eu estiver doente ou mesmo, mal humorado, posso aplicar Reiki?

Sim, mesmo doente, mal humorado, intoxicado, deprimido, bêbado, faminto ou farto, poderá aplicar Reiki sem qualquer risco de passar suas desarmonias para a pessoa que estiver sendo tratada.

Qual a religião que mais combina com o Reiki?

A base de todas as religiões é cultural e antropológica. O Reiki, por trabalhar com a Energia Vital, que é natural e inerente a todo ser vivo, independente de religião ou crença, portanto Reiki não tem conotação religiosa ou credos.

Se eu fizer a iniciação em REIKI vou ter que deixar a minha religião?

Não, pelo contrário. O REIKI vai ajudá-lo ainda mais em sua fé e em seu fervor, porque manifesta a presença de Deus em seu coração.

O reiki se apóia em algum tipo de religião, levando em consideração o fato de lidar também com a alma da pessoa?

Reiki não se apóia em nenhuma religião ou filosofia, portanto é totalmente livre para qualquer pessoa que queira praticá-lo. O fato de lidar com alma varia de acordo com o ponto de vista de cada professor, linhagem ou tipo de formação. Na verdade, o conceito alma hoje não está mais vinculado somente as religiões, mas é um assunto de domínio público, tais como ciência, filosofia, artes etc.

REIKI é coisa de Deus?

Tudo é de Deus. Sobre tudo o REIKI, cuja energia procede exatamente Dele, do não-manifestado, do mais puro e sagrado que há no Universo. É uma técnica que tem tudo para ser aceita e usada por todos. Entre Cristãos, visto que o próprio Jesus era Reikiano. Entre católicos, uma vez que Mikao Usui era católico cristão, estudioso de religião e professor de teosofia na Universidade de Doshisha, em Kyoto – Japão. Entre os espíritas, porque harmoniza-se com suas técnicas (a do passe magnético, por exemplo) e entre as demais religiões, porque REIKI é mesmo universal e de natureza ecumênica. Acima de tudo, porque REIKI é naturale tudo o que é natural vem diretamente de Deus.

Jesus e Buda eram reikianos?

Sim, Jesus e Buda eram reikianos pelo simples fato de estarem conectados com a energia REI e permitirem sua manifestação em si mesmos. Operavam curas instantâneas e alteravam conscientemente o estado das matérias pela simples manipulação mental da energia cósmica e amorosa com a qual estão sempre conectados e esta é a proposta do REIKI, conexão constante. Buda era reikiano, no nível 7 de iniciação. Infelizmente não temos à disposição relatos de suas curas. Jesus era Reikiano, no nível 6 de iniciação. Quando as pessoas se aproximavam dele e pediam para serem curadas, Jesus perguntava: você quer ser curado, acredita que Eu posso cura-lo? As pessoas diziam “sim” e então eram curadas. Algumas só precisavam tocar em seu manto para receberem aquela energia curadora e se beneficiarem dela com a cura. Jesus era Reikiano e teve forças suficientes para levar sua missão na Terra até o fim. Não vacilou diante da cruz. Deus era seu escudo, sua proteção, sua glória, seu caminho. Deus estava presente e ele era com Deus. Jesus vivia “aqui e agora”, porque o passado o presente e o futuro estavam com ele. Deus escreveu e Jesus cumpriu. Por obra e graça da manifestação. REIKI é manifestação.

REIKI é magia?

Depende do ponto de vista. Se você considera a ação divina mágica, então REIKI é magia. Caso contrário, não. REIKI é manifestação.

O REIKI é um processo alquímico?

O Reiki tem transformado a vida espiritual de muitas pessoas e quando aliado à humildade, ao amor e ao discernimento do reikiano responsável, torna-se um processo alquímico, no qual o homem brilha

em ressonância com a pulsação vital do Universo e a Luz emanada pelo Amor Que Ama Sem Nome.

Reiki combina com outras terapias?

O Reiki combina com várias outras terapias, como massagem, florais, psicoterapia, rolfing, bioenergética, e acupuntura. Também combina com medicina tradicional halopática, medicina chinesa e medicina homeopática. O Reiki associado a qualquer uma dessas orientações faz a cura chegar mais rápido, ele potencializa o tratamento.

Reiki pode ser usado com outras técnicas convencionais?

Sim, pode ser usado isoladamente comotambém em complemento a qualquer outra técnica convencional ou alternativa, principalmente pelo fato da energia não ter polaridade. As possibilidades para combiná-la com várias técnicas são infinitas.

REIKI é terapia?

Não propriamente. Apesar de promover a cura, REIKI não é terapia. Como já disse, REIKI é manifestação. A manifestação chamada REIKI é curadora. Terapia é método de cura que compreende o estudo e o tratamento de sintomas e causas. REIKI não atua sobre sintomas, mas sim sobre as causas. É muito mais um elemento para autotransformação do que uma técnica de cura. No entanto, é utilíssimo como apoio às terapias (todas), inclusive aos tratamentos clínicos alopáticos. Neste campo, REIKI tem a propriedade exclusiva de intensificar o efeito positivo do remédio e anular seus efeitos colaterais. Por isso, REIKI tem sido cada vez mais procurado por pacientes de câncer.

O Reiki é uma espécie de massagem?

Não. Embora possamos tocar determinadas áreas do corpo do indivíduo durante a aplicação da técnica, esta não é uma condição necessária. Grande parte dos terapeutas apenas aproximam suas mãos do corpo do cliente sem tocá-los, pois aqui estamos trabalhando o campo energético do indivíduo, não havendo necessidade também do cliente despir-se.

REIKI faz milagres?

Todo e qualquer milagre ocorrido sobre a Terra ocorre através do Cristo. Não há nenhum outro meio de operar milagres sem que seja através do próprio Cristo. No entanto, REIKI é energia divina e, por extensão, energia Crística. Se quiser um milagre, use o REIKI, mas peça-o ao Cristo. Por outro lado, o REIKI tem possibilitado curas que são consideradas verdadeiros milagres. Entenda como quiser.

Em absoluto, milagres não existem. Reiki simplesmente harmoniza o receptor e acelera milhares de vezes o processo de regeneração celular e ainda atua nos diversos corpos, do físico, emocional, mental e espiritual, indo diretamente ao foco do problema, sem causar dependência ou ter qualquer tipo de contra indicação.

Reiki é espiritual?

Embora a energia de Reiki seja espiritual na natureza, Reiki não é uma religião. Os mestres não são pedidos para mudar nenhuma opinião religiosa ou espiritual que puderem ter. Estão livres para continuar acreditando que qualquer coisa que escolhem e estão incentivados a fazer suas próprias decisões a respeito da natureza de suas práticas religiosas.

Reiki é sagrado?

Sim, mas não é uma religião, não é um sistema filosófico com restrições e tabus; adapta-se a qualquer cultura, raça, credo, seita ou idade. Haverá a época em que a humanidade se unirá como já fez em outras eras, na medicina, ciência e religião. Sem dúvida que o Reiki terá uma grande importância para que a humanidade alcance a plenitude.

O que quer dizer o Sagrado?

O sagrado é o que se sagrou, relativo às coisas divinas, é a experiência da presença de uma potência ou de uma força sobre natural que habita algum ser (planta, animal, humano, coisas, ventos, águas, fogo). Essa potência é tanto um poder que pertence própria e definitivamente a um determinado ser quanto algo que ele pode possuir e perder, não ter e adquirir. O sagrado é a experiência simbólica da diferença entre os seres, da superioridade de alguns sobre outros, do poderio de alguns sobre outros. Superioridade e poder sentidos como espantosos, misteriosos, desejados e temidos.

Reiki é uma religião?

Não. Reiki não é uma religião, mas aceita assim todo o tipo de religiões, crenças, pessoas, raças, terapias, formas de estar ou de existência.

Do ponto de vista religioso, dogmático, não. Do ponto de vista do sentido da palavra, sim. A palavra religião significa religar-se, ou seja, tornar a ser uno com Deus. Este é exatamente o trabalho que REIKI exerce através de sua prática. Através do REIKI, retomamos a nossa unidade em nós mesmos e com Deus.

Reiki não é uma religião, apesar de o Reiki ser de natureza espiritual não é uma religião. Não tem dogmas e não precisa fé ou crença para que o seu uso seja eficaz. Mas, se já é praticante de uma religião, qualquerque seja, continue a sê-lo. Nada há de contrário na sua prática. O Reiki é energia; energia fornecida pela fonte universal e origem de todas as coisas. Há mesmo quem pense que estando mais em contacto com a energia, estamos também, mais ligados à nossa religião.

Não. Embora cada um possa aliar suas crenças pessoais à técnica, o Reiki não é uma seita religiosa, não é mediunismo e não tem dogmas. Quando utilizamos o termo espiritual, estamos nos referindo a transcendência da consciência, fenômeno este já estudado pela Psicologia Transpessoal.

Embora a natureza do Reiki seja espiritual, sua prática não é religiosa e está desvinculada de qualquer religião. Não está associado a nenhum dogma e não é necessário ter-se qualquer crença religiosa para participar de um seminário ou receber Reiki.

Qualquer pessoa de qualquer religião está pronta para receber Reiki, desde que queira, não havendo nenhuma incompatibilidade real entre Reiki e qualquer religião.

Todos podem receber aplicação de Reiki ou somente quem está doente?

O Reiki é acessível a todos, destina-se aos doentes, assim como a todos os que buscam um instrumento que lhes possibilite o maior bem-estar que desejam nas suas vidas, e que os ajude e os faça entender o seu percurso emotivo, psicológico e espiritual. Destina-se também a todos os que trabalhem em relações de ajuda, ou que gostassem de vir a trabalhar nessa área.

Uma gestante, uma pessoa muito idosa, ou mesmo uma criança, podem receber ou serem iniciados no Reiki?

Perfeitamente. Não existe nenhum tipo de risco ou restrição a nenhum destes casos. Pessoalmente já atendi e iniciei gestantes, crianças e pessoas de idade.

Pode-se fazer a iniciação em REIKI estando grávida?

Sim. Aliás, é altamente benéfico para o bebê, que desde o começo passa a receber REIKI. Após o nascimento, quando a criança completa seus seis anos de idade e a mãe fez a iniciação durante a gravidez, o próprio bebê pode ser iniciado.

Reiki age e trata qualquer tipo de problema físico?

Sim, e também trata qualquer tipo de problema emocional, mental ou espiritual.

O Reiki auxilia apenas em problemas de saúde ou em todo e qualquer caso que saibamos haver desequilíbrio, preocupação, aflição, etc, conosco ou com pessoas de nosso conhecimento?

Quando se fala em Reiki, fala-se em holístico "total", atua em níveis físico, emocional, mental e espiritual. Qualquer tratamento com o Reiki irá, conseqüentemente, atuar em todos os corpos.

Se o nível I de REIKI atua apenas no corpo físico, isso quer dizer que o REIKI deste nível não é de tão boa qualidade?

Não. O REIKI não muda de qualidade em nenhuma circunstância. Não existe esta diferenciação qualitativa sob quaisquer aspectos. Mesmo nas pessoas doentes, ou nas pessoas consideradas marginalizadas, drogadas, portadoras de doenças, idosas, irresponsáveis ou seja lá que tipo de pessoa. Como também não há diferença qualitativa com referência ao nível de iniciação do Reikiano. A diferença entre os níveis iniciáticos está pura e exclusivamente na potencialidade do REIKI. Quanto maior for o nível iniciático da pessoa e, por conseqüência, quanto maior for seu tempo de prática, mais fácil, rápida e profundamente se dará a atuação do REIKI. Mas isso não quer dizer que a qualidade deste é melhor do que a daquele. O REIKI é o REIKI em todas as pessoas, em todos os lugares e em todos os níveis.

O que é a iniciação em Reiki?

A iniciação é feita por um mestre de Reiki, passando símbolos secretos e sagrados do sistema Usui para cada um dos alunos, visualizando-os entrando em

seus chakras de cima para baixo. Geralmente, a duração de uma iniciação pode ser de meia hora à 1 hora, variando de mestre para mestre.

Um curso de Reiki não é um curso como comumente conhecemos. Seu principal objetivo não é ensinar uma prática, mas sim tornar o aluno apto a transferir Energia Vital Universal, através de suas mãos. Essa habilidade é passada para o aluno, pelo mestre de Reiki, através de um processo de sintonia que é comumente conhecido como ritual de iniciação. A sintonia de Reiki é uma iniciação sagrada e espiritual, que conecta o iniciado a altos níveis de energia superior e a uma ilimitada fonte de energia de cura. A maioria das pessoas, vivência a sintonização como poderosa experiência espiritual. A sintonia promove ajustes energéticos em quem a recebe. Seus efeitos são sentidos no nível físico, emocional, mental e espiritual, liberando os canais de energia para receber e transferir o fluxo de Reiki. Muitas mudanças ocorrem e um período de ajustamento à nova frequência energética é necessário. Aquele que se inicia em Reiki e o pratica tem a sua vida mudada.

A iniciação é como um renascimento. Para recebe-la, você deve estar purificado em todos os níveis. Sua mente deve estar livre de conceitos que poderão repudiar os novos ensinamentos. Não se preocupe. Ninguém vai manipular você para uma verdade inexistente ou algo que lhe faça mal. Em seu mecanismo interno, inconsciente, você possui mecanismos próprios e naturais que estão prontos e a postos para avisá-lo se alguém estiver querendo conduzi-lo para um caminho diferente daquele ditado pelo seu coração. Além do mais, é lei que cada um receba aquilo que merece. Uma vez que você ~~ignora~~ assumir uma postura iniciática perante o REIKI, transponha isso para a sua vida encarando-a como uma escola na qual o mestre é o tempo.

Todas Iniciações Reiki possuem a cura?

Não são todos os sistemas de Reiki que possuem iniciações de cura. Alguns deles apenas têm as iniciações para os níveis. Eu, particularmente, amo fazer iniciações de cura do Reiki Tibetano. A Iniciação de Cura do SKHM também é incrível. Para mim, as iniciações de cura fazem parte das aplicações energéticas, não só do curso de Mestrado. Se sentir, ao aplicar Reiki em alguém, que devo fazer a iniciação, não penso duas vezes. E já tive respostas interessantes em algumas pessoas.

O que um mestre sente quando inicia alguém...?

Os mestres sentem diversas coisas quando fazem as iniciações; eis algumas a seguir:

Emoção - No começo eu me sentia sugada e cansada, com sono e conectada aos iniciados. Após uma compreensão profunda da intenção de Raku, considerei muito mais fácil a separação e independência que o mestre precisa dar ao iniciado. Agora é só emoção boa e paz.

Fiz a iniciação no nível de Mestre em dezembro e ainda estou estudando muito e acredito que preciso de um bom tempo para iniciar uma pessoa. É muita responsabilidade e eu quero estar bem segura.

Por enquanto só iniciei uma turma de Reiki nível 1, posso dizer que é uma grande quantidade de energia distribuída no momento da iniciação... não sei se fisicamente estava pronto porque simplesmente dormi em pé (acreditem, foi ilário);

quando despertei fiquei um pouco preocupado se havia passado muito tempo, mas foi tudo bem.

É um momento de transformação Eu sinto uma cachoeira de energia fluindo, e me sinto transformada como se a vida voltasse a fluir é um momento lindo e precioso.

Uma iniciação de REIKI pode ser invalidada?

Não, não pode. As iniciações de REIKI são realizadas por Deus, sendo os próprios Mestres apenas um canal através do qual esse poder passa. O homem e Deus permanecem em contato constante durante a iniciação, assim esta não pode ser influenciada por fatores e fenômenos de qualquer espécie. As iniciações de REIKI não podem ser anuladas através de alguma suposta culpa, lapso ou outros motivos "morais".

As sintonizações à distância funcionam mesmo ?

Tenho verificado com a minha experiência, que cada pessoa tem a sua própria forma de ser mais receptiva à energia. Algumas pessoas preferem as sintonizações à distância e outras as presenciais. Aqueles que participaram de um seminário de REIKI, estão conscientes que as abordagens às sintonizações mudou consideravelmente desde as primeiras vezes que o REIKI foi introduzido. As primeiras sintonizações, eram baseadas num modelo do Reiki Usui que usava símbolos, cada símbolo representando uma potência de energia universal. Este sistema criou uma dependência para com o mestre, que tinha que sintonizar o aluno em cada grau. Questionei-me realmente sobre o que é que se passava com este processo. Constatei que eram poucos indivíduos aclamando ser os únicos que podiam sintonizar outras pessoas nestes níveis, o que veio contribuir para criar muita desarmonia na comunidade Reikiana. Cada um aclamava que o seu sistema era de uma frequência superior. A conclusão que cheguei, é que, não é o "Mestre" o portador dessa alta frequência, mas a capacidade do receptor de recebê-la, quando estiver pronto. Existem vários fatores envolvidos no processo que eu designo de REIKI. O primeiro, é tão somente à vontade de o receber. A confiança é também um fator importante. Se a pessoa não acredita no professor, o processo de sintonização pode-se dificultar. Esta confiança contribui da mesma forma no caso de uma sintonização à distância ou presencial. Tem havido muitas discussões acerca da validade das sintonizações à distância. Sabemos que muitas pessoas têm tido grande sucesso com elas. Hei!, se alguém tem uma cura miraculosa ao ver um programa de televisão evangelista, porque não receber uma sintonização? Para mim, se o indivíduo acredita e tem fé, tudo é possível. Tenho aprendido e experienciado que tudo é possível, e isto, deixa a porta aberta para que um milagre surja espontaneamente.

Todos os mestres podem fazer iniciações à distância?

Este assunto é complexo e exige uma resposta longa. Assim alguns mestres entendem que todos os grandes mestres de Reiki, aqueles dos quais todos os Reikianos, do Oriente e do Ocidente, descendemos, afirmaram que não é possível ao homem de hoje fazer iniciações em Reiki à distância. Eles se deslocavam centenas de quilômetros a fim de serem iniciados ou iniciarem outras pessoas. Diane Stein, em seu livro Reiki Essencial, relata sua experiência científica neste sentido, através da qual tentou de diversas maneiras, fazer a iniciação à distância . Afinal, chegou à conclusão de que é possível se fazer uma espécie de

“encantamento”, que induz a uma experiência psíquica, de efeito similar às capacidades do reikiano como concentração de energia nas mãos, super-aquecimento das palmas etc., mas tais fenômenos cessam em pouco tempo, provando que não houve de fato a iniciação, já que é necessário o contato físico para que ocorram certas funções da iniciação como o “transporte” das componentes de KI (energia concentrada no plano material, físico), de mestre para iniciado. Em outro aspecto, a prática simplesmente não é recomendável, já que a iniciação à distância deixa faltar explicações necessárias para o devido esclarecimento do que é REIKI e de como utilizar esta energia.

A iniciação em Reiki, pode ser feita à distância ou apenas pessoalmente. Por exemplo: alguém neste planeta que esteja habilitado a treinar, instruir, iniciar pessoas em Reiki, pode fazê-lo à distância. Ou o contato pessoal é indispensável para a transmissão dos conhecimentos?

No Reiki, para alguns mestres não existe a figura da Iniciação à distância. Todas as Iniciações são sempre feitas de corpo presente.

Iniciação ao reiki à distância é possível sim, embora é mais complicado de ensinar os métodos utilizados no reiki.

Alguns, mestres, só gostam de iniciar pessoalmente. O ideal que você procure um mestre qualificado e faça o curso pessoalmente.

Por que fazer a iniciação?

Cada pessoa tem o seu motivo pessoal. A grande maioria procura a iniciação porque está doente e deseja ser curado. Outras pessoas, no entanto, porque são terapeutas e querem algo a mais para oferecer a seus clientes, pensam no REIKI de modo profissional. E há também os que querem fazer a iniciação porque gostam de fazer tudo quanto aparece no mercado holístico. Procure dentro de você um bom motivo, ou não se sinta obrigado a fazer a iniciação. Pessoalmente, acredito que todos deveriam fazer a iniciação, pelo menos em nível I, porque isso ajudaria a criar um mundo melhor e mais saudável.

O que acontece nas iniciações de Reiki?

As iniciações são rituais muito místicos onde são colocados nas mãos, no coração e na aura os símbolos sagrados do Reiki. Essa egrégora de cura não terá influência em sua religiosidade ou espiritualidade. E acontece muitas outras coisas ao ser iniciado. Você dará um salto muito grande em sua jornada evolutiva, ficará mais calmo, tranquilo, suas reações frente aos mais variados estímulos externos do dia a dia se tornarão coerentes e harmoniosas. Sobre problemas que surgirem, você terá mais clareza mental e os analisará sob diversos ângulos, encontrando soluções éticas, coerentes e plausíveis, sem causar danos ou prejudicar outras pessoas.

É possível sentir uma sensação de que esta levando ferruadas na hora da iniciação?

Na teoria há centros energético na face, por exemplo logo abaixo dos olhos, entre o lábio superior e o nariz, etc. Penso que pode ter sido um fluxo energético grande ao ponto de te incomodar. Eu já vivenciei uma situação na qual senti um ser mais iluminado tocar minha testa através de uma pessoa

impondo a mão, mas sem que ela me tocasse. Foi algo bem real e tão físico como qualquer uma relacionada ao tato. O importante é não ter medo. As situações em nossas vidas são muito mais arquitetadas do que imaginamos. Há um propósito em TUDO.

O que é ser iniciado no Reiki?

Ser iniciado em Reiki é unir-se à *FONTE* e, deste modo, tornar-se simultaneamente um receptor e um transmissor dessa energia de amor incondicional e de cura que traz consigo uma transformação a nível da alma.

Quais as vantagens do Reiki?

Simplicidade - sua técnica é simples e seu aprendizado requer pouco tempo de dedicação.

Durabilidade – basta à iniciação para o reikiano se tornar um canal de energia pelo resto de sua vida.

Universalidade – pode ser aplicado no local ou à distância.

Energização – a prática não desgasta energeticamente o reikiano, pois ele é apenas um canal – não usa sua própria energia e sim a cósmica. Por isso, quanto mais se pratica o reiki, mais energizada a pessoa fica.

Diversidade – pode ser aplicado em qualquer local, ser vivo-animal, vegetal ou mineral.

Não tem sectarismo religioso.

Não troca energia com a outra pessoa.

Hoje, a cada dia, mais reikianos são iniciados no Brasil e no resto do mundo. É importante dizer que o Reiki já conta com o reconhecimento da OMS – Organização Mundial de Saúde – como prática terapêutica. Nos EUA e na Europa, já é, inclusive, usado como ferramenta auxiliar da medicina nos tratamentos pré e pós-cirúrgico.

Não há contra-indicações no uso do Reiki. Ele atua sem depender do estado emocional da pessoa que está aplicando pois relaxa, energiza, purifica, transforma, protege e pode ser usado em qualquer lugar e a qualquer hora, inclusive, junto a outras técnicas.

O Reiki pode ser usado, por exemplo, em combinação com os cristais. O Reiki pode ser praticado em qualquer caso de doença física, emocional ou mental, desde uma simples dor de cabeça, stress, até cancer. Vale dizer que, em casos de doenças muito sérias, a prática do Reiki não elimina a necessidade de tratamento médico convencional.

Mas que vantagens obtenho sendo iniciado no Reiki?

A harmonização geral em todo o seu ser. Fisicamente se tornará cada vez mais saudável, repleto de energia vital circulando livremente por seu ser. Emocionalmente se libertará de seus medos, fobias, traumas e bloqueios passando a desfrutar de uma qualidade de vida antes nunca imaginada. A nível espiritual, sentirá que você não está separado de Deus ou de um Ser Superior de sua crença, se sentirá unido a este Ser, e perceberá imediatamente de que não necessita de nenhum intermediário para sua comunicação.

Fiz minha iniciação no reiki há 2 dias. me disseram que algumas pessoas vêem luzes coloridas durante a iniciação e gostaria de saber de quem viu como são essas luzes porque, como tenho a imaginação fértil, não sei se vi

alguma coisa mesmo. Também queria saber se as luzes continuam a aparecer depois nas auto-aplicações?

Luzes significam energia circulando, e elas costumam aparecer tanto na auto-aplicação quanto no tratamento aos outros, especialmente se a pessoa precisa muito - neste caso, costumamos dizer que a pessoa "puxa" muita energia (justamente porque precisa). Não precisa se preocupar, é o maior indicativo que sua INICIAÇÃO funcionou bem, portanto, distribua seus bons fluidos, reikianos por aí.

Posso ser iniciado varias vezes no Reiki?

A Iniciação é feita uma única vez, para cada nível de Reiki, e se extingue, quando a vida do corpo se esvai, portanto, Reiki é orgânico. Através da Iniciação, o Reiki é recebido pelas cadeias de D.N.A. E pelo código genético do indivíduo. Torna-se, pois, natural como o ato de respirar. A partir de então, tem-se o "toque de Reiki" que estará presente no aperto de mão, no abraço e em tudo aquilo que as mãos tocarem.

Posso praticar o processo de iniciação em quem já foi iniciado?

Aprenda a usar o processo iniciático e pratique-o sempre que possível. Se você aprendeu o Reiki com um grupo de pessoas, é melhor que vocês o pratiquem juntos e que ministrem a cura uns nos outros. Compartilhar o Reiki é maravilhoso para a cura e pode ser executado facilmente ao praticar as iniciações. Quando o grupo fizer iniciações uns nos outros repetidas vezes, não espere pelas altas cargas energéticas que recebeu nas primeiras iniciações.

Ouvi dizer que para passar bem o Reiki devo deixar de comer carne, beber e fumar. Isto é verdade?

Não, de maneira alguma isto é verdade. Sendo o Reiki uma energia superior, possuindo inteligência própria, nada, absolutamente nada pode impedir o seu livre fluir. Nenhum hábito seu causará qualquer tipo de interferência em seu fluxo e isto já comprovei em milhares de atendimentos e todos eles com muito sucesso. Se algo pudesse impedir ou atrapalhar o fluxo desta poderosa energia, seria o primeiro a divulgar este aspecto.

Apreendi que, quem for receber uma sessão de Reiki ou mesmo ser Iniciado, deve retirar de seu corpo sapatos, colares, brincos, anéis e de preferência, vestir roupas de cor clara. No Reiki isto é necessário?

De maneira alguma, não existe nada no universo que possa impedir o fluxo desta energia e quem afirmar o contrário, não conhece na prática a ação desta energia. Sempre digo a meus iniciandos ou pacientes que não necessitam retirar nada de seus objetos pessoais, e muito menos deixarem de usar suas roupas habituais para virem de branco. A energia gerada pelas cores das roupas ou pelos adornos pessoais, não consegue em hipótese alguma interferir com a ação desta energia.

O Reiki pode ajudar qualquer coisa na vida ?

Ajuda no tratamento de uma simples TPM, Dor de Cabeça e até o Câncer. Previne Angustia e Estresse. Reiki tem transformado a vida espiritual de muitas pessoas e quando aliado à humildade, ao amor e ao discernimento do reikiano responsável, torna-se um processo alquímico, no qual o homem brilha

em ressonância com a pulsação vital do Universo e a Luz emanada pelo Amor Que Ama Sem Nome.

Como o REIKI vai melhorar a minha vida?

O REIKI sozinho não vai melhorar a sua vida. Nada vai. O que melhora a vida de uma pessoa é a sua própria disposição em querer viver uma vida melhor. Se você deixar que o REIKI entre em sua vida verdadeiramente, ele vai ajudá-lo a manter seu equilíbrio pessoal, em todos os níveis, propiciando-lhe um centramento, para que você viva o aqui e o agora. E isso é que vai melhorar a sua vida.

Como você acha que a energia reiki pode ajudar nos casos de transtorno e ansiedade social (tas) ou fobia social?

Algumas pessoas têm um medo excessivo de ser avaliadas, de ser foco da atenção dos outros. Temem ser avaliadas negativamente. O transtorno de Ansiedade Social, faz com que o indivíduo imagine que as outras pessoas pensem que ele é incompetente ou estranho. Se a ansiedade que o indivíduo sente estiver atrapalhando as atividades do seu dia-dia ou seus relacionamentos interpessoais, ou ainda, estiver causando sofrimento intenso, ele precisa procurar ajuda especializada. Esse indivíduo pode ter medo de falar em público, de escrever ou de assinar sob a vista de outras pessoas, de comer em público ou ainda, de vivenciar a maioria das situações sociais. Precisamos diferenciar o TAS da timidez. O TAS ocorre quando a ansiedade é excessiva e persistente enquanto que na timidez é uma ansiedade normal que muitas vezes até contribui para um bom desempenho em situações sociais.

- O Reiki pode ajudar e muito nessas situações! Podemos trabalhar questões de traumas de infância que trouxeram essa timidez excessiva e podemos trabalhar questões futuras também através do reiki! Com o Reiki conseguimos sair um pouco da questão temporal de nossos traumas e temores!

O que pode ou não ser tratado com Reiki?

A prática do Reiki é extremamente gratificante. Porém acabamos deixando de lado muitas oportunidades de utilizar essa energia simplesmente porque nos esquecemos que elas existem. Com raras exceções, todos nós aprendemos no primeiro nível do Reiki que podemos utilizá-lo em várias situações diferentes. O Reiki é uma energia universal, e pode ser usado no tratamento ou energização de animais de estimação, plantas, alimentos, objetos. Mas normalmente não damos muita importância à essas possibilidades, e com isso acabamos abrindo mão de experiências que nos levariam a ter um contato mais íntimo com ele. Ao aplicar Reiki em animais, ou mesmo plantas, por exemplo, você notará que a energia flui de maneira muito semelhante à maneira que flui enquanto estamos aplicando Reiki em seres humanos.

Existe uma maneira bastante simples de decidirmos o que pode ou não ser tratado com Reiki. Imagine que o Reiki seja simplesmente luz. Se estiver em dúvida se pode ou não aplicar Reiki em uma determinada situação, se pergunte se você poderia enviar luz, e se você não está interferindo no livre-arbítrio de qualquer consciência envolvida. Se a resposta for "sim, eu poderia enviar luz" e "não, não estou interferindo na vontade de ninguém", então certamente você poderá usar o Reiki.

Existem situações polêmicas envolvendo o envio de Reiki em situações bastante específicas, como pessoas que estão sob efeito de anestésias ou pessoas

que usam marca-passos, por exemplo, mas essa discussão foge um pouco do objetivo desse artigo. Procure usar o bom-senso, e estar atento às orientações intuitivas que ocorrem durante o tratamento - não foi a toa que Usui, ao ensinar o Reiji-ho (uma técnica essencialmente intuitiva), o definia como um dos pilares do Reiki, e considerava seu domínio um dos passos mais importantes na prática do Reiki.

Posso tratar bebês com Reiki?

Sim, tocar em um bebê é até instintivo, pois ao vê-los logo dá vontade de tocá-los e quando esse toque vem cheio de energia Reiki é uma dádiva de Deus. Os bebês e as crianças estão geralmente muito mais sensíveis e abertos à energia do que um adulto. Conseqüentemente, quando necessitam da energia, se for feita uma aplicação o fluxo irá acontecer talvez até de uma forma mais rápida. Você não necessita realmente fazer qualquer coisa, a não ser está aberto a seu fluxo. Se uma criança estiver seriamente doente, aplicar-lhes Reiki no momento em que ela está dormindo é uma boa idéia. Se você for reikiano nível II poderá emitir o Reiki à distância é uma outra maneira eficaz de tratar crianças.

O animal sempre aceita o Reiki?

Pode ocorrer de você encontrar um animal que não deseje receber a energia Reiki. Sempre respeite o desejo do animal. Nunca tente forçar o Reiki para nada nem ninguém. Para melhores resultados, procure tratar de maneira sistemática o corpo inteiro do animal, principalmente o tronco e a cabeça. Lembre-se de que você pode aplicar Reiki mesmo enquanto está cuidando de seu animal de estimação. Se você possuir o segundo nível, pode até mesmo aplicar Reiki à distância neles, e nada impede você de também utilizar os símbolos emocional ou mental.

O tempo de tratamento é freqüentemente bastante curto nesses casos. Você definitivamente irá saber quando eles já receberam energia suficiente. Normalmente, eles irão simplesmente se levantar e sair. Algumas pessoas perguntam para seus animais de estimação onde eles querem que seja aplicado Reiki. Dizem que fazendo isso, os animais irão apresentar determinadas partes de seu corpo para ser trabalhada. Peixes também podem ser tratados simplesmente colocando-se as mãos sobre o aquário por dez a vinte minutos.

Quando fiz o primeiro nível de Reiki, estava bastante entusiasmado. Depois do curso, fui para a casa da minha (ex) namorada. Quando cheguei, a Luna (uma pincher) já estava preparada para nos "atacar"... Mas em vez de pular em cima de nós como sempre fazia, ficou nos olhando. Me abaixei e, seguindo a orientação de meu professor, perguntei mentalmente se ela desejava receber Reiki. Ela abaixou a cabeça, e veio - calmamente! - na minha direção, me olhando, até ficar com a cabeça debaixo da minha mão. Permaneceu assim algum tempo, e depois simplesmente saiu tranqüilamente e deitou-se perto da gente.

Fiquei impressionado pela mudança no comportamento dela nessa hora. Normalmente ela era muito elétrica, agitada. Poucos minutos depois ela "voltou ao normal", pulando, latindo, querendo brincar o tempo inteiro, mas a mudança no momento do Reiki foi notável. Certamente ela sentia o que estava acontecendo.

Uma situação curiosa ocorreu com meu professor durante todo o segundo nível. No dia que ele foi iniciado no nível 2, um pássaro entrou em sua casa. Encurtando uma longa história, esse pássaro passou a visitar a casa diariamente, chegando a pousar no ombro dele e comer na mão das crianças, até o dia em que ele fez o terceiro nível. Nesse dia, sua esposa ligou avisando que ele não tinha aparecido, e ele não voltou mais.

Reiki nas plantas é salutar?

Existem muitas maneiras de usar o Reiki com plantas. Sementes podem ser tratadas deixando-as entre suas mãos por dez minutos ou até sentir que o fluxo de energia se interrompeu. Pode ser interessante usar dois grupos de sementes, um tratado com Reiki e outro não. Você pode realizar esta mesma experiência com plantas ao longo de seu crescimento. Para tratar uma planta que você não tem como tocar, coloque suas mãos ao redor do pote ou na terra em que a planta se encontra, ou mesmo deixe suas mãos entre dois e cinco centímetros de distância da planta e envie Reiki assim. Tipicamente, plantas tratadas com Reiki tendem a crescer mais e mais fortes que plantas que não o são.

Vários anos atrás, a ciência descobriu que plantas têm respostas vibracionais muito similares a emoções. Isto significa que se você tiver o segundo nível, pode utilizar os símbolos mental ou emocional também. Como última nota, você pode utilizar o símbolo para tratamento a distância para enviar Reiki para partes inteiras da planta, ou mesmo para mais de uma planta. Conheço pessoas que enviam Reiki para seu jardim inteiro desta forma.

Se você aplicar Reiki em muitas plantas, cedo ou tarde poderá notar que depois de aplicar Reiki em uma planta que estava morrendo, aparentemente ela secou mais rápido ainda. Antes de se assustar, lembre-se de que o Reiki não pode fazer nada - nem ninguém - viver eternamente... A partir do momento que nosso corpo ou o de qualquer ser vivo já está em processo de desligamento, o Reiki atuará tornando esse processo o mais sutil e tranquilo possível. O Reiki acelera vários processos naturais, como a cura. Mas em nenhum momento ele irá "encurtar" o período de vida de ninguém, como já me perguntaram... Ele apenas faz com que o processo de desligamento, quando já está ocorrendo, seja tranquilo, o que pode torná-lo mais curto.

É uma boa idéia tratar alimentos com Reiki?

Tratar a comida e a bebida com Reiki também é uma excelente idéia. Simplesmente deixe suas mãos sobre a comida por alguns instantes, ou alguns minutos caso seja possível. Também é uma boa idéia tratar um copo de água com Reiki a cada manhã e bebê-la antes de iniciar suas atividades diárias. Tanto a água quanto a comida, tratados dessa forma, armazenam a energia Reiki de forma que você, ou quem venha a comer o alimento, possa se beneficiar dela.

A água energizada também pode ser usada para ajudar alguém que se encontra em um estado depressivo, ou entristecido. Muitas pessoas também tratam a água que darão a seus animais e plantas. Tratar remédios com Reiki é uma forma de minimizar seus efeitos colaterais e potencializar seu efeito.

Um hábito que adquiri ainda no nível 1 foi o de, sempre que vou comer ou beber alguma coisa fora de casa, traçar rapidamente um CKR no que irei comer ou beber e aplicar Reiki durante alguns segundos. Como é difícil sabermos que tipo de energia esteve envolvida na preparação ou armazenamento da comida nesses casos, essa rápida aplicação evita que sejamos afetados por algo negativo.

É possível eliminarmos energias negativas aplicando Reiki nos objetos?

Assim como nos alimentos, podemos usar o Reiki para eliminarmos vestígios de energias negativas em objetos e locais. Valem aqui as mesmas orientações dadas para os alimentos, porém temos que ter cuidado para não levar o envio de Reiki a objetos a pontos extremos.

Conheço relatos de pessoas que chegaram a tentar iniciar objetos (cadeiras, camas, cristais, etc), na intenção de que eles ficassem constantemente enviando Reiki para os locais onde se encontravam. Sem discutir a validade desse método (que pessoalmente considero absurdo), diria apenas que temos que tomar cuidado

com a forma como "testamos" a energia. Incentivo meus alunos a fazerem experiências com o Reiki, mas devemos sempre usar o bom senso e não tentar subverter os conceitos básicos do Reiki.

Não podemos nos esquecer nunca de que o Reiki não é um talismã da sorte. Assim, ele não deve ser usado para encontrar vagas em estacionamentos, ou "segurar" o ônibus para que ele espere por nós. Não devemos aplicar Reiki nas flores que mandamos para tentar nos reajustar com alguém, na esperança de que essa energia "ajude". Devemos usar o Reiki para o nosso aprimoramento, seja físico ou espiritual, e no daqueles que chegam até nós. Qualquer finalidade que fuja desse objetivo deve ser vista com cautela.

Devo harmonizar o meu ambiente com as técnicas que costumo utilizar?

Sim, 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 (se não os conhecemos), mentalizamos que a energia que canalizamos, ou nosso amor sejam enviados para abastecer a esfera (no caso de você não se sintonizado(a) com a energia cósmica, lembre-se que, o amor é uma energia inesgotável, quanto mais você o compartilha, mais tem a sua disposição). Projetamos a energia em direção ao Cosmos para que se forme uma chuva de energia que irá impregnar nosso amado planeta TERRA e todo 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. 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 em que acredita ou Deus de sua devoção.

REIKI cura mesmo?

Você crê? Então, cura. Não existe cura sem fé, sem crença na cura. Ainda assim, deixando de lado o meu lado didático doutrinário, sim, o REIKI cura mesmo. O que ocorre é que às vezes o processo do REIKI é mais lento do que o processo exigido pelo nível em que o mal ataca a pessoa. Por isso, é sempre recomendado usar-se o REIKI como terapia apoiativa e não como terapia exclusiva de tratamento. Lembre-se de que o REIKI atua na causa e não nos sintomas. Quando os sintomas

são insuportáveis para o paciente, não se deve lançar mão exclusivamente do REIKI.

O que é a Cura?

A energia Reiki cura ao passar pelo bloqueio do campo energético, o que eleva o nível vibracional do corpo e dissolve as barreiras. O Reiki acalma as tensões, alivia a dor, limpa o organismo, cura doenças agudas e crônicas. Equilibra as emoções. Quando a energia Reiki chega na altura do coração, por exemplo, remove energias estagnadas, desbloqueando histórias de sofrimento e mágoas, abrindo os canais da emoção. Uma aplicação de Reiki costuma durar em torno de uma hora, mas sua energia ainda permanece circulando por mais de 96 horas desencadeando reações diversas. Logo no início, enquanto algumas se dizem irritadas, outras costumam sentir muito cansaço e muitas se sentem sensíveis e vulneráveis. O terapeuta reiki entende essas reações como uma crise que faz parte do processo de limpeza energética. Passada a turbulência inicial, a energia se equilibra e as reikianos tendem a se sentir mais calmas, com uma saudável sensação de bem estar espiritual e excelente saúde física e emocional.

Qual o passo mais importante da cura?

Transformar as palavras em ação. Ação é a energia da imaginação; a imaginação é a energia do pensamento; o pensamento é a energia da Fonte Divina de Deus. E lembre-se, a cura não interessa a quem ganha a vida exibindo publicamente suas mazelas. O Reiki atrai pessoas que querem ser curadas.

Como é que o REIKI proporciona a cura?

Esta pergunta é de fato muito abrangente, uma vez que o REIKI proporciona a cura de forma sutil e profunda. Tentando uma maneira clara e resumida, o REIKI atua em nível profundo, onde vai atingir a causa de todos os problemas, simultaneamente. Em primeiro lugar, REIKI trabalha no aqui e no agora, tempo-espaco para onde nos conduz imediatamente. Sendo assim, concentra todas as emanções, equilibradas ou não, do passado, do presente e do futuro, para um único ponto e momento, que é onde estamos. Dessa forma, ficamos temporariamente fora de lugar e de tempo (muitas pessoas têm visões ou sensações de vidas passadas ou futuras durante a sessão de REIKI por causa disso). Uma vez concentrando tempo e espaco, o REIKI promove o alinhamento de nossos corpos, por sobre o mesmo ponto que já concentrou tempo e espaco. Feito isso, energiza – com sua energia transformadora e terrivelmente amorosa – todo o conjunto. Isso tudo se dá muito rapidamente, durante a primeira posição do REIKI, que é sobre o chakra coronário, chakra este através do qual fazemos a conexão com o mundo superior. No primeiro momento, que é a primeira hora de aplicação ou a primeira aplicação de uma série de três, o REIKI promove a limpeza deste nosso “eu concentrado”. Com o canal limpo, ele segue para o segundo tempo (Segunda hora ou segunda aplicação, no máximo feita vinte e quatro horas após a primeira, onde vai harmonizar nosso “eu concentrado”. No terceiro momento, que é a terceira hora ou a terceira aplicação (feita até no máximo vinte e quatro horas após a Segunda aplicação), o REIKI vai fixar-se naquele ponto. Se o paciente ficasse imóvel e com a mente limpa a partir de então, não seria necessário uma outra aplicação de REIKI, pois REIKI ficaria, por força da inércia, atuando ali indefinidamente. No entanto, tanto em corpo físico como nos demais, mais sutis, existem movimentações constantes, que quebram aquele estado concentrado, dispersando-nos novamente através do tempo e do espaco. E isso é que requer

novas aplicações. Se houver uma constância nessas aplicações (no máximo uma semana após a terceira aplicação consecutiva), o REIKI não vai precisar mais limpar e harmonizar, passando a atuar diretamente na fixação. E é aí que começa a produzir cura. A energia amor, que é REIKI, é poderosa arma transformadora. Por isso o chamo de terrível. Onde penetra, esta energia ajusta as partes, conserta o que está quebrado, dissolve o que está obstruindo, harmoniza as polaridades, enfim, acomoda todo o nosso ser de modo a agir e vibrar em sintonia com o universo. Durante este processo, que poderia ser toda a vida e mais um pouco, todas as nossas enfermidades, tanto físicas, quanto emocionais, mentais e espirituais, vão se dissolvendo, transformando-se nos transformando. Uma vez iniciada, a pessoa fica com a energia para sempre em atuação, até que se dê a transformação ou cura total e volte a ser uno com Deus. Os males menores, os males físicos, são os primeiros a serem atingidos e é por isso que temos tantos registros de curas físicas surpreendentes através do REIKI.

Quem recebe a cura pode sentir que tipo de sensações?

Sensação de calor, frio, água fluindo, vibrações, tremedeiras, magnetismo, eletricidade, estática, formigamento ou simplesmente não sentir nada. As vibrações mudam de uma posição para outra.

Durante a cura a pessoa pode sentir que tipo de reação?

Durante os tratamentos, embora não seja comum a todas as pessoas, ocorreram casos em que aconteceram afloramentos de dores físicas, emoções e lembranças geradoras de traumas e bloqueios. Estas possibilidades são perfeitamente explicáveis. Quando temos um ambiente escuro, não percebemos pontos de sujeira, devido à ausência de luz em seu interior. REIKI é Luz. Estende a Luz nos pontos escuros com o propósito de que aquela sujeira que causa danos à nossa saúde seja percebida e retirada a tempo. Isto é cura.

O quanto vocês prestam atenção nas reações do paciente e como isso afeta (se é que afeta) vocês?

Existem pacientes inquietos, alguns que têm dificuldade de relaxar, os que dormem em um relaxamento profundo e , os que aparentam estar sem paciência, inquietos e impacientes, acordam assustados, outros que choram, roncam, doidos para que tudo acabe rapidamente. Realmente é bem interessante e curioso como varia de cliente para cliente esses comportamentos durante a aplicação de Reiki. Os reikianos mais sensíveis chegam a sentir a mesma coisa do recebedor do reiki mais depois tudo passa. Isso acontece somente durante a aplicação do reiki no entanto não é padrão, varia de pessoa para pessoa. E quando o reikiano está sentindo alguma coisa desagradável ou o paciente, basta mudar a posição da mão. Essas situações não afetam o reikiano.

Constantemente me aplico Reiki, mas já faz algum tempo, que tudo mudou, antes eu relaxava e deixava a energia fluir, eu sempre acabava dormindo e acordava bem e relaxado, mas ultimamente eu sinto que há presenças, esculto barulhos durante a aplicação, e o pior não sei se é bom ou ruim, aí acabo ficando com medo e assustado, não relaxando, ou seja a aplicação fica comprometida, o que eu poderia fazer quanto a esses sintomas? E esse medo esta se aumentando, qualquer atividade no qual eu faço sozinho, me traz as sensações, que são afloradas durante a aplicação de Reiki, eu confio na energia e nos mestres, mas esta complicado.

Quanto aos barulhos, não se preocupe, eles estão sendo produzidos pela sua própria mente. Quanto ao sentimento de presença. Caso seja através de suas mãos, ou seja, sente a presença de alguém a(s) dominando no sentido de colocá-la(s) mais ou menos tempo em um determinado local, deixe que esse sentimento flua livremente. Você como canal e estando sensível poderá ter essas sensações.

De qualquer forma, faça uma limpeza no seu ambiente (quarto/sala), use o primeiro Símbolo, incenso apropriado, uma drusa de quartzo (ametista ou quartzo branco). O Símbolo Antahkarana também pode ser utilizado sob a sua cama. Sua própria limpeza também pode ser adotada, por exemplo, banho com sal grosso.

Não acredito que esteja produzindo sons por causa da sua mente, apenas acredito que você está criando uma sensibilidade maior que o normal e sentindo e ouvindo coisas a seu redor. Eu, logo que comecei a me aplicar reiki, vivia queimando os aparelhos de TV de casa, hoje isso não acontece mais, porque aplico reiki em mim diariamente.

A sensação de medo pode ser aliviada através do chakras da região do baixo ventre. Aplique reiki, por mais tempo, a partir do estômago até os pés. NUNCA deixe de aplicar reiki nos pés, é muito bom para aterramos à terra (que redundante, não - risos), ficar mais são e ter mais poder de decisão perante a vida.

Como tenho usado o Karuna ultimamente, meus sonhos têm ficado cada vez mais nítidos...é um processo normal, que com o tempo vai passar.

Sempre que puder, aplique reiki na sua casa.

Eu até costumo deixar o símbolo CKR no meu quarto, desenho por mim mesma.

Sou iniciante e por isso me sinto inexperiente e inseguro em relação ao Reiki! isso é normal?

O Reikiano não deve se sentir inexperiente e nem inseguro em relação ao Reiki somente por que é novo nessa técnica, lembre-se que sua alma está prá-la de familiarizada com o Reiki e escute-a, sempre dê valor a sua intuição e sinta-se livre pra trabalhar com o Reiki da forma que melhor lhe convir, basta o reikiano ter boa intenção que tudo dará certo.

O Reikiano trabalhando com Reiki poderá passar por alguma situação embaraçosa?

Trabalhando com Reiki sempre tudo flui maravilhosamente bem. Basta ter um grande respeito, carinho e desejo de sucesso pelos meus clientes em terapia e alunos. Talvez isto ajude no sucesso das relações.

Qual a expectativa que devo esperar ao fazer um tratamento de Reiki?

Não importa o que aconteça, é melhor adotar uma posição de deixar que aconteça, pois desse modo, não há expectativa e não há julgamento. Aqui, dentro de cada um de nós, REIKI flui.

O apego atrapalhar o resultado do reiki?

Força da mente é a razão humana, o nosso egoísmo, nosso apego. Muitas vezes o resultado do reiki não surge porque a pessoa não consegue entregar-se a Deus, não consegue evitar a influência da força humana e, principalmente, não consegue aplicar o reiki sem impor a sua própria vontade. Muita gente, mesmo

tirando a força do braço, mesmo tendo boas intenções, sem perceber aplica o reiki pensando assim: Puxa vida, meu Deus essa pessoa está sofrendo tanto, está sentindo muita dor, está no fundo do poço, por favor, alivie o sofrimento dela o mais rápido possível". Quem aplica o reiki pensando assim está colocando seu egoísmo, seu apego, sua preocupação, e isso atrapalha a canalização da Luz. Está querendo que o problema seja resolvido do jeito que ela quer. É lógico que a pessoa pensa assim com bom sentimento, querendo que quem está recebendo o reiki supere logo seu sofrimento. Mas, talvez não seja essa a vontade de Deus, porque todo sofrimento, na verdade, é um processo de purificação. Ou, às vezes, aplica o reiki preocupado, pensando: "Será que vai piorar ou não?". Isso também é deixar entrar a força da mente, a razão humana, o apego. O certo é não preocupar com o resultado, entregar nas mãos de Deus.

Toda preocupação é uma forma de apego. Isso é muito difícil, principalmente quando a pessoa que está purificando faz parte da família. É por isso que muitas pessoas pedem para amigos e conhecidos aplicarem o reiki em seus parentes que estão purificando. Para não entrar seu apego, para não entrar sua razão, para não ficar pedindo pela cura. Também tem a pessoa que aplica o reiki pensando: "Se sair resultado bom logo, todo mundo vai achar que meu reiki é forte". Isso também é força da mente, porque entra a vaidade da pessoa. Isso atrapalha a canalização da Luz.

De acordo com o processo de purificação, às vezes é preciso sentir dor, ter febre, coceira... A pobreza e o conflito também são formas de purificação, não é? Isso significa que tanto o corpo físico como o corpo espiritual da pessoa estão sendo purificados, passando por uma limpeza, para a alma ficar mais leve e ela ganhar mais saúde e ser mais feliz. Mas, sem querer, a gente interfere na vontade de Deus, querendo cortar esse processo de purificação e determinando o resultado que nós queremos, colocando o nosso egoísmo, o nosso apego. Procuro tirar a força do braço e sentir que a reiki está atravessando o corpo espiritual da pessoa. Aí eu fico livre e entrego o resultado nas mãos de Deus, pedindo: "Meu Deus, que seja feita a vossa vontade". Não peço nada, além disso, e não penso em mais nada." É quando você relaxa, você deixa fluir a energia sem apego. Às vezes quando queremos algo com muita intensidade, estamos com um certo apego. Sem querer "atrapalhamos" a energia curadora e colocamos um pouco da nossa ansiedade. Acho que você deve continuar aplicando reiki sem a preocupação de ver resultados imediatos. Nunca perca a fé, mesmo que a pessoa que esta recebendo reiki grite, te xingue, te maltrate, tente ser carinhosa, trate com respeito, aplique reiki nela, na sua família, em você. Se harmonize não sofra antecipadamente pelo que ainda não ocorreu, nem pelo que já passou. Porém acredito que muitas vezes olhamos o nosso umbigo e não vemos que existem pessoas que possuem problemas maiores que o nosso, e com as experiências trocadas saberemos como nos comportarmos em nossa vida.

O que vou sentir durante uma sessão ou um tratamento com reiki?

Durante um tratamento de Reiki as experiências podem variar de pessoa a pessoa. Entretanto, os sentimentos de relaxamento profundo são sentidos geralmente por todos. Além disso, muitos sentem um brilho incandescente maravilhoso que corre através do corpo. Enquanto a energia de Reiki flui, toda a tensão existente vai embora. Também pode acontecer de algumas pessoas sentirem ansiedade, medo ou outros sentimentos negativos. Um estado da paz e do bem estar é experimentado. Existem relatos de pessoas que sentiram excesso de calor ou frio em determinadas partes de seus corpos.

Algumas tendem a dormir outras relatam flutuar fora de seus corpos ou para ter visões e outras experiências mística. No fim do tratamento, a pessoa pode sentir refrescada com uma perspectiva mais positiva, mais equilibrada.

Quanto tempo deve um tratamento durar?

Em um tratamento padrão, a energia de Reiki flui das mãos do reikiano no cliente. O cliente está colocado geralmente em uma maca de massagem mas os tratamentos podem também ser dados com o cliente sentado. O cliente fica vestido inteiramente durante todo o tratamento. O praticante de Reiki coloca as suas mãos sobre ou próximo o corpo do cliente em uma série de posições da mão. Estes incluem posições em torno da cabeça e os ombros, o estômago, e os pés. Outro, umas posições mais específicas podem ser usadas baseando-se nas necessidades dos clientes. Cada posição requer três a cinco minutos dependendo de quanto Reiki o cliente necessita. O tratamento inteiro dura geralmente entre 45 e 90 minutos.

Eu ouvir dizer que existem diferentes tipos de Reiki, qual a diferença entre eles?

Essencialmente, todos usam a mesma energia para tratamentos e estão baseados no Sistema Usui de Cura Natural, que constitui o alicerce da técnica do que conhecemos como REIKI. Vários outros sistemas foram criados ou descobertos depois. A diferença entre eles está no acréscimo de símbolos, nas formas diferentes de iniciação e divisão de níveis, ou no uso conjunto de outras ferramentas, como entoamento de mantras, prática de rituais ou meditação. As posições e as técnicas da mão tendem a mudar e há mais ou menos métodos que podem ser usados. Tente não ser balançado pelos indivíduos que reivindicam seu método como superiores, o indivíduo é que vai se decidir que método serve e qual o melhor. Pesquise cada um dos tipos e tente então seguir seu instinto, qual você gostaria de se especializar. Lembre-se A energia vital e universal é comum a todos os sistemas, não há sistemas inferiores ou superiores, o conhecimento na área holística requer vivência, o que é bom para você, pode não ser bom para outro, portanto, siga sua intuição. Ela o levará ao lugar certo na hora certa.

O que é Reiki Presencial?

É a primeira iniciação. É o Reiki aplicado na presença do paciente. Neste nível embora habilitado por um Mestre, o operador tem limitado seu potencial para harmonizar a psique e curar o corpo. Ele está limitado à presença física do paciente, segundo o método REIKI Usui de cura natural. O reikiano não recebe nenhum símbolo neste nível, o que está reservado para o segundo e terceiro níveis, quando o reikiano será potencializado para trabalhar na 4ª dimensão, além dos limites do tempo e do espaço. É na iniciação, que a pessoa recebe grande carga energética que comumente chamamos de potencial energético. Esse potencial vai aumentando de iniciação em iniciação, até chegar à iniciação 3 A.

Qual a diferença básica entre o sistema Usui e karuna?

O sistema Usui foi criado por Mikao Usui um japonês que faleceu em 1925. Este é o sistema matriz de todo e qualquer sistema Reiki que se difundiu pelo mundo. Possui no sistema tradicional a quantidade de 4 símbolos. O sistema Karuna Reiki-tm, é um sistema criado por William Lee Rand e funciona muito bem. William vive nos EUA e antes de ser Master Karuna, foi e é precursor do sistema Usui. Reiki Karuna - tm (marca registrada para evitar distorções na qualidade técnica de ensino) possui um total de 12 símbolos. Tenho inúmeras experiências com ambos e aprecio cada um sua manifestação, conteúdo e funcionalidade. É possível utilizar os dois sistemas em extrema harmonia.

É certo misturar o sistema de Usui com sistemas de outros Mestres?

Alguns Mestres têm misturado o sistema de Usui com sistema de Outros Mestres, como Osho, por exemplo. Não se devem misturar sistemas, pois cada qual trabalha com um método específico. Embora seja válido e até siga os conceitos de alguns desses Mestres, O ideal é não fazer misturas de sistemas quando se trata de Reiki. Alguns Mestres acreditam que, ao invés de fortalecer, essa mistura termina atrapalhando a captação e transmissão da Energia Rei (Universal). O alinhamento dessa energia com a energia Ki (do ser vivo) deve se dar conforme ensina o Mestre Usui. Mas se o paciente quiser trabalhar paralelamente com outros Mestres, não há problema algum, desde que não misture o sistema Usui de Reiki. Porém, se alguém assim o fizer, será porque encontrou razões e consideram esses irmãos Reikianos dignos do maior respeito. E o têm. O Reiki como um todo holístico, utiliza um Sistema de Símbolos criados pelo Mestre Mikao Usui. Esse Sistema constitui um poderoso reforço e completa o trabalho de Energia Rei passada pelas mãos do “operador” de Reiki. Os Símbolos funcionam de forma autônoma, mas na realidade constituem um todo que funcionam como um Sistema fechado, pois todo sistema, por definição, é fechado.

Qual é a diferença entre os métodos Usui e Tibetano de Iniciação em Reiki?

Se eu perguntasse a você se Jesus dos cristãos tem alguma coisa de diferente do Jesus dos judeus, o que você responderia? É mais ou menos a mesma coisa. Reiki é mais que universal, é cósmico, como o próprio Cristo. O que difere, portanto dos métodos Tibetano e Usui é apenas a compreensão de cada um a respeito do Reiki.

O que justifica o crescimento tão expressivo pela procura ao reiki?

A expansão da técnica Reiki pelo mundo todo, se dá principalmente pela eficácia, segurança, e simplicidade e praticidade com que se pode usar Reiki. Além de ser muito prazeroso para quem aplica e para quem recebe. Uma união perfeita, uma nova alternativa, que se complementa inclusive com a medicina tradicional, não substituindo-a. O Reiki ainda crescerá mais. Isto não é profecia, para mim é uma evidência óbvia.

Existe uma preocupação geral a respeito dos mestres formados a jato e dos novos sistemas que vêm sendo criados como Reiki Magnificado, Reiki Espada, Reiki Relâmpago e outros?

Essa preocupação a respeito de mestres formados a jato. A respeito do surgimento de várias modalidades de Reiki acredito que a triagem vai ser feita aos poucos, pois o que não for verdadeiro não consegue persistir em uma área tão nobre como a do REIKI que atuamos.

Porque há tantos estilos de Reiki?

A Sra. Takata levou o Reiki do Japão para os Estados Unidos e iniciou, aproximadamente, 22 mestres e cada um deles colocou um toque pessoal no seu curso. Mas, todos os estilos de Reiki seguem a do descobridor – Mikao Usui.

Com tantos sistemas/escolas de Reiki não se corre o risco de criar perante a opinião geral uma certa filosofia de dispersão e não de unidade?

Este é um tema que seguidamente filosofo a respeito dele. Reiki é algo muito especial, a energia que está presente no universo é parte da unidade e não gostaria de ver os sistemas e escolas de Reiki criando divisões. Porém, estamos lidando com seres humanos e no atual estágio de evolução ainda buscamos poder e dominação. Subjugar o nosso ego para o bem maior é uma tarefa que exige muito treinamento espiritual. Aproveitando, a minha esperança é de que este debate amadureça a busca pelo bem maior que é o nosso crescimento individual e da coletividade. Pois a grande vantagem que temos é de exatamente podermos como Reikianos circular nos mais diversos meios, levando auxílio e luz, sempre que possível, respeitando crenças e paradigmas pessoais.

Mas qual a diferença entre Reiki e outras técnicas de cura que se utilizam das mãos para canalizar energia?

É simples, no Reiki você canaliza a Energia Cósmica ou Vital na mesma frequência com que foi captada, sem que sua frequência vibratória seja reduzida. Nas outras técnicas de cura a energia irradiada é absorvida através da visualização, do sistema de Chakras ou pela respiração, sendo convertida a uma frequência física e daí, é irradiada. Eis aí a grande diferença.

Tenho conhecimento em várias terapias chamadas de alternativas ou vibracionais. O que tenho que mudar depois que for iniciado no Reiki?

Nada, não precisará modificar nenhum tipo de conhecimento, pelo contrário, poderá utilizar tudo que sabe e aliar ao Reiki.

Podem as doenças de um paciente passar para o Reikiano?

Não existe nenhum relato ou relatório deste caráter que tenha acontecido, simplesmente porque ao dar um tratamento, você não está dando a um paciente qualquer coisa de você. Você está é puramente canalizando energia de Reiki – nada mais. Os praticantes de Reiki devem tratar-se com o Reiki em uma base regular e aprendê-los mover de lado aquelas coisas que poderiam obstruir esta transferência da energia ao paciente. Entretanto, às vezes um paciente terá o que é chamado umas crises de cura. Porque a vibração de uma pessoa vai acima em um tratamento, os toxins que foram armazenados no corpo serão liberados no córrego do sangue a ser filtrado pelo fígado e pelos rins e removido do sistema. Quando isto acontece, às vezes uma pessoa pode começar a ter uma dor de cabeça ou uma dor de estômago ou senti-los fracos. Se isto acontecer, é uma idéia boa beber mais água, comer umas refeições mais leves e começar a ter mais descanso. O corpo vai limpando porque a parte do processo de cura é assim, que este é um sinal bom.

Se eu fosse fazer um tratamento com um mestre de Reiki, e este estivesse com alguma doença, poderia eu adquirir esta doença do mestre?

Nunca houve em todos os relatos já escritos esse tipo de acontecimento; ou seja, dos estudantes ou recebedores de Reiki tornarem-se doentes porque seu professor era! Os mestres de Reiki tratam-se com o Reiki e aprendem a afastar o que possivelmente poderia fazer com que esta transferência da energia negativa fosse passada ao paciente – O mestre é apenas o canal; ou seja, aquele que te leva a energia Reiki e nada mais. Entretanto, às vezes uma pessoa terá o que é

chamado de crise de cura, pois a vibração da energia Reiki faz com que as toxinas que foram armazenadas no corpo sejam liberadas no correr do sangue a ser filtrado pelo fígado e pelos rins e removido do sistema. Quando isto acontece, às vezes uma pessoa pode começar a ter uma dor de cabeça ou uma dor de estômago ou sentir-se fraca. Se isto acontecer, o ideal é que se tome mais água e que as refeições sejam mais leves e que se procure ter mais descanso. Com a continuação do tratamento corpo vai limpando. É válido ressaltar que, quando acontece o processo de cura com uma pessoa é um bom sinal; é porque a pessoa está passando por um processo de limpeza interior.

Por que algumas pessoas passam tão mal quando fazem a iniciação em REIKI?

Raras são as pessoas que passam mal quando fazem a iniciação. As que sentem algum tipo de indisposição o sentem porque tinham um nível de expurgo (energias impuras a serem limpas) muito grande.

Eu estava bem antes do REIKI, e depois não me senti mais tão bem. Será que a pessoa estava muito mal e passou algo para mim?

"NÃO". É possível que quando a pessoa que está aplicando REIKI também não está curada, apareça também nela o que estava obscuro até então. Temos que olhar no entanto a cura, e não os desconfortos transitórios inerentes ao processo. Por vezes o REIKI pode não produzir a cura física, no entanto, atua na cura da mente, produz relaxamento das tensões, dissolve o stress, é eficaz em estados depressivos, ansiedade e pânico, e muitas outras. O REIKI gera calma, amor e paz profunda. *A LUZ ELIMINA A ESCURIDÃO POR ILUMINAÇÃO, NÃO POR ABSORÇÃO.*

O que é Reiki à distância?

Reiki a distância é uma sessão de Reiki que seja emitida de um mestre de Reiki em uma posição geográfica a uma pessoa que peça reiki em uma outra posição geográfica e os resultados possa ser tão bom justo quanto os resultados das sessões feitas no exame. Este processo de cura a distancia foi desenvolvido pelo Dr. Usui, que desenvolveu também Reiki. Chamou-o "a técnica da fotografia" porque requer uma foto da pessoa que recebe Reiki a fim lhes emitir a energia de Reiki. Qualquer um que tenha Reiki nível II ou um mestre de Reiki pode fornecer este serviço e ele rompe tempo e espaço. A distância que pode também ser sabido só o nome da pessoa e ele recebe a cura. Todos os Reikianos de Nível II acima devem exercitar o Reiki à distância. Ajudar ao próximo, neste caso, significa apenas dispor de visualização e imaginação. Enquanto você aplica o Reiki em você mesmo ou em outras pessoas, encaminhe a energia REIKI para aquela pessoa que você sabe que está especialmente necessitada de ajuda.

É possível emitir Reiki a uma situação adversa em minha vida?

Sim, sempre que você está dando a um cliente um tratamento, seja pessoalmente ou à distância o processo de cura irá se ajustar simplesmente à sua intenção de que a energia de Reiki deve ser dirigida à definição da situação adversa em sua vida. É importante ressaltar que a energia não pode ser usada impondo a sua vontade em tal situação; ela irá fluir sempre ao bem; ou seja, o resultado não vai depender da sua vontade, do que você deseja que aconteça, mas sim para o bem da pessoa para quem está sendo dirigida a energia, mesmo que de início não se

possa entender se o que aconteceu com relação à situação foi para o bem. Portanto, é muito importante que as pessoas estejam abertas para que as situações sejam vistas por um novo prisma.

Eu sou nível II e comecei a aplicar REIKI em alguns amigos à distância. Alguns fatos interessantes têm acontecido nessa aplicações. Aconteceu com certa frequência de eu ter retrocognições (vi fatos do passado da pessoa), e eram imagens bem claras... com o tempo foi diminuindo e hoje acontece bem raramente, alguém sabe algo sobre esse mecanismo? O fato é que sempre que eu aplico não me preocupo em ter visões, simplesmente tento passar o máximo de sentimentos e energias sadias para a pessoa. Outro fato: ao aplicar à noite em algumas pessoas, essas ficavam com dificuldade para dormir, ficavam inquietas demorando um pouco para pegar no sono. É certo acontece essas coisas?

O 2º símbolo elimina tempo e espaço e sinto que você, como colocou-se receptivo e sem intenções e julgamentos, percebeu as energias das pessoas, provavelmente onde o Reiki iria atuar e pôde assistir os fatos. Que legal. E use da naturalidade sempre, o melhor que puder na aplicação do REIKI. O aplicador não precisa participar do evento, somos apenas canal para atuar mobilizando os símbolos. O símbolo o REIKI é que faz o "trabalho". Mas momentos como esses podem acontecer e não tem significação especial a não ser mostrar o tipo de sensibilidade que a pessoa tem e que vai mudando; também o REIKI está se expressando em você gradativamente na sintonia. São por volta de 12 bilhões de células que estão se ajustando a seqüência do segundo nível do REIKI, quando elas todas (e as vezes demoram um pouco) se ajustarem a tendência é não acontecer isso. Não há nada de errado mas não precisa acontecer; é muito importante que saibamos que somos aquele bambu canalizando e não precisamos estar conectados a pessoa e nem saber quem ela é nem a sua situação apenas mobilizamos o REIKI e tudo acontece como tiver que acontecer. As vezes a pessoa (o aplicador de REIKI, se empolga pelo desejo de ajudar mais e fica pensando muito na pessoa a quem envia) e coloca a sua emoção no processo. Quando trabalhamos com REIKI, não temos amigos nem familiares, apenas pessoas receptoras de REIKI. Se não for terapeuta melhor apenas canalizar o REIKI.

Quando o reikiano "sentir" que deve fazer uma cirurgia psíquica, durante um tratamento - e o fizer, sem pedir licença ao paciente, se este, supostamente, estiver "sedado" ou dormindo, será esta uma atitude antiética, não-recomendável, mesmo que isso (a cirurgia) possibilite uma cura mais rápida?

Quando se fala em Reiki, fala-se em holístico "total", atua em níveis físico, emocional, mental e espiritual. Qualquer tratamento com o Reiki irá, conseqüentemente, atuar em todos os corpos, isso vale também, para essa técnica. Ela é "psíquica" pelo fato de que nenhuma ferramenta, além da energia e nossa intenção é utilizada (mais especificamente, nenhum "objeto"). Poderá, sim, ser utilizada em tratamentos de doenças com sintomas físicos. Um aspecto que deve ser levado em conta, durante a prática desta técnica é nossa atitude. Devemos ter consciência de que estamos, realmente, retirando o bloqueio (que será visualizado com a forma e cor combinada entre o agente e o receptor) e que o estamos projetando ao Cosmos para que seja eliminado, transmutado. Essa compreensão é imprescindível para que você possa utilizar essa técnica. É difícil se falar sobre o que é certo ou errado, isso é uma questão de conceitos. O que pode ser certo para mim hoje, futuramente pode manifestar-se como um erro. O importante é nossa

consciência, de que, no momento em que estamos fazendo algo, esse algo é o necessário para esse momento. Só posso, aqui, colocar meu ponto de vista. Eu não faria uma cirurgia psíquica em alguém sem que essa pessoa a solicitasse (exceto em caso de coma ou algo semelhante, onde esta poderia ser solicitada pela pessoa responsável pelo receptor. Além da solicitação eu pediria licença ao “Eu Superior do mesmo e se sentisse, internamente, a faria”). Quanto a possibilitar uma cura mais rápida, isso depende do que compreendemos como cura. Muitas vezes, a eliminação dos sintomas não representa uma cura e, sim, uma maquiagem, muitos bloqueios se manifestam com uma determinada missão, acelerarmos demais o processo, impediria que essa lição tornasse-se consciente. Por essa razão, a oportunidade de escolha deve ser sempre permitida. Você poderá escolher acelerar ou não o processo. Esse é um ponto de vista, mas não é uma verdade absoluta, espero que sirva para que reflitas e tenhas a tua compreensão.

Existe situações polêmicas no envio de Reiki?

Existe uma maneira bastante simples de decidirmos o que pode ou não ser tratado com Reiki. Imagine que o Reiki seja simplesmente luz. Se estiver em dúvida se pode ou não aplicar Reiki em uma determinada situação, se pergunte se você poderia enviar luz, e se você não está interferindo no livre-arbítrio de qualquer consciência envolvida. Se a resposta for "sim, eu poderia enviar luz" e "não, não estou interferindo na vontade de ninguém", então certamente você poderá usar o Reiki. Existem situações polêmicas envolvendo o envio de Reiki em situações bastante específicas, como pessoas que estão sob efeito de anestésias ou pessoas que usam marca-passos, por exemplo. Procure usar o bom-senso, e estar atento às orientações intuitivas que ocorrem durante o tratamento - não foi a toa que Usui, ao ensinar o Reiji-ho (uma técnica essencialmente intuitiva), o definia como um dos pilares do Reiki, e considerava seu domínio um dos passos mais importantes na prática do Reiki.

Entre dois tratamentos à distância devo lavar as mãos?

Só precisa lavar as mãos depois de ter tido contacto físico com outra pessoa.

Posso tratar animais com o Reiki?

Sim, os animais estão também naturalmente abertos à energia de Reiki e procurarão para fora seu toque sempre que estão na necessidade de um impulso. Como crianças, saberão naturalmente quando tiveram bastantes. Geralmente, durante um tratamento tornam-se completamente calma e relaxada. Entretanto, se estiverem calmos, não force um tratamento nelas. Como com tratamento de seres humanos, a atenção especial deve ser dada às áreas que extraem quantidades grandes de energia. Se um animal for muito agitado, ou parecer perigoso tratar sobre com as mãos, faça Reiki a distância.

REIKI não só pode ser usado em animais como também em plantas e até em minerais. Tudo o que é natural se alimenta desta energia naturalmente. Quando se canaliza o REIKI, direcionando-o propositadamente, o que ocorre é uma intensificação desta energia natural, que provoca a potencialização de seus efeitos. É assim que o REIKI pode curar. Os animais de estrutura energética mais densa, semelhante a do homem, sofrem praticamente os mesmos efeitos, só que ainda mais rapidamente que o homem. As plantas se desenvolvem com muito mais saúde (deixam de precisar de elementos como agrotóxicos para crescerem saudáveis).

Posso tratar a vida de Planta?

Sim. A vida de planta é igualmente receptivo e apreciativo da energia de Reiki, como todos formulários de vida restantes. Geralmente, as plantas parecem fazer exame de Reiki apenas como seres humanos e viverão freqüentemente mais, por muito tempo do que a média em consequência. A única maneira de testar isto deve fazer exame de duas plantas do mesmo tipo e mantê-las em circunstâncias idênticas. Dela uma com o Reiki diário. Você deve observar um diferente considerável entre os dois em alguns meses. É uma idéia boa prender sementes entre você as mãos por alguns minutos antes de plantá-los. As flores do corte podem ser tratadas prendendo as plantas do vaso e do potenciômetro prendendo o borne para tratar as raízes. Se você desejar tratar fora plantas, prenda simplesmente suas mãos sobre o solo, dirigindo a energia nas raízes. As árvores podem ser tratadas dando lhes um abraço.

O que acontece quando às vezes eu não sinto nada nas mãos?

Vários podem ser os motivos: se seu envolvimento com a agitação do dia a dia foi grande, você poderá estar debilitado e isto reduzirá sua sensibilidade às sensações mais sutis e você mal perceberá o fluxo do REIKI. Reserve algum tempo para sua auto-aplicação, harmonize-se e estará pronto para sentir a energia novamente. Pode ser também que sua iniciação no Nível I seja recente e sua percepção pode não ter sido ainda suficientemente desenvolvida para sentir a energia. Se fizer a imposição das mãos regularmente isto mudará. Não tenha pressa, canalize mais e mais a energia vital do universo. Finalmente, o motivo pode ser que a energia não esteja fluindo. Como sabemos, a energia REIKI é “puxada” ou “sugada” pelo receptor. Se ele não estiver precisando no momento, não haverá fluxo e esta será mais uma razão para você não sentir nada.

Como você sente suas mãos após a iniciação REIKI?

Muito quentes e vibrantes.

Mais sensível, mais próximo da minha alma. Às vezes sinto que minhas mãos possuem vida e vibração próprias.

Minhas mãos são importantes porque com elas posso doar. Através das minhas mãos posso dar Reiki elas a outras pessoas. Minhas mãos estão cheias de amor.

Mais quentes do que antes. Mesmo quando estou com as mãos frias, assim que começo a transmitir Reiki elas se aquecem imediatamente.

Mais suaves, formigantes e muito mais agradáveis.

Acho que minhas mãos se tornaram mais sensíveis.

Sinto nelas uma necessidade de ação.

Elas se converteram em um instrumento para produzir Reiki. Tornaram-se muito especiais para mim e ficaram muito mais sensíveis em relação às outras pessoas.

Minhas mãos estão mais sensíveis e meu toque está muito mais carinhoso.

Fluindo mais intensamente.

Eu as sinto quentes e as vivencio muito mais intensamente.

Tenho enviado reiki para quem necessita e não vejo resultado?

Quanto mais o reikiano enviar reiki para quem necessita, verá o resultado mais rápido. Eu envio a distância e é quase que na hora já percebo os resultados. Ou tu está só enviando para necessidades próprias e materiais, no caderno por exemplo? Bem, envie amor e verá o resultado logo! Talvez você tenha, por algum motivo o reconhecimento do reiki seja mais lento. Talvez ande desmotivada com algumas coisas e, não com o reiki você tem que parar de querer que não existam problemas, afinal, o segredo está em lidar com eles. Tenha calma mas assim. Muita calma, serenidade, tranquilidade! No popular Relaxa! Pois muita coisa que tentamos mudar e não muda é porque é pra ser assim. Não esquece dos karmas. Muita coisa podemos melhorar mas não alterar o ciclo. Com tempo tu vai perceber o momento certo de espalhar o bem e retomar o reiki. Não adianta, se acelerarmos as coisas acabamos que, ficamos estressados por ver que as coisas não correm como gostaríamos. Nós é que temos que aprender a esperar. Tudo isso é pra te dizer que já pensei assim, já estive desmotivada, mas percebi que estava com o pé no acelerador. quando tirei desci ladeira. Feliz, e contribuindo com tudo que alcanço!

O reikiano Pode Garantir A Cura?

Quando aplicamos o Reiki, não podemos garantir o resultado de nenhum tratamento. Não podemos, de maneira alguma, afirmar que a aplicação da Energia Universal da Força Vital produzirá resultados determinados e absolutamente previsíveis, além dos de tranquilizar a mente e intensificar a energia vital. Seria falta de ética afirmar tal coisa.

Sob esse aspecto, o Reiki não é diferente de nenhum outro método terapêutico ou ciência medicinal, nem mesmo da medicina alopática ocidental, que também não pode garantir o resultado de nenhum tratamento. Na verdade, não existe sobre a Terra nenhum tipo de medicina que possa garantir a cura. Por que outro motivo eles lhe pedem para tantos formulários quando você se interna num hospital nos Estados Unidos ou em outros países? A chamada indústria da saúde quer garantir que você absolva os médicos e as empresas farmacêuticas de responsabilidade que lhes cabe pelos resultados do tratamento. Isso porque não podem garantir o sucesso da cura e querem que você aceite este fato, assinando o nome sobre a linha pontilhada.

A própria esperança de ter uma garantia absoluta se baseia sobre um engano básico acerca de quem, ou do que, realiza o ato de cura.

O que é REIKI para você?

Amor em ação.
Um presente.
Harmonia.
Sentir Deus em mim mesmo.
Simplicidade.
Uma força incomensurável.
Fraternidade.
O fluir de Deus.

Dar amor a mim mesmo.
Tocar em mim mesmo e nos outros com amor.
Corações se abrindo.
Curativo e relaxante.
Alegria.
Perceber Deus dentro de mim.
Um caminho para o autoconhecimento.
O amor que emana de Deus.
A cura integral.
Um poder celestial.
Um presente do céu.
Receber o amor de Deus para retransmiti-lo.
A energia mais pura, em sua forma mais simples.
Amor, paz, alegria, coragem e confiança.
Superlegal!
Um grande enriquecimento.
É sentir-se mais leve.
Profundamente tranquilizante.
Uma grande transmissão de força.
Volta para casa.

O que os reikianos dizem como sentiu o REIKI?

Para mim foi uma experiência maravilhosa, e simplesmente não consigo exprimi-la em palavras.

Reiki significou para mim uma experiência emocionante, que modificou profundamente a minha vida. Tenho agora nas mãos um instrumento que pode me ajudar em qualquer circunstância.

Impressionou-me muito pela simplicidade. A certeza de estar atuando dentro da perfeição divina me trouxe tranquilidade, serenidade, e sempre me dá coragem e confiança para aplicar Reiki nas ocasiões necessárias.

Bonito, agradável, tranquilizante, relaxante e positivo.

Uma experiência que torna a gente feliz.

Maravilhoso, faz muito bem à gente, e é divino. Tenho a impressão de que nunca antes havia recebido vibrações tão boas e positivas.

Quais as experiências mais significativas que os reikianos relatam que já viveram?

Pela primeira vez em minha vida pude sentir minhas raízes.

Conseguir perceber, num nível muito profundo do meu próprio ser, um sentimento intenso de gratidão, acompanhado de uma grande sensação de felicidade. Foi assim que voltei a encontrar o caminho até Deus.

As iniciações. Pude sentir o contato com o Poder Divino.

O amor.

Há muito tempo não me sentia tão bem, sem nenhuma queixa, sem nenhuma dor. Sentir uma energia vibrante e libertadora na área do coração.

Foi durante a quarta iniciação, quando senti uma forte vibração que sacudiu o meu corpo inteiro.

Durante a primeira iniciação passou uma faísca diretamente da mão de minha mestra reiki para a minha.

Foi sentir o calor nas minhas mãos e experimentar uma profunda sensação de agradecimento.

Como o reikiano se senti, Fisicamente, Mentalmente e Espiritualmente depois de iniciados no reiki?

Em geral, mais forte e mais saudável.

Mais equilibrado, mais tranquilo, mais cheio de compreensão, amor e bondade, mais predisposto a ajudar os outros.

Muito bem. Fico agradecido por sentir a energia fluindo através do meu corpo e saber que posso passá-la adiante.

Fisicamente recuperado, mentalmente ativo, espiritualmente relaxado e aliviado.

Desde o dia em que vim participar deste seminário. Foi como se tivesse nascido de novo. Depois de atravessar alguns altos e baixos, senti uma grande renovação física, mental e espiritual.

Fisicamente bem, mentalmente claro e ordenado – o que, no meu caso, não é muito natural – espiritualmente tranquilo, harmonizado e cheio de amor.

Fisicamente me sinto mais suave, meu chacra do coração está aberto, mentalmente me sinto enriquecido e espiritualmente, saudável e integrada.

Simplemente muito bem! Hoje mesmo, em meu trabalho, me disseram que havia algo diferente em mim. E que eu estava com ótimo aspecto.

Envolvido e protegido por um manto de seda.

Quais os depoimentos sobre reações de autocura durante os seminários de Reiki?

“Senti uma forte ardência na região do baço, que foi melhorando dia-a-dia”.

“Em pouco tempo me livre do estresse”.

“As tensões diminuíram, as dores de cabeça desaparecerem e consegui parar de fumar. Obrigado!”.

“Consegui me libertar de muitos bloqueios. Pude trabalhar muito em nível espiritual. Agradeço a vocês dois a ajuda que me deram ao me ensinarem Reiki. Com amor e gratidão!”.

“Uma melhorada considerável, sob todos os aspectos. Obrigado, obrigado, obrigado!”.

“Uma enxaqueca, causada pela mudança de tempo, desapareceu em poucas horas”.

“Liberação de tensões crônicas e do estresse”.

“As desagradáveis dores musculares que me perseguiram desde uma cirurgia a que me submeti há cinco anos desapareceram logo no início do seminário, pela imposição de mãos”.

“A pressão. O estresse e o nervosismo, que eu vivia sentindo internamente, desapareceram”.

O canal pode se fechar ou a energia REIKI pode parar de fluir?

Não, isto não é possível. Na iniciação os chakras são abertos para vibrar com a energia REIKI em níveis superiores de forma irreversível. Mesmo que fique anos sem fazer a imposição de mãos consciente (a energia flui automaticamente sempre que você colocar as mãos sobre algo que precise dela), você será sempre um canal aberto e capaz de vibrar com a energia de vida do universo, canalizando-a para si próprio e para todos que precisarem.

Muitas pessoas da minha família poderiam beneficiar-se com o REIKI, mas simplesmente não querem ou não acreditam. Eu deveria iniciar-me no Nível II para poder tratá-las pela cura à distância?

Nunca tente convencer ninguém a acreditar, querer ou aceitar o REIKI. O livre arbítrio deve ser respeitado sempre. O Nível II não objetiva a aplicação sem o consentimento da pessoa, pelo contrário, ao permitir a canalização de energia à distância, maior deve ser o respeito e a responsabilidade com o desejo pessoal de querer ou não usufruir o REIKI. Porém, se por motivos como inconsciência, desequilíbrio ou desordem mental, estado de coma ou impossibilidade de qualquer ordem, a pessoa não puder dar seu consentimento, peça ao seu Eu Superior que, em contato com o Eu Superior da pessoa, obtenha esse consentimento. Um parente próximo poderá consentir também.

Podemos estender o REIKI a qualquer pessoa, mesmo sem ela saber?

Somente devemos estender REIKI com o consentimento de quem vai receber. Trata-se de respeitar e dar liberdade ao outro de aceitar ou não. Mesmo sabendo que podemos fazer bem ao outro, devemos consultá-lo e aceitar possíveis negativas.

No curso que eu fiz, me disseram que não deve mandar reiki para quem não quer por causa do livre arbítrio. mas o que pode realmente acontecer se eu tentar ajudar alguém que não quer mandando reiki? o reiki funciona? ou não, só se a pessoa quiser? e o que pode acontecer comigo se eu mandar reiki sem que a pessoa queira?

A questão é muito simples. Como sabes, o Reiki é uma energia de cura e de amor, ela permite que atinjas um auto-conhecimento e uma consciência de ti mesmo e de tudo aquilo que te rodeia muito grande. Quando fazemos Reiki aos outros devemos ter o cuidado de tentar perceber se é mesmo aquilo que a pessoa procura muitas vezes não é! O Reiki torna-nos responsáveis pela nossa vida e isto pode ser muito complicado para muita gente. As pessoas têm o direito de não querer receber Reiki e de continuarem a viver de olhos fechados, culpando os outros de tudo o que acontece. Procura dentro de ti mesmo o porquê dessa ânsia de ajudares os outros. Ajuda-te a ti mesmo, elevando a tua vibração e estarás ajudando a todos os que te rodeiam. Não te aconteça nem nenhum se enviares Reiki para quem não quer, quanto muito nada acontece.

É absolutamente necessário receber uma iniciação de REIKI para ter condições de impor as mãos?

Não, em absoluto. Basicamente, todo ser humano tem a capacidade de transmitir a energia vital através das mãos: alguns mais, outros menos. Entretanto, somente através das iniciações de REIKI, é que a energia a ser canalizada e transmitida passará a ser sempre a ENERGIA UNIVERSAL DE VIDA. Além disso, a iniciação no REIKI estabelece mecanismos de proteção, tanto para o Reikiano, quanto para o receptor, contra vibrações negativas. A cada iniciação, multiplica-se em muitas vezes a capacidade de captar e fluir a energia REIKI.

Eu posso prejudicar alguém com o REIKI?

REIKI é amor e, ao canalizar esta energia para qualquer pessoa que precise, deseje e aceite recebê-la, ela estará permitindo amor. A ajuda médica ou terapêutica nunca deverá ser negada ou subjugada. O REIKI ampara e potencializa tratamentos, mas não o livra da responsabilidade com relação a você mesmo e àquele que se entregam a você.

Reiki pode causar danos?

Nunca. Reiki é uma energia inteligente, guiada pela Consciência Divina. Ela sempre sabe o que a pessoa precisa e sua atuação sempre criará o efeito apropriado. Não há necessidade de nos preocuparmos se é adequado ou não receber ou passar o Reiki. Essa experiência sempre será boa.

É possível fazer Reiki para o “mal”?

A resposta para essa pergunta é um pouco parecida com a que foi dada na questão anterior. Como Reiki é uma energia inteligente, não é o praticante ou terapeuta que determina os resultados que ele quer, o que vai curar ou o que vai ser trabalhado, portanto ele não tem o dom, nem de fazer o bem, nem de fazer o mal, porque ele não tem o controle da energia Reiki, que é uma energia de Amor Incondicional, uma energia de vida, portanto de efeitos sempre benéficos.

No Reiki temos algum risco?

REIKI, é um só. Quem conhece REIKI, segundo o sistema USUI, tem REIKI para toda a vida. E ponto Final. Mas REIKI, na verdade é simples, singelo, sutil e isso incomoda muita gente porque funciona de forma intensa profunda e verdadeira. Sempre. Então se cria em cima disso muitos outros caminhos não de crescimento nem de crescimento, mas de ganhar dinheiro. Se tivermos a sintonia legítima e real,

feita por um mestre vivo fisicamente presente nos primeiro e segundo nível teremos REIKI para servira nossa vida inteira e de todos os seres vivos neste universo. Se soubermos que devemos ser Mestres alcançamos o próximo nível. E ponto Final. Mas quando as coisas são simples muitos buscam complica-las. E o cuidado que nos cabe é: REIKI, não tem contra indicação a ninguém é altamente seguro e correto. REIKI é o que queremos e temos. Simples assim.

O REIKI só flui se antes eu rezar e depois alisar a aura?

O REIKI sempre flui onde quer que seja necessário e onde quer que seja aceito. Não existe nenhuma outra pré-condição. O REIKI é um presente, não existem restrições envolvidas.

É possível curar todos os tipos de distúrbio com o REIKI?

O REIKI pode fazer muito, mas não pode fazer tudo, pois o livre arbítrio do paciente é que vai ou não permitir curá-lo. Ele também não exclui as terapias e os diagnósticos alopatas ou naturopatas, apenas lhes oferece suporte. Os sintomas de doença grave ou algo semelhante devem ser tratados por especialistas médicos treinados. O REIKI deve ser usado principalmente como uma medida profilática, dando a todos os tipos de tratamento um reforço potencializado para curar.

A quantidade de REIKI que flui em todos os Reikianos é a mesma?

Não, pois a cada iniciação a capacidade do Reikiano em canalizar a energia é aumentada pelo uso dos iantras (símbolos) e dos mantras (sons), que as eleva a níveis vibratórios superiores, permitindo uma maior captação e fluência de energia. Esta é a abertura básica que acontece e nunca poderá ser reduzida. Quanto mais REIKI o canal aplicar, mais sua capacidade em canalizar energia irá aumentar, tornando-se parte dele, não podendo ser retirada ou limitada.

Há desgaste físico ou energético ao se aplicar REIKI?

Questão bem colocada, visto que nas outras técnicas de transmissão energética através das mãos isso ocorre com frequência,. Bem com o REIKI acontece uma coisa especial e benéfica: ao sobrepor as mãos sobre o paciente (pessoa que vai receber o REIKI), o Reikiano (pessoa que faz a aplicação do REIKI) recebe a energia REI integralmente. Ao entrar em contato com a energia KI, o corpo do próprio Reikiano retém para si cerca de 30% (trinta por cento) da energia REI, que é o suficiente para equilibrá-lo e nutri-lo energeticamente. Quando a energia sai pelas mãos do Reikiano, ela já está transformada em energia REIKI e o Reikiano já está recebendo a parcela que o irá recompor amplamente. Desta forma, aplicar o REIKI é benéfico também para quem o aplica e, através deste processo, que se dá instantaneamente, a energia pessoal gasta já é automaticamente reposta.

A prática do Reiki pode causar alguma perda de energia a seu praticante?

Uma vez que o praticante é um canal, uma vez que ele está diretamente sintonizado com a fonte de energia, sua energia pessoal nunca será envolvida no processo. De fato, ambos, praticante e cliente, recebem Reiki e, por causa disso, quando um reikiano dá um tratamento, sua energia é incrementada e balanceada porque, na verdade, ele também recebe um tratamento. Na prática do Reiki dar e receber são a mesma coisa!

Recentemente, venho me sentindo cansado sempre que aplico REIKI. Qual é a causa?

Sempre que canalizar o REIKI para alguém você receberá sua parcela de energia, pois no momento em que você põe as mãos em outra pessoa, processos de purificação são estimulados em seu próprio corpo. A reação de cura sempre consome alguma energia vital enquanto você estiver agindo, porém, o REIKI sempre mantém 30% da energia captada com Reikiano, harmonizando e equilibrando seu KI (energia vital). A causa deste “cansaço” é, com certeza, falta ou diminuição de auto-aplicação. Quanto mais REIKI você se permitir, menos perda de energia irá ocorrer e mais vitalidade você terá. Experimente manter os olhos fechados, esse procedimento reduz a perda de KI.

É possível energizar-me sozinha?

Qualquer pessoa pode energizar-se sozinha desde que tenha técnicas seguras e eficazes para tanto. Se você no caso é Reikiana, evidentemente e naturalmente, basta desejar que Reiki flua através de suas mãos e leve-as aos pontos que você aprendeu no curso que fizestes. Caso você tenha dúvida contate seu professor de Reiki.

É possível imantar Reiki na água?

O Reiki aplicado diretamente sobre a água – água de beber, para cozinhar ou mesmo para tomar banho – facilita os processos de ajuda a grupos familiares ou comunitários em geral, de maneira discreta e anônima. Coloque as mãos redor do recipiente ou sobre a parte superior do mesmo, deixando-as atuar por vinte minutos. A água será adicionada da Totalidade Radiante REIKI. Pessoas doentes física, emocional, mental ou espiritualmente são incondicionalmente beneficiadas por água imantada.

É possível imantar objetos com REIKI a fim de evitar acidentes?

É possível imantar com REIKI objetos que ficarão imantados por algum tempo, assim como os animais, as pessoas que recebem o REIKI, como tudo. O objeto, no caso, pode ser projetado mentalmente. O que não podemos definir, no entanto, é se esta é a maneira correta de utilizar o REIKI ou de se evitar acidentes.

O que é um Rosário?

Rosário é uma espécie de colar de contas usadas para acompanhar as rezas. Cada conta representa uma repetição afirmativa. A repetição de orações tem por finalidade intensificar e potencializar a oração em si. Este método é muito antigo e remonta, muito antes do nascimento do Cristo, as primeiras civilizações orientais.

É verdade que existe um Rosário Cósmico Reikiano?

Rosário Cósmico Reikiano existe, é montado com 33 contas (a idade do Cristo crucificado) e também estabelece essa mesma relação com seu usuário, atingindo seu nível subconsciente de modo a entretecer neste ambiente mental seus desejos (ou desejo) e suas emoções. O Reiki é imantado nas contas, de modo a “atravessar” bloqueios de tempo e espaço, ao mesmo tempo em que carrega consigo a energia REIKI potencializada o suficiente para auxiliar a manifestação do que se deseja. Ao

imprimir seus desejos- profundamente associados a emoções sinceras – neste nível, a mente aciona o mecanismo da Vontade, que é o elemento da espiritualidade que torna possível a manifestação do desejo. Por esta razão, os resultados com Rosário Cósmico têm sido eficazes em 100 % dos casos onde é utilizado corretamente.

É necessário fazer uso de um diário do Reiki?

Todo iniciado em Reiki é orientado a manter pelo menos um caderno de Reiki, onde vai escrever suas programações pessoais, familiares, de amigos e até desconhecidos. “Diário Reiki”, que nada mais é do que um caderno diário onde você vai fazer anotações de como Reiki está atuando em você (se você for terapeuta, faça um para seus pacientes também), que tipo de mudanças ele está provocando em todos os níveis (físico, emocional, mental e até mesmo em seu estado de espírito). É importante para sua compreensão e percepção de si mesmo e do Reiki em si que você tenha um diário desses. Você saberá, cada dia mais, que a técnica de Reiki é um suporte incrível à sua expressão pessoal no que se refere à expansão da consciência, desenvolvimento espiritual e pessoal como um todo e abertura dos caminhos para o que há de mais importante na vida.

Como faço as anotações dos pedidos de REIKI, geralmente faço a impressão dos e-mails e coloco na minha Caixinha de REIKI só que minha caixa esta cheia e eu uso uma caixa de camisa.

Você tem alguma idéia diferente e quanto tempo devo deixar os pedidos na caixa?

Normalmente procuramos colocar na Caixa de Reiki aquilo que melhor represente a pessoa que estará recebendo o Reiki. Chamamos a essa representação de “Testemunho orgânico”. O melhor testemunho seria o próprio Paciente. Na ausência do mesmo, testemunho máximo, colocamos o testemunho que estiver o mais próximo possível do Paciente. Nessas situações estão: um pedaço de pele, unha, nódoa de sangue etc. Sabemos que essas representações contem integralmente o Paciente. Na impossibilidade dessas representações máximas, vamos decrescendo em termos de representação e caímos em: nome e endereço ou nome e data de nascimento, ou somente o nome e finalmente um apelido. Num apelido teríamos, digamos assim, uma representação mínima do Paciente.

A representação máxima significa que haverá um maior acoplamento Reiki/Paciente. Normalmente colocamos esse testemunho escrito em uma papeleta, preferencialmente à lápis, devido a maior interação, por ser o grafite, um elemento da natureza.

A Caixa de Reiki quando estiver cheia, todas as papeletas podem ser colocadas em um saco e enterradas ou queimadas. Não deve haver a preocupação de se estar retirando da Caixa algum pedido ainda não atendido. Este pedido não atendido, embora não permaneça mais em nossa Caixa, continuará a permanecer em diversas outras de Reikianos. Outro aspecto é que ficaria muito difícil controlar quem já foi atendido ou não. Às vezes recebemos apenas um apelido através de terceiros onde o contato posterior torna-se impossível.

Como é a Técnica da Redução?

Reduza, imaginariamente, o tamanho do receptor, visualizando a pessoa entre suas mãos. Trace o símbolo 3, em seguida o 2, afirme três vezes que a pessoa encontra-se entre suas mãos e em seguida trace o símbolo 1. Você realmente terá a pessoa entre as mãos, procure desenvolver a sensibilidade para sentir isto.

Como é a Técnica do Substituto?

A técnica do substituto dá ênfase ao corpo físico, aos órgãos, glândulas, ossos, etc. Esta técnica é utilizada para tratar um problema específico. Neste caso, usamos uma terceira pessoa, uma boneca, um ursinho de pelúcia ou similar, um travesseiro ou até nós mesmos como um molde para representar a pessoa receptora.

Primeiramente visualizamos sobre o Chakra coronário o símbolo 3 (mantra três vezes), seguido do símbolo 2 (mantra três vezes), visualizamos e mentalizamos a pessoa e seu nome três vezes; em seguida traçamos o símbolo 1. Fazemos a aplicação de maneira tradicional no molde, direcionada ao órgão específico afetado da pessoa que está recebendo o tratamento. A energia atingirá ao mesmo tempo e com igual intensidade a pessoa e o molde.

Como é a Técnica da Foto?

Outra maneira de se enviar um tratamento à distância é através de uma foto da pessoa receptora.

Escreva o nome completo da pessoa, os símbolos 3,2 e 1 nesta seqüência, com seus respectivos mantras ao lado, três vezes. Em seguida coloque a foto à sua frente, então irradie Reiki ao receptor através da foto. É possível irradiar segurando a foto entre as mãos, se preferir. Na falta de uma foto escreva o nome e endereço da pessoa e tente imaginar o rosto da pessoa na sua mente. O procedimento seguinte é o mesmo acima. Vários reikianos poderão formar um círculo e colocar a foto ou o papel no centro onde todos irradiarão. lembre que a energia é multiplicada pelo quadrado do número de reikianos.

Como é a Técnica do Joelho?

Na técnica do joelho é onde temos encontrado melhores resultados. Ela é usada como complemento ou em substituição à técnica de aplicação presente. Oferece muita ênfase ao corpo etérico (nadis, Chakras e canais elétricos), gerando como consequência o desbloqueio para recepção de energias superiores. Devemos seguir a seguinte seqüência:

a) Escolha uma perna para iniciar a aplicação à distância, esta deverá ser sempre a mesma para que exista correspondência vibracional. Recomendo começar pela esquerda para pessoas destros e perna direita para canhotos.

b) Na perna escolhida, o joelho corresponderá às quatro posições da cabeça, a coxa da mesma perna corresponderá às quatro posições da frente do corpo e a coxa da perna oposta corresponderá às quatro posições das costas mais às duas posições dos pés. Todas as quatorze posições tradicionais receberão energia através da correspondência em, somente três pontos.

c) Coloque a mão não dominante em concha sobre o joelho escolhido, a outra mão permanece livre para traçar os símbolos.

d) Trace o símbolo 3 (mantra três vezes) seguido do 2 (mantra três vezes). Neste momento afirme três vezes o nome da pessoa que irá receber a energia, mentalizando seu rosto. feito isso, trace o símbolo 1 e coloque a mão dominante ao lado da outra mão, sobre o joelho que estará correspondendo às posições da cabeça. devemos permanecer irradiando por 5 minutos.

e) Deslize suavemente as duas mãos para a coxa da mesma perna, permaneça aí por mais 5 minutos; desta forma você atingirá todas as posições da frente da pessoa receptora.

f) Transfira uma mão de cada vez para a coxa da perna oposta, permanecendo assim por 5 minutos, desta forma você atingirá todas as posições

das costas e dos pés da pessoa receptora. Com isto, em apenas 15 minutos, se tem um tratamento completo de Reiki. Após a aplicação desconecte do campo áurico da pessoa, lavando as mãos. Podemos estabelecer outros pontos de correspondências. Ex.: cotovelo com a cabeça, antebraço com a frente e o outro antebraço para as costas e os pés. A técnica do joelho também pode ser utilizada, como já vimos, no autotratamento com tempo reduzido para 2,5 minutos por posição. Caso você não conheça pessoalmente a pessoa para quem está direcionando o Reiki, não esqueça de ter o cuidado de utilizar uma foto com o nome completo da mesma, ou nome e endereço. mesmo que está não se encontre em seu endereço naquele instante, lembre que trabalhamos fora do tempo presente; logo, esta receberá no ontem ou amanhã.

Como é a Técnicas de Transformação?

Vale lembrar o que foi dito por Jesus conforme o Capítulo 16, versículos 23 e 24 do Evangelho de São João: “Naquele dia já não me perguntareis coisa alguma. Em verdade, em verdade vos digo, se pedirdes ao Pai alguma coisa em Meu nome, Ele vo-lo dará. Até agora pedistes em Me nome. Pedi e recebereis, para que seja completa a vossa alegria.” É preciso pedir! Dificilmente encontramos esta frase em uma das dezenas de obras escritas pelo padre católico Lauro Trevisan. Se você não solicita um aumento de salário, dificilmente o patrão o concederá. “A criança que não chora não mama” é uma verdade popular conhecida. Aprenda a pedir para viver melhor.

Como é a Técnica do Caderno?

Existem pessoas que pedem ao Cosmos através de orações, através da fé religiosa fazendo promessas, oferendas e alcançam seus objetivos. No Reiki ensinamos a pessoa a pedir cientificamente, a interferir em sua vida de uma forma generalizada em pelo menos 80% de seus problemas. Aqui colhemos o que plantamos, a maior parte dos acontecimentos não é kármico e pode ser alterado. Nesta técnica iremos escrever em um caderno tudo que desejamos curar, alterar, obter, fazer, concluir, conseguir, saber, compreender, nos libertar. Colocaremos também fotos, nomes e endereços de pessoas que amamos, a quem vamos dirigir a energia vital à distancia. O caderno é pessoal, utilize a técnica da caixa explicada a seguir para pedir por pessoas com quem você não tenha uma vinculação maior, sua ênfase é sobre a interação de campos de energia à nossa volta, em casa, no trabalho, no clube, etc. e sobre nossos corpos emocional e mental. Em matéria de pedidos, muitos reikianos entram no terreno de assuntos amorosos. As vezes queremos o amor de outra pessoa mas esta, por sua vez, tem uma relação com uma terceira. Não seria lícito solicitar o rompimento de tal relação para nos atender, o correto é solicitar a melhor relação para nós, sem citar ninguém. Pedir o amor de outra pessoa sem a sua permissão não seria correto, estaríamos forçando a vontade alheia, interferindo no seu livre arbítrio, trazendo conseqüências kármicas, além de estas caírem sobre a própria relação.

Como se faz ativação do Caderno?

Primeiro devemos escolher um caderno que seja prático, ou seja, pequeno, de capa dura e com pelo menos 50 folhas.

Para facilitar o manuseio do caderno, sugiro a divisão em tomos, cada qual destinado a um assunto específico (saúde, família, finanças, assuntos profissionais, afetividade, lazer, espiritualidade, etc). Existem cadernos divididos em cores, o que

facilita a distribuição dos pedidos. Podemos colar fotos de pessoas, animais, objetos, etc. para os quais desejamos direcionar a energia vital.

Na contracapa devemos desenhar os símbolos 3,2 e 1; nessa ordem, sempre ao lado, escrevemos três vezes cada mantra respectivo. Repetimos o mesmo processo na última capa, em seguida colocamos uma folha ou foto sobre os mesmos para que não sejam copiadas por uma eventual pessoa não habilitada.

Escreva, desenhe, cole, peça o que quiser sobre cada um dos assuntos. Faça aquilo que Jesus disse que deveríamos fazer, Ele não impôs limitações.

Para ativação do caderno coloque-o sobre a mão não dominante em forma de concha com os dedos unidos, com a outra mão desenhe os símbolos na sequência 3,2 e 1 sobre a capa. Aplique 5 minutos de energia no caderno entre as mãos, repita a mesma operação sobre a outra capa. O caderno estará ativado e energizado por 24 horas. O caderno deverá ser reenergizado a cada 24 horas, aproximadamente. Os símbolos ativarão o direcionamento da energia Reiki a todos os pedidos que estiverem contidos no caderno. Podemos escrever em qualquer idioma e termos erros ortográficos, pois o que importa são as ondas mentais impregnadas no momento em que escrevemos.

A energização diária poderá ser feita em apenas 5 minutos, sobre um dos lados, sem a necessidade de virarmos o caderno como na ativação inicial. Se você não consegue realizar alguns dos seus desejos, usualmente, significa que alguma coisa tem de ser mudada, ou curada antes, para depois este desejo poder ser realidade. A realização de um desejo será facilitada quando todos os aspectos envolvidos estiverem em harmonia com a energia do amor.

Como é a Técnica da caixa de Reiki?

A mais poderosa maneira de abrir, ativar, energizar e equilibrar todos os seus Chakras e manter seu corpo e mente numa condição saudável é amar. Isso pode não parecer uma técnica muito científica, mas é. O amor é a maior força curadora que existe, o maior instrumento para a evolução e purificação. Devemos assumir inteira responsabilidade com o nosso despertar e o despertar da humanidade. Quando amamos nós mesmos e estamos aptos a oferecer esse amor aos outros, se julgar se merecem ou não, mantemos nossos corpos recarregados e vitalizados com a energia da vida. Isso pode parecer uma coisa difícil de se conseguir, mas, na verdade isso pode ser tão simples quanto você acredita que é. Observamos que os reikianos que utilizam a técnica abaixo, obtêm mais rapidamente resultados em seu caderno pessoal. Perante as leis da espiritualidade, ajudando aos outros estamos ajudando a nós mesmos. A técnica da caixa é usada, essencialmente, quando não temos dados suficientes sobre a pessoa a quem estamos direcionando a energia; para executar as outras técnicas, temos endereços incompletos, nomes incompletos, apelidos, indicações como “amigo do porteiro”, etc. Sua ênfase é sobre os corpos extra sensorial e emocional superior. É a maneira que temos de auxiliar um grande número de pessoa com as quais não temos uma ligação maior.

Como se faz ativação da Caixa?

Escolha uma caixa média de algum material que no futuro possa ser queimada facilmente (papelão, madeira, etc). Uma boa opção é uma caixa de sapatos.

No fundo da caixa, internamente, colocamos os símbolos 3, 2 e 1, neta ordem, cada qual com seu mantra respectivo três vezes. Colocamos sobre os mesmos uma folha para que não sejam visualizados por pessoas não iniciadas no nível 2. Na tampa não há necessidade de colocarmos símbolos.

Dentro da caixa colocamos pedidos de diversas pessoas, simultaneamente, a quem desejamos direcionar a energia vital. Podemos colocar fotos, bilhetes, pedaços de tecidos, etc.

A ativação é feita em 5 minutos. A cada 24 horas é necessária a reativação da energia por mais 5 minutos.

Como devemos fazer a Respiração dos Chakras?

Vitalização e Equilíbrio Devemos nos conscientizar de que, através da respiração, estamos ligados a tudo o que nos envolve. Todas as pessoas, animais e plantas respiram o mesmo ar, e você inala aquilo que eles exalam e vice-versa. Mas não é somente para fora que o ar nos liga com tudo, pois também no nosso interior ele estabelece um contato, um intercâmbio permanente; até na menor das células penetram partes da nossa respiração, suprimindo o nosso corpo com força vital. Da Índia conhecemos a palavra “Prana”, que significa tanto alento vital como também Energia Cósmica; essas diversas traduções descrevem os diferentes níveis de respiração. Estamos ligados, através da respiração, com a força vital que a tudo penetra e sem a qual não poderia haver Criação. Assim tomamos consciência das dimensões da nossa respiração, que representa algo tão universalmente grande, embora tão comum. Ao dirigir a consciência para a nossa respiração, podemos dar origem a muitas coisas positivas, influenciando os Chakras.

Como é a Técnica da Respiração usando o símbolo 1?

Sente-se numa posição confortável, sem sapatos, com as costas eretas, mantenha os olhos fechados e permaneça alguns minutos em silêncio, sentindo o ritmo normal da sua respiração.

Após esses minutos em que você somente prestou atenção na sua respiração automática, vamos dirigir a respiração – inale e exale o ar calma e uniformemente pelo nariz, duas ou três vezes (dessa maneira simples).

Agora visualize o símbolo 1, a sua frente, na altura do Chakra básico e, ao inspirar, sinta que o Chakra está participando do processo (você está respirando também pelo Chakra), e que o símbolo é absorvido pela inspiração do seu Chakra.

Sinta por alguns minutos o símbolo 1 pulsando no Chakra básico, sinta como toda a energia do local, do Chakra, se expande.

Agora, ao expirar, visualize todas as emoções negativas sendo expelidas do seu corpo, do Chakra (você pode usar a imagem de uma fumaça escura) e agora visualize o símbolo 1 pulsando no local, com um grande coração dourado (ou outra cor da sua preferência).

Repita a mesma operação com todos os outros Chakras e, ao chegar ao Chakra coronário no topo da cabeça), depois da expiração e de sentir o símbolo pulsando no local, visualize um imenso símbolo 1 sobre a sua cabeça, sinta-o apenas, por alguns minutos, e depois visualize-o entrando pelo topo da cabeça e indo até a planta dos pés. Ao chegar a esse local do seu corpo ele sairá e será absorvido pela terra.

OBS.: na hora em que você estiver visualizando o símbolo 1 pode fazer afirmações, como “Eu me permito estar em harmonia com o Cosmo! Eu sou luz!” ou outra frase/idéia de sua preferência (contanto que a temática seja um processo de

abertura e harmonização), três vezes, e assim estará intensificando o processo de limpeza. Não esqueça que o símbolo é a união do Mantra e Yantra (sons e formas); então, ao visualizar a forma do símbolo você deve repetir seu som três vezes.

Sinto que o REIKI me faz muito bem, mas não reservo tempo para me tratar. Porque sou assim?

Que tipo de relação você mantém consigo mesmo? Uma relação amorosa? Você se permite usufruir algumas coisas boas da vida? Com frequência este não é o caso nesse tipo de situação, Afirmações como “Eu me reservo tempo porque me amo” ou “Eu me amo e gosto de fazer algum bem para mim mesmo” podem ser úteis. Busque os reais motivos e ignore a famosa desculpa: “Eu não tenho tempo”. Em geral, ela é o primeiro sintoma da baixa estima. Faça uma auto-avaliação por algum tempo, descubra seu “amor próprio” e permita-se fazer o melhor por você mesmo. O seu desejo em aplicar REIKI retornará com toda certeza mais convicto e inabalável do que nunca.

Ando um pouco desmotivada o que faço?

Revisa os alunos sempre fazem cada nível em separado e o vivem por um tempo mesmo que sejam trinta dias de prática observada e orientada. Hoje as pessoas tem muita presa e tenho visto pessoas em alguns meses fazer todos os níveis isso pode perturbar e atrapalhar a ordem natural de cada coisa. Revisa isso a quantidade tempo recebeu a primeira sintonia e a segunda e se tem praticado diariamente. REIKI não é uma técnica mental é apenas aplicando as mãos o treinamento (sem pensar em nada) as mãos levam o REIKI onde o queremos e é apenas um direcionamento para a entrada dele pois sempre ira para todas as células. (quando trabalho em CTI as vezes e apenas pós segurar um dedo do cliente morrendo por que está inteiro entubado) e em dois ou três dias ele estará fora do ambiente) e muitíssimos deles se mantém vivo já por 12 anos.

Tenho nível II, vou fazer o III quando der mas não vejo efeitos será que estou colocando meus pedidos de forma errada?

Desmotivada é algo que você não deveria estar depois de ter a sintonia de REIKI mas algumas pessoa levam dois anos para que todas as suas células, (perto de 12 bilhões delas) acreditem no REIKI e posa expressar e conhecer bem o REIKI. O ideal é fazer cada nível quando entrar bem essa frequência e mudar o nível e etc. Se você fez mais rápido que isso e seu ritmo for mais lento deve fazer o seguinte: aplique nos outros, auto-aplique e recebe REIKI e de um pouco de tempo a você nesse tempo procure não ler nada e falar pouco a esse respeito acatando a sua natureza e vivendo REIKI, sem expectativas sem cobranças e se surpreenderá entendendo a cada dia melhor sem explicar teorizar nem definir VIVA REIKI encontre REIKI no seu ritmo simples assim.

É necessário sempre fazer a auto-aplicação?

A coisa mais tola que se pode ver no universo REIKI é um reikiano que não aplica o REIKI. Onde a coerência? Se você é um iniciado e não aplica o REIKI em si mesmo, jamais poderá se apresentar como um reikiano. Fazer a iniciação apenas para conquistar um título é afrontar a própria inteligência, é sabotar a oportunidade de promover melhoramento íntimo e pessoal. É inconcebível, já que REIKI proporciona tantas melhorias e nenhuma desvantagem.

Tem alguma característica peculiar a auto-aplicação?

A respeito da auto-aplicação recomendada todos os dias, tem por objetivo a familiarização do aluno com o símbolo e com a energia, e amenizar os efeitos da iniciação. Baseado nisso podemos concluir que a auto-aplicação é altamente recomendada nos 21 dias que seguem a iniciação. Feito isso fica a encargo do Reikiano usar essa ferramenta quando quiser e necessitar. Não se sintam mal por não usar o Reiki todos os dias, as vezes você não está necessitando, porém não percam a dedicação para a cura. Na auto-aplicação é salutar procurar pensar em coisas boas. Não são exatamente mantras, mas mentalizar paz, amor, saúde, cores (dourado, verde, lilás e rosa) etc. e o melhor ponto durante a auto-aplicação é quando se chega em um estado de perda de orientação espacial.

As pessoas que fazem a iniciação em REIKI tornam-se profissionais?

Se quiserem. Um Reikiano profissional pode apenas fazer aplicações de REIKI. Para trabalharem como terapeutas de diagnóstico, no entanto, vão precisar de outros cursos complementares. Toda pessoa que quiser torna-se um profissional terapeuta em REIKI deve conhecer assuntos como anatomia e funcionamento dos órgãos, chakras e centros energéticos, reflexologia, polaridades no corpo físico, meridianos do corpo, glândulas e seus funcionamentos etc. Quanto mais conhecimento a respeito de onde o REIKI atua, melhor. Conhecimentos de psicologia e linguagem terapêutica (hipnótica ou inespecífica) também são de extrema utilidade.

Que requisitos são necessários para uma pessoa aplicar reiki profissionalmente?

Em primeiro lugar a pessoa tem que ser habilitada na técnica por um mestre em Reiki qualificado. Como no Brasil não existem leis que regem a matéria, entende-se que a profissão é livre para qualquer pessoa exercer, obedecendo é claro, os códigos de leis existentes no país, que na verdade é uma situação que rege a vida de qualquer brasileiro. Porém recomendo que você retire uma licença como terapeuta alternativo, ou algo próximo, na Prefeitura Municipal da cidade que você vai trabalhar. Ter um ambiente de trabalho inspecionado pelos órgãos municipais. Sugiro também o registro no sindicato dos terapeutas.

Eu tenho medo de interferir no meu carma ou no carma da outra pessoa com o REIKI. Isto é possível?

REIKI é amor e ao canalizá-lo para qualquer pessoa que aceite recebê-lo ela estará lhe permitindo “amor”. Com relação ao carma, a energia REIKI permite e facilita o acesso aos registros akashicos onde, através da consciência, as situações responsáveis ou causadoras do carma, poderão ser tratadas, restauradas e mesmo revertidas para o resgate ou aceitação do mesmo. REIKI não cria carma, comportamentos e atitudes, sim. A energia de vida e de força do universo permite-nos conscientizar para transmutar e expurgar pelo amor e a verdade, as situações causadoras dos nossos carmas.

Posso enviar Reiki para pessoas desencarnadas?

Tenho visto diversas pessoas discutindo a respeito da validade, da eficiência, e mesmo de fatores morais vinculados ao envio de Reiki para pessoas desencarnadas.

Um primeiro fator é a questão do livre-arbítrio, e da autorização necessária para o envio da energia. É muito difícil delimitar do mas de se garantir que o livre-arbítrio seja respeitado nesses casos, mas uma orientação comum é que seja feito um pedido ao Eu Superior da pessoa, pois não dispomos de meios para pedirmos essa autorização diretamente.

Outro fator é decidirmos se essa energia pode realmente ajudar o espírito desencarnado. Vamos nos ater com mais calma a essa questão.

Há teorias que dizem que um espírito desencarnado não receberia o Reiki propriamente dito, e sim, um fragmento dessa energia, mais sutil até que a energia Rei, que se padronizaria com a vibração de seu corpo. Dessa forma, canalizar o Reiki para um desencarnado seria tão eficiente quanto orar por ele, mandar rezar uma missa, ou qualquer atitude semelhante. A questão é que se a necessidade chega até nós, como canais Reiki, e por sermos canais Reiki, temos que correspondê-la. Os Mestres (e aqui me refiro aos mestres espirituais) é que saberão como manipular a energia para que o ser a receba. Outra coisa: às vezes, a imagem do desencarnado pode ser somente uma impressão energética ainda agregada a energia de pessoas da família (o que o é, na maioria das vezes). O Reiki, dessa forma, é canalizado a quem deve ser (encarnado ainda), por ainda estar ligado mentalmente àquela imagem do desencarnado, agindo para desfazê-la. Fica claro, aqui, que o Reiki não age no "sopro", na consciência do desencarnado, mas em seus outros corpos energéticos, que levarão ainda um tempo pra se desfazer, e na parte emocional/mental do encarnado apegado.

Por isso as pessoas se confundem. A imagem pálida e sem vida que se vê, pensando que é um espírito, não é consciência, assim como não o é as sombras escuras que passam em nossa frente, às vezes. Isso são sombras, memória energética do local, outros corpos de energia, mas não o "sopro", a consciência do ser. Essa está em um outro plano, e só teria acesso a nós se fosse mediada por um ser superior à nossa própria consciência. Esses seres, para serem compreendidos, utilizam a forma daquele que precisaria de ajuda. Essa ajuda, na grande maioria das vezes, é a necessidade de desapego das pessoas que lhe eram próximas. Uma consciência, um espírito, quando visto, é luz pura. Independente se ele pretende fazer bem ou mal.

Formas pensamentos são banidas rapidamente com o Reiki, que tem uma vibração mais forte que elas, desintegrando-as. Essas, assim como os miasmas energéticos, são normalmente os tais obsessores que muitos gostam de falar. São seres sem consciência também, que só dominam outras pessoas mediante uma plena fraqueza mental do "obsidiado", e que se não for acompanhado de reforma íntima do encarnado que recebe o tratamento, são rapidamente substituídos por outra forma pensamento, ou mesmo outra consciência, tomando o papel do obsessor. Resumindo, diria simplesmente que o envio de Reiki para um desencarnado, ainda que não necessariamente vá se dirigir a ele, sempre será benéfico, na medida em que respeitarmos a questão do livre-arbítrio.

Quais são os níveis do Reiki?

O PRIMEIRO NÍVEL (1º. Grau) é o nível principal, durante o qual você recebe REIKI para toda a vida. Você aprende, através de uma técnica específica (pela ajuda das suas mãos), a ativar a Energia Vital em si mesmo e nos outros, a fim de dissolver as causas de tensões, bloqueios e doenças. A energia despertada será absorvida onde for mais necessária naquele exato momento, por exemplo : pelo corpo, pelas emoções, pelo sentimento, pelo intelecto, pela criatividade, pela intuição.

O SEGUNDO NÍVEL (2o. Grau) é o nível que tem aplicações avançadas para aqueles que desejam conhecer melhor o REIKI, pois, neste nível, o foco é a cura mental com repercussão no corpo físico e etérico, assim como a cura à distância. Aqui o Reiki trabalhará diretamente no plano causal.

O TERCEIRO NÍVEL A (3o. Grau A) capacita ao Reikiano o uso de uma energia especial, que leva ao auto-crescimento, auto-transformação e a ser Mestre de si mesmo. Essa graduação inclui um nível de ativação de energia de alta potência, também para balanceamento energético, cura, integração e iluminação. O 3o. Nível A é de uso pessoal, para multidões e para trabalhar o planeta. Esta graduação está delineada principalmente para aqueles que desejam se aprofundar mais na técnica da Energia Cósmica, sem terem adquirido um certificado, ou se qualificado como Mestre Reiki. O curso é completado, recebendo-se o total e original poder do Reiki do 3º. Nível B.

O TERCEIRO NÍVEL B (3º. Grau B) é o Nível de Mestre, onde você aprende a iniciar pessoas nos Níveis I, II e III (A e B), e a ministrar cursos de Reiki.

Quantos são os níveis do Reiki?

Atualmente existem vários sistemas de Reiki e, conseqüentemente, a quantidade de níveis varia de um para o outro. Esta variedade de caminhos depende da origem da linhagem e, até mesmo, das crenças pessoais de alguns mestres. No Usui Shiki Ryoho, sistema trazido para o ocidente pela Sra. Takata, temos 3 níveis. No nível I o aluno recebe 4 sintonias, distribuídas ao longo de 4 dias seguidos(meios dias) ou 2 dias inteiros (prática mais freqüente). Este nível é completo em si mesmo, não existindo nenhum tipo de incentivo para que o aluno faça o nível II, a título de complementação. No nível II, o aluno recebe os símbolos de seu mestre e aprende como usá-los. O aluno faz o segundo nível, depois de algum tempo de prática e quando se sente pronto, em função de sua prática, para aprofundar seu compromisso com a energia Reiki. O nível III é o nível do mestre, dedicado aquele que quer ensinar Reiki e iniciar outras pessoas.

Quais são os benefícios de fazer exame dos níveis de Reiki?

Reiki é uma técnica muito simples a aprender e não é dependente de um que tem nenhuma experiência prévia com reiki, meditativo ou nenhum outro tipo da terapia. Aprendeu-se com sucesso perto sobre um milhão povos de todas as caminhadas de vida, ambos os jovens um velho. A razão é assim fácil aprender que não se ensina na maneira que usual algo é ensinado. A habilidade de fazer Reiki é transferida simplesmente do professor ao estudante com um processo chamado de iniciação que ocorra durante um curso ou seminário de Reiki. Assim que recebe um nível, tem a habilidade de fazer Reiki e em seguida sempre que colocar suas mãos em uma outra pessoa com a intenção de fazer Reiki, a energia começará automaticamente a fluir.

Reikiano Nível I pode fazer aplicações em terceiros (pessoas, vegetais, animais)?

Não só pode como deve. Apenas estabelecer o tempo de 5 minutos para cada chakra ou aplicação em plantas. No caso de animais, aplique o tempo que o animal permitir. Não tem problema algum você aplicar reiki em terceiros, animais e vegetais sendo nível 1. É até melhor que aplique, assim você aumenta a sua

potencialidade da energia e automaticamente aplica reiki pra você mesmo, pois reiki é 100% pra quem aplica e 100% para quem recebe.

No nível I pode ser passado os três símbolos para o sintonizado?

Alguns Mestres costumam passar os símbolos pros alunos no nível 1 apenas para que eles saibam como é o processo de sintonização, afinal, para que o símbolo tenha valor energético mesmo, o reikiano teria que ser sintonizado no nível 2 em diante. Falar sobre os símbolos entre pessoas reikianas nível 1 ou não, não tem problema algum. Os símbolos são sagrados e devem ser respeitados, mas esconder algo que não fará mal algum tanto ao símbolo quanto a pessoa, não tem problema algum.

Por que há um período de espera entre os níveis de Reiki?

Uma razão para um período de espera de três meses entre os níveis: permitir o corpo ajuste ao fino ajustando isso ocorre na iniciação que pode resultar em uma limpeza interna, em qualquer um exame, nenhum emocional e mental de nível. Se você for uma pessoa que prenda os muitos da doença pessoal ou emite (que muitos de nós enlatam) o período de espera é permitir que o corpo ajuste à mudança física e emocional que pode às vezes ser uma pouco traumática. Permita que o Reiki trabalhe-o e leal, antes de mover-se no nível seguinte (ao menos três meses).

Por que há um período de espera antes do nível III de Reiki?

Os princípios são os mesmos que para o nível I; este deve se permitir que primeiramente o Reikiano, consulte um mestre de Reiki de sua escolha para a orientação em fazer exame para o próximo nível de Master. É aconselhável esperar um mínimo de seis meses entre os níveis antes que você considere ensinar.

Quem pode fazer o curso de mestre nível III B?

Qualquer um que deseja e se mostrou estar pronto. Devem também estar prontos para fazer exame na responsabilidade de ser um mestre de Reiki. Eu dou a estudantes um certificado na conclusão de seu terceiro nível e eles devem então começar a ensinar uma primeira e segunda classe do nível. Finalmente aprendendo com pelo menos cinco estudantes. O terceiro nível variará entre professores necessitará ser terminado.

Quais os pontos principais para receber o nível III B:

Que você esteja pronto; Encontre um professor que ensine direito para que você empreenda o nível final; Faça exame de seu tempo sobre sua decisão; Vá com seus instintos.

Qual a principal ferramenta do nível 3-A do REIKI?

O nível 3-A tem como sua principal ferramenta o DKM, que permite ampliar e potencializar a energia vibratória dos demais símbolos, na medida em que atua no corpo espiritual. Além disso, o DKM pode ser usado nas versões Usui e Tibetana (aliás, a que me foi passada pessoalmente, além da tradicional, e a que mais uso). Assim, como alguns mestres escrevem nas suas apostilas, "o símbolo DKM poderá ser adicionado à todas as técnicas ensinadas no nível 2". Outras possibilidades de expandir a ação do Reiki surgem com o nível 3-A, tais como: Cirurgia Kahuna,

ativação dos canais energéticos através de Mudra, o uso de cristais e mandalas, técnica de regressão, de interpretação de sonhos, de projeção astral, de meditação com símbolos (assim como no nível 2), além das técnicas especiais que você descreve no capítulo 16 de sua excelente apostila. São tantas as possibilidades do nível 3-A, que, realmente, abre-se um novo mundo para o reikiano após a iniciação no terceiro nível.

Como deve se portar um mestre em reiki, e sua ética quanto a indicar um mestre em Reiki? e em relação aos valores altíssimos cobrados por alguns?

São atitudes de um mestre, em primeiro lugar, esforçar-se para poder oferecer a frequência e abordagem adequada a cada pessoa em seus processos únicos de cura. Quanto à parte financeira, fica a critério de cada pessoa, tanto do mestre quanto da pessoa que recebe o curso ou aplicação. Torna-se uma questão de consciência de cada um, pois ao avaliar o bem produzido com o Reiki, torna-se difícil mensurar dinheiro. Tem-se que observar, no entanto, que há custos ao se organizar qualquer evento, sem pensar na necessidade de estímulo que o mestre merece. Sendo assim, valor monetário é um critério pessoal.

Mestre de Reiki e por que escolhi ser?

Tornei-me Mestre Reiki, porque não poderia perder essa oportunidade de ser um reikiano em toda sua dimensão; complemento meu trabalho com um Reiki didático e acima de tudo, amo esta idéia desde o primeiro contato com o reiki. Não conto os anos que a ele me dedico porque quando fazemos uma atividade por prazer, o tempo não existe. Com o Reiki serei sempre um jovem de entusiasmo. Mas, fundamentalmente é isso de que preciso para complementar meu trabalho; por gostar muito mesmo de Reiki, minha intenção é um dia, quando tiver mais tempo disponível na vida, estudar todas as ramificações do Reiki.

Quantos tratamentos deve um reikiano fazer em um dia?

Não há nenhuma limitação na quantidade de tratamentos que você pode dar – a limitação é a quantidade de energia física que você tem. É como um trabalho típico de 9am a 5pm, se você fizer mais de 8 horas ou um o dia, ele começará eventualmente a mostrar e você encontrar-se-á sua qualidade do serviço pode fazer exame de um mergulho. O mesmo aplica-se a dar tratamentos de Reiki, não há nenhum limite na quantidade de energia que você pode canalizar, mas há um limite em o que ser humano seja capaz em um dia, em uma semana, ou em um mês. Recorde, ele é importante de olhar depois que você fizer com seus pacientes – assim, verificará que o excesso não faz coisas boas.

Pode os níveis de Reiki I, II e III ser dado simultaneamente?

Podem ser dados ao mesmo tempo. Entretanto, isto pode ser uma coisa perigosa a fazer e não algo que deva ser praticados. Os problemas demasiado rápidos da causa de demasiada lata da energia e o significado verdadeiro de Reiki podem ser negligenciados e perdidos. Eu não ensinaria todos os três ao mesmo tempo por essa razão e por uma razão prática. Ser um professor de Reiki significa muito mais do que apenas poder fazer as iniciações. Significa que você teve o momento de aprender leal e outros – isto não acontece do dia para a noite! Nesse tempo, você deve transformar-se em mestre de Reiki. Você não pode ensinar algo que você não sabe. Idealmente, eu prefiro ver estudantes trabalhar com o primeiro

grau por ao menos 90 dias. Se os resultados bons vierem deste (se têm trabalhado duramente com Reiki) e se sentem prontos, então podem terminar o segundo grau. Após um ano no segundo grau, se desenvolverem sua habilidade de leal e outros e estiverem prontos para fazer exame da responsabilidade final do terceiro grau, são convidados para tornar-se um mestre de Reiki.

Quanto tempo devo eu reservar para o tratamento?

O tratamento recomendado é mais ou menos uma hora para as primeiras aplicações no nível I, (que permite que 5 minutos sejam gastados em cada uma das doze posições básicas), e 36 minutos para o segundo grau e os novatos avançados, (reservando ao menos 3 minutos em cada uma das doze posições básicas). Em seguindo os estudantes do Reiki avançado podem naturalmente continuar com os tratamentos por longas horas se desejarem.

Posso dar um tratamento mais curto se eu não puder encontrar o tempo recomendado?

Sim, e um Reiki pequeno é melhor do que nenhum Reiki. Se você tiver somente alguns minutos para aplicar, focalize-o na área que você sente a necessidade maior. Há entretanto uma previsão para isto, tente não tornar hábito de saltar na hora. Recorde, vocês são as pessoas mais importantes em sua vida e sem saúde e sentido de bem estar, você não ajudar a outros.

Quanto tempo devo eu permitir um tratamento de um amigo ou de um cliente?

Não há nenhum tempo específico, embora as diretrizes gerais para um tratamento completo seja 1 hora a 1 hora 15 minutos. Se por alguma razão você não puder dar um tratamento completo, recorde sempre, um Reiki pequeno é mais benéfico do que nenhum.

Uma sessão de REIKI pode ser feita por mais de um praticante?

Pode, quando uma sessão só é feita por dois praticantes, um deles irá fazer Reiki da cabeça até o coração e o outro irá fazer Reiki do plexo solar até os pés. Muitas vezes, enquanto uma sessão se prossegue, os praticantes podem vir a perceber onde é que as energias estão sendo bloqueadas e algumas vezes conseguem até captar informações sobre a pessoa que está recebendo Reiki.

O que permite a prática do Reiki em uma pessoa?

A prática do Reiki permite a uma pessoa viver em plenitude, a despeito das dificuldades inerentes ao meio em que habita. O Reiki nos ajuda a compreender que pertencemos todos a uma mesma irmandade cósmica, que Deus é o pai amoroso e consolador, nutridor de nossa almas e orientador de nossos passos. Apenas a Ele e ao seu séquito pertence o direito de olhar nossos caminhos. Mas nem a Ele pertence o direito de interferir em nossas escolhas, pois Ele mesmo nos concedeu o poder do livre-arbítrio.

Reiki pode ser aplicado em grupos?

Sim, Várias posições de Reiki podem ser usadas quando praticando Reiki em grupos. A vantagem de praticar Reiki em grupos é que o paciente recebe energia em

dobro, dependendo do número de pessoas aplicando Reiki ao mesmo tempo. As chances do paciente se recuperar são bem maiores quando recebendo Reiki de várias pessoas. Para praticar Reiki em grupos, é preciso que o praticante tenha pelo menos completado o nível I do Reiki. Um grupo pode ser formado de duas a nove pessoas (dependendo do espaço disponível). Se não houver espaço suficiente para mais pessoas, então, os praticantes deverão ficar atrás dos praticantes que estão aplicando Reiki no paciente, colocando suas mãos sobre os ombros dos praticantes que estão na frente.

É necessário fazer reuniões de Reiki?

As reuniões de Reiki é um costume comum entre as pessoas que praticam o Reiki, se encontrarem e compartilhem a energia, umas com outras. É uma sensação maravilhosa, quase como flutuar. Uma vez o tratamento em grupo é muito mais forte, essas sessões são bem mais curtas. As pessoas se revezam como pacientes. E é um evento social também, com as pessoas conversando, rindo e sentindo-se elevadas ou embriagadas com a energia.

Se uma das posições parecer ser muito absorvente de energia, devo eu gastar mais tempo para tratar esta área?

Sim, você deve nesta confiar em sua intuição e ir com o que sente direito naquele tempo. Entretanto, há uns pares de pontos a observar! não perca a trilha do tempo e não se sinta incapaz de terminar um tratamento cheio no tempo alocado; e recorde reduzir o tempo gastado em outras áreas. Você não necessita necessariamente permanecer na posição até que você sinta que a energia que está sendo extraída se está reduzindo. Recorde, seu sistema dirigirá a energia à área da necessidade a mais grande, não importa onde suas mãos são.

Eu necessito sempre saber porque meu cliente veio para um tratamento?

Saber isto não tem nenhuma relevância ao efeito da energia. Entretanto, a informação básica pode ser útil se seu cliente tiver um problema físico, para o exemplo, que pode o envolver que divergindo de sua maneira usual de trabalhar.

Reiki trabalhará se a pessoa que eu estou tratando não for confortável com minha pessoa tocando seu corpo?

Sim, a energia de Reiki trabalha em todo o corpo através do sistema de cura, incluindo nossos corpos subtle, podendo assim simplesmente nossas mãos ficarem diversas polegadas longe do corpo, não havendo nenhuma diferença ao tratamento ou à energia que estarão recebendo.

Se o cliente disser que não está sentindo nada durante um tratamento, significa que a energia não está trabalhando?

Os trabalhos de Reiki em um em nível energético subtle, alguns clientes são incapazes de experimentar a mudanças a nível de consciência. Isto não significa que a energia não está trabalhando. Entretanto, é muito incomum para um cliente que recebe um tratamento completo de Reiki não ter à sensação de relaxamento. Talvez o ponto importante a anotar aqui é que é importante tanto quem o pratica como para cliente que comece unidos ao resultado de um tratamento. Você está simplesmente lá para fazer a energia fluir a ele. É seu sistema que determina como a energia o experimentarão.

Que acontece se eu tiver um contato de ruptura com um cliente no meio de um tratamento?

Sempre que possível você deve tentar evitar isto. Entretanto, há épocas em que não pode ser evitado se este for o caso. O seguinte procedimento pode ser usado: Ajuste sua intenção e a energia de Reiki continuará a trabalhar em seu cliente. Se você fizesse seu segundo grau, poderia ajustar acima um absentista que healing em seu cliente whilst você é maneira. Informe seu cliente que você estará para trás o mais cedo possível e que devem simplesmente relaxar e continuar a apreciar o tratamento. Em seu retorno, dê-se um momento re-para re-attune à energia antes de prosseguir com o tratamento e deixe-se seu cliente saber que você está recomeçando. Se você fizer exame do segundo grau, você pode desejar usar o primeiro símbolo sobre seu cliente antes de continuar o tratamento.

Posso omitir ou adaptar algumas das posições básicas da mão quando dou um tratamento?

As doze posições básicas são meramente diretrizes que foram projetados a ajudar. Se você sentir necessidade de divergir delas, assim o faça. Você pode, por exemplo, às vezes, sentir que gastaria bastante tempo. Tratando uma porção de seu corpo e faltaria uma outra parte. Alternativamente, algumas das posições podem ser incômodas para você (as posições da parte traseira e do ombro no detalhe podem parecer difícil para alguns de nós). Se este for o caso, adapte-os então ao terno você mesmo. Por exemplo, gaste o tempo dobro em sua posição da caixa se a posição da parte traseira e da parte superior for problemático recorde, dando-se um tratamento de Reiki nunca deve lhe causar aflição e a energia é canalizada sempre à área que requer mais em seu sistema. Um outro princípio da base a recordar é que mesmo se você tem somente 15 minutos ou metade, uma hora ou o dia, melhor uma hora, dando-se um pouco de energia de Reiki, do que nenhum. Tente sempre manter-se em contato com a energia em uma base regular.

Se eu receber a informação psíquica ou intuitiva durante a aplicação do reiki em um cliente, devo lhe informar sobre?

Não é incomum que esta situação ocorra, desde que muitos praticantes de Reiki relataram um aumento em sua consciência psíquica e intuitiva que segue seus ensinamentos. Quando da um tratamento de Reiki, seu campo da energia começará a misturar-se com o de seu cliente e conseqüentemente, você pode escolher a informação ou tornar-se sensível ao bem estar emocional do seu cliente. Alguns clientes seriam extremamente incômodos com você que é realimentado com informações pessoas que psíquicas e podem consider isso uma invasão de privacidade. Conseqüentemente, recomenda-se geralmente que você respeite a privacidade do seu cliente a menos que tenham pedido tal informação. Recorde que o cliente pediu somente um tratamento de Reiki, não uma leitura.

É possível fazer através de uma sessão de Reiki um diagnostico?

Bem, acredito que seja possível sim, para quem tem muita experiência, inclusive em outras terapias! Mas o melhor é não tenta fazer diagnostico. Acredito poder realizar muitas coisas com a energia reiki mas, devido a nossa legislação devemos tomar cuidado com certas situações no caso de terapia holística, (e o reiki é considerado uma terapia holística), não pode-se fazer diagnóstico, no máximo uma avaliação energética e suas predisposições para se ter idéia a nossa legislação nos

proíbe de usarmos termos como: Pacientes, doença, cura etc. Para um maior entendimento de como funciona isso, é bom procurar as normas técnicas setoriais voluntárias estipuladas pelo Sindicato dos Terapeutas, para que se possa utilizar o Reiki sem maiores problemas judiciais.

É necessário fazer diagnósticos ao aplicar Reiki?

Os praticantes de Reiki não fazem diagnósticos, devem abster-se de o fazer; não têm capacidade para tal e nunca poderiam adquiri-la num ou dois fins de semana. A energia Reiki tem inteligência própria e dirigir-se-á infalivelmente para os pontos onde é mais necessária. Na já longa história da sua utilização, sem necessidade de qualquer diagnóstico, o Reiki foi útil pelo contributo prestado no alívio das mais diversas doenças conhecidas, incluindo alguns problemas graves, tais como: esclerose, problemas de coração, cancro, doenças de pele, cortes, ferimentos, ossos partidos, dores de cabeça, febres, constipações, gripes, rouquidão, queimaduras, cansaço, impotência, falta de memória, complexos de inferioridade, etc.

Onde atua o tratamento Reiki?

Nos quatro corpos : físico, mental, emocional e espiritual.

No corpo físico : causando o relaxamento, e o equilíbrio

No corpo mental : tornando os pensamentos positivos

No corpo emocional : equilibrando as emoções

No corpo espiritual : trazendo paz e introspecção pela meditação.

O Reiki atua somente no corpo físico ?

O Reiki não atua somente no corpo físico. Agindo de forma holística consegue a harmonia do corpo, da mente e do espírito.

Na dimensão Física o Reiki é bom para:

Aliviar dores em geral, baixa vitalidade, estresse, fraturas, edemas, insônia pós-operatório problemas digestivos.

Na dimensão emocional o Reiki é bom para:

Ansiedade, depressão, doenças psicossomáticas, estresse, insegurança, melancolia, perdas e luto.

Na dimensão espiritual o Reiki é bom para:

encontrar sua espiritualidade; encontrar seu propósito de vida; trabalhar situações futuras; trabalhar situações karmicas de vidas passadas.

O que é filosofia?

Para os que não sabem, filosofia é, como entendiam os grandes filósofos gregos, a “busca amorosa pela verdade”. E é assim também que pode-se entender o REIKI. Essa energia amorosa e inteligente que proporciona ou facilita mudanças interiores no sentido de alinhar nosso consciente ao nosso subconsciente, promovendo paz e equilíbrio na unidade SER que representamos.

Existem contra-indicações para o tratamento de Reiki?

Reiki é um dádiva de Deus, por isso não tem contra-indicações, aconselha-se, no entanto, em caso de fraturas ou deslocações ósseas, a aguardar primeiro pela

colocação do osso no seu devido lugar, antes de energizar a zona afetada, pois poderíamos começar a cicatrizar os tecidos antes do tempo próprio.

Quantas sessões serão necessárias para um tratamento completo de Reiki?

O numero de sessões dependerá sempre de cada caso. Aconselha-se no entanto a começar por três sessões seguidas, se possível.

Quanto tempo demora cada sessão?

O período de cada sessão é cerca de uma hora, aproximadamente.

Poderei experimentar esta terapia grátis?

Sim. Uma vez por mês fazemos práticas com alunos iniciados onde poderá experimentar uma primeira sessão grátis, havendo naturalmente um número limite de tratamentos por dia. Bastará contactar com os mestres Reiki de sua cidade.

Se eu quiser fazer o Curso de Reiki, deverei fazer todos os níveis com o mesmo Mestre?

Não obrigatoriamente. Existem, no entanto, diversos tipos de Reiki que poderão ter algumas diferenças nos símbolos sagrados ou nos rituais de iniciação, pelo que deverá informar-se talvez primeiro sobre estas possíveis diferenças.

Depois da iniciação, posso começar a aplicar o Reiki em outras pessoas?

Sim. Poderá começar a aplicar e curar você e a outras pessoas. Não existe um número certo de aplicações, quanto mais aplicações fizer, melhores resultados obterá. As aplicações começam sempre de cima para baixo, ficando 05 minutos em cada posição, no mínimo.

A partir de que Nível, posso começar a mandar Reiki à Distância para as pessoas?

A partir do Nível II. São entregues 3 símbolos poderosos, 3 mantras e 3 yantras, da qual cada um deles tem sua própria função. Após o recebimento dos símbolos, aconselhamos não mostrar para ninguém, simplesmente porque as pessoas poderiam colocar energias negativas para quem não conhece o Reiki. O Reiki é uma técnica de harmonização natural através das mãos, que teve sua origem no Tibete e foi resgatada no início deste século por um monge japonês chamado Mikao Usui. Ela consiste na transmissão da Energia Vital do Universo (Reiki) através das mãos do praticante, que é um canal, ou seja, um facilitador deste processo, pois quem promove a cura é próprio receptor, cujo corpo absorve o Reiki na quantidade e na qualidade exata que necessita. O Reiki é uma energia inteligente e atua na causa que promove o sintoma da desarmonia, eliminando-a, não distinguindo uma dor física de uma dor moral.

Qual a característica principal do Reiki?

Sua característica principal é a de poupar a energia pessoal do praticante, ou seja, ela é totalmente preservada, não ocorrendo desgaste.

Em que consiste a prática do Reiki?

Não basta sermos sintonizados com a energia Reiki para usufruirmos seus efeitos. Na verdade, embora não nos seja exigido, temos que praticar e a prática do Reiki consiste em dar, receber e fazer auto tratamento. Não devemos esquecer que o trabalho com Reiki é um trabalho de auto cura e passar pelos rituais de iniciação é apenas o começo de uma longa jornada em direção a uma vida harmoniosa e saudável, que acontece a partir de uma vontade interior, que se expressa quando nos tocamos, tocamos o outro ou somos tocados pelo outro. A prática pessoal do Reiki incrementa drasticamente a nossa capacidade para nos ajudarmos e ao próximo.

O que se aprende num Curso de Reiki?

Nos cursos de Reiki o praticante aprende a ativar e a dirigir a Energia Vital, a fim de reequilibrar os centros energéticos do receptor (chakras), proporcionando-lhe um equilíbrio físico, mental e espiritual.

Há algum requisito especial para aprender, praticar ou receber Reiki?

Não. A técnica está acessível a todos, independente de seu nível de escolaridade, sexo ou religião. Pode ser ministrada tanto a adultos, como crianças.

Quando é que o Reiki passa a fazer parte de minha vida?

Depois que você aprende e é iniciado no Reiki, ele passa a fazer parte de sua vida para sempre e você deve aplica-lo naturalmente nos outros e em você mesmo, em todos os tipos de situação. E se possível fazer auto-aplicação todos os dias.

Como posso me tornar Reikiano?

Para tornar-se um(a) praticante de Reiki existe a necessidade da freqüência de um Seminário ministrado por um(a) Mestre(a) devidamente qualificado, que executará um processo denominado Iniciação, ou seja, sintonizará o corpo da pessoa à freqüência da Energia Vital do Universo.

O que é preciso para fazer um curso de REIKI?

para participar de um curso de Reiki, basta selecionar um bom professor de Reiki e inscrever-se com ele para o seu próximo curso. Não há necessidade de comprovar dons especiais, nem há limites de idade ou restrições por crenças ou credos.

O que é preciso fazer para se tornar um Reikiano?

Quando somos predestinados, o REIKI chega até você. Como agora, por exemplo: o que levou você a ler esta apostila de perguntas e respostas? Este é o primeiro sinal de que o REIKI está chegando para você. Depois, como acontece com a grande maioria, haverá uma série de novos acontecimentos cadenciados em forma de “coincidências” que lhe farão entender o chamado do REIKI. Se isso acontecer, provavelmente culmina com você sendo convidado a fazer a iniciação ou dando de cara com um anúncio dizendo “iniciação de REIKI em nível I nos dias tal e tal, no local abaixo, inscrições até dia tal, pelo telefone xxxxxxxx”. Mas, se isso não

acontecer, você deve procurar um mestre Reiki em sua cidade, uma escola de REIKI que possua informações a respeito de datas.

Qualquer pessoa pode ser um canal de Reiki?

Sim, basta adquirir os ensinamentos sobre o Reiki e ser iniciado por um Mestre. Quando o corpo humano foi planejado, o REIKI foi incorporado no código genético como direito de nascimento para todas as pessoas. Portanto, REIKI é parte natural de cada um de nós, embora tenhamos nos esquecido disso. Por isso REIKI pode ser para todos.

Qualquer pessoa pode aprender Reiki?

Sim, qualquer pessoa pode ser iniciada em Reiki. A habilidade para aprender Reiki não depende de capacidade intelectual, nem há necessidade de se ter dons especiais, fazer qualquer prática espiritual ou ter conhecimentos religiosos ou ditos esotéricos. Basta apenas querer e ter o coração aberto para receber a dádiva do Reiki. A metodologia de ensino do Reiki consiste resumidamente em pouca teorização e muita prática.

Qualquer um pode se tornar um Reikiano?

Hoje em dia, sim. Qualquer um pode fazer a iniciação em REIKI, desde que queira. Aliás, nem sempre é preciso querer. No caso de crianças, são os pais ou responsáveis quem as levam para serem iniciadas. As pessoas muito doentes, em estado terminal ou que sofrem de algum mal que afeta o cérebro em sua tarefa de pensar, também não decidem por si, mas podem ser iniciadas, a fim de melhorarem seu quadro e, em alguns casos, até de se recuperarem por completo. Elas não têm consciência, não escolhem, e mesmo assim são iniciadas e passam a conectar e transmitir a energia REIKI, para si e para os outros. Quando o mestre Dr. Mikao Usui concebeu os símbolos do REIKI e seu poder, começou a transmiti-lo tal qual havia recebido para si. Ocorreu que as pessoas as quais iniciou não suportaram a força e a potência daquela energia. Curaram seus males corpóreos, mas não seus males espirituais e tiveram muita dificuldade em encontrar harmonia e equilíbrio na nova condição, chegando ao ponto de acusarem Dr. Usui de tê-los criado um sério problema. Então, o mestre decidiu dividir a iniciação em REIKI em níveis gradativos de transmissão daquele poder, criando para o primeiro nível uma condição inicial leve, onde a energia atua apenas no corpo físico e não requer uso de símbolos. A idéia funcionou, foi aperfeiçoada por um de seus alunos e desde então passou a ser possível para qualquer pessoa iniciar-se em REIKI.

Há a necessidade do Mestre Reiki?

Sim, portanto, a habilidade do Reiki não pode ser obtida através de um livro, apostila de outra pessoa ou uma fita de vídeo. A técnica pode ser utilizada com sucesso em qualquer tipo de patologia, não colidindo com nenhum tipo de tratamento ou outra técnica utilizada e isto já a partir do primeiro nível. Não promove efeitos colaterais, sendo extremamente seguro e podendo tratar igualmente todas as formas de vida (seres humanos, plantas e animais). O Reiki consegue aumentar as defesas do organismo, melhorando a resistência, aumentando a disposição e proporcionando equilíbrio emocional. Nos tratamentos de quimioterapia e radioterapia, utilizando-se o Reiki simultaneamente, são conseguidos resultados excelentes na minimização dos efeitos colaterais por elas promovidos.

Qual a vantagem de ser Reikiano?

Reiki é o caminho da felicidade, tornar-se um praticante de Reiki significa resgatar o bem estar, a harmonia, o equilíbrio e melhorar significativamente a própria qualidade de vida, bem como a qualidade de vida de todos os seres vivos. É ter mais saúde, mais disposição, equilíbrio emocional, alegria de viver e, acima de tudo, um aumento de sua própria consciência, num processo infinito de transformação e de resgate de sua própria paz.

O que se ganha com Reiki?

Com o Reiki vêm a saúde, a felicidade, a prosperidade e a vida longa. E a felicidade é um estado de espírito. Se a sua mente ainda estiver num estado de confusão e agitação, os bens materiais não lhe vão proporcionar felicidade. Felicidade significa paz de espírito.

Para quem estuda o reiki trás algum benefício?

Temos muitas experiências do uso de Reiki em escolas e inclusive para candidatos de vestibular. O Reiki melhora de alguma forma o nível de aprendizado, pois gera uma sensação de confiança e tranquilidade no estudante. Fica mais fácil para pensar e estudar. Apesar de não serem dados oficiais, como pesquisa, mas verdadeiros para nossas observações, constatamos que o índice de aprovação aumenta em grupos de Reikianos.

Como é praticado o Reiki?

Qualquer pessoa pode receber energia vital através do método Reiki e daí retirar benefícios substanciais. Reiki é aplicado sem necessidade de retirar qualquer vestuário, no entanto, é aconselhável roupa confortável – se possível em tecido não sintético – para que o receptor se sinta bem. O praticante limita-se a ser um canal pelo qual flui a energia do Universo. Não dá nem transmite a sua própria energia ao receptor. Não intervém nem influencia diretamente os resultados obtidos. Não tem qualquer poder para curar. Não consegue obrigar o receptor a aceitar energia se este, consciente ou inconscientemente, a recusar. O receptor absorve a energia vital através do praticante. Só aspira as frequências e polaridades de que necessita em cada momento. O seu “Entendimento Interior” utilizará o complemento de energia assim disponível, para dissolver, rápida e suavemente, os bloqueios que, ao impedirem a livre circulação da energia vital, provocam entre outras coisas, dores e problemas agudos.

Posso começar a passar essa técnica, ao completar o Nível I?

Não. Com o Nível I, você pode começar a fazer aplicações em si mesmo e ao próximo. Para passar a técnica para outras pessoas é preciso obter um símbolo a mais do Reiki, que é conseguido uma vez se iniciando no Reiki/Master.

Como é um tratamento de Reiki e o que ele proporciona?

Um tratamento é como um delicioso banho de luz, que beneficia as pessoas nele envolvidas e proporciona, por vezes, expansão de consciência e experiências espirituais. Em caso de graves problemas de saúde é aconselhável que o tratamento de Reiki seja feito sob a supervisão de um médico ou outro profissional de saúde. O Reiki reforça os resultados de todos os outros tratamentos, reduzindo efeitos

negativos paralelos, encurtando o tempo de cura, diminuindo ou eliminando dores, stress e criando optimismo.

Como eu faço para aprender a canalizar Reiki?

Para aprender a canalizar Reiki basta ter o desejo de aprender e praticar. Seria, no entanto, ilusório pensar, que num ou dois dias se pode aprender a fazer “milagres”; o próprio Dr. Usui, após mais de vinte anos de pesquisa e depois de ter descoberto as chaves que permitiam canalizar a energia, ainda teve de passar 21 dias em jejum e oração no Monte Koryama para perceber como funcionava esta técnica. Hoje, graças à experiência e ao conhecimento que esse pioneiro nos legou, tudo é mais fácil para nós. No entanto, a prática, será sempre o mais precioso dos mestres. Não basta ler livros, quaisquer que sejam, para aprender Reiki. O ensino desta arte é feito por aqueles que após três a quatro anos de aprendizagem e prática, recebem de um Mestre qualificado, a sintonização ao 3º nível e a autorização para ensinar; tornando-se por sua vez, Mestres/Instrutores.

Quais as mudanças que o Reiki traz?

Essas mudanças são imprevisíveis e ilimitadas. Portanto, é inútil que nós estabeleçamos qualquer tipo de expectativa com respeito a essas mudanças. As curas que se criam podem ser inteiramente diferentes daquilo que você ou eu poderíamos esperar. De fato, não podemos saber o que seria o melhor para o outro ou para nosso próprio bem-estar. REIKI facilita as mudanças que são mais apropriadas para cada um de nós porque energiza e equilibra NOSSOS sistemas conforme cada um de nós os criou.

O que devemos responder aqueles clientes que virão com suas perguntas, medos, e ceticismo?

Podemos pedir-lhes que se sentem ou reclinem confortavelmente enquanto gentilmente colocamos nossas mãos sobre eles na precisa maneira do Sistema Usui de cura Natural. Podemos pedir-lhes que respirem profundamente, e que soltem suas tensões ao mesmo tempo que focalizem na pressão de nossas mãos em seus corpos ou em qualquer sensações que possam estar sentindo na área sob nossas mãos, e ou qualquer sensação em seus corpos.

Conheço uma pessoa que faz reiki, mas acho que ela tem uma vida espiritual tumultuada (participa de tudo). Há impedimento para eu receber um tratamento com ela?

Esta era em que vivemos oferece muitas oportunidades. Já vi algumas pessoas que buscam e participam de tudo e estão bem resolvidas. Porém, a tendência é de que estas pessoas estão em uma busca frenética pelo encontro com o seu Eu, que ainda não aconteceu. Mas afinal, quem se encontrou na sua totalidade? Eu entendo que há um impedimento do ponto de vista terapêutico, se esta terapeuta está num estado de confusão e com baixo nível de energia. Quando buscamos alguém para nos tratar sempre vamos com a intenção de nos melhorarmos e não sair mais confusos. Procure, sem preconceitos, mas de uma forma objetiva, ser sincera consigo mesma. Ela realmente é como você está observando? Se confirmar o fato, ainda assim a decisão será sua.

Gostaria de saber também se possui alguma idéia ou sugestão para evitar a ação de pessoas inescrupulosas que muitas vezes não são mestres e se

dizem tal, ou mesmo mestres que recebem sua iniciação num sábado e já querem formar novos mestres no domingo, pessoas sem experiência, vivência ou mesmo segurança, sem contar na responsabilidade destes atos.

A respeito de evitar a ação de pessoas inescrupulosas e que estão longe de serem bons mestres, apesar de muitas vezes terem um desejo sincero, sugiro que mostremos pelo nosso exemplo ensinamentos a verdadeira arte do Reiki. Atacá-los simplesmente não é digno de uma pessoa que busca evolução e procura mostrar amor. Acredito que eles são os nossos Mestres para praticarmos a tolerância, a compreensão, etc.

Há uma terapeuta de reiki perto de onde eu trabalho... como saber se é confiável?

Procure buscar informações de pessoas que já foram atendidas por ele. Também busque referências a respeito do Mestre que o iniciou na técnica. Outro passo fundamental é você procurar conversar com este terapeuta, de preferência pessoalmente ou ainda por telefone. Tem muito terapeuta de Reiki com boa capacidade em todo o país, realmente é importante nos sentirmos seguros de que estamos lidando com gente séria e bem treinada.

O que significa uma pessoa ter uma descarga emocional durante uma aplicação de Reiki e como o Reikiano deve proceder em tal situação?

Isso significa que ela expressará emoções relacionadas com sua doença ou situação; freqüentemente as emoções reprimidas são a fonte direta de sua doença. A pessoa pode chorar, ficar com muita raiva, conversar sobre o aconteceu com ela, rir sem motivo ou ficar agitada. O papel do Reikiano é dar apoio. Ele fica com a pessoa que passa pela experiência da descarga emocional e deixa que ela ocorra enquanto mantém a posição das mãos e a cura pelo REIKI.

Podemos perguntar ao cliente se sentem algo em incomum ?

Sim, se não puderem responder, não devemos tentar explicar-lhes o que é que deveriam estar sentindo. Devemos deixá-los em paz. REIKI criará uma resposta para ele em suas próprias experiências. Podemos jamais ficar sabendo qual seja. Não é tarefa sua ou minha pontificar ou recrutar quem quer que seja para que acredite em algo com que não consegue se relacionar. Não somos um culto religioso ou um movimento ou uma organização que exige que todos os seus membros acreditem de uma certa forma.

Conversando com uma amiga que já é mestra em reiki e falei que estava com dor nas costas e que tinha me auto aplicado só que estava me imaginando entre minhas mãos e diretonas costas(sou nível II)e ela me disse que não podia me auto aplicar porque estava em desequilíbrio, e que isso podia me sufocar, isso pode realmente acontecer?

Você pode aplicar em você principalmente quando precisa a energia é universal e nos somos simplesmente um canalizador, logo, a energia que você recebe é do Universo e não sua. Você deve fazer a auto-aplicação todos os dias, então não vejo problemas em fazer isso principalmente quando você precisa. O reiki vai te ajudar, nunca te prejudicar é só se aplicar, mas também descobrir a causa do problema, pois devemos nos policiar nos estudos em casa, trabalho, em relação a

nossa postura sentada, em pé, etc. Levantar um peso do solo. Pois não adianta sempre aplicar o reiki e você não evitar que o problema surja novamente. O Reiki é uma energia de amor simples que não tem efeitos colaterais, um conselho que eu te dou, baseado na minha pouca experiência com o reiki é para seguir seu coração e sua intuição acima de tudo e utilizar isto para questionar qualquer coisa externa que lhe pareça estranha ou sem sentido dentro do contexto.

Gostaria de ouvir de vocês o que é o alisamento da aura, em que circunstâncias é feito e para que serve?

O alisamento da aura é uma forma de "batermos na porta" do receptor, pedindo licença para que a energia atue em sua aura, é também uma forma de apresentarmos a energia à ele e de percebermos como está sua energia, em que partes ela é mais necessária, através do fluxo da mesma no momento em que o estamos realizando.

Ele é feito no início da sessão. Há diversas formas de fazê-lo, eu o faço da seguinte forma.

- Posicione sua mão passiva a uns 15cm do Chakra Coronário (palmas em direção do mesmo)

- Com a mão ativa, sinta o fluxo de energia nos demais chakras, passando-a, lentamente sobre cada um (a 15cm)

- A mão passiva sai do Chakra Coronário e, juntamente com a outra, realiza movimentos circulares e/ou lineares da cabeça aos pés, dos pés à cabeça e novamente da cabeça aos pés. Esses movimentos abrangem todo o corpo do receptor.

Durante todo o procedimento, preste atenção às sensações nas palmas de suas mãos, sinta onde o fluxo de energia está diferente, nesses pontos, normalmente, devemos intensificar a aplicação. Após isso, podemos começar a aplicação.

Qual a diferença do Reiki Usui e o Tibetano? Os símbolos são os mesmos?

O sistema Usui, Tibetano tem, além dos 4 símbolos do sistema Usui Tradicional, mais 2 símbolos. Além de um procedimento de Iniciação mais simples e, segundo a maioria dos Iniciados nos dois sistemas, mais potente. Esses símbolos são ensinados a partir do nível 3-A, até aí, os símbolos são os mesmos. Mas desde a primeira Iniciação, eles são utilizados.

Tenho sempre que interpretar o que o outro sentiu na iniciação?

Às vezes, é difícil interpretar o que outro sentiu em uma iniciação ou durante um tratamento. Cada um tem uma reação ou experiência, pois é muito pessoal. Sempre cabe a pergunta: "O que é isso, o que eu estou sentindo e para quê serve?" E despenda-se da resposta pois nem sempre ela é imediata. O importante é não deixar de fazer diariamente ou melhor mais vezes por dia. Ao deitar sempre peça que a Luz Reiki flua através de seus corpos para que durante o descanso do físico eu esteja protegido e receba as informações de que precisa, podendo não especificar a questão ou especificando se há algo que precisa resolver.

O que devo fazer quando senti a presença algum sintoma na iniciação?

Gostaria de reforçar o discernimento e o bom senso que devemos ter quando da presença de um sintoma em uma iniciação. O Reiki é uma técnica maravilhosa nossa energia Rei, mas devemos ter em mente que é uma terapia complementar e que não devemos deixar de lado nossos cuidados básicos de higiene, alimentação e muito menos substituir um tratamento médico convencional. Caros reikianos, por favor, fiquem atentos. Gosto muito de uma frase interessante: ao longo dos 21 dias depois da iniciação, "tudo pode acontecer, inclusive nada". Mesmo com minha humilde opinião, tenho visto muitas pessoas que após suas iniciações são tomados pela expectativa ou ficam esperando por milagres, "expurgo" ou alguma reação física somente por que disseram que ocorreria. Lembra? Nos 21 dias, tudo pode acontecer, inclusive nada. Vamos aproveitar o que de bom temos à nossa disposição, aplicando reiki e ajudando a nós mesmos, as pessoas, os animaizinhos e também as plantas com essa divina energia vital universal. Aprender é uma dádiva, não é mesmo?!

Devo procurar um médico quando senti algum sintoma durante os 21 dias?

Na iniciação ou durante os 21 dias devemos procurar um médico sim caso apareça sintomas muito forte, quando a medicina tradicional e alternativa trabalham em conjunto elas apresentam excelentes resultados. No entanto, acredito que a causa de tudo é energética sim, com repercussão no físico. Passei a achar que isso fazia sentido depois da Leitura de "Mãos de Luz".

Devo ter uma opinião específica sobre algum sintoma?

Eu não vou dar uma opinião específica sobre algum sintoma relatado por alguns mestres reiki por esse mundo a fora. Quero apenas dizer que pensei muito antes de colocar no meu "caderno de perguntas e respostas sobre reiki", e postar a mensagem "cinquenta e um sintomas do despertar espiritual" a suposta catarse que, porventura, pode ocorrer após a iniciação. Pensei pelo fato de conhecer um pouco do que é chamado "auto-sugestão". Muitas pessoas têm sintomas após as iniciações não pela necessidade do processo, mas apenas porque leram e acham que devem ter. Sinceramente, acho que hoje, se eu editasse a apostila de nível I eu removeria essa informação, pois eu acho que ela traz mais malefícios do que benefícios. Existem relatos na internet detalhando o suposto processo de depuração que uma ou outra pessoa teve, após a iniciação, a mim parece ser desnecessária, pelo alto risco de incutirem nas pessoas interessadas que isso irá acontecer com ela, ou que é muito provável esse fenômeno, o que NÃO É VERDADE.

Será mesmo que todas as doenças são criadas por nós?

Segundo a psicóloga americana Loise I. Hay, todas as doenças que temos são criadas por nós. Afirma ela, que somos 100% responsáveis por tudo de ruim que acontece no nosso organismo.

Essa teoria de que toda doença é causada 100% por nós mesmos me passa a certeza absoluta de que o indivíduo é o causador do próprio mal através de sentimentos negativos.

Que são os sentimentos os causadores raízes de todos os males físicos que afligem a humanidade?

Não retiro o papel importante das emoções tanto nas raízes das doenças como no tratamento e cura. Mas, daí colocar o tal dos 100% fica um tanto radical. Como também parece onerar ainda mais o paciente.

Segundo a medicina tradicional chinesa há uma parcela do ambiente e outra do indivíduo. As emoções como raiva, alegria em demasia, tristeza, medo e preocupações nos levam a adoecer, e elas pesam na nossa balança de equilíbrio muito mais do que o frio, o calor, a umidade, o vento e a secura.

De qualquer forma toda doença é uma manifestação de um desequilíbrio interno que pode ser agravado pelo meio em que se vive. Quanto à responsabilidade do paciente, isso depende do ponto de vista.

Não há culpa, há formas de entender a vida acrescido de experiências necessárias para a nossa evolução humana e espiritual.(inclusive, eu creio, que escolhida previamente por nós mesmos antes de nascer no mundo físico). Há um livro muito bom que fala sobre essa determinação e se chama " A doença como Caminho" dos psicólogos alemães Thorwald Dethlefsen e R6Udiger Dahlke, da editora Cultrix. Quem puder ler é muito interessante e esclarecedor.

Existe alguma possibilidade de sentir na iniciação depurações psicológicas?

Sim, existem relatos de reikianos, dizendo que em nenhuma das suas iniciações teve algum problema desse tipo, ou seja, de ordem física, o que processaram apenas algumas depurações psicológicas. Então, se você que está lendo este caderno está com MEDO de fazer uma iniciação em Reiki, por causa desses relatos, por favor, saiba que, é pouco provável que você tenha que passar por uma depuração física, não sabemos se os casos relatados por alguns reikianos são fruto de depurações, ou do poder criativo da mente sobre o corpo. E pessoal, por favor, vamos poupar os olhos dos nossos amigos de detalhes sórdidos. Não que tenhamos obrigação de apenas falar bem do Reiki, mas não é preciso descrever determinadas coisas. Não digo isso por pudores exagerado, mas sim apelando ao bom senso.

1- Como você apresentaria o Reiki?

Como uma atividade prazerosa que conduz a energia do Cosmo ao ser humano, despertando-o para o bem individual, coletivo e planetário.

O Reiki é uma técnica japonesa de cura que permite que qualquer pessoa utilize um suprimento ilimitado desta "energia vital" para melhorar sua saúde e sua qualidade de vida.

É um sistema de cura pelo toque das mãos, de incomparável simplicidade e eficácia. Reiki é uma parte de cada um de nós que um dia foi universal. E que nunca deveria ter-se perdido.

Reiki é uma palavra japonesa e representa a ação da Energia Cósmica captada pelo Chakra coronário e irradiada pelas mãos.

Reiki é uma técnica de canalizar energia boa e transmiti-la pelas mãos. Você pode até se auto-aplicar para harmonizar o corpo e a mente.

Reiki significa colocar em sintonia a própria energia com a energia Universal.

Um dom poderoso, cuja energia trabalha o corpo, a mente e a alma do reikiano e das pessoas em quem ele aplica a Energia Reiki

Duas situações:

1- Você está em local público e encontra uma pessoa que você percebe que necessita de ajuda. Você não a conhece, ela nunca ouviu falar de energia, mas você sente necessidade de compartilhá-la...

Quando você ajuda a qualquer pessoa o bem produz uma carga muito positiva para dá e para quem recebe e a primeira coisa que faria pediria autorização pediria licença ao Meu Eu Superior e a Eu Superior da Pessoa ou ao Mestre ou ao Anjo, que rege essa pessoa e enviaria reiki a distancia discretamente. Acredito que deva ser usado sem reservas apesar de opiniões em contrário.

Através do corpo espiritual podemos atingir, e curar, os demais corpos. Em seguida, se houvesse a possibilidade, procuraria conversar com ela, explicando, então, o que é Reiki, energia universal e como eu poderia ajudá-la, sendo um canal de Reiki. E devido a situação acredito que a pessoa estaria receptiva – eu dar-lhe-ia força ao mesmo que tentaria transmitir reiki a distancia.

2 - Uma pessoa te procura para que você a trate com o Reiki, mas essa também não o conhece, apenas sabe que é bom...

Falaria dos benefícios que o Reiki traze explicaria a ela que o Reiki é uma energia limpa que movimenta o Mundo e beneficia quem serve que canal para direcioná-la e também a quem recebe para se harmonizar esta situação é diferente essa pessoa já está receptiva a esta energia e conversando com ela, eu dir-lhe-ia quais os benefícios do Reiki. Diria também que o REIKI é energia, que essa energia inesgotável tem muitos nomes, para os cristão é a Luz ou o Espírito Santo , no Oriente chamam-lhe Ki, ou Prana.

Que o Reiki, é Energia Universal, que os seus tratamentos são aplicações com a sua canalização e que nós somos os canais por onde ela flui, vindo ela do Universo, e que é também um canal ou um meio para o auto-conhecimento, um modo de vida diferente, que cada um escolhe.. E Procuraria explicar o que é Reiki, e que a energia universal canalizada por um reikiano poderia ajudá-la através de sessões de aplicação da energia. Explicaria que Reiki é uma prática de aplicação da energia universal de pólo unicamente positivo; que é chamada de prana pelos hindus, de KI pelos japoneses, de CHI pelos chineses, etc. E que essa energia atua não só no corpo físico, como, também, nos corpos mental, emocional e espiritual. Que, através da aplicação de Reiki, poderia ajudá-la - através do desbloqueio e harmonização de seus chakras a ajudar a si mesma.

Depois de toda esta explicação então se a pessoa concordasse far-lhe-ia o tratamento.

Como você apresentaria o Reiki e, atuaria, nessas situações?

O Reiki é uma técnica ao mesmo tempo simples e maravilhosa. A habilidade de se utilizar o Reiki não é ensinada da maneira usual, mas sim transferida para o estudante pelo Mestre de Reiki. Seu uso não depende da capacidade intelectual ou do desenvolvimento espiritual, estando desta forma a disposição de todos. O Reiki tem sido ensinado com sucesso para milhares de pessoas, de todas as idades e origens.

O Reiki trata da pessoa como um todo - seu corpo, emoções, mente e espírito - e cria muitos efeitos benéficos, incluindo relaxamento e sentimentos de paz, segurança e bem-estar, e é um método simples e natural.

2 - Solicito agora, que me falem sobre a Iniciação. Como vocês a compreendem e seus efeitos?

Trata-se de uma cerimônia simples mas que possui ritual. É sempre um momento solene de introspecção quando se imagina estar em contato com forças do universo. Dá a impressão do poder do bem.

Compreende-se o Reiki como o resgate da influência divina nas possibilidades humanas e seus efeitos são de estado de leveza, relaxamento bem-estar físico e espiritual, ampla conexão com DEUS.

A iniciação é feita por um mestre de Reiki, passando símbolos secretos e sagrados do sistema Usui para cada um dos alunos, visualizando-os entrando em seus chakras de cima para baixo. Geralmente, a duração de uma iniciação pode ser de meia hora à 1 hora, variando de mestre para mestre.

Um curso de Reiki não é um curso como comumente conhecemos. Seu principal objetivo não é ensinar uma prática, mas sim tornar o aluno apto a transferir Energia Vital Universal, através de suas mãos. Essa habilidade é passada para o aluno, pelo mestre de Reiki, através de um processo de sintonia que é comumente conhecido como ritual de iniciação. A sintonia de Reiki é uma iniciação sagrada e espiritual, que conecta o iniciado a altos níveis de energia superior e a uma ilimitada fonte de energia de cura. A maioria das pessoas, vivência a sintonização como poderosa experiência espiritual. A sintonia promove ajustes energéticos em quem a recebe. Seus efeitos são sentidos no nível físico, emocional, mental e espiritual, liberando os canais de energia para receber e transferir o fluxo de Reiki. Muitas mudanças ocorrem e um período de ajustamento à nova frequência energética é necessário. Aquele que se inicia em Reiki e o pratica tem a sua vida mudada.

A iniciação é como um renascimento. Para recebê-la, você deve estar purificado em todos os níveis. Sua mente deve estar livre de conceitos que poderão repudiar os novos ensinamentos. Não se preocupe. Ninguém vai manipular você para uma verdade inexistente ou algo que lhe faça mal. Em seu mecanismo interno, inconsciente, você possui mecanismos próprios e naturais que estão prontos e a postos para avisá-lo se alguém estiver querendo conduzi-lo para um caminho diferente daquele ditado pelo seu coração. Além do mais, é lei que cada um receba aquilo que merece. Uma vez que você consiga assumir uma postura iniciática perante o REIKI, transponha isso para a sua vida encarando-a como uma escola na qual o mestre é o tempo.

Por que fazer a iniciação?

Cada pessoa tem o seu motivo pessoal. A grande maioria procura a iniciação porque está doente e deseja ser curado. Outras pessoas, no entanto, porque são terapeutas e querem algo a mais para oferecer a seus clientes, pensam no REIKI de modo profissional. E há também os que querem fazer a iniciação porque gostam de fazer tudo quanto aparece no mercado holístico. Procure dentro de você um bom motivo, ou não se sinta obrigado a fazer a iniciação. Pessoalmente, acredito que todos deveriam fazer a iniciação, pelo menos em nível I, porque isso ajudaria a criar um mundo melhor e mais saudável.

Gostaria que me colocassem seu ponto de vista sobre.

*É indispensável o conhecimento através das pesquisas para que se entenda melhor as palavras do mestre e assim tornar o momento da iniciação um ato de troca de energia.

*Quando vamos preparados para qualquer acontecimento em nossa vida podemos absorvê-lo com mais facilidade, e também quando já temos alguma informação aproveitamos o momento para tirar dúvidas.

*É indispensável para um melhor entendimento.

*Uma conversa com o mestre para uma indicação de um bom livro ou até mesmo nesta conversa já ter um bom andamento no conhecimento sobre Reiki.

Procedimentos preparatórios

É essencial que haja prévia preparação antes da aplicação de Reiki, porque o canal de Reiki deve estar, o mais possível, "limpo". O ideal, seria um período de meditação e respiração estilo pranayama ou Gasho. Após o que, a invocação dos mestres de Reiki para o auxílio no tratamento, o centramento e o alisamento da aura do receptor são essenciais como medidas preparatórias para o início do tratamento. Também o ambiente deve ser preparado de maneira harmônica e agradável. O uso de cores claras na pintura das paredes, como o verde, por exemplo (nunca o vermelho!) e a presença dos 4 elementos através de um copo de água, incenso (fogo e ar), plantas (terra) ajudando na harmonização do ambiente.

Ter um pequeno conhecimento de REIKI

Acreditar que só fará o bem

Ter sensibilidade para as coisas divinas

Obter referências sobre o mestre de Reiki que fará a iniciação.

Porque realizá-los?

Com estes procedimentos terá segurança e conhecimento do que poderá ocorrer, verá que nada será amedrontador.

Qual a sua importância ?

É muito bom para obter garantia da qualidade do que alguém se propõe

Quais os procedimentos que o reikiano faz em uma sessão de REIKI?

Todos os procedimentos mencionados são necessários quando se pretende fazer um REIKI sério, comprometido e com continuidade e geralmente quando vamos a uma sessão de REIKI, somos conduzidos para uma sala onde há uma maca e um aparelho de som. O terapeuta pede para que deitemos na maca e, enquanto faz sua higiene, coloca-nos em estado confortável, para recebemos o REIKI. Com diferenças entre si, os terapeutas podem conversar sobre amenidades, fazer um relaxamento pré-aplicação ou até mesmo fazer um indução, conduzindo-nos através de linguagem hipnótica para um estado mais profundo de consciência. Depois já pronto para iniciar a aplicação de REIKI, coloca uma música suave, que irá ajudar-nos a mantermos o estado de tranquilidade interior e exterior. O motivo disso é que, embora isso tudo não seja exatamente indispensável para a aplicação do REIKI, é sempre bom criar uma atmosfera favorável para atuação do REIKI. Quando o ambiente não é propício, a pessoa absorve o REIKI de forma limitada, pois sua mente está ocupada em prestar atenção aos movimentos e barulhos de fora. Isso não é ideal.

Como faço para Ativar a energia Reiki?

Para se conectar a energia e permitir que ela flua através de você, basta que você pense na palavra “Reiki” e se coloque a disposição da energia. A partir desse ponto, a energia passa a agir até que interrompamos conscientemente o seu fluxo, ou então que adormecemos. Algumas pessoas gostam de criar pequenas “orações” com as quais ativam a energia. Por exemplo, poderíamos dizer algo como “Senhor, permita que eu seja um perfeito canal de amor e luz divina para a transmissão da energia Reiki”. O mais importante, contudo, é simplesmente ter a *intenção* de utilizar a energia.

Com o tempo, algumas pessoas notam que a energia algumas vezes parece começar a fluir sem que tenhamos pensado nela, em situações do cotidiano. Eu acredito que isso ocorra porque em um grau inconsciente percebemos a necessidade de canalizar o Reiki, e o ativamos como resposta a isso. Este fato pode ser utilizado de uma forma interessante: podemos, logo ao acordar, por exemplo, mentalizar que estamos nos colocando a disposição de todos os que desejem receber esta energia ao longo do dia. Dessa forma, sempre que existir a necessidade, estaremos canalizando a energia, mesmo que não tenhamos percebido o fato conscientemente.

Antes de cada aplicação deve o reikiano purificar-se?

Sim, faça alguns minutos de meditação e respiração elevando seu pensamento e deixando que o ar puro desintoxique sua mente e seu corpo das emoções cotidianas. Se você possuir o conhecimento dos símbolos, utilize-os para amplificar a energia REIKI em você. Só então inicie a aplicação.

É preciso alguma preparação especial antes de dar ou receber Reiki?

Não. A única coisa que precisamos é termos sidos sintonizados e a partir daí termos vontade de passar o Reiki para outra pessoa, que também deve estar querendo receber. Reiki é uma energia não polarizada e não exige nenhuma preparação especial para o seu uso, ao contrário de muitas outras práticas com energia. Infelizmente, a compreensão disto é difícil para alguns e ignorada por outros, o que tem trazido para a prática do Reiki procedimentos de outras técnicas, fazendo com que a sua simplicidade seja colocada de lado.

Que práticas são necessárias para que o reikiano acesse todo esse potencial?

O princípio de tudo é a iniciação formal com um mestre sério e responsável . Em seguida vem a escolha de um local saudável onde deixe as pessoas à vontade. A prática por meio da auto-aplicação é bastante pesquisa dentro do assunto.

De que forma esse potencial poderá está disponível a um não reikiano?

Todo ser humano possui o potencial, porem para torná-lo ativo é necessário iniciar-se; aprender como trabalhar a energia;conectar-se com a energia mental e universal.

O não reikiano não ativará este potencial adequadamente; não será sentida a imensidão do poder de cura consciente.

O CÍRCULO DE ENERGIA é ativado diariamente às 7, 13, 20 e 23h, é possível que nós, os já iniciados, e que fazemos nossas energizações nos

horários, que os reikianos estão mandando energia para o planeta, soframos alguma influência tipo limpeza física?

Eu acho que é bem possível sim. Poderia-se dizer que tudo é uma mar de rosas, mas a bem da verdade, todo o trabalho voltado para a Luz vai receber uma carga de energia contrária, digamos, das trevas. É uma lei natural nesse plano. Dia e noite, frio e calor, amor e ódio, e por aí vai. Cargas com forças contrárias, exemplos do cotidiano que tipificam a dualidade.

Logo, não devemos nos orgulhar (no sentido pejorativo) do nosso trabalho, mas é muito importante ficarmos atentos e levar a sério, pois não brincamos de magos, fazemos acontecer, modificamos vidas e combatemos os desequilíbrios que chamamos de doenças. Por isso é essencial a participação de cada um de vocês, formando uma egrégora real de Luz.

O que é necessário para ser um Querubim?

Aprendemos no desenvolvimento espiritual, que para ser um Querubim, devemos tomar uma última decisão. Decidir abrir mão do livre arbítrio, ou seja decidir que nada mais vou decidir. Trocando em miúdos, se o universo criou aquela situação, então devemos confiar na inteligência do Universo e não interferir desviando o trem. É claro que, quando somos chamados a interferir, devemos interferir, porque naquele momento estamos sendo a ferramenta através da qual o Universo agirá.

Após sintonizado com a energia cósmica, ela atua em nosso ser e está disponível 24h/dia. Há diversas formas de contribuirmos para a elevação do padrão vibratório, nosso, de nossos semelhantes, da natureza, do planeta, etc..

Transmissão de serenidade.
aplicação de Reiki nos momentos oportunos.
pacificador em todos os momentos;
Invocar o poder divino dos Mestres Iluminados
Realizar a imposição das mãos
Seguir as normas dos reikianos
Acreditar no poder e na energia emanada de Deus e da Natureza.

Que novas possibilidades são acessadas com este nível?

O nível 2 é considerado o da "transformação", portanto, se inicia a possibilidade de se trabalhar com os problemas emocionais. Os símbolos são apresentados, ampliando muito o potencial da energia, multiplicando-a e expandindo-a. Neste Nível aprende-se também a possibilidade de aplicar o Reiki em ambientes, objetos, etc... É o Reiki se concretizando no sentido do bem expandido, da verdade compartilhada, do amor verdadeiro entre os seres humanos.

Falemos sobre os símbolos cósmicos:

São campos magnéticos, sagrados, com uma parte de yantra e mantra! São verdadeiras chaves para a conexão a padrões de energia! São fundamentais na aplicação do reiki! Acho que para o ser humano atuar sem os símbolos teria que ter uma estabilidade energética, mental, e espiritual enorme. Os símbolos são pontes!

Qual sua finalidade?

Como dito antes são chaves energéticas que ativam etapas do Reiki. São fórmulas Sagradas.

• Onde atuam?

Atuam canalizando as energias para que ao ser sintonizadas pelo indivíduo possam agir nos indivíduos e na natureza!

Até que ponto são necessários?

Acredito que dentro do atual nível evolutivo e espiritual que estamos, são parte integrante e indispensável da transmissão da energia do reiki, principalmente à distância. Mas acredito que com a evolução da iluminação o reikiano deixe de usa já que foram ativados na sintonização.

Fale-nos sobre as técnicas de cura à distância:

Esse tipo de técnica permite estabelecer e dirigir a energia reikiana de forma bem específica em processos de ajuda e cura!

Fale-nos das técnicas de transformação da "Caixa" e do "Caderno."

São técnicas em que pedidos são ali concentrados e desta forma, permitem agilizar e potencializar o bem que se pode fazer através do Reiki!

Fale-nos da Respiração dos Chacras.

Entendi, que são técnicas que vão tender a energizar, "limpar" os chacras e ir desenvolvendo entre outras coisas o nosso poder de concentração, sintonização da energia do Reiki e ampliação da nossa consciência!

Fale-nos da "Técnica Especial de Cura".

É uma técnica para acessar registros akásicos, o que tem que ser feito com muita bondade, paciência e é claro, com extremo cuidado! O Reikiano tem que ser respeitoso, discreto e capaz de poder ajudar a si mesmo ou ao outro no sentido de dar o suporte para a equalização dos "registros" internos mal resolvidos, às energias circunscritas e viciadas internamente.

Fale-nos sobre as "Programações Especiais

São muito interessantes e extremamente importantes na expansão do bem transmitido pelo reiki! A vida toda pode ser "imantada" em todos os seus aspectos e locais! É viver cercado de bondade e energia Divina, por todos os lados!

Qual a finalidade da "Meditação com os Símbolos"?

Respirar energia, harmonizar-se energeticamente e criar um escudo energético de proteção em torno de nossa pessoa!

Fale-nos da importância de "Hatsurei-ho"

É uma técnica ensinada por Mikao Usui, com o objetivo de aumentar nosso padrão energético, harmonizarmos mais, pois a medida que vamos conseguindo

uma estabilidade e pureza energética, vamos aumentando a nossa capacidade de captar as energias do bem do universo! Acho que somos como um radinho de pilhas fracas e mal sintonizadas! Com a sintonização adequada, e com "pilhas" boas podemos captar com mais nitidez todas as mensagens que o cosmos nos envia!

Qual das ferramentas apresentadas neste nível mais harmoniza-se com você?

Todas as ferramentas são importantes, mas o que me chamou particularmente a atenção é a maravilhosa, extraordinária oportunidade de podermos "espalhar" as energias do bem sem precisarmos estar presentes fisicamente! Isso é precioso, maravilhoso, divino! Isto é o resgate do sentido de ajudarmos a mudar a atmosfera energética deste planeta que se encontra tão poluída de entidades mentais disformes! Isto é uma sagrada missão para cada ser humano!

Nestes tempos de mudanças e de violência o que podemos fazer?

O Reiki faz parte da cura do planeta. Agora é o momento de curar a Terra, as pessoas e os animais. Não pode haver mais desculpas nem atrasos. Cada dia traz mais sofrimento, dor e crises para o mundo. Não há mais tempo. Não se pode esquecer a compaixão, a amabilidade e a união, bases do Reiki e de toda cura. Reconheçamos a necessidade de cura para todas as pessoas nestes tempos de dor e de mudança planetária. Agora é o momento de devolver o Reiki a todos.

O Planeta precisa de paz e cura, e os reikianos podem construir este ambiente?

Num mundo onde impera o individualismo das pessoas, o REIKI surge como elemento agregador e pacificador. O contato com as pessoas que dominam, assimilam e colocam em prática a filosofia do REIKI, permite logo de cara a constatação de que se trata de uma prática que proporciona cura e paz em suas mais amplas concepções. O REIKI não é uma moda, uma nova onda, uma tendência como uns querem fazer crer. É sim uma filosofia (sabia filosofia) de vida. Através de seus ensinamentos, aprendemos a utilizar toda força e energia que trazemos interiormente em benefício do outro e, energia consequentemente, de nós mesmos. Paz e cura é aquilo que o Planeta precisa e que somente nós que o habitamos podemos proporcionar. Antes é preciso estar disposto a fazer este exercício de humanidade, amando o outro de forma incondicional, a ponto de queremos dar o melhor de nós para sua felicidade. Para isso não é preciso muito. Basta um simples gesto como a imposição das mãos. Portanto use das ferramentas do universo REIKI. Aprenda a usa-las e faça o bem. O universo agradece e, certamente, saberá retribuir.

O que posso fazer para a paz mundial?

A coisa mais importante que você pode fazer para a paz mundial e para curar este planeta é tratar a você mesmo diariamente. Simplesmente viva cada dia conforme o chamado do Reiki. Quando conseguimos manter o poder dentro de nós e sermos responsável por nossas ações, quando nós nos amamos e compreendemo-nos mais, podemos dar isso aos outros. Isto é mudar o mundo. Para fazê-lo é indispensável a participação de cada um de nós, conforme sua maneira pessoal.

Qual tempo necessário entre as iniciações ?

Depois de cada iniciação é necessário praticar durante um certo tempo para aceder ao nível seguinte. A prática deve ser constituída por: auto-Reiki diariamente, dar Reiki a outros sempre que possível, receber Reiki de outro praticante, sempre que possível. Receber a iniciação a um nível superior sem essa prática, é um pouco como querer entrar para a faculdade antes de aprender a ler; os resultados serão bem decepcionantes.

O que é o processo de limpeza ?

Cada sintonização ou tratamento completo poderá dar início a um profundo processo de purificação, que afetará todo o ser: corpo físico e espiritual. Quantidade de toxinas acumuladas durante anos poderão ser expulsas, os intestinos preguiçosos poderão ser ativados, a urina poderá adquirir cheiro forte ou apresentar suspensão semelhante a pó. Pensamentos negativos serão julgados inúteis e despejados; várias coisas poderão acontecer durante dias ou mesmo semanas depois da sintonização. Tudo isto poderá trazer alguma perturbação e turbulência passageira. É uma reação benéfica do corpo que se adapta aos novos níveis de energia disponível.

O Reiki é uma aquisição permanente ?

Sim, Uma vez recebida a sintonização, a possibilidade de transmitir energia permanece toda a vida. Nada poderá fazer perder esse magnífico “Dom”. Mesmo que não seja utilizado durante vários anos, logo que se pretenda, estará de imediato à disposição e nunca fica obsoleto. A possibilidade de tratar situações do presente, mas igualmente do passado ou mesmo do futuro, abre perspectivas extraordinárias a todos aqueles que se preocupam com a sua evolução espiritual. Bloqueios de origem kármica podem também ser dissolvidos pelo método Reiki.

Depois de uma iniciação de Reiki, quantos dias devemos praticar o auto-tratamento?

O auto-tratamento é a verdadeira escola do Reiki; através dele aprenderemos o que é o Reiki e progressivamente, dissolveremos os bloqueios, tensões, e problemas que nos incomodam. Por isso, deverá ser praticado, se possível, todos os dias.

Devemos fazer a sensibilização das mãos antes de fazermos auto-tratamento ou fazer tratamento a alguém?

Melhorar a nossa sensibilidade é útil, mas não indispensável. Depois de havermos nos desligado dos problemas do dia-a-dia e termos nos voltado para o trabalho de curar, em pé ou sentado, colocamos as nossas mãos apoiadas sobre as coxas ou não, com palmas voltadas para cima e nos concentramos, procurando sentir a energia fluindo através delas. Outra técnica é colocar as mãos uma de frente da outra a uma distância de aproximadamente 10 cm, sem tensioná-las, apenas relaxando-as conscientemente. Concentre-se em sentir as palmas das mãos por cinco minutos. Ao mesmo tempo inale e exale o ar, lenta e ritmicamente. A concentração poderá ser maior se você lembrar-se de pressionar o centro das palmas das mãos com os polegares antes de iniciar o processo. Pratique a sensibilização pelo menos por duas semanas consecutivas.

Antes de cada aplicação deve o reikiano purificar-se?

Sim, faça alguns minutos de meditação e respiração elevando seu pensamento e deixando que o ar puro desintoxique sua mente e seu corpo das emoções cotidianas. Se você possuir o conhecimento dos símbolos, utilize-os para amplificar a energia REIKI em você. Só então inicie a aplicação.

É preciso alguma preparação especial antes de dar ou receber Reiki?

Não. A única coisa que precisamos é termos sido sintonizados e a partir daí termos vontade de passar o Reiki para outra pessoa, que também deve estar querendo receber. Reiki é uma energia não polarizada e não exige nenhuma preparação especial para o seu uso, ao contrário de muitas outras práticas com energia. Infelizmente, a compreensão disto é difícil para alguns e ignorada por outros, o que tem trazido para a prática do Reiki procedimentos de outras técnicas, fazendo com que a sua simplicidade seja colocada de lado.

Porque devemos solicitar a energia?

Existem pessoas no mundo todo, sintonizadas com a energia cósmica que, como forma de agradecimento e serviço, compartilham a energia cósmica com todas as pessoas que estiverem abertas e receptivas, conforme sua necessidade, merecimento e liberação cósmica. A energia cósmica atua no continuo de tempo/espaço (tempo e espaço são inexistentes). Sendo assim, em qualquer momento do dia que você necessitar de energia cósmica e se colocar em abertura, você a receberá.

Então, porque solicitar a energia cósmica?

Você pode solicitar a energia cósmica silenciosamente, mentalizando intenção de integrar-se a pessoas ou grupos que a estão canalizando e colocar-se em estado receptivo ou você pode solicitá-la a um terapeuta ou grupo de terapeutas. Das duas formas você alcançará seu objetivo, você a receberá, porém, quanto maior a sua participação em seu tratamentos, maiores as probabilidades de re-conectar-se com a cura. Você pode solicitar a um terapeuta ou grupo e, simplesmente não fazer mais nada, a energia irá atuar, pois ela atua também em animais, plantas e elementos, que não ficarão 10 minutos em estado de abertura mentalizando a intenção de recebê-la. Mas, se além de você solicitá-la, você se colocar em abertura, entrega e participar ativamente de seu tratamento, com certeza seus benefícios serão mais amplos. "Toda criação é resultado de 1% de inspiração e 99% de transpiração". Quando maior nossa participação, maior nosso merecimento. Outro fator importante é o ritmo. Se você se alimenta todos os dias no mesmo horário, seu organismo funciona mais harmoniosamente, o mesmo ocorre com seu sono e todas as suas atividades. Porque então, não criarmos um ritmo para nos reconectarmos com a cura? Por essa razão o CÍRCULO DE ENERGIA é ativado em 4 horários, para que cada pessoa possa escolher criar um ritmo no(s) horário(s) mais adequado(s), conforme sua disponibilidade. Isso não quer dizer que se você desejar integrar-se ao CÍRCULO DE ENERGIA em outro horário não vá atingir seu objetivo, lembre-se para a energia cósmica, tempo/espaço são inexistentes. Conforme exposto em SOBRE O CÍRCULO DE ENERGIA, pedimos que as solicitações de energia sejam renovadas a cada 7 dias. A razão disso, é que você venha a ter uma maior participação em seu

tratamento, como se você lembrasse a si mesmo(a) que está aberto(a) a essa reconexão com o poder curativo interior. Cada vez que você solicita um tratamento você está reforçando isso. Isso não significa que se você solicitar apenas mensalmente, não irá receber a energia, pois basta você estar aberto(a), receptivo(a) para recebê-la. Esta é a forma que compreendo a energia, não é a verdade absoluta, mas comigo tem fluído maravilhosamente bem. Se você tem alguma dúvida, faça uma experiência, tente uma forma e outra, você então contatará o que é certo para você. Para quem desejar participar mais ativamente do tratamento, vou devesa utilizar uma técnica de recepção para beneficiar-se com a energia cósmica.

Como se beneficiar da energia cósmica?

Se você deseja participar mais ativamente de seu tratamento e alcançar resultados mais amplos. proceda da seguinte forma:

- Coloque-se em estado de abertura e recepção.
- Mentalize a intenção de sintonizar-se com todas as pessoas e grupos que estejam neste momento canalizando a Energia Cósmica.
- Permaneça em silêncio (ou se preferir, coloque uma música suave), focalizando apenas esse momento, sem preocupar-se com nada mais.
- Se desejar, poderá auxiliar o processo focalizando sua respiração.
- Faça respirações abdominais (ao inspirar você expande seu abdômen, ao exalar o contrai), focalize cada etapa de sua respiração. Você, inspira, retém, exala, retém...
- Por aproximadamente 5 minutos, ao inspirar imagine uma luz dourada entrando pelo topo de sua cabeça, impregnando todo o seu ser... ao exalar visualize ou imagine toda a energia estagnada sendo eliminada (você poderá imaginá-la como uma nuvem de fumaça escura que está sendo eliminada)
- Por mais 5 minutos, continue imaginando a luz dourada impregnando seu ser, porém ao reter, imagine-a expandindo-se, expandindo-se cada vez mais a cada respiração, ao exalar ela espalha-se por todo o seu corpo impregnado cada célula, órgão e sistema, em todos os níveis, físico, emocional, mental e espiritual...
- Nos próximos 5 minutos apenas observe-se, sem preocupar-se com nada. Permita que a energia atue conforme a sua necessidade. Entregue-se à Sabedoria Cósmica, do Deus de sua devoção...
- Agradeça ao Deus de sua devoção pela energia recebida. Mentalize-se inteiramente curado(a).
- Lembre-se que a nível energético tempo e espaço são inexistentes. Você deve mentalizar que a cura acontece neste momento, passado e futuro não existem, o presente é a eternidade.

Existe Recomendações para quem receberá o Reiki?

Para um melhor resultado, recomendamos que a pessoa que vai receber Reiki reserve pelo menos 10 minutos do dia, em qualquer horário, para o recebimento dessa energia. Pode ser logo antes de dormir, na hora do banho ou qualquer outro horário em que a pessoa possa tirar um tempo para si mesma, sem ser perturbada. Não há uma preocupação com a posição, sons ou locais, basta apenas o desejo de se tratar e cuidar de si mesmo. Ainda visando resultados mais eficazes, faz-se necessário que a pessoa se esforce em manter positivamente seus pensamentos, emoções e ações. Com a finalidade de divulgação de nossos trabalhos e do próprio Reiki, agradecemos muito se você puder nos enviar o seu relato, com autorização

para publicação, sobre alterações que tenha percebido durante ou após o período em que esteve recebendo Reiki. Pode ser uma sensação, uma emoção, um pensamento ou algo que você atribua ao Reiki. Ressaltamos que todos os dados e relatos são extremamente confidenciais, só sendo publicados ou divulgados, com prévia autorização das pessoas que receberam Reiki. Caso você esteja solicitando Reiki para uma outra pessoa, por favor repasse para ela essas orientações. Lembramos que o Reiki proporciona apenas condições de harmonização energética. Em caso de doenças deve ser procurado um médico. Não deve ser interrompido nenhum tratamento médico convencional. Qualquer dúvida ou sugestão, entre em contato conosco!

Quais os procedimentos que o reikiano faz em uma sessão de REIKI?

Geralmente quando vamos a uma sessão de REIKI, somos conduzidos para uma sala onde há uma maca e um aparelho de som. O terapeuta pede para que deitemos na maca e, enquanto faz sua higiene, coloca-nos em estado confortável, para recebemos o REIKI. Com diferenças entre si, os terapeutas podem conversar sobre amenidades, fazer um relaxamento pré-aplicação ou até mesmo fazer um indução, conduzindo-nos através de linguagem hipnótica para um estado mais profundo de consciência. Depois já pronto para iniciar a aplicação de REIKI, coloca uma música suave, que irá ajudar-nos a mantermos o estado de tranquilidade interior e exterior. O motivo disso é que, embora isso tudo não seja exatamente indispensável para a aplicação do REIKI, é sempre bom criar uma atmosfera favorável para atuação do REIKI. Quando o ambiente não é propício, a pessoa absorve o REIKI de forma limitada, pois sua mente está ocupada em prestar atenção aos movimentos e barulhos de fora. Isso não é ideal.

Como faço para Ativa a energia Reiki?

Para se conectar a energia e permitir que ela flua através de você, basta que você pense na palavra “Reiki” e se coloque a disposição da energia. A partir desse ponto, a energia passa a agir até que interrompamos conscientemente o seu fluxo, ou então que adormecemos. Algumas pessoas gostam de criar pequenas “orações” com as quais ativam a energia. Por exemplo, poderíamos dizer algo como “Senhor, permita que eu seja um perfeito canal de amor e luz divina para a transmissão da energia Reiki”. O mais importante, contudo, é simplesmente ter a *intenção* de utilizar a energia.

Com o tempo, algumas pessoas notam que a energia algumas vezes parece começar a fluir sem que tenhamos pensado nela, em situações do cotidiano. Eu acredito que isso ocorra porque em um grau inconsciente percebemos a necessidade de canalizar o Reiki, e o ativamos como resposta a isso. Este fato pode ser utilizado de uma forma interessante: podemos, logo ao acordar, por exemplo, mentalizar que estamos nos colocando a disposição de todos os que desejem receber esta energia ao longo do dia. Dessa forma, sempre que existir a necessidade, estaremos canalizando a energia, mesmo que não tenhamos percebido o fato conscientemente.

Como faço Autopreparação?

Pelo menos uma vez por dia, de preferência logo antes de um tratamento, ou antes de iniciar a meditação Gassho, é interessante realizar este procedimento. Desenhe à sua frente um grande DKMJ, repetindo seu mantra três vezes, e traga para si como se estivesse vestindo-o, repetindo então este processo também com os símbolos DUMO, CKR, SHK e HZN. Desenhe pequenos CKR em cada chakra

começando pelos pés, depois seguinte a partir do básico até o coronário. Desenhe na sua mão o CKR, repetindo o mantra três vezes, e repita este processo também com os símbolos DKMO, CKR, SHK e HZN. Repita o processo na outra mão, ou se não conseguir desenhar os símbolos, mentalize-os se formando e dê três tapas na mão para ativar a energia de cada um dos símbolos. Caso não conheça todos esses símbolos, utilize os que você conhece. Caso não conheça nenhum, deixe apenas a energia fluir onde você desenharia os símbolos.

Como devo fazer preparação do ambiente?

Pelo menos uma vez por dia, de preferência antes de um tratamento, ou antes de iniciar a meditação Gassho, é interessante realizar este procedimento, para que o ambiente esteja protegido contra energias intrusas e passe a emanar um clima de paz e harmonia. Desenhe à sua frente um grande DKMO, repetindo seu mantra três vezes, e o expanda para o ambiente, repetindo depois este processo com os símbolos DUMO, CKR, SHK e HZN.

O que devo fazer antes do tratamento de Reiki?

Alguns tópicos que devem ser levados em consideração antes mesmo de iniciar a canalização de Reiki podem ser sistematizados de seguinte maneira:

Explique de maneira sucinta ao paciente como é feito o tratamento com Reiki;

Comente a possibilidade de que ele venha a passar por um período de três a vinte e um dias de purificação;

Pergunte sobre as condições do corpo do paciente, assim como se existiu algum processo cirúrgico prévio, e quais são os objetivos dele ao se tratar com Reiki. Isto pode ser útil para determinar posições complementares para aplicação;

Lave suas mãos (por questão de higiene);

Coloque um travesseiro sob a cabeça e joelhos do paciente (para o conforto do mesmo);

Nunca prometa uma cura. Contudo, você pode dizer que o Reiki irá reequilibrar e relaxar o corpo, e pode aliviar a dor.

O que devo fazer durante o tratamento de Reiki?

Inicie o tratamento começando pelas quatro posições da cabeça. Em cada posição repita os símbolos DKMO, CKR, SHK e HZN, com seus respectivos mantras. Continue com as quatro posições frontais, e as quatro posições das costas, finalizando nos pés intensificando com o símbolo CKR, caso perceba que o paciente tem desequilíbrios em sua conexão com a Terra.

Outros pontos importantes são:

Trate cada uma das posições básicas por cerca de cinco minutos, e após isso adicione as posições que julgar conveniente, seguindo sua intuição, a indicação fornecida pela prática do Byosen ou o julgamento baseado nos objetivos e no histórico do paciente;

Mantenha os polegares e dedos unidos, de forma a direcionar mais efetivamente a energia;

Não é necessário um estado meditativo para que o tratamento seja eficaz, embora um estado meditativo auxilie a prática de técnicas como o Byosen e o Reiji;

Em alguns casos, a pessoa sentirá o impulso de falar. Permita que ela libere suas emoções da maneira que lhe for mais conveniente, seja conversando, chorando, rindo ou dormindo;

Quando a pessoa adormece, o tratamento não é interrompido. Na verdade, a falta de resistência por parte da mente consciente pode até auxiliar no tratamento;

Lembre-se: o Reiki se ajusta às necessidades do paciente.

O que devo fazer no fim do tratamento de Reiki?

Finalize colocando a sua mão predominante no paciente e mentalizando “eu finalizo esta cura com amor e luz divina”, desenhando o símbolo CKR, repetindo três vezes o seu mantra.

Após o tratamento, lave as mãos e ofereça um copo de água para o paciente (e tome um você também). Pode ser interessante ter a disposição chá descafeinado, para oferecer ao paciente.

Quais as coisas a se lembrar em um tratamento?

Uma pequena lista de coisas que podem ajudar a orientar um tratamento. Para maiores informações, consulte os outros artigos do site:

Lembre-se de que você não é um curador – a energia é;

Se a pessoa não aparenta melhoras, a cura está sendo realizada em níveis diferentes do físico;

Em acidentes, emergências, ou alívio de problemas localizados, trate o foco do problema (para estancar o sangramento ou diminuir o choque ou stress) e então, se possível, administre um tratamento completo;

Não interrompa o tratamento até que a energia esteja equilibrada, ou que você sinta que deve parar. Não pare simplesmente porque “o tempo de tratamento terminou”;

NUNCA faça diagnósticos ou medique o que quer que seja, a menos que você tenha licença legal para isso;

O Reiki não é uma energia polarizada. Entre outras coisas, isso significa que não faz a menor diferença qual das suas mãos está sendo usada em uma determinada posição.

Como deve ser o ambiente para o tratamento de Reiki?

Muitas pessoas perguntam se podem usar velas, incensos, músicas, e vários outros recursos coadjuvantes para compor o ambiente para a aplicação de Reiki. Para definir essas coisas, podemos usar uma regra simples: pergunte ao paciente! Para o Reiki não faz diferença o ambiente da aplicação, portanto o único que deve ser consultado é o paciente, que antes de tudo deve se sentir confortável. Mais à

frente estarei tratando com detalhes da questão do espaço usado para a prática do Reiki.

Deve ser tomado cuidado também com certas essências, por exemplo, a cânfora, que interfere em tratamentos homeopáticos. Procure saber também se o paciente não é alérgico a determinada essência, caso pretenda utilizar aromatizadores. Enfim, procure utilizar o bom senso e deixar ao paciente a decisão final de usar ou não determinado recurso.

Qual o tempo necessário de um tratamento de Reiki?

Durante um tratamento normal, o tempo de aplicação de Reiki costuma ser de uma hora por sessão, durante um mínimo de quatro sessões. Contudo, o tempo de aplicação varia enormemente dependendo de inúmeros fatores, como o tempo que a doença já permaneceu no organismo, a intensidade das lesões provocadas por ela, a possibilidade ou não de se manter um tratamento tradicional – com médicos – em paralelo... Uma doença crônica, que acompanha a pessoa desde a infância, pode necessitar de meses de tratamento para securada. Em um caso desses, a maior diferença sentida pelo paciente é a melhora dos sintomas durante o processo, embora a cura possa demorar a acontecer.

A esse respeito acho muito interessante colocar uma tradução de um texto encontrado na internet, de autoria de Light e Adonea. Ele é intitulado “Um exemplo vivo de amor e dedicação”.

“Foi nossa primeira mestra de Reiki, que incondicionalmente ministrava 8 horas diárias de Reiki a um paciente com AIDS, que nos ensinou tanto sobre o Reiki. Ela ficava horas a fio ministrando tratamento ao vivo, movendo-se apenas para alongar-se, ir ao banheiro ou comer. Entretanto, continuava os tratamentos, usando técnicas de cura à distância durante esse período. Quando a equipe médica requisitava acesso ao paciente para administrar testes e medicamentos, ela movia-se para trás e ‘irradiava’ energia Reiki ao paciente. Não ministrava 8 horas em seguida como um capricho, mas sim porque o sistema imune do paciente estava tão enfraquecido que esse era o tempo necessário para que absorvesse um excesso de energia. Ela fazia isso para praticar e também para pesquisar o que o Reiki podia fazer com tratamentos em curso; ela com frequência abandonava sua família e seus próprios desejos pessoais, dedicando-se totalmente às necessidades do paciente. Ela nos ensinou que, se estivéssemos dispostos a atender ao apelo por ajuda, deveríamos nos dedicar totalmente até a recuperação total ou a morte da pessoa. No caso de AIDS mencionado acima, o tratamento durou seis meses; o paciente não apenas estava curado, mas também não se apresentava mais HIV-positivo. Então, compreendemos que o Reiki não é questão de uma hora ou três tratamentos consecutivos, não é nada relacionado a tempo e expectativa, mas sim à vontade de trabalhar com um cliente até que ele/ela esteja cheio de energia, ocorra uma mudança e a situação seja corrigida.

É difícil imaginar uma pessoa ministrando trabalho de energia ao vivo durante horas, mas nossa experiência pessoal mostra que, se você segurar cada posição até que a energia cesse de fluir, você terá uma melhor compreensão do Reiki e de seu funcionamento. Isso requer mais tempo com um cliente cronicamente desequilibrado; quanto mais tempo de uma doença, provavelmente mais danos ocorreram. Um cliente que possui apenas lesões superficiais ou sintomas de curto prazo necessitará de menos tratamento contínuo ou tratamento de menor duração. O mesmo se aplica a tratamentos de cura à distância; quanto mais severa e prolongada uma doença, mais longos serão os tratamentos, tanto diários como ao longo do tempo. Muitas vezes fazemos tratamentos de cura à distância para mais de cem pessoas, durante oito ou mais horas por dia, conforme a disponibilidade de tempo e de atividade.

Pessoalmente, já ministramos até 11 horas de autotratamento e, se você pensa que uma hora faz bem, imagine o quanto seu corpo responderá a 11. É realmente uma experiência de humildade e iluminação. Mantínhamos um diário sobre 100 clientes, onde registrávamos o número de horas de cada tratamento, número de tratamentos e resultados. Muitas vezes trabalhávamos 10 ou mais horas por dia e às vezes trabalhávamos assim por vários dias em seguida. Podemos dizer que, com isso, aprendemos a compreender o que pode ser obtido com o Reiki quando flui desimpedido de 'restrições de tempo'. Desafiamos você a fazer as mesmas práticas rigorosas, sabendo que sairá com maior respeito e compreensão do que seja o Reiki e do que se pode conseguir com ele”.

Se uma pessoa tiver dores de cabeça posso fazer Reiki só na cabeça?

Pode fazer Reiki só na cabeça; porém, as dores de cabeça tem por vezes origem noutras partes do corpo. É aconselhável que, sempre que possa, faça um tratamento completo.

Quando uma pessoa tem uma dor, devo fazer a sequência tal como ensinada no seminário e descrita no manual?

Deve começar pela zona do corpo em que a dor se manifesta, dissolver o bloqueio energético que causa a dor e por fim terminar fazendo o tratamento completo.

Posso fazer Reiki a uma pessoa dormindo?

É perfeitamente possível fazer Reiki a uma pessoa a dormir; deve no entanto ter obtido previamente a sua autorização. Nunca se esqueça que não tem o direito de intervir na vida de outra pessoa, nem mesmo com a melhor das intenções.

É normal quando estou aplicando Reiki e o cliente adormece?

Infelizmente, a sociedade é dirigida pelo pulso de disparo – nós comemos todo dia, dormimos todo dia, temos que nos levantar-mos todo dia corremos o risco de perder nossos trabalhos! mesmo se nós não estivermos prontos para fazer estas coisas assim não nos surpreende que os povos caiam adormecidos assim que nós lhes damos oportunidade de se tornar horizontais durante seu dia. Há os povos que reivindicam que esta é a evidência da presença de Reiki mas, da experiência, é normalmente porque a pessoa está realmente cansada. Quando relaxam certamente poderá acontecer numa sessão de Reiki; pode ser benéfico se as estadas da pessoa acordarem. Muitos de meus pacientes ganharam o conforto ao receber Reiki, que acontece às vezes quando adormecidas. As peças dolorosas do corpo, estados do excesso quente e frio das sensações do meditativo profundo que ajuda a ganhar mentes mais desobstruídas. Outras experiências foram indicadas por pacientes que estavam acordados. O paciente pode também participar em dirigir o fluxo da energia de Reiki para seu benefício. Quando Reiki é dado, a energia irá normalmente diretamente às áreas no corpo do paciente que a necessita, fornecer ao corpo do paciente é necessário aceitá-lo em primeiro lugar. Mas se o paciente também estiver dirigindo conscientemente a energia às áreas que sabem que esta precisando, o paciente pode fazer exame de responsabilidade para dirigir o ki durante a sessão. Naturalmente, não impede que o paciente durma – provavelmente necessitam descansar e se beneficiarão apenas como muito da sessão – mas eventualmente, porque os pacientes começam cansados no tratamento. Começarão a perceber que

podem permanecer acordados se quiserem a e participarem dirigindo a energia às áreas de necessidades do corpo.

Deixei de fazer Reiki durante alguns meses, preciso voltar a iniciar-me ou a energia continua a fluir?

A iniciação ao Reiki, é para toda a vida; não precisa por isso, voltar a fazer a iniciação.

É possível aparecer na pessoa quando está aplicando REIKI o que estava obscuro até então, que também não estava curada ?

Temos que olhar no entanto a cura, e não os desconfortos transitórios inerentes ao processo. Por vezes o REIKI pode não produzir a cura física, no entanto, atua na cura da mente, produz relaxamento das tensões, dissolve o stress, é eficaz em estados depressivos, ansiedade e pânico, e muitas outras. O REIKI gera calma, amor e paz profunda.

Quando alguém tem Doenças Sexualmente Transmissíveis, se eu lhe fizer Reiki corro o risco de contrair essas doenças?

Essas doenças, em princípio, não são contagiosas, deve no entanto, tomar as precauções de limpeza energética que aprendeu e que estão descritas no manual. Lavar e sacudir bem as mãos depois do tratamento e, segundo os casos, defumar-se com salva ou outro produto no gênero e, se achar necessário tome um banho de mar, ou de imersão com uma boa mão-cheia de sal marinho.

O REIKI pode curar doenças que condenam, como a AIDS?

Sim. A AIDS, especificamente, ataca não apenas o corpo físico, mas também o corpo etérico, o corpo astral e o corpo mental inferior. Se pensarmos bem, a AIDS destrói totalmente a personalidade (ego) da pessoa. O REIKI, com sua energia sublime, recupera esses corpos, readaptando-os ao ser. Dissolve a causa que gerou esta degeneração (falência da Vontade, por exemplo) e reequilibra o ser, devolvendo-lhe a condição original. Se a pessoa é simplesmente portadora do vírus HIV e ainda não manifestou AIDS, o processo de cura é bem mais rápido. Se já manifestou a AIDS, o processo de cura provavelmente atuará apenas no corpo físico, deixando para pós-morte o complemento de sua atuação. No entanto, em a pessoa fazendo a iniciação, sua cura é garantida, espiritualmente falando.

O Reiki pode auxiliar na cura de doenças físicas e psicológicas?

Sim. Através da utilização da técnica do Reiki podemos atingir um estado de relaxamento físico e psíquico profundos, condições estas imprescindíveis para obtermos uma melhor resposta de nosso sistema imunológico. Porém, é importante salientarmos que ele não substitui o tratamento médico e/ou psicológico, funcionando mais a nível preventivo, evitando que distúrbios se instalem. Quando já existentes, o Reiki é utilizado como uma ferramenta complementar aos tratamentos convencionais, ajudando-nos a potencializar os mecanismos internos de auto-cura.

Ao colocar as mãos sobre alguém, o reikiano também está transmitindo ao outro sua própria energia?

Sim e não. Sim, porque nossa energia mescla-se à energia divina cósmica. E não, porque o Reiki não funciona como no caso dos passes energéticos, das massagens terapêuticas ou prânicas ou ainda qualquer outra técnica de cura através das mãos, onde se utiliza a própria energia vital, pessoal (energia Ki). A energia Ki é automaticamente modificada ao entrar em contato com a energia Rei, liberando-se de todas as vibrações pessoais que poderia conter.

O que preciso fazer para receber uma aplicação de Reiki?

Estar receptivo. É preciso querer e aceitar a energia do Reiki.

Posso receber uma aplicação do Reiki com uma roupa escura?

É aconselhável que as roupas sejam de cores claras e confortáveis, mas se for o caso de estar com roupas escuras, não tem problema, porque a qualidade do Reiki será a mesma.

Eu vou sentir alguma coisa quando estiver recebendo a aplicação?

Depende. Existem pessoas mais sensíveis que nesse momento, podem visualizar luzes coloridas, lugares, entre outros, enquanto que outras pessoas nada vêem, apenas sentem a paz e o bem estar que o Reiki promove em cada um que recebe essa energia fantástica.

É necessário acreditar no Reiki para que ele funcione?

Não, por que o Reiki age em animais e plantas, o uso do Reiki não utiliza talismãs, preces, mentalizações, visualizações, nem fé, ou seja, não é necessário para sua propagação ou efeito, que acreditemos nele.

A quantidade de Reiki que flui de todas as pessoas é a mesma?

Não, as iniciações ampliam muito a capacidade de cada pessoa passar a Energia Cósmica Universal. Os símbolos Sagrados recebidos em cada iniciação aumentam a capacidade de canalizar a Energia Reiki.

Como sei o que estou tratando quando toco com as mãos em diferentes áreas do corpo?

Uma das mais profundas experiências que tive ocorreu dois anos após ter sido iniciado como mestra, quando tive uma dor de garganta. A parte traseira da minha garganta esteve inflamada e tratei-me segurando a parte posterior do meu pescoço. Aí, alguém sugeriu que poderia segurar a parte posterior do pescoço. Achei diferente tratar a parte posterior do pescoço ou aquilo que considere a parte traseira, respectivamente. Neste momento, percebi que enquanto olho num espelho, vejo somente minha frente como sendo eu. Eu pouco havia me relacionado com minhas costas. Esta experiência me permitiu ver a mim mesma como uma pessoa tridimensional. Anos depois, dei cursos dizendo “Bem, você trata seus olhos assim.” E eu pensei “Isso soa realmente estúpido. Estou tratando apenas os olhos? Estou tratando a área dos olhos? Estou tratando a parte do meu cérebro que se encontra atrás dos meus olhos?” Isto parecia irrelevante por que senti que estive tratando a profundidade de mim mesma e não sabia como descrevê-lo. Portanto, fazer a afirmação “Você trata seus olhos assim” fazendo crer aos meus alunos que seria apenas isto que teriam feito, não parecia correto. Fiquei chateada por que não sabia

como ensinar as posições das mãos. Num dado momento, tive um insight sobre como fazer. Agora, quando dou cursos, digo “Eu falo sobre o corpo físico como um ponto de referência, mas na verdade não conheço a profundidade e largura daquilo que você está tratando em cada posição das mãos”. Aprendi, ainda, que meus pensamentos não se encontram simplesmente em meu crânio; parecem estar em todos os lugares do meu corpo. Eles se encontram apenas no meu corpo? E como é com as coisas que não sei denominar ou nem tenho consciência? Eu me arrisquei no mistério de mim mesma. Vejo que este corpo e o que sei sobre o meu ser-físico é somente uma pequena parte daquilo que sou. Quando faço um autotratamento ou alguém me trata, esta energia vai aonde é necessitada em qualquer dimensão. Como posso medir o sucesso através da pequena parte minha que posso tocar, sentir e ver? Acho que não posso. Um tratamento bem sucedido não é um no qual aconteceu um milagre. Um tratamento bem sucedido é um no qual Reiki aconteceu.

A energia do reiki é uma energia curativa, mas ela não "mata". Como vou curar uma doença se ela não destrói a bactéria causadora da doença?

Esta é uma questão curiosa também. O enfoque de Reiki não fica na bactéria ou a doença em si. Quando energizamos um organismo, as células ficam vitalizadas, assim diminui o stress e o sistema imunológico consegue trabalhar em condições mais adequadas para cumprir suas funções. Esta dúvida surge quando se afirma que Reiki não prejudica nenhum organismo vivo, o que é verdade. Porém, o organismo vai sempre priorizar o seu equilíbrio e a vida. Reiki ajuda diretamente no equilíbrio físico, mental, emocional e espiritual.

Se esta prática tem a ver com cura, porque não funciona sempre? A morte é um sintoma de que o Reiki não funcionou?

A morte faz parte da nossa vida. Reiki não existe para prolongar a vida infinitamente. O que eu mesmo observei é que a qualidade da minha vida mudou muito. Se isso me proporcionou uma vida mais longa em termos de anos vividos, então estou muito grato, mas nunca saberei isto. O que eu sei é que a qualidade de um ano da minha vida é muito diferente de 20 anos atrás. Isto me toca muito. Todos nós escolhemos nossas lições e nosso caminho e nossos corpos apenas fazem nosso processo. Se morremos ao dormir aos 97 anos ou em dor aos 36 com câncer, Reiki providenciará uma ponte e um caminho para o perdão de para tudo que passou. É nossa decisão tomar este presente e usá-lo da melhor maneira que podemos. Não há objetivo e não há perfeição. Não aprenderemos todas as nossas lições nesta vida e o que é mais importante para mim é focar o hoje. Com o que estou lidando hoje? Tenho esta prática para me manter com conforto, com amor e em comunidade. Este é um presente para mim. É isto que esta prática de cura quer dizer. Alguns de vocês trataram pessoas e vivenciaram milagres. Estes são realmente momentos de celebração e alegria. Também é uma lição que a prática nos dá: a morte pode vir de muitas maneiras. Não existe apenas a morte física. Acredito que todos vocês têm estas experiências enquanto praticam. Muitas vezes eu conto a meus alunos que penso que vivi sete ou oito vidas nos últimos 20 anos. Agora eu sei quando chego ao ponto onde realmente penso que estou morrendo. Se eu desisto deste sistema de crenças sobre mim mesma, isto destruirá minha realidade totalmente – e isso acontece. Então a vida nunca mais será a mesma. Estou ficando melhor ao tomar um tempo para reconhecer isto e agora quero aprender a celebrar estes momentos. Eu convido todos nós a fazer o mesmo.

Para Mikao Usui ter acesso à energia Reiki foi preciso muita meditação, jejum e dedicação; ou seja, muito sacrifício. Então, por que, para nós

ocidentais, imediatistas e incapazes de conseguir parar um minuto para olhar para nós mesmos ou para fazer qualquer tipo de sacrifício, por nós ou pelo próximo, por pequeno que seja, temos acesso tão rápido à tão poderosa energia e aos seus símbolos? Será que basta pagar e conseguiremos tal feito? Será que assim não estamos banalizando algo tão grandioso que poderia nos trazer muito aprendizado e auto-conhecimento?

A meu entender o Reiki passou de auto-conhecimento e doação apenas para mais uma forma de comércio e de charlatanismo por parte de alguns inescrupulosos que tentam de alguma forma ludibriar as pessoas menos esclarecidas. O que você tem a me explicar sobre isso?

Mikao Usui após a meditação de 21 dias teve acesso à forma de ativar a energia. Após esse trabalho tornou-se mais fácil para nós podermos trabalhar com essa mesma energia após o processo iniciático. Se o sensei Mikao Usui não descobri-se essa forma, nós não conseguiríamos tão facilmente canalizar a energia nem tão pouco enviar no tempo e no espaço. Não é uma questão de dinheiro.... mas sim de sabermos a forma. Evidentemente que tem de haver um trabalho diário com a energia para usufruir dos seus benefícios.

Nem todas as pessoas estão viradas só para elas, existem muitas pessoas que se preocupam com os outros seres, com o ambiente com o nosso planeta, felizmente!....

Cabe ressaltar que quando Mikao Usui alcançou o Satori ao final de 21 dias de jejum e meditação, ele entrou em contato com o Reiki e seus símbolos sagrados, esta estória você já sabe. Com sua iluminação, teve uma compreensão plena dos significados dos símbolos sagrados recebidos anteriormente. O que representava cada um deles, e como utiliza-lo em prol de seu semelhante. Usui, criou aí, neste momento, AS INICIAÇÕES, que representa reabertura de canais sutis. Com isso, com seu sacrifício, colocou-nos em contato com a fonte da Energia Universal de Vida, fazendo de nós canais Reiki. Adotou os cinco princípios: Não te preocupes, Não te aborreças, Honra teus pais mestres e os idosos, Ganha teu pão diário honestamente e Tenha gratidão por tudo que é vivo. Convidou os reikianos a praticar, ou se conectar com o Reiki todos os dias e a observar os cinco princípios da mesma forma. Deixou claro que só através da disciplina e dedicação diária conseguiremos despertar nossa auto-cura ou equilíbrio em todos os níveis: físico, emocional, mental e espiritual. Então, não basta ser iniciado no Sistema para que algo aconteça. Tem que haver auto-comprometimento. É um caminho árduo, mas que vale a pena, porque, O Sistema Usui de Cura Reiki, além de uma técnica de auto-cura é também uma disciplina espiritual.

É da condição humana agir na boa intenção. Mas na maioria das vezes esta intenção é inconsciente, não há por parte de muitos, nenhuma ou pouca experiência do caminho, o que leva muitas pessoas inconsciente a pecarem em nome da boa intenção, e a se desviarem do caminho inicial. Isto aconteceu com muitas filosofias e religiões e agora com O Sistema Usui de Cura Reiki.

A Sra. Hawayo Takata trouxe o Reiki para o Ocidente e fez aos seus alunos o mesmo convite que Mikao Usui fazia aos dele. Pratique, pratique e pratique, e acrescentava: Se não queres mudar, não faça Reiki.

Eu fui iniciado neste sistema em 2003, e seguindo a orientação dos Mestres Mikao Usui, Chujiro Hayashi e Hawayo Takata, pratico todos os dias e convido os meus alunos a fazerem o mesmo, dou apoio após os cursos a quem precisar e fico na torcida para QUE ELES realmente utilizem o Reiki, pois esta Energia, com minha disciplina, promoveu grandes transformações em mim.

Qual a lista dos princípios dada por Hawayo Takata?

Só por hoje, não se aborreças.
Só por hoje, não se preocupe.
Contemos nossas bênçãos e honremos nosso pai e nossa mãe, nossos mestres e o próximo; honremos nosso alimento.
Ganhe a vida honestamente.
Seja bondoso para com todos os seres vivos.

Qual a lista dos princípios dada por Mikao Usui?

Só por hoje, agradecerei pelas minhas várias bênçãos.
Só por hoje, não me preocupe.
Só por hoje, não me aborrecerei.
Só por hoje, trabalharei honestamente.
Só por hoje, serei bondoso para com o meu próximo e para com todos os seres vivos.

Dr. Mikao Usui

Os princípios de Reiki são as diretrizes que o Dr. Usui criou após suas experiências no ghetto de Kyoto onde aprendeu dolorosa lição da gratidão não ensinando àquelas que tratou. Aprendeu que nós podemos somente ser gratos para aquelas coisas que nós colocamos algum respeito e valor se fizemos algum pagamento por ela. Desse ponto então seguiu e ensinou ao longo destas diretrizes para começar os alunos fazer exame da responsabilidade para se e outros.

Vejam uma tradução do original:

Existem versões onde a frase Shinpai suna é colocada como shinpai suruna... O sentido é o mesmo.

Kyo dake wa (Só por hoje)
Okoru-na (Não se zangue)
Shinpai suna (Não se preocupe)
Kansha shite (Agradeça)
Gyoo hage me (Dedique-se ao trabalho)
Hito ni shinsetsu ni (Seja gentil com as pessoas)

As frases seguintes, no texto original, significam:

"De manhã e no final da tarde, junte as mãos (igual quando rezamos), peça com o coração (ou deseje de coração), e 'cante' com a boca."

Aqui vale um comentário quanto à cultura japonesa. Na última frase, está escrito para ler os cinco princípios de manhã e a tardezinha, pedindo de coração. A palavra "cantar" é um kanji de cantar, só que com várias pessoas, e não sozinho. No Japão ainda faz parte da vida dos religiosos e em comércios também, "cantarem" todos juntos frases como: "arigatou gozaimashita" "irasshaimase", e tem empresas que lêem frases feitas para que os funcionários sempre pensem no cliente. "O cliente em primeiro lugar", por exemplo, é um slogan muito forte e ainda decisivo para a venda no comércio e na área de serviços no Japão.

O que são preceitos espirituais?

As vezes, os preceitos espirituais são chamados princípios existe variações que se diferem entre si em todos os livros. Diz-se que foram escritos por Mikao Usui.

Só por hoje, não se preocupe.
Só por hoje, não se aborreça.
Honre seus pais, mestres e as pessoas mais velhas.
Ganha sua vida honestamente.
Demonstre gratidão para tudo.

Uma das maiores reclamações sobre estas sentenças é que as pessoas não as entendem e não encontram uma maneira para segui-las. E este é o ponto exato. O propósito destas curtas frases é o questionamento dentro de você. Eu experimentei estar totalmente enraivecida e, de alguma maneira, esta sentença apareceu na minha cabeça: “Só por hoje, não tenha raiva”. A próxima coisa que aparece na minha cabeça é “Porque alguém diria isto? Como poderia fazê-lo nesta situação?” É óbvio que aqui existe alguém para culpar. É que estas perguntas e a procura por estas questões dentro de mim dá-me a possibilidade de um “insight”. Pode ser um insight sobre a maneira como criei minha vida ou um insight sobre algo que ainda não vi em mim. Pessoalmente, já estive muitas vezes com raiva e percebi que muitas e muitas vezes, esta raiva tinha sido, na verdade, um mecanismo de defesa. O que na realidade estava acontecendo era que eu me sentia machucada. Para esconder minha vulnerabilidade, eu fiquei com raiva. Este é uma compreensão poderosa. Então foi meu próprio processo tornar-me forte o suficiente para dizer “Isto me machuca” ao invés de ficar com raiva. O próximo passo é olhar para minha sensibilidade, ir fundo neste lugar e ver se posso curar um pouco da minha sensibilidade. Ou pelo menos saber que existe este lugar e quando estiver numa situação onde tal dinâmica poderia ocorrer, eu tenho uma escolha consciente. Não sou vítima da insensibilidade de alguém. Uso estes preceitos todo dia e durante os anos de prática, eles receberam um significado cada vez mais profundo. De alguma forma, este é um processo da minha mente, um exercício da minha mente. É como se fosse aproximar meu pensar e meu sistema de crenças à experiência do meu corpo. Frequentemente, eles parecem estar em conflito. Parte da cura é juntá-las e permitir que haja coerência. É muito difícil falar sobre o processo dos Preceitos porque eles são uma experiência muito pessoal e, frequentemente, uma experiência que não tem palavras. Acho que eles parecem ser muitos simples do lado de fora, enquanto vistos por dentro, são muito profundos.

- **Como posso ver os princípios do Reiki?**

Reiki não é religião, mas também não é uma técnica a mais de cura, onde se aprende posições de contato com as mãos e como utilizá-las de forma correta e pronto: 'faço reiki'.

Reiki é muito mais do que isso é uma postura e uma filosofia de vida, onde se deve incorporar e viver os princípios do Reiki, e os passos dados por seu precursor, Mikao Usui. Não como uma forma inquestionável de fazer coisas, mas como um modelo de iluminação a ser seguido.

Cada um de nós escolhe de forma consciente, ou inconsciente, um caminho espiritual para seguir. Às vezes, ele vem através da física e da matemática, outras vezes, na forma de um mestre amoroso, que sentimos que devemos seguir e respeitar até o fim.

O grande mal da humanidade é viver em dúvida e entregue à dualidade de tudo que vê e sente. Se pudermos lançar mão de preceitos mais elevados e viver,

pelo menos, na tentativa de alcançá-los, isto nos tornará pessoas melhores em nós mesmos e conseqüentemente para os outros também.

É assim que eu vejo o sistema chamado de REIKI - Energia Vital Universal - que além da sua técnica simples de aplicação de energia de cura, o que aliás me lembra muito os florais e o Dr. Edward Bach, nos traz também preceitos elevados a serem seguidos e que remetem a uma modificação em nossa alma, passo a passo, mas definitiva.

Vamos analisar os 5 Princípios do Reiki, que como tudo que é verdadeiro é também extremamente simples. São eles:

1 Só POR HOJE, NÃO TE PREOCUPES

Pensando nesta frase vamos aprendendo a romper os laços com os conceitos pré-estabelecidos de dor e angústia. Devagar damos o tempo certo para cada pessoa e para cada situação que temos que enfrentar na vida. Rompemos com nossa ansiedade e respiramos em Paz.

2 - Só POR HOJE, NÃO TE ABORREÇAS

Aqui, a meditação diária sobre esta frase, nos leva a trabalhar as mágoas, os ressentimentos, as raivas e fúrias que se alojam em nós e que trazem tanto mal físico e espiritual. Nos abalamos por tão pouco, quando estamos entregues aos desafios do ego e as disputas que ele nos impõe. Através deste preceito nos libertamos da desconfiança e do medo e amamos incondicionalmente.

3 - HONRA TEUS PAIS, PROFESSORES E IDOSOS

Com esta afirmação podemos nos remeter ao respeito pela vida e pela experiência de cada um. Trabalhamos a nossa pretensão e nosso orgulho e nos colocamos no devido lugar de aprendizes da vida e filhos de Deus.

4 - GANHA TUA VIDA HONESTAMENTE

Este preceito nos lembra a necessidade urgente de sermos honestos conosco mesmos, antes de tudo. Qualidade esta, tão esquecida pela humanidade e que provocou um distanciamento enorme daquilo a que nossa alma se propõe a fazer na vida e que só pode ser lembrado quando olhamos com carinho e atenção para tudo que nosso coração pede. Desta forma, passamos a realizar nosso propósito na Terra.

5 - DEMOSTRA GRATIDÃO POR TUDO O QUE É VIVO

Quantas vezes por dia nós lembramos de agradecer e apreciar as coisas que estão a nossa volta e fazem nossa vida melhor?

Os alimentos e a água, por exemplo, que são imprescindíveis para nossa sobrevivência e que na maioria das vezes são totalmente desprezados por nós. O ar que respiramos e que contém elementos vitais para nosso corpo. Isto tudo sem citar todos os animais que nos ajudam e interagem conosco neste Planeta; e por último as pessoas, que são alvo de nossas críticas, julgamentos e desamor.

Isto é viver REIKI, e, praticar esse sistema de cura é muito mais do que nós podemos imaginar.

Quais são as outras traduções dos princípios de Reiki, usadas por outras pessoas ou organizações diferentes?

Hawayo Takata

Apenas hoje, não se enraiveça
Apenas hoje, não se preocupe
Seja agradecido pelas muitas graças
Ganhe seu sustento com trabalho honesto
Seja agradável com seus vizinhos

Reiki Alliance Masters

Apenas hoje, não me preocuparei
Apenas hoje, não me irritarei
Apenas hoje, serei grato pelas minhas várias bênçãos
Apenas hoje, farei meu trabalho honestamente
Apenas hoje, serei agradável com todas as coisas vivas.

The Radiance Technique

Apenas hoje, ficarei longe da raiva
Apenas hoje, ficarei longe das preocupações
Hoje, contarei minhas muitas bênçãos
Hoje, farei meu trabalho honestamente
Hoje, serei agradável com cada criatura viva

Alguns mestres independentes

Apenas hoje, não se preocupe
Apenas hoje, não se irrite
Honre seus pais, professores e mais velhos
Ganhe seu sustento honestamente
Demonstre gratidão por cada coisa viva

Versão da tradução do "The Center for Reiki Training"

Apenas por hoje, não se irrite
Não se preocupe e esteja cheio de gratidão
Dedique-se ao seu trabalho. Seja agradável com as pessoas

Versão da tradução do "Traditional Japanese Reiki School TJR"

Por hoje apenas, não se irrite, não se preocupe.
Faça seu trabalho com gratidão.
Seja agradável com todas as pessoas.

Satya Reiki (uma linhagem vinda de Eguchi)

Clareando o vento - um poema
Não fique irritado hoje
Não se importe ou se preocupe hoje
Não tenha medo
Agradeça ao mundo e a cada ser
Trabalhe duro
Seja agradável com cada ser
Faça Namaste de manhã e de tarde e diga obrigado a todos os seres
Agradeça a Deus e à existência

Jin Ki Do Reiki

Observe ao longo do dia, com todo afincio, o aparecimento da raiva, então olhe mais fundo por sua verdadeira causa. Observe sua mente ao longo do dia pelo

aparecimento de preocupação e incansavelmente, olhe mais fundo para suas raízes. Esteja atento, em cada momento do dia, apreciando o dom da vida, encontre o meio de sustento correto para você e seja honesto em seu trabalho. Em seu dia, a medida em que aprecia a vida, seja agradável consigo e com todos os seres. Sua mente e seu corpo irão verdadeiramente transformar-se com o poder do Reiki, prática diária, conexão com a natureza universal da mente, e desenvolvimento desses ideais de Reiki todos os dias.

Considero essa última tradução especialmente significativa, pela forma como aconselha a tratar com as implicações dos princípios em nosso dia a dia. "Olhe mais fundo para as raízes" dos medos, preocupações e irritações sempre... Assim estará, pouco a pouco, caminhando para um estado de paz e tranquilidade constantes - reflexo direto do reequilíbrio obtido através dos princípios do Reiki.

As sete leis fundamentais para o sucesso, têm alguma coisa haver com os princípios do Reiki?

Você deve fazer seu próprio juízo, as leis são: amar a si mesmo; compreender e perdoar a si e ao próximo; vigiar seus próprios pensamentos, palavras e obras; desejar planejando corretamente; ousar com bom senso; ter certeza de que tudo irá se concretizar, ainda que você venha a duvidar depois; silêncio... não comentar sobre sua programação com ninguém. – Lei do silêncio, Sempre me calo diante de minhas idéias, negócios e desejos mais preciosos. Agindo assim, acumulo muito mais energia para concretizá-los.

Que tipo de mestre você quer atrair para você?

Potencialmente, às vezes o discípulo supera seu mestre e vai manifestar essa superioridade mais tarde. Concentre-se na idéia de que o que menos importa numa iniciação são essas escolhas. Tanto o mestre, por sua própria condição de mestre, quanto o discípulo, por sua própria condição de discípulo, devem se manter abertos e confiantes no processo, idealizado para suas vidas sempre o melhor: Não duvidar do processo, tanto para o mestre quanto para o discípulo, é mais importante do que escolher entre as possibilidades, porque o estado de total confiança (que no caso, envolve a confiança em sua própria guia superior) imprime no inconsciente a melhor opção, e isso leva a ambos ao sucesso, que é a aprendizagem de ambos. Mas se ainda você tiver dúvidas, siga os seguintes parâmetros:

Um mestre guiado pelo Ego atua de maneira mental e não espiritual. Será fácil identificá-lo, porque ele:

- Retém informações
- Dá ordens
- Exige
- Testa
- Escolhe por você
- Aprisiona
- Quer que você dependa dele
- Impõe
- Pressiona
- Exclui
- Dá importância ao status
- Insiste na obediência
- Afirma ser a autoridade máxima
- Busca reconhecimento pessoal

Um mestre guiado pelo Espírito atua de maneira espiritual e não mental. Será fácil identificá-lo, porque ele:

Ensina sem reservas
Sugere
Orienta
Incentiva
Deixa que você faça suas escolhas
Confere poder
Quer que você seja independente
Respeita
Apóia
Inclui
Está disponível para todos
Incentiva o crescimento pessoal
Reconhece um poder superior
Busca a divina ordem e bem de todos

Como eu escolho um Mestre Reiki?

Primeiramente, você necessita estar desobstruído; saber o que você espera ao começar seu treinamento assim aqui uma lista de alguns pontos a considerar. Nem todos terão importância para você, mas essas certamente levarão ao esclarecimento de seu professor antes que você comece o curso.

Quanto será o curso de treinamento e quantos dias ou horas durará?

Almoço ou lanche ou a acomodação são fornecidos?

Eu receberei um certificado em cima da conclusão do curso bem sucedido?

Eu serei avaliado durante o curso?

professor é qualificado e seguro?

É o professor um membro de um corpo profissional relacionado(consequentemente governado por seu código de conduta)?

Eu receberei apostilas do curso ou tenho que recordar tudo durante o curso?

Terei sustentação continuamente disponível ao estudante fora do curso (talvez através do email ou do telefone)?

professor pratica Reiki regulamente e que compartilha de grupos em qual outros sistemas de Reiki se encontram com esses grupos para compartilhar e discutir de suas experiências e interesses e para dar e receber Reiki?

Perguntas a serem feitas ao mestre de Reiki:

Este curso me iniciará ou aprofundará na linhagem do Dr. Usui?

Peça explicação da linhagem.

O que está incluso no curso?

Qual é a carga horária?

Quanto tempo para instruções, quanto para a prática?

Quanto tempo devo esperar entre os cursos dos diferentes graus de Reiki?

O que posso esperar da iniciação?

Quais são os seus preços e porque diferentes mestres cobram preços diferentes?

Existe um grupo de suporte na minha localidade ou você ajuda a criar uma?

Que suporte receberei de você e de outros mestres, após ter feito o curso?

Esteja atento a como você se sente ao receber as respostas. São respondidas de uma forma amorosa, a qual lhe dá suporte e confiança?

Ouç a seu coração e você encontrará o professor ou mestre certo!

Você se sente conectado com o professor de Reiki – você sente que poderia trabalhar, e aprende com ele?

Se alguns destes pontos parecerem um bocado direto, pergunte-se apenas que outro você compraria sem fazer algumas perguntas diretas. E recorde, todo o professor ou mestre que tiverem uma edição responder a alguma destes são preparados mais menos do que você são!

Como vou saber se estou pronto para o próximo nível?

Você saberá!

Como discernir se um mestre está apto ou não?

Você vai atrair para si aquilo exatamente que precisa ou merece. Se você está pronto para o REIKI, o REIKI vem até você. Se você se move apenas para o status da moda, sem estar intimamente pronto, vai atrair um charlatão e nem vai se dar conta disso. Portanto não é necessário vigiar o outro ou controlar o outro, e sim – e unicamente – a si mesmo. Queira sinceramente em seu coração e o universo conspirará para ofertar-lhe o que quer. Quem pode discernir esse tipo de coisa é e será sempre o próprio coração. Há os que preferem acreditar nos protocolos, nas leis humanas, nas crenças e valores ditados pela arrogância humana. Esses, às vezes erram.

Existem situações que o mestre e o aluno não conseguem ficar em sintonia?

Sim passo a relatar. Recebi seu recado hoje e agradeço as boas vindas à sua comunidade. Quanto à minha iniciação, nem sei bem se posso falar mal dela, mas o fato é que não gostei do "Mestre" e nos desentendemos antes do final da manhã (o seminário era de dia inteiro), cheguei inclusive a perguntar a ela se valeria a pena ser iniciada por ela tamanho foi o mal-estar causado.

Quanto à iniciação, acho que deu tudo certinho, pois senti, nos dias posteriores, algumas sensações que não sentia antes, principalmente nas palmas das mãos. Mas NÃO QUERO, DE JEITO NENHUM, FAZER O MÓDULO II COM ELA.

O problema foi simplesmente a postura dela. Ela falava com agente como se fôssemos um bando de idiotas, não respondia às perguntas, era grossa, ríspida, chegou a dizer na minha cara que a pergunta que eu estava fazendo era "besta", que não tinha nada a ver... grande mestre !!!

O pior foi que não fui só eu quem sentiu isso. Algumas pessoas chegaram a vir onde eu estava almoçando para me parabenizar ter dito o que disse a ela, dizendo que era exatamente o que queriam dizer mas não tinham coragem... Imagine o nível do mestre !!!

O mais engraçado foi que fui chamada no final do dia pela pessoa que estava organizando o seminário para me dizer que eu tinha feito muito bem em dizer para o mestre o que eu estava sentindo porque várias pessoas que tinham feito o reiki 1 com ela tinham reclamado também e ela não tinha escutado. Para mim, um verdadeiro mestre deve, pelo menos, tentar ser o que prega... e, sinceramente, tratar bem o próximo deve ser básico para quem pretende trabalhar com energia.

O Reiki é uma volta ao passado remoto e um nascimento do futuro desconhecido?

Sim, vindo de uma cultura em que a compaixão e a unidade têm importância capital, o Reiki traz de volta à Terra certos valores. Trata-se de um método sem conseqüências negativas; jamais causa dor ou danos. Num mundo de sofrimento, o

Reiki é um refúgio de bem-estar. Promove o bem-estar, acalma e alivia a dor, acelera a cura física, acaba com os traumas emocionais do presente e do passado. Não pode ser mal usado nem deturpado, nem retirado do Reikiano.

Nestes tempos de mudanças e de violência o que podemos fazer?

O Reiki faz parte da cura do planeta. Agora é o momento de curar a Terra, as pessoas e os animais. Não pode haver mais desculpas nem atrasos. Cada dia traz mais sofrimento, dor e crises para o mundo. Não há mais tempo. Não se pode esquecer a compaixão, a amabilidade e a união, bases do Reiki e de toda cura. Reconheçamos a necessidade de cura para todas as pessoas nestes tempos de dor e de mudança planetária. Agora é o momento de devolver o Reiki a todos.

O Planeta precisa de paz e cura, e os reikianos podem construir este ambiente?

Num mundo onde impera o individualismo das pessoas, o REIKI surge como elemento agregador e pacificador. O contato com as pessoas que dominam, assimilam e colocam em prática a filosofia do REIKI, permite logo de cara a constatação de que se trata de uma prática que proporciona cura e paz em suas mais amplas concepções. O REIKI não é uma moda, uma nova onda, uma tendência como uns querem fazer crer. É sim uma filosofia (sabia filosofia) de vida. Através de seus ensinamentos, aprendemos a utilizar toda força e energia que trazemos interiormente em benefício do outro e, energia conseqüentemente, de nós mesmos. Paz e cura é aquilo que o Planeta precisa e que somente nós que o habitamos podemos proporcionar. Antes é preciso estar disposto a fazer este exercício de humanidade, amando o outro de forma incondicional, a ponto de queremos dar o melhor de nós para sua felicidade. Para isso não é preciso muito. Basta um simples gesto como a imposição das mãos. Portanto use das ferramentas do universo REIKI. Aprenda a usa-las e faça o bem. O universo agradece e, certamente, saberá retribuir.

O que posso fazer para a paz mundial?

A coisa mais importante que você pode fazer para a paz mundial e para curar este planeta é tratar a você mesmo diariamente. Simplesmente viva cada dia conforme o chamado do Reiki. Quando conseguimos manter o poder dentro de nós e sermos responsável por nossas ações, quando nós nos amamos e compreendemo-nos mais, podemos dar isso aos outros. Isto é mudar o mundo. Para fazê-lo é indispensável a participação de cada um de nós, conforme sua maneira pessoal.

Devemos ter cuidado com os terapeutas que escolhemos?

O Reiki é uma Energia Pura e inteligente demais para entrar nos negócios do tipo Religião e afins. Conheço "terapeutas" que também se dizem Reikianos, mas como não praticam o "dar", no final das sessões ficam carregados. Ora todos sabemos que o Reiki não esgota o Terapeuta, porque a Sublime Energia não procede de si.

Li sobre as iniciações gratuitas e não entendi muito aprendi que nos fundamentos do Reiki está recomendado que nenhum aprendizado deve ser gratuito. Podem tirar esta dúvida?

Mestre Usui afirmou que as pessoas tem que dar uma contrapartida, mas não unicamente e obrigatoriamente financeira. Por este motivo ele criou os cinco princípios. Você encontrará varias versões para a história do Reiki, apontando e explicando as diferenças.

Se possível gostaria de saber mais a respeito da materialização de desejos. Ou seja, uma descrição detalhada da Técnica do Caderno ou Caixinha.

A técnica de envio de raios é apenas uma das formas de fazermos a canalização de energia sem contato físico com as pessoas. Escolham a que lhes parecer mais adequado.

A técnica em questão diferencia-se das demais pelo simples fato de o operador Reiki mentalizar que a energia sai de si, ainda que o receptor esteja em outro lugar. Isso pode ser bem entendido se compararmos com a técnica da visualização, onde utilizamos praticamente só o mental.

Quando imaginamos que os "raios" (de energia Reiki) saem do nosso corpo físico, não há necessidade de utilizarmos as mãos. Talvez esta parte da apostila, que foi copiada da apostila do Vicent Amador não esteja clara. Podemos dar um exemplos práticos:

1 - Ao caminharmos na rua, nos deparamos com um mendigo e, através da técnica do envio de raios pelo olhar, enviamos Reiki a ele.

2 - Em uma situação de emergência, como em um acidente de trânsito, pode-se enviar energia sem se aproximar do ferido. Do contrário, seria necessário pedir licença aos paramédicos para fazer uma aplicação.

3 - Já em um ambiente favorável, onde não há impedimentos, pode-se apontar as mãos para o doente e sentir a energia fluir até ele. Essa é a prática dos canais de Johrei.

Com relação as técnicas do caderno ou caixinha, o ideal é que a papel com o pedido ou nome do doente seja removido, tão logo os resultados positivos sejam obtidos. Especificamente sobre a materialização de desejos, nunca é demais repetir que o máximo de discernimento seja utilizado, para não acabarem se prejudicando, ao invés de se beneficiarem. Lembrem-se que nossa liberdade acaba onde começa a do outro.

Em que nível atua o símbolo DKM? Quais suas aplicações?

O símbolo DKM atua no nível 3. Ele pode ser adicionado a todas as técnicas ensinadas no nível 2, tais como: meditação, oração, canalização, etc..., possibilitando uma maior conexão com o "Todo. Deve-se ter especial cuidado com o DKM nas primeiras três sessões de tratamento em outras pessoas, porque, geralmente, estas sessões correspondem a um período de limpeza, quando o receptor deve ser preparado para receber o DKM na continuidade do tratamento. Também no caso de tratamento com pessoas muito sensíveis, tais como médiuns e

sensitivos, devemos ter cuidado ao administrarmos o DKM. Isto, porque, ao administrarmos o DKM no chacara coronário, há a possibilidade de conexão com entidades espirituais. O DKM deve ser utilizado sempre em ordem inversa em relação aos demais símbolos – tanto no tratamento, como na cura de multidões e na cura à distância – na seguinte seqüência: DKM, HSZSN, SHI e CR. Os símbolos devem ser visualizados, quando no tratamento de outras pessoas, no sentido da testa para a nuca. No autotratamento, antes de cada sessão, devemos utilizar o DKM seguido do CR; se formos tratar problemas emocionais, usa-se a seqüência DKM, SHK e CR; no caso de problemas mentais, e curas de eventos passado-futuro, usa-se a seqüência DKM, HSZSN, SHK e CR. Juntamente com o potencial que se descortina neste nível, vem à consciência de que temos uma poderosa ferramenta para auxiliar nossos irmãos cósmicos a reconectarem-se com a harmonia. E com ela a responsabilidade espiritual de não nos omitirmos quando solicitado o nosso auxílio”.

Qual o seu ponto de vista a respeito do nível III do REIKI?

É muito importante sabermos que no nível III o grau de responsabilidade é imensamente maior. Não é apenas a realização porque recebemos um novo símbolo que nos ajuda a sintonizar determinados poderes que nos ajudam na auto-transformação; mas termos a consciência de que passamos a participar do Todo cósmico como agentes dessa transformação – que não se limita apenas à cura, mas tem muito a ver com a ascensão espiritual de cada um. Passamos a ser co-responsáveis pelo processo de evolução cósmica, nossa percepção aumenta, assim como nossa capacidade de doação, e, juntamente com nossos irmãos cósmicos, buscamos reconectar a harmonia para todos e para o Todo. Assim, não podemos nos omitir nunca, quando chamados a participar desse auxílio cósmico.

Qual a função do Mudra e sua aplicação?

No ocultismo, utilizam-se mantras (palavras, frases, sons), yantras (desenhos) e mudras – figuras e símbolos feitos através dos dedos. As mudras – sinais com os dedos – são usados, tanto para ativar determinados poderes psíquicos como para comunicação entre irmãos de uma mesma fraternidade oculta. No caso específico da Mudra descrito na apostila do nível 3-A, ela permite a abertura dos canais energéticos, através do chacra coronário para que o Reiki flua em quantidade, permitindo nossa conexão com o Todo e tudo o que o Cosmos possibilita – principalmente em termos de conhecimento, serenidade, harmonia, bons sentimentos e boas sensações. Há, também, a possibilidade de conexão mais fácil com os mentores espirituais e com a Hierarquia do Reiki.

O que é Cirurgia Psíquica?

A Cirurgia Psíquica, ou Cirurgia Kahuna permite a retirada de bloqueios energéticos do receptor, que estão impedindo a sua harmonização, podendo ser a causa de sintomas da(s) doença(s) que ele – o receptor – apresenta. É um procedimento bastante delicado – conforme descrito na apostila – e que deve ser feito apenas com o consentimento do receptor.

O que é Mandala de Cristal?

Mandalas são símbolos energéticos que servem para potencializar vibrações que nos ajudam a realizar determinados objetivos por nós propostos. No Reiki de

nível 3 uma mandala de cristais pode ser criada com o objetivo de enviar energia, conservar a harmonização positiva do lugar específico onde a mandala foi criada, e, também, para cura e harmonização. Existem dois tipos de mandalas de cristais-até agora – recomendadas em Reiki: o Hexagrama e o Antahkarana. Estas mandalas de cristais podem ser criadas e programadas, em um ambiente limpo e harmonioso, com o objetivo de enviar energia Reiki, proteção, cura e harmonia.

O que é a Projeção Astral?

O Reiki, a partir do nível 3, também possibilita uma técnica de projeção astral, ou desdobramento, que dá ao iniciado – se feita com o devido cuidado, e sempre seguindo estritamente as instruções – a possibilidade de projetar o seu corpo astral, neste nosso mundo ou em outros mundos ou portais dimensionais. O objetivo da "viagem astral", além da busca de conhecimento e do provável contato com seres de luz, é fazer com que o iniciado aprenda a desapegar-se de seu corpo físico, percebendo que tudo é passageiro e que a matéria é uma das múltiplas formas de manifestação do Todo. Ao surgir essa percepção, o iniciado dar-se-á conta de que a vida – tal como nos é apresentada – é efêmera ilusão quase instantânea, e que, por isso mesmo, devemos procurar ao máximo ajudar na busca de harmonia e do Bem para o Cosmos, porque só o que deixaremos após a passagem do nosso corpo físico será aquilo que ajudarmos a realizar no sentido de construção e criação.

O que é a Regressão?

A técnica de regressão através do Reiki, após a iniciação no nível 3, dá ao iniciado a chance de ajudar as pessoas (receptores da energia) a descobrir a razão de seus traumas e a causa de suas doenças e bloqueios energéticos. No instante em que isso acontece, essas causas podem ser apagadas do passado da pessoa, e a cura manifestada. Cabe ao reikiano, dependendo de cada caso, optar ou não por essa técnica, e, se o fizer, ter a certeza de que estará preparado para aplicá-la.

O que é a Cascata Energética?

A Cascata Energética é muito parecida com a técnica de Meditação com os Símbolos. Mas, desta vez, o objetivo, além de buscar a reenergização do iniciado, também busca a integração com o próprio Reiki "em si", e com os seus objetivos: doação, amor, fraternidade, harmonia, cura. Ao mesmo tempo, permite ao iniciado tomar consciência de si mesmo como alguém que não só "passa" Reiki, mas, também, "é" Reiki, pertence ao Reiki – na medida em que acentua cada vez mais a sua percepção e consciência holística.

A metafísica da saúde indica que tipo de emoções, pensamentos ou atitudes nos levaram a manifestar determinada doença, reforçando que tudo é atraído por nós mesmo e que o acaso não existe, com a chegada do inverno é comum aparecer os sintomas da gripes. Vamos ver o que a metafísica da saúde tem a dizer sobre:

Gripe ou Resfriado a rigor não existe na medicina uma doença chamada gripe. Esse termo é comum para designar um resfriado.

O resfriado é um processo infeccioso das vias aéreas respiratórias superiores causado pelo vírus "influenza". Esse vírus não se restringe ao nariz, difunde-se por toda a circulação, provocando cansaço, indisposição e fadiga muscular.

Os casos de gripe geralmente ocorrem durante algum tipo de mudança podem não ser transformações significativas, basta ser uma situação inusitada, em que você se atrapalha para adaptar-se a nova dinâmica, ou ainda a simples perspectiva de mudança que o deixa amedrontado.

A maior agravante nessas situações é o apego ao passado.

Isso impede que a pessoa se dedique ao novo, permanecendo ligada às atividades corriqueiras. Esse procedimento é desgastante para o físico e o mental, causando uma baixa resistência, e conseqüentemente torna-o vulnerável ao contágio da gripe.

Quando a gripe se instala em seu organismo, demonstra que você está atravessando ou acabou de passar por um período de muita confusão interior. Esse estado é um somatório de pequenas coisas com as quais você não tem habilidade para lidar. Acaba por atropelar-se, querendo resolver tudo ao mesmo tempo. Não consegue manter uma dinâmica coerente com sua capacidade, extrapola os limites e fica estressado.

Somados a isso tudo, existem também palpites e as especulações dos outros, que atrapalham ainda mais, porque você se deixa afetar por insinuações negativas acerca de algo que já é difícil para ser resolvido, aumentando ainda mais sua confusão interior.

As pessoas gripáveis ou constantemente afetadas pelo vírus da gripe, são as que contagiam facilmente com a negatividade alheia, gerando uma atmosfera de pessimismo e derrotismo. Seu despreparo e falta de habilidade em lidar com a situação é que as tornam vulneráveis aos outros e, conseqüentemente, ao contágio do vírus. A gripe surge, como a expressão do desejo inconsciente de fuga, é uma álibi perfeito para você se afastar de situações desagradáveis e conflitantes do cotidiano. A enfermidade requer repouso. É a pausa de que você precisa mas não se permite dar. Até o apetite é acentuadamente reduzido, demonstrando sua dificuldade em aceitar os novos episódios da vida. No íntimo, você já está "cansado de tudo", não quer mais nada, só um tempo para sua cabeça e para se refazer física e emocionalmente.

Só assim para você se dedicar mais a si mesmo. De outra forma, não descansaria enquanto não estivesse tudo na mais perfeita ordem. É de praxe cuidar de tudo e de todos menos de si mesmo. Agora é a sua vez. Mesmo querendo fazer muitas coisas, seu corpo não tem energia, exige repouso.

Não espere chegar a esse ponto para atender às solicitações do corpo. Respeite os limites físicos e mentais. Saiba se desprender do velho e abraçar o novo, confiante de que será bem sucedido.

Além dos casos individuais de gripe, existem fases em que ela se torna coletiva. Obviamente o contágio e os fatores climáticos favorecem a epidemia, no entanto não se pode negar os fatores internos de cada pessoa, haja vista existirem nessa época crises que afetam a sociedade desencadeando o mecanismo interior, que determina a vulnerabilidade metafísica para a gripe. Trata-se de períodos em que o negativismo social torna-se contagiante. Isso ocorre em face de alguma transição social, política ou econômica, que provoca a instabilidade e, conseqüentemente uma série de dúvidas, medos e incertezas na população.

Ser Reikiano implica em exercer algum tipo de conduta especial em sua vida particular?

Isso é relativo. Existem algumas recomendações para quem vai fazer a iniciação. Durante 21 dias antes da iniciação, a pessoa não deve poluir seu campo energético pessoal de nenhuma forma: alimentação pesada, atos sexuais,

fumo ou bebida alcoólica etc. Isso é norma e existe porque, durante este período, os mestres invisíveis do REIKI já estarão atuando de modo a fazerem a “limpeza” energética dos corpos mais densos, para receberem a abertura dos canais que servirão para a conexão do REIKI. Se os mestres limpam e nós sujamos, não dá pra fazer nada, não é mesmo? Mas, a partir da iniciação, isso vai depender de cada um. Nada é obrigado a ninguém mas, se você pensar direito, quando se deseja a cura, deve-se agir coerentemente com ela, o que significa encontrar os próprios meios de se sentir bem e cada vez melhor como um todo. Isso, é claro, implica em mudanças de hábito.

O iniciado em REIKI deve ter uma postura especial?

Sim, um iniciado deve manter uma postura humilde para com a lei universal e para com os seus mestres, instrutores e para com o próprio conhecimento que irá adquirir. A consciência iniciática requer uma postura aberta, entregue e confiante. Portanto, antes de receber a iniciação, verifique se você está pronto para assumir uma postura humilde e amorosa perante seus mestres. Por mais tolos que eles pareçam ser, eles possuem maior afinidade com a energia do que você e têm coisas importantes a lhe transmitir e que serão fundamentais para a sua mudança. Se você for uma pessoa indisciplinada ou rebelde, dificilmente conseguirá tirar bom proveito da iniciação. Portanto desapegue-se do seu passado e abençoe por ter alguém que se propõe a lhe ensinar algo que você ainda não sabe. Esteja aberto para o novo e despoje-se de toda verdade preestabelecida.

Como um Reikiano desenvolve a consciência Reikiana?

A consciência Reikiana se instala da própria prática do REIKI. Quanto mais o iniciado utiliza a energia REIKI, sobretudo em si mesmo, mais a energia flui através de si. Os princípios do REIKI devem ser absorvidos pelo iniciado de modo que um passa a ser extensão do outro. Por isso, dirija seus pensamentos e suas atitudes dentro dos preceitos do REIKI.

Como viver um dia de cada vez, um momento após o outro?

Mikao Usui, logo após receber a energia REIKI em si mesmo, sentiu-se afoito e começou a transmiti-lo indiscriminadamente para diversas pessoas, entre as quais muitos eram mendigos. Com o tempo, estes se voltaram contra ele com raiva porque não possuíam mais as doenças que lhe valiam de meio de sustento e não sabiam como lidar com a própria vitalidade. Ficou óbvio para Usui que nem todos estão pontos para o todo. Assim, a energia deve ser concebida aos poucos, para que se dê a mudança interior conjunta e perfeitamente em harmonia com a evolução do REIKI dentro de você. Por isso, evite as iniciações em todos os níveis de uma só vez. Conceba a energia aos poucos e vá se acostumando com ela, percebendo em cada estágio o que muda dentro de você, seus novos impulsos... Deixe que seu mestre interior guie sua vida.

Se eu fizer a iniciação em REIKI terei que praticá-lo para o resto de minha vida?

O REIKI não tem ressonância com expressão “ter que”, que é uma expressão limitadora e condicionante. Você pode fazer a iniciação, depois perceber que tem preguiça de praticá-lo e então deixar de fazê-lo. O que não conseguirá, no entanto, é desfazer a sua iniciação. Uma vez iniciado sempre iniciado. Ou seja, mesmo sem querer praticar como se recomenda, sempre que você puser a mão no corpo o

REIKI estará ali, sendo captado e transmitido por você. E atuará sempre em você e através de você, mesmo que você tente evitar isso.

Se eu deixar de praticar o REIKI após ter feito a iniciação vou perder os poderes conseguidos através dele?

Os únicos poderes que REIKI nos dá é o poder de estarmos conectados e o poder de sermos nós mesmos. Esses poderes você pode ter sem o REIKI. Com o REIKI, no entanto, você promove a autocura, acima de tudo, e a cura do semelhante, no caso de aplicá-lo em outras pessoas. Se você deixar de praticar ou de aplicar o REIKI em outras pessoas, ainda assim continuará captando a energia REIKI e ela continuará a fazer efeito curador sobre você. A diferença está no tempo de atuação. Sem as práticas, você vai levar muito mais tempo para conseguir um resultado de efetiva mudança (não existe cura sem mudança) do que levaria com as práticas.

Qualquer pessoa pode receber aplicações de REIKI?

Sim. O REIKI é benéfico para qualquer pessoa e pode ser recebido por qualquer um, sem distinção. Tanto é, que o REIKI possui símbolos que possibilitam a aplicação no próprio ambiente, fazendo com que tudo e todos os presentes sejam absorvidos por esta energia.

Eu tenho sempre que cobrar por um tratamento de Reiki?

Uma das perguntas mais freqüentemente feitas por estudantes de Reiki é como podem cobrar por algo que é de Deus Universal. Você deve levar em conta às experiências do Dr. Usui, com indivíduos do gueto em Kyoto, onde aprendeu dolorosa lição da falta de gratidão daqueles que tratou. Aprendeu que nós podemos somente ser gratos por aquelas coisas que nós fazemos que tem valor e respeito para o Reiki. Historicamente, este planeta tem muita evidência da necessidade de uma troca justa da energia ocorrer para assegurar essa manutenção como contrapeso. Muitos de nós estão bem cientes das conseqüências na terra que resulta hoje de nossa falta da compreensão desta lei natural. Uma necessidade de um espaço para algo novo para fluir dentro de uma prática espiritual reconhecida. Durante toda a história, os indivíduos ofereceram bens materiais aos povos ou aos líderes espirituais sem nenhum retorno oferecendo oração ou favores espirituais. Os indivíduos no passado tiveram que gastar muitos anos de prática espiritual dedicada a alcançar os níveis de consciência que você está comprando para praticar Reiki. Dinheiro hoje, geralmente é a forma de pagamento do reconhecimento da na sociedade. Entretanto, uma troca de energia pode ocorrer de muitas outras maneiras. Por exemplo há freqüentemente uma troca que ocorre dentro das famílias entre amigos. Também, em uma troca de Reiki, há uma troca de tratamentos de Reiki entre os Reikianos. Você pode naturalmente trocar outros bens ou serviços numa permuta para dar um tratamento de Reiki. Há apenas uma sugestão: É importante que ambos, você e seu freguês, fiquem confortáveis de ocorrer a troca. Você não está honrando realmente o processo se aceitar coisas que são de nenhum valor. Você e seu freguês esta simplesmente trocando algo que une o valor energético e o material.

Por que os cursos de REIKI são pagos e tão caros?

Os cursos de REIKI só são pagos no ocidente, pelo menos era assim quando o REIKI veio para o nosso lado do mundo. Isso decorre pela nossa própria cultura

capitalista. O homem ocidental não considera de qualidade nada que seja gratuito. Por decorrência disso, também não consegue respeitar o que vem de graça; ao contrário, coloca-lhe logo uma tonelada de defeitos. Logo que o REIKI foi trazido para o Ocidente (América do Norte), foi feito um teste de aceitação. Se aprovaram o REIKI porque Dr. Mikao Usui era cristão, o rejeitaram porque ele era gratuito. Então, dentro de uma série de experiências, chegou-se à conclusão de que o REIKI não só deveria ser cobrado, como deveria ter um alto custo, a fim de ser proporcionalmente valorizado e desejado. E assim foi. Talvez, hoje em dia, não fosse mais necessário agir-se desta maneira, mas o fato é que o esquema já está regulamentado e agora, para mudar, é mais difícil. Coisas do homem, não do REIKI.

É mesmo certo cobrar por algo que não fomos nós que inventamos e que era de graça na tradição original?

Se pensarmos em filantropia e no amor e compaixão que o reiki transmite então se todo mundo iniciasse todo mundo de graça e se temos convicção de quanto o reiki transforma e pode transformar nossas vidas então porque acreditar que não podemos mudar o mundo?

Será que transformar o reiki num produto de marketing espiritual não é profanação maior do que ensiná-lo gratuitamente acreditando e investindo na humanidade?

Vale ressaltar, se a pessoa tem muito dinheiro e quer fazer um trabalho de ajuda e não cobrar, acho isso muito válido, porém deverias pedir alimentos ou roupas para depois doar. Assim não seria totalmente gratuito!! Agora, existem muitas pessoas que através do seu trabalho como mestres, difundem amplamente a filosofia do Reiki. Essas pessoas gastaram dinheiro com os seminários e com o mestrado, gastam dinheiro preparando apostilas e ainda doam grande parte do seu tempo dedicados a isso.. Será que é errado elas cobrarem por isso tudo. Mesmo pagando, muitas pessoas não passam adiante o Reiki, não se desenvolvem dentro dessa história. Acho que cobrar das pessoas é importante, seja em doações ou um valor simbólico.

Cobrar ou Não?

Aprendi com minha mestra o pensamento de que, as pessoas somente dão valor ao aprendizado quando cobramos algo, pois se interessam mais, é um dogma criado na nossa sociedade de que tudo que pagamos é melhor, porém, eu aplico reiki nos pacientes e inclusive já iniciei pessoas no 1º nível de Reiki de graça. Acho que temos de ter a consciência de quanto vale o aprendizado a pessoa e o quanto ela se sentirá grato pelo seu ensinamento. Também as vezes me pergunto as mesmas perguntas que certos reikianos fazem e chego a conclusão de que o Reiki é uma Energia Divina que devemos prospera-la em outros de graça, porém as pessoas só se dão valor ao que recebem quando é pago.

Queria saber o que vocês pensam sobre pessoas que iniciam outras pessoas de graça?

Não podemos nos esquecer que se não houver a troca, criamos nas pessoas um espírito de mendigo, ou seja não necessariamente precisa-se cobrar fortunas pelo Reiki, mas que haja a troca, senão for moeda pode ser algo que a pessoa faça de coração. Foi isso que aprendi na minha iniciação. quando doamos reiki, nós nos doamos, sendo assim deve haver uma troca, uma cobrança da parte que recebe, mesmo que essa cobrança seja apenas uma oração, ou mesmo que seja dinheiro, mas sempre cobrar alguma coisa.

Vale a pena cobrar?

Vale a pena recordar o exemplo do próprio Sensei Mikao Usui, quando depois de ter aplicado e iniciado as pessoas no Reiki (um grupo de pessoas que vivam nas ruas), qual não foi sua tristeza quando voltou ao local e viu as mesmas pessoas (já reikianas) na prática da mendicância. Quando ele foi lhes perguntar porque não utilizavam o reiki em suas próprias vidas, eles responderam que era mais fácil pedir dinheiro dos transeuntes do que trabalhar. Moral da história: as pessoas só dão valor àquilo que conquistam mediante seu esforço, pagando por elas. Um dos princípios do reiki: Só por hoje, faça seu trabalho honestamente. Os reikianos pagam por seus cursos, assim como os demais terapeutas. A maneira de cobrar, será de responsabilidade de cada um. O reiki só se aprende após iniciação, então não se aplica a máxima: **dai de graça o que de graça recebeste**. Quando fui iniciado no primeiro nível de Reiki, minha mestra também me ensinou o mesmo princípio: as pessoas apenas agregam valor a algo pela qual elas deram algo em troca. Até certo ponto isso é verdade e visto que o Reiki é mais uma ciência do que uma crença, a cobrança não seria de todo algo ruim. Mas muitas vezes me pego pensando se essa cultura Reiki não deveria ser entregue as pessoas, como um presente e não uma doação. Talvez com o tempo, pesquisa e reflexão cada um de nós poderá entender melhor o que é o certo para cada um e adotar isso em nossa vidas.

É ético essa cobrança das iniciações?

Vejo que é bem relativo isso de cobrar... em alguns casos se faz necessário, em outros seria até incorreto. Olhando no contexto atual eu concordo com todos vocês. Mas eu falava de um ponto de vista um tanto diferente, mais amplo ou além dessa época. imaginem a iniciação do reiki como um batismo...Muitas pessoas não dão o mínimo valor ao batismo, outras o tem como sua própria salvação, no entanto pensem... cobrar o batismo está de acordo com a egrégora e energia ele? Muitas pessoas pagam muito caro em iniciações mas nem por isso dão valor, eu acho que não é cobrando que esse valor vem, mas mediante ao desenvolvimento dela própria, e além disso, por que nós precisamos que elas dêem valor? Se a essa dá valor ou não, isso toca a ela, azar ou sorte a dela, fizemos a nossa parte. O Reiki tem o valor dele em si mesmo, a pessoa o reconheça ou não. Pra facilitar entender, façam assim: esqueçam tudo que ouviram do reiki quanto a moral, ética de uso etc. agora só imaginem. Imaginem que desde que você nasceu sempre quando você tem alguma dor alguma coisa alguém faz reiki em você, que quando você quer curar algo ou apenas se sentir melhor ainda, você faz reiki e era super comum os familiares fazerem iniciações como do reiki e outras, ou então na escola mesmo; Imagine que você cresceu com o costume de mandar reiki pros outros e tal; Imagine que um dia saia uma noticia no jornal falando quando a ultima cidade do mundo que não tinha reiki agora tem; Imagine que o reiki é tão comum a todos quanto orar, meditar ou dormir. Me parece um passo adiante para a humanidade. Eu não sou contra cobrar, cada um tem suas possibilidades e gastos, mas sou totalmente a favor de que seja de graça. Ao longo da existência humana existiram muitas pessoas que fizeram tudo pelo mundo sem ganhar nada e foram infinitamente mais felizes do que aqueles que lutam por uma vida e mente "normal". Não que devamos fazer isso, mas acho que cobrar ou não cobrar está diretamente relacionado com uma questão: Qual é a sua prioridade?

O curso de REIKI é regulamentado?

Sim. A sede oficial do REIKI no Ocidente fica na Califórnia, de onde saem todos os preceitos e normatizações que regem o REIKI no Ocidente. O próprio mestrado é avaliado lá, apesar de poder ser feito no próprio país. No Brasil, é controlado pela Associação Brasileira de REIKI, cuja sede fica em Niterói – RJ. As

peessoas que fazem a iniciação através da Associação ou seus núcleos autorizados, recebem certificado e número de registro que vão constar na sede principal, para **efeito de futura identificação**. Os Reikianos credenciados podem tirar sua carteirinha de terapeuta alternativo, segundo as novas normas de regulamentação Federal. A A.B.R. foi fundada em 1983, após a vinda ao Brasil do Reiki Master Stephen Cord Saiki da American Internacional REIKI Association (AIRA), o qual ministrou o primeiro Curso de Reiki no Brasil. Atualmente a Associação tem sedes em diversas cidades brasileiras, onde se ministram cursos, palestras, atendimentos assistenciais e sociais em asilos, hospitais e orfanatos e onde os reikianos "recém-formados" podem estagiar para adquirir experiência e melhorar a qualidade de seu trabalho. Obs.: Sem que o aluno ou interessado passe pelas séries de iniciações, também chamadas de harmonizações, dadas por um Mestre em Reiki, não existe o Reiki. Fundamentalmente, Reiki não é informação, mas sim uma experiência individual única que, usando a energia natural, promove o equilíbrio, a cura, a integridade, o bem-estar, a transformação e a expansão da consciência do ser.

O curso de Reiki só é válido se for fornecido um certificado regulamentado?

Não. Um papel assinado não faz um Mestre em Reiki e, sim, a capacidade de aplicar e de ensinar. Como no Reiki I e II, é a capacidade de aplicá-lo que faz o Reikiano. Alguns instrutores tradicionais aceitam qualquer certificado e outros não. Em círculos Tradicionais, o certificado e a linhagem tornaram-se símbolo de status: A cura não é o principal, o diploma sim. A maioria dos instrutores fornece certificados em seus cursos; o que não existe nada de ilegal contra isso. Uma sugestão para os que fornecem é a de que produzam seus próprios certificados no computador em vez de compra-los, pois custam muito caro. Dessa forma, podem-se tirar cópias em papel especial e pagar-se muito menos. Isso tudo pode ser feito em casas de xerox.

O reiki pode substituir a meditação?

Reiki é reiki e meditação é meditação. Um não substitui o outro. Sugiro até posições de meditação que podem potencializar a captação da energia reiki. Mas usar Reiki em meditações é salutar, é bom fazer da seguinte maneira: ativa o símbolo no lugar que irá meditar (seja no ar ou no colchão) e depois inicia a meditação normalmente.

Existem quantos tipos de meditação?

Existem basicamente três tipos de meditação:

Transcendental – Essa técnica não tem foco, basta deixar a mente livre, apenas sentir os pensamentos passarem como se fossem nuvens e a mente; o céu.

Dinâmica – que consiste em concentrar, visualizar e mentalizar um objeto específico.

Espiritual – Possui o foco em Deus, onde o praticante volta toda sua atenção para o Cosmo com o intuito de se conectar espiritualmente com ele. As três técnicas são importantes, mas devem ser dosadas de acordo com a necessidade de cada pessoa.

Para nós ocidentais o que é meditar?

Para nós, meditar significa refletir sobre algum problema ou alguma questão, ou seja, pensar sobre as situações que aconteceram. Para os orientais, meditação é

um estado no qual se vai muito mais além que isso. Meditação é a concentração intensa do espírito. Reflexão, oração mental, é submeter-se a um exame interior. Não é religião. Não existem regras fixas. O que existem são maneiras diferentes de se meditar. Um ateu pode meditar como qualquer outra pessoa, porque a meditação é apenas um método para voltar-se para dentro.

O que é meditação?

Meditação é a conexão silenciosa entre o seu intelecto e o de Deus. Uma conversa da alma com a Alma. Um encontro dos dois corações, na mais genuína pureza. Crie pequenos intervalos no seu dia para distanciar-se do palco das ações - o térreo da vida. Vista-se de luz, pegue o elevador, vá para o primeiro andar e acesse, com o seu pensamento, a Fonte de Poder. Lá de cima, desapegado de seus papéis, você verá que as montanhas intransponíveis se transformam em sementes de mostarda.

O que é um estado de não-mente?

Meditação é um estado de não-mente. Meditação é um estado de pura consciência; sem nenhum conteúdo, Normalmente, a sua consciência está tão cheia de lixo, assim como um espelho coberto de pó. A mente é um tráfego constante: pensamentos que se movem dia após dia. Mesmo quando você está dormindo, a mente está funcionando. Está sonhando e se preparando para o dia seguinte; uma preparação secreta está acontecendo. Quando não há nenhum tráfego e o pensar cessou, nenhum pensamento se move, nenhum desejo se agita, você está totalmente silencioso – esse silêncio é meditação.

É necessário fazer Meditação durante aplicação do Reiki?

A partir do momento em que o iniciado movimenta esta energia, ou seja, utiliza-a em seu dia-a-dia, cada vez mais REIKI se desenvolve e “ajusta” os fluidos energéticos direcionando para os pontos certos e na quantidade certa cada tipo de fluxo energético. As práticas da meditação e da respiração dirigida em união com REIKI aceleram o processo de conscientização que levará o iniciado à compreensão de si mesmo, da energia e do caminho de cura e libertação., no entanto a respiração e a meditação são práticas indispensáveis ao REIKI.

Há contra-indicação para meditação?

Não. Todas as pessoas podem meditar, mas no começo é preciso ter a orientação de professores qualificados para que os praticantes não façam exercícios de maneira incorreta, existem várias técnicas para meditar, de diferentes tradições, mas todas têm o mesmo método: esvaziar a mente de pensamentos e de tudo que impeça de concentrar. O objetivo também é comum: bem-estar e auto conhecimento.

O que é Dimensão?

Buscar entender e interpretar as dimensões do ser humano em seus aspectos físico, mental, emocional e intuitivo. Passou a ser uma fonte de pesquisa, um canal de percepção e uma nova porta para a sabedoria. Dimensão é um estado vibracional específico em que a pessoa se encontra. É uma experiência de vida, um modo de movimentar-se, de comportar-se no mundo, que surge do tipo de vibração em que a pessoa se encontra, predominando um estado específico. Esses estados

vibracionais se manifestam em sete Dimensões. Ou seja, podemos vibrar em nossa energia de sete modos diferentes, Em um só dia, um ser humano pode passar por todas as sete Dimensões. Porém, sua Dimensão será aquela que ele passa a maior parte de seu tempo, por um período que varia entre 3 e 7 meses. As Dimensões funcionam como verdadeiros indicadores do grau de felicidade que cada ser humano possui. Quanto mais alta a Dimensão em que nos movimentamos, maior o grau de felicidade. A tal ponto isto é verdade. Didaticamente, será necessário falar de cada uma delas separadamente para identificar e distinguir o encontramos e desenvolvemos em cada um desses níveis ou cada uma dessas “faces”.

Como se divide as sete Dimensões?

As três primeiras Dimensões (Física, Emocional e Mental inferior) vibram dentro da Energia Ki, eletromagnética. As três últimas Dimensões (Espiritual, Construtiva e Auto realizante) vibram dentro da energia Rei, biomagnética. A quarta Dimensão (4ªD) – Mental Superior – constitui um ponto entre as três Dimensões Inferiores e as três Dimensões Superiores. Quando falamos em energia, devemos levar em conta dois aspectos: a vibração em ele se movimenta, que chamamos de frequência e a medimos em ciclos por segundos, e a “carga energética”. Isto faz com que possamos diferenciar uma energia mais sutil de uma outra organização energética, menos sutil e mais densa.

Qual é chave para a compreensão do aspecto holístico do REIKI?

A chave está na íntima relação que existe entre as sete Dimensões que constituem um todo energético estruturado em sete organizações gradativas, do mais denso ao mais sutil, de Luz Física até a mais pura Luz Metafísica. O homem, em sua essência, nasce semelhante a Deus. Mas, em sua existência, já nasce ferido, em função das distorções genéticas herdadas. Sua tarefa é corrigir as consequências dessas distorções até se reencontrar com Deus. O homem vai fazendo essas correções passando gradativamente através das sete Dimensões: Física, Emocional, Mental inferior, Mental Superior, Espiritual, Construtiva e Auto-realizante (Iluminação).

Qual é Primeira Dimensão?

É a Dimensão Física, própria do corpo. Dela trata a Física Quântica. É uma dimensão de luz, porém densa, de baixa vibração. Corresponde à saúde, ao bem-estar físico, à alimentação etc. Um corpo saudável evita muitos desequilíbrios emocionais e mentais.

Qual é Segunda Dimensão?

É a Dimensão Emocional. Os átomos emocionais já são menos pesados que os átomos Físicos. Aqui já estamos em uma frequência vibracional mais sutil. A 2ª Dimensão deverá ser utilizada para o homem começar a aprender o amor por si mesmo e o amor pelos outros. Quando a 2ª Dimensão é saudável, o reikiano vive plenamente segundo os Princípios Reiki. Nada de raiva, preocupações, ingratidão, desonestidade ou prepotência.

Qual é Terceira Dimensão?

É a Dimensão vibracional do Mental inferior, Nela apreendemos a elaborar conceitos, juízos e raciocínios lógicos. É a porta que pode levar-nos à intuição e que

monitora, quando saudável, as energias da 1ªD e da 2ªD. Trata-se de uma Dimensão de muita utilidade para o ser humano. O raciocínio, quanto mais equilibrado e lógico for, mais nos aproxima da 4ªD. Na realidade, é a porta que nos abre o caminho para a 4ª Dimensão.

Qual é Quarta Dimensão?

É a Dimensão da Intuição. Vemos, compreendemos e captamos verdades sem informação prévia alguma. Intuição não é raciocínio, não necessita formar silogismo nem partir de premissas. O termo intuição vem de termo latino *intuere*, *intus ire*, penetrar profundo nas coisas, diretamente, sem raciocínio. O raciocínio é lento, mas a intuição é instantânea. Na 4ª Dimensão estamos fora do tempo, fora do espaço. Esta é a dimensão em que o Operador Reiki II trabalha quando aplica Reiki à Distância. Constitui uma experiência impar vivenciar o aumento paulatino da intuição que dos Reikianos, principalmente a partir do Nível II, experimentam. Tanto isto é assim que aplicar o Reiki à distância, pode-se afirmar, constitui uma das mais poderosas ferramentas para desenvolver a intuição.

Qual é Quinta Dimensão?

É a Dimensão Espiritual, própria do amor justo e do amor incondicional. A Energia Rei se movimenta e vibra na 5ª Dimensão. Trata-se de uma altíssima vibração. Quando vibramos na 5ª dimensão, começamos a sentir que não somos ilhas. Surge o sentido do Nós. Cada uma de nossas ações não só está dirigida pelo amor que o operador sente por ele mesmo, como também, e na mesma proporção, pelo amor que sente pelas pessoas com as quais entra em contato. Até a 5ª Dimensão, somos apenas projetos de seres humanos, pois nos falta a diferenciação fundamental: a vivência do espiritual. “Um homem está na vivência espiritual quando é tão amoroso que dá a si mesmo que lhe corresponde e dá aos outros o que lhes corresponde. Isto é espiritualidade”. Na 5ª Dimensão somos mais plenos, mais completos, estamos na busca constante de reequilíbrio e somos tão completos como seres humanos que vivemos quase totalmente na verdadeira liberdade do livre-arbítrio. A energia da 5ª Dimensão é também a energia própria de nossa alma. Por isso, o Mestre Reiki pode, na primeira iniciação, sintonizar, fazer com que entre em ressonância a 5ª Dimensão da energia REI com a 5ª Dimensão de nossa alma, energia REI individualizada.

Qual é Sexta Dimensão?

Nesta Dimensão, adquirimos o sentido do UM. Não só nós sentimos um Nós com os outros, como que também nos sentimos UM com toda a humanidade. A energia ativadora da 6ª Dimensão é o desejo de criar continuamente novos modos de usar nosso poder criativo. Essa é a dimensão dos grandes acontecimentos construtores de um novo mundo de felicidade. Nessa 6ª Dimensão, estão nascendo as crianças Índigo, que já estão chegando a Terra com os grandes poderes próprios da Era de Aquário, já gravados no código genético.

Qual é Sétima Dimensão?

Na sétima é completado o ciclo de transformação do ser humano em Luz Divina. É a Dimensão dos grandes Mestres de Vida, tais como Jesus, Buda. Alan Kardec e Sai Baba. Na 7ª Dimensão o homem é Luz Total, além do Tempo, além do espaço, além das limitações, além dos desejos, além das expectativas. Ele se transforma em um semideus, um raio laser através do qual se expressa a luz divina.

No caso do reikiano a energia Rei está em qual dimensão?

Nos Reikianos, posto que a Energia Rei está da 5ª Dimensão, ele sabe que o Reiki encurta prodigiosamente o caminho para a transformação em Luz total, o caminho da auto-realização. A nobre aspiração de todo reikiano e de todo Mestre Reiki é ajudar aos que ainda não chegaram lá. Para isso, o Nível I de Reiki trabalha mais nas três primeiras Dimensões, no Reiki Presencial. No nível II – Reiki a distância – o operador reikiano é levado a trabalhar na 4ª Dimensão, na intuição de suas mãos, na cura de pessoas geograficamente longe. Para isso, necessita viver na 4ª Dimensão. No Nível III A, o reikiano poderá ser Mestre de si mesmo se viver na 5ª Dimensão, na Dimensão Espiritual, tornando-se amorosamente justo. No Nível III B, o mestre Reiki é levado a ser co-criativo com a irradiação de Luz Divina se aceitar a maravilhosa missão de ser um portador e um multiplicador dessa Luz no mundo e em todo o planeta Terra. Sublime Missão a do Mestre Reiki!

O que é dimensão do ser humano?

Buscar entender e interpretar as dimensões do ser humano em seus aspectos físico, mental, emocional e intuitivo passou a ser uma fonte de pesquisa, um canal de percepção e uma nova porta para a sabedoria. As quatro dimensões que compõem o ser humano estão relacionadas e interligadas de tal forma que é impossível separá-las ou tratar de uma delas sem levar em conta as outras três. Didaticamente, será necessário falar de cada uma delas separadamente para identificar e distinguir que encontramos e desenvolvemos em cada um desses níveis ou cada uma dessas “faces”.

Quais as quatro dimensões que compõem o ser humano?

As quatro dimensões estão relacionadas e interligadas de tal forma que é impossível separá-las ou tratar de uma delas sem levar em conta as outras três. (Física, Emocional, Mental e Espiritual).

Física – É importante que nos conscientizemos de que o nosso corpo físico é a nossa ‘primeira casa’. É nele que realmente ‘residimos’ durante as 24 horas de cada dia e todos os anos de nossa vida. Nosso corpo físico é o veículo da consciência individual, e portanto se faz necessário aprender (ou reaprender) a ouvir, sentir e confiar em nosso organismo, em sua natureza interior, para poder promover o próprio processo de cura. O corpo sempre avisa do que precisa. As pessoas necessitam estar dispostas e atentas para escutá-lo, para atender a suas necessidades básicas de alimentação, vestimenta e moradia e até mesmo a outras mais sutis, como bem-estar, alegria, lazer e amor, que se inter-relacionam com as outras dimensões. Como os aspectos espirituais, mental e emocional se expressam, em uma pessoa, através do corpo físico, qualquer trabalho feito em um deles resulta em melhoria da saúde física. A ênfase no intelecto afasta e desliga a atenção e a percepção do corpo físico. O atual processo cultural tem interferido profundamente nessa tendência à desconexão e à desatenção do corpo físico. A maior parte dos males físicos que experimentamos tem suas raízes em nossos mais profundos e negados conflitos mentais, emocionais e espirituais. O corpo físico, portanto, “percebe” harmonia e beleza a envolve-lo, recebendo fortalecimento e renovação que lhe são generosamente oferecidos nesse intercâmbio. Há uma importante distinção a ser feita entre cuidar do corpo físico e “viver o culto” ao corpo físico. Cuidar do corpo físico é mantê-lo energeticamente equilibrado com boa alimentação

e exercícios adequados à idade e às necessidades individuais, proporcionando o repouso necessário pra que não adoença.

Emocional – Essa dimensão é composta do conjunto de sensações, sentimentos e emoções que experimentamos no relacionamento com o mundo à nossa volta e conosco mesmos. Sentimentos compõem um fluxo de energia que está em constante movimento dentro de nós, portanto é preciso viver emoções para não interromper nosso processo de vida. É importante conhecer e explorar o campo dos sentimentos para poder “quebrar” o sentido unicamente racional de nossa existência. Quando uma pessoa se fecha emocionalmente, bloqueia sua comunicação com as demais e com a inspiração da vida. A racionalização pura e simples dos sentimentos nos leva, necessariamente, a julgamentos do que é certo e do que é errado. Provavelmente, certo é aquilo que traz felicidade e bem-estar; errado é tudo aquilo que traz infelicidade e não deixa uma pessoa crescer e amadurecer sua capacidade de amar.

Mental – Podemos também chamá-la de intelecto ou mente racional. Essa dimensão é a que guarda nossos referenciais de vida, nosso sistema de crenças e nosso processo de pensamento. É esse processo que nos possibilita estabelecer associações, relações, conexões, formar conceitos, estruturar a inteligência, compreender nossas experiências no mundo e buscar um sentido maior para nossa existência. Através dessa capacidade nos diferenciamos de todos os outros seres vivos, e um de seus aspectos mais interessante é justamente o fato de que ela nos permite “voltarmos-nos para nós mesmos”, ou seja, refletir sobre nosso próprio processo de pensar e aprimora-lo. Muitas vezes, ao longo de nossa vida, precisamos reeducar essa dimensão para criar uma condição de abertura e receptividade e poder rever nosso sistema de crenças, buscando melhorar nossa vida cotidiana, ampliar nossa visão de mundo e acelerar nosso processo de evolução. É necessário atentar para o fato que temos pontos de vista e atitudes “formados” pela cultura, que nos é transmitida pela família, religião e escola, ou seja, estamos condicionados por crenças sobre nós mesmos, os outros e a vida em geral. Esses condicionamentos estão como que “armazenados” na dimensão mental. Como já vimos anteriormente, as dimensões emocional e mental trabalham juntas e, de certa forma, se apóiam mutuamente. É muito importante que procuremos equilibrar essas duas dimensões.

Espiritual – Ao compreender a verdadeira natureza das dimensões física, mental e emocional, procurando equilibra-las e harmoniza-las, estamos criando as condições básicas do florescimento da intuição. Também chamada de insight, a intuição é como uma luz, um clarão que surge de repente, quando menos esperamos, ou de forma mais suave, durante o exercício de processos meditativos. Ela se manifesta na forma de uma “revelação”, mostrando que nesse momento estabelecemos contato profundo com nossa verdade essência, nossa “sabedoria interior”, nossa “fonte original”, ou seja a dimensão espiritual, constituída de verdade, bondade e regida pelas mesmas leis imutáveis e eternas que permeiam todo universo. Ao realizar e vivenciar essa conexão vamos sentindo que há uma “porção do universo” que reside em nós, que fomos concebidos à sua semelhança e portanto somos seres universais e espirituais.

Como é o papel da consciência e a jornada da conscientização?

O papel da consciência, portanto, é o de aprimorar a compreensão que temos de nós mesmos, de todos os outros seres e do universo do qual somos parte integrante. Essa compreensão só será plena à medida que conseguirmos vivenciar e

integrar todas as nossas dimensões fundamentais. Essa jornada pode começar por qualquer das dimensões – física, mental, emocional ou espiritual. Todas elas têm igual importância e podem levar o ser humano a experimentar a inteireza, a plenitude, representada pela harmonização, pela integração e pelo equilíbrio de seus aspectos fundamentais.

O que é energia?

A palavra energia vem do termo grego *energes*. É todo agente capaz de produzir movimento. A energia é uma e una. É um infinito sistema vibracional que se divide em três grandes sistemas de luz. Reiki nada mais é que a aplicação de Energia Inteligente através da imposição das mãos ou ainda um Sistema de Energia utilizado para harmonização psíquica e cura física. Quando está sendo aplicado o REIKI, uma energia – luz passa em você curando-o e o aperfeiçoando.

O que é energia sutil?

Energias sutis são as que se situam em planos superiores, além de nossas capacidades normais de percepção. Porém, quando percebidas, se caracterizam por um efeito cintilante, como um arco-íris ao redor dos objetos, conferindo-lhes quase um estado de transparência e permitindo que sua estrutura subatômica interior se revele a um olhar mais elevado, mais sensível. Energias sutis são projeções das formas de matéria e de energia mais densas, constituindo a energia matriz a partir da qual nosso universo perceptível se manifesta. O universo é pura energia tudo no universo é feito de energia, e esta energia cria todas as formas e substâncias daquilo que chamamos nossa realidade. Um grande oceano de vibração, esta energia se funde nas miríades de formas de existências; seja uma pedra, uma onda, uma flor, um casaco no armário ou nós mesmos.

E verdade que nada existe fora do todo?

Assim, quando o físico ou o sábio oriental diz que todas as coisas são vazias, ou que todas as coisas são não-duais, ou que todas as coisas são interpenetrantes, ele não pretende negar as diferenças, descartar a individualidade, ver o mundo como uma gosma homogênea. O mundo contém todos os tipos de traços, superfícies e linhas, mas tudo isso está entrelaçado num campo sem emendas. Observemos isso sob o seguinte prisma: sua mão é com certeza diferente de sua cabeça, e sua cabeça é diferente de seus pés, e seus pés são diferentes de suas orelhas. Mas não temos dificuldade alguma em reconhecer que são todos membros de um só corpo e que, da mesma maneira, seu corpo único se exprime em todas as suas diversas partes. Todos em um, e um em todos. De modo semelhante, no território sem limites, todas as coisas e eventos são também membros de um só corpo, o Dharmakaya, o corpo místico de Cristo, o campo universal de Brahman, o padrão orgânico do Tao. Qualquer físico nos dirá que todos os objetos do cosmos são apenas formas diversas de uma única Energia - e o fato de chamarmos essa Energia de "Brahman", "Tao", "Deus" ou apenas "Energia" não é importante.

Como é os três sistemas de energia e a Física quântica em REIKI?

Cada Sistema Quântico de Energia tem suas próprias características e sua própria frequência vibracional. Cada Sistema de Energia é um Sistema Quântico, de luz. De acordo com a física moderna, podemos reduzir qualquer objeto material em moléculas. Podemos continuar a subdividir as moléculas e encontraremos átomos. Se ainda dividimos os átomos, encontraremos sub-partículas que a Física Quântica,

com muita propriedade, chamou de FÓTONS. Existem ainda mais outras sub-partículas, porém os fótons constituem o ponto energético mais sobressalente. Fóton, em grego quer dizer LUZ. Hoje, através da Física Quântica, sabemos que matéria é igual à energia, que é igual à LUZ. Por isto, o REIKI enquanto ciência pode afirmar: que tudo o que existe é Luz; que a Luz é pura energia em diferentes sistemas de vibração; que cada sistema quântico de Luz tem sua própria vibração e suas próprias características.

Quais os três grandes sistemas atuantes do REIKI?

O Sistema de Luz (sistema quântico) Divino, o Sistema de Luz (quântico) Rei e o Sistema de Luz (quântico) Ki. Divina(Deus, infinito e eterno), Rei (Universal, finita, inteligente, plena de vida, eterna, biomagnética) e Ki (Humana, de baixa vibração, eletromagnética). A energia Reiki é inteligente e cura porque ela constitui em si mesma um Sistema de Energia Inteligente e Vital. Trata-se de um Sistema Quântico (de Luz) integrado por Energia Universal; Inteligente; Plena de Vida e uma centelha do Sistema de Luz Divino.

O que é energia Divina?

É aquela que vem de Deus. É energia pura, infinita, eterna e está em contínua e permanente expansão, através de Teofonias (manifestação de Deus) e irradiação de Luz em total expansão através de sua Criação. A Energia Rei não é Energia Divina. É energia criada que surge diretamente, por irradiação da Energia Divina.

O que é energia Rei?

A Energia Rei é Universal, ou seja, onde algo existe, a energia Universal está. Porém a Energia Universal é apenas uma das quatro energias que integram a Energia Rei. As outras três são: Energia Inteligente, Energia Plena de Vida e uma centelha de Energia Divina.

O que é energia Éter Vital?

Entre a Energia Divina e a Energia Rei existe um tipo de Energia que poderá ser chamada de Éter Vital. É uma energia que transforma (atuando como um transformador elétrico, que transforma a energia de 10 mil volts, por exemplo, em energia de 220 volts para a nossa rede de uso). Além de transformadora, essa energia é transportadora, ou seja, transporta a energia Inteligente, Vital e Espiritual para a Energia Rei, completando a qualificação da Energia Universal que em si mesma é pura energia.

O que é energia Ki?

A Energia Ki está presente em todo ser vivo no mundo físico. É uma energia eletromagnética finita, de baixa densidade e de alta vibração. Os chineses chamam essa energia de Chi e a consideram bipolar, ou seja, é a união do Ying (receptiva, feminina) e do Yang (ativa, masculino). Na Antigüidade, todo trabalho com a Energia Ki consistia em buscar o equilíbrio entre Ying e Yang. Agora, em Reiki, trabalha-se a energia Ki que existe em nosso corpo e em nossa psique, constituída por mente, emoções e instintos. Considera-se o Corpo como um composto de energias de baixíssima vibração. Por outro lado, a Alma é considerada como Energia Rei individualizada. A união dessas duas Energias, de **vibração tão distintas** (Corpo e Alma), resulta na **Psique**.

O que é energia Psique

A Psique é uma energia intermediária que participa da força energética da alma e da força energética do corpo. Portanto: **Psique=mente+emoção+instintos** que quando aplicado o Sistema Reiki Usui, são harmonizados e equilibrados.

O que é energia Inteligente?

A Energia Rei é energia biomagnética que permeia os vácuos interatômicos e intra-atômicos da molécula e penetra no interior de cada átomo, transmitindo-lhe vida e inteligência curadoras e harmônicas. Sendo assim fica entendido que a verdadeira relação entre a energia Rei e a energia Ki forma o binômio REI-KI.

Como funciona o triângulo Psíquico no Reiki?

Assim, o Reiki é Energia Rei que trabalha na Energia Ki. Busca o equilíbrio e a harmonia da psique, isto é, da mente, das emoções e dos instintos, como assim também cura o corpo. O cérebro é o órgão no qual atua a psique.

O que é um Reikiano?

Reikiano é aquele que, depois de iniciado está habilitado a aplicar o Reiki em todo e qualquer ser vivo. As posições são as mesmas para os três níveis, no entanto, o tempo que o reikiano permanece com as mãos em cada posição vai depender de seu nível. A iniciação nada mais é que o alinhamento, a sintonia da Energia Rei da Alma com a Energia Rei do Universo, ativada esta pela Energia Inteligente e Plena da Vida, que provém diretamente da Fonte Divina. Chama-se a essa energia de Energia Rei Universal. Vale dizer que, uma vez iniciado, um reikiano torna-se um canal por onde passará a Energia Universal, agora alinhada nele. Quem cura não é o operador de REIKI. Não importa o estado de ânimo no qual o reikiano está. Não importa se ele está doente ou saudável fisicamente falando. Desde o momento em que seu Mestre lhe deu a iniciação, ele está habilitado para passar a energia Rei para outras pessoas. A Energia Rei não depende do reikiano. Ela é universal. O amor do reikiano por outras pessoas o leva a aplicar REIKI, portanto, ele deve atender às necessidades dos outros. É importante saber que o reikiano não aplica sua própria energia Ki. Ele aplica uma energia que está além dele, com qual foi alinhado na iniciação. Porém, se reikiano achar conveniente, pode equilibrar sua psique e seu corpo o maior número de vezes que quiser e se transformará em um canal mais limpo para a graça de Deus fluir por sua alma e/ou seu corpo.

É verdade que depois de iniciado, o reikiano poder passar por várias transformações internas?

Sim, Aceleração a passos agigantados, da expressão de sua consciência e de seu crescimento como ser humano; Aplicando as técnicas correspondentes a cada nível, a saúde melhora, a consciência se expande e um novo sentido de felicidade se abre para o reikiano, assim como uma nova luz nasce com o sol de cada dia; Reiki é energia-luz-vida que o iniciado pode transmitir a si mesmo e aos outros através de suas próprias mãos; Tudo caminha para a busca do equilíbrio, da felicidade, tanto para si como para todas as pessoas que recebem energia universal através das mãos do reikiano; Quanto mais Reiki aplicar o iniciado em si mesmo, maior será sua ligação com a energia Rei e com Deus; Quanto mais as técnicas de Reiki forem aplicadas a outras pessoas, mais a felicidade e a paz serão transmitidas

ao mundo, Reiki foi redescoberto numa fase do mundo em que as pessoas vivem sem paz, sem harmonia e sem felicidade. Cada reikiano é um multiplicador consciente de paz, harmonia e felicidade, desde o momento em que assumiu a responsabilidade por sua vida e o compromisso de aplicar Reiki.

O Reiki por ser uma técnica que envolve o tocar, não constrangem as pessoas em procurar um terapeuta?

Muitas vezes as pessoas realmente se constrangem em imaginar que será tocada em seu corpo. Mas esclarecemos, que a imposição de mãos no Reiki, não requer que as mãos encostem-se ao corpo, basta que elas estejam à altura de 3 a 5 centímetros do corpo para que a energia flua. O receptor pode estar coberto com uma manta ou um lençol, de preferência de cor clara, e receber a energia do Reiki da mesma forma como se estivesse sem roupas. As mãos do praticante devem tomar a forma de concha para execução da aplicação, muito suavemente, sem tencionar os pulsos ou braços, para não se cansar. E o importante a fazer para evitar constrangimentos ou más interpretações, o ideal é que o operador não toque no Paciente (a menos que tenham uma relação íntima e estreita), especialmente quando se tratar de pessoas de sexos opostos.

Quando é que os Reikianos usam os símbolos do Reiki?

Na iniciação de cada nível, os Mestres e os Iniciados em Reiki, a partir do Nível II, aplicam símbolos que foram transmitidos pelo Mestre Dr. **Mikao Hyoho Usui**. Esses símbolos são segretos e potencializam a energia do Reiki. Isso faz com que o tempo de aplicação do Reiki em cada posição vá diminuindo, ou seja, no Nível I é de 5 minutos; no Nível II, 3 minutos e no Nível III, 1,5 minutos.

Quais as diferenças entre os níveis I e II do Reiki?

No nível I, o operador aplica REIKI durante 60 minutos na presença do receptor. O aumento do potencial energético na segunda iniciação e o uso dos símbolos possibilitam ao operador aplicar REIKI à distância, sem limites de espaço nem de tempo. - No nível II, nos permite entrar em harmonia com níveis mais altos da energia do Reiki e o tempo de aplicação se reduz a 45 minutos, fundamentalmente em função da aplicação do poder dos Símbolos REIKI. O nível II constitui mais um degrau que prepara o reikiano para o nível 3 A, possibilitando o uso de alto potencial de energia a fim de aplicar REIKI para grandes grupos, cidades, países etc. No 3 A, o Reikiano já é preparado para ser Mestre de si mesmo.

Na quimioterapia o Reiki pode fazer algo?

Para aqueles que estão sob quimioterapia, Reiki pode reduzir os efeitos colaterais, de forma que a terapia pode ser tolerada em grau mais elevado. Quando a radiação é prescrita, REIKI ajuda os tecidos adjacentes a resistirem a avarias. Recuperação a cura pós cirúrgica é acentuada pelo REIKI. A ansiedade é reduzida, de forma que a comunicação sobre difíceis assuntos pessoais torna-se possível. Em contar que o Reiki é sempre um método de grande apoio aos membros de uma família durante os cuidados terminais de seus antes queridos.

O que é o Monte Kurama Yama e onde fica localizado?

O Monte Kurama (570 acima do nível do mar) está a 12 quilômetros ao norte do Palácio Imperial de Kyoto, e pode-se chegar a ele em 30 minutos de carro ou trem, vindo de Kyoto.

O Templo Kurama, fundado em 770 como o guardião do quadrante norte da cidade capital (Heiankyo), está localizado a meio caminho do topo da montanha. As construções originais, entretanto, foram repetidamente destruídas pelo fogo. O Salão Principal foi reconstruído em 1971. O templo primeiramente pertenceu à seita budista Tendai, mas desde 1949, ele foi incluído na recentemente fundada seita Kurama-Kokyo como seu templo principal. (Nota da tradução: Na época do famoso jejum de Usui - algo em torno do 1922 - Kurama Yama era também a localização de um grupo espiritualista chamado "Rai Jyutsu Ka", que também pode ter tido influência sobre Usui.)

Mais de seis milhões de anos atrás, Mao-son (o grande rei dos conquistadores do mal e o espírito da Terra) desceu no monte Kurama vindo de Vênus, com a grande missão de salvar a humanidade. Desde então, o poderoso espírito de Mao-son governando o desenvolvimento e a evolução não só da humanidade como de todas as formas de vida na Terra emana do Monte Kurama, e um sacerdote chamado Gantei recebeu sua transmissão espiritual.

Em 770, Gantei, que foi o melhor pupilo de Ganjin, o fundador do Templo Toshodaiji em Nara, guiado por um cavalo branco, subiu o monte até este lugar sagrado (nota da tradução: Kurama Yama, em japonês, significa algo como "Montanha da Sela do Cavalo", e talvez essa história seja a razão para esse nome). Sua alma foi iluminada pela realização de Bishamon-ten (o protetor do quadrante norte do paraíso Budista e o espírito do sol). Em seguida, ele fundou o templo do Monte Kurama.

Mais tarde, no 15º ano de Enryaku (796 DC), o responsável pela construção do Templo Toji teve uma visão de Senju-kannon (o Kannon de mil braços e o espírito da lua) e construiu os templos na montanha.

Mao-son, Bishamon-ten e Senju-kannon são os símbolos da alma universal, formando uma Trindade conhecida como "Sonten" ou a "Suprema deidade". Sonten é a "Alma Vivente do universo", a "Luz Gloriosa", e a "Atividade da Alma".

Esses três são símbolos do poder, luz e amor. Nós adoramos Sonten como a composição dos três.

"Nós confiamos em Sonten em relação a todas as coisas." Sonten é o criador do universo, e cultiva o desenvolvimento de tudo em toda a Terra. Ele descansa nas profundezas de nossas mentes individuais, e faz com que o "grande Self" ou "Atman" desperte em nossos corações. Ele nos dá nova força e luz gloriosa.

Seishonagon, uma eminente ensaísta, escreveu um ensaio (1000 DC) sobre Kurama. "A estrada para Kurama é um caminho sinuoso; a primeira vista, a distância parece pequena, mas é bastante grande." Agora, entretanto, se você pegar o teleférico, leva apenas três minutos para chegar ao terminal superior e apenas mais dez caminhando para chegar ao Salão Principal do Templo.

Lá, o céu é claro e sereno, e o ar é puro. O Monte Kurama é maravilhoso o ano inteiro. Durante os períodos Heian e Kamakura em particular, a literatura e as artes budistas florescem na montanha. Kurama também é famoso como um lugar histórico. Existe uma história interessante, por exemplo, sobre o guerreiro chamado Ushiwaka-mani (mais tarde conhecido como Minamoto Yoshitsune, 1159-1189).

Quando ele era jovem, ele foi treinado nas artes militares pelo "Tengusan" (subjugador do mal) no Monte Kurama, e ele se tornou um excelente soldado. Alguns lugares históricos conectados com ele ainda existem na montanha.

Nós vivemos nossas vidas pela virtude de Sonten. Sonten nos legou seu poder para que tivéssemos uma boa vida; exorcizando o mal de nossas mentes com a força de seu poder. Nós fazemos o que é necessário para aperfeiçoar-nos.

Nós confiamos em Sonten em relação a todas as coisas.

O que significa o cosmos?

Cosmos (Kósmos) significa "A ordem e organização do mundo" ou "o mundo ordenado e organizado". Assim, é a narrativa sobre o nascimento e a organização do mundo a partir de forças geradoras (pai e mãe) divinas. E o Universo é o conjunto de tudo quanto existe (incluindo-se a Terra (e seus habitantes), galáxias e toda a matéria disseminada no espaço.

O que é o Mundo Físico?

O mundo físico, inclusive nossos corpos, é uma resposta do observador. Criamos os nossos corpos assim como criamos a experiência do nosso mundo. Em essência, nossos corpos são compostos de energia e informação, não de matéria sólida. Esta energia e informação são manifestações dos infinitos campos de energia e informação que alcançam todo o Universo. Embora as coisas "lá fora" pareçam ser reais, não há qualquer prova de sua realidade independentemente do observador. Não há duas pessoas que compartilhem exatamente o mesmo Universo. Cada visão de mundo cria seu próprio mundo. Essas considerações aparentemente são novas, e no entanto todas são alicerçadas nas descobertas que a física quântica fez há quase cem anos. Por que aceitamos uma coisa como real? Porque podemos vê-la e tocá-la. Todo mundo nutre um preconceito em favor de coisas que são confortavelmente tridimensionais e que nos são apresentadas como tais por nossos cinco sentidos. Visão, audição, tato, paladar e olfato servem para reforçar a mesma mensagem: as coisas são o que parecem. De acordo com esta realidade a Terra é plana, o chão sob nossos pés é estacionário, o sol nasce no leste e se põe no oeste, tudo porque assim parece aos nossos sentidos. A nova realidade que nos é trazida pela física quântica tornou possível pela primeira vez manipular a inteligência invisível que está por trás do mundo visível. Einstein nos ensinou que o corpo físico, como todos os objetos materiais, é uma ilusão, e tentar manipulá-lo pode ser como agarrar uma sombra sem encontrar sua substância. O mundo invisível é o mundo real, e quando estivermos dispostos a explorar os níveis invisíveis de nossos corpos, poderemos recorrer à imensa força criativa que jaz na nossa fonte. Em seu livro *The Holographic Universe*, Michael Talbot traça uma brilhante comparação com o Rei Midas: já que tudo em que tocava se transformava em ouro, Midas não podia sentir a real textura de nada. Água, trigo, carne ou penas, tudo se transformava no mesmo metal duro no instante em que eram tocados por Midas. De maneira análoga, porque nossa consciência transforma o campo quântico em realidade material comum, nós não somos capazes de conhecer a verdadeira textura da realidade quântica em si. Seja através de nossos cinco sentidos ou por pensar nela, pois um pensamento também transforma o campo - pega as infinitas possibilidades do vazio e modela um evento espaço-tempo específico. Dessa forma, o que você chama de seu corpo é também um evento espaço-tempo específico, e por experimentar sua materialidade, você perde o toque de Midas que converte o ouro potencial abstrato em coisa sólida. A menos que você se torne consciente da consciência, não será capaz de surpreender-se no ato da

transformação. De acordo com o estudo da holografia, o mundo real, o invisível, também chamado por diversos nomes tais como: Mente Única, O Transcendente, Divino, Tao, Consciência etc. faz parte de um domínio denominado "domínio de frequência" e o nosso cérebro é uma espécie de lente que converte estas frequências no mundo objetivo das aparências. Dessa forma, acredita-se que podem existir vários tipos de coisas da realidade exterior que nós não vemos, coisas que o nosso cérebro aprendeu a editar regularmente da realidade visual. Podemos entender que quando os místicos têm experiências transcendentais, o que realmente acontece é que estão tendo vislumbres do domínio da frequência, ou seja do mundo real (Mente Única). Buda chegou a essa visão vinte e cinco séculos antes de Einstein. Relativamente a matéria, dentro não existe ninguém; apenas as linhas de energia cruzando-se é que proporcionam a sensação do eu. Buda costumava dizer que o eu é como uma cebola: tu a descasca, joga fora a casca, mais uma outra surge. Se continuares descascando, camada por camada, o que permanecerá, afinal? A cebola estará inteiramente descascada e nada encontrará dentro dela. O homem é tal como uma cebola. Descasca-se a camada de pensamentos, de sentimentos, e, finalmente, o encontramos? Um nada.

O que é Gratidão?

A gratidão é um sentimento que traz junto dele uma série de outros sentimentos: amor, ternura, fidelidade, amizade... Mas nunca submissão! É importante não confundir gratidão com atitudes de lisonjas ou bajulação: com servilismo. Há um quê de nobreza, de olho no olho, de igualdade e reconhecimento da alma, do espírito e do pensamento daquele a quem devemos ou de quem somos alvos de gratidão. A gratidão é horizontal, lado a lado. Nunca foi, não é, nem será alguma coisa de baixo para cima ou de cima para baixo. Não há hierarquias na gratidão. Não há diferenças. Aliás, como prima-irmã do amor, seu oposto não é, como muitos pensam, o ódio, mas sim a indiferença. Quem não ama (seja que tipo de amor for: de pai, de mãe, de irmão, irmã, namorado, namorada, marido ou esposa) não é grato. Quem não ama não é aquele que odeia. Quem não ama é o que ignora, o ingrato, o indiferente. Pense nisso, pense na gratidão. Pense, inclusive, como um sinal de maturidade, de harmonia. Pense. E pratique. Pratique a gratidão. Não faz mal, não tem contra-indicação. Basta amar. Feliz Dia da Gratidão!

O que é ser honesto?

O primeiro passo é ser honesto consigo mesmo, e isso significa ser livre. Se, logo de início, em qualquer situação ou relacionamento, optarmos pela clareza e pela honestidade, todos se sentirão confortáveis com a verdade de nossos sentimentos e ações.

O que é gentileza?

Pequenos gestos podem resultar em grandes consequências e mudanças de hábitos profundos. Um gesto pequeno, mas grandioso é o da gentileza. Ter o coração gentil dá conforto a quem hospeda tal coração, assim como aos que recebem a gentileza. Ter os olhos gentis ajudam ao olhar enxergar além das aparências e ver a essência. Os olhos gentis massageiam com luz quem com eles se comunica e descansa quem os detêm. A atitude gentil é poderosa. Sua sutileza pode conduzir o ser a contemplar a beleza, suavizar a dor e possibilitar o prazer nos mais singelos e inesperados momentos. A atitude gentil tem a capacidade de ser transformadora, ativa sem ser reativa. A gentileza pode mudar o mundo mudando os hábitos dos seres humanos. Procurar ser gentil é crer na excelência da vida. A gentileza tem o poder de produzir ressonância. É como uma flor que remove, com a

fragrância do respeito, as manchas provocadas pela violência da mágoa e dos ressentimentos. A gentileza é um amplificador da esperança e pode ser tocante. A atitude gentil, do coração ressoa nos corações e nas mentes e desarmam a razão. Os gentis de coração podem parecer ingênuos e desprotegidos, mas ondas de proteção vêm a eles de todas as direções. A atitude gentil pode, nem mesmo vir do coração, mas ela acaba criando sintonia e tem o poder de realimentar o respeito e o positivismo.

O que é a raiva?

A raiva é uma doença que acomete mamíferos, e que pode ser transmitida aos homens, sendo portanto, uma zoonose. É causada por um vírus mortal, tanto para os homens quanto para os animais. Em alguns países desenvolvidos, a raiva humana está erradicada e a raiva nos animais domésticos está controlada, mas ainda é efetuada vigilância epidemiológica em função dos animais silvestres. No Brasil, a raiva humana ainda faz vítimas. Mesmo no Estado de São Paulo existem regiões com epizootia (epidemia entre animais), devendo haver, principalmente por parte dos municípios, um melhor desempenho nas atividades de controle da raiva animal.

O que é RESSENTIMENTO?

Se você está, ainda hoje, sentindo essa decepção, essa tristeza, essa mágoa com outra pessoa, então você está ressentido, ou ressentida, com ela. Veja com atenção o significado da palavra ressentimento: RE-SENTIMENTO. Sentir novamente.

Sentir infinitamente, para alguns. Qual a razão de usar sua mente para sentir novamente coisas ruins, fragilidades e decepções? Não me refiro a nenhum princípio religioso, espiritual ou moral, somente uma razão prática: sentir coisas ruins novamente não tem absolutamente nenhuma função, exceto prender você ao passado e tornar você uma eterna vítima de alguém que nem mesmo está tentando prejudicar você mais. Ao guardar qualquer ressentimento você está se acorrentando a alguém que lhe fez mal, mesmo que essa pessoa não queira mais isso. Você está re-sentindo a dor que só existe em sua memória. Repita comigo: nunca mais.

A outra pessoa, por pior que tenha sido, não será prejudicada por seu ressentimento. Mas você será. Você desperdiçará momentos únicos das suas vinte e quatro horas para pegar o punhal que alguém usou contra você há semanas, meses, anos ou décadas atrás e, acredite ou não, você mesmo estará se apunhalando dia-após-dia, com seu re-sentimento. Nunca mais.

Se o problema tiver sido com um cliente, ficar ressentido não ajudará sua próxima venda. Se tiver sido com a ex-namorada, ficar ressentido não tornará você atraente para a próxima, e talvez definitiva. Se tiver sido com seu marido, ficar ressentida não ajudará comunicar-se e corrigir a situação. Se tiver sido com... qualquer pessoa, ficar ressentido não ajudará você. Pode até ajudar ela a se livrar de você. Se o caso for tão grave que tenha que ser resolvido em tribunais, deixe advogados cuidando disso e se concentre em sua vida e sua felicidade. Não caia na armadilha do ressentimento. Nunca mais.

Viva o momento que estiver vivendo. Há momentos de tristezas, decepções, erros, partidas, traições ou simplesmente azar. Chore, reclame, brigue e viva o momento que tiver que viver. Mas, quando o momento passar, viva o momento seguinte, sem ficar com os grilhões do passado prendendo sua existência até sua morte. Esqueça as coisas ruins do passado. Ele não existe mais. Nunca mais.

Isso inclui os ressentimentos contra aquela pessoa que você encontra no espelho. O que ela tiver feito de errado, ontem ou há 30 anos, deve ser deixado de lado. Não sinta ressentimento quanto aos erros dessa pessoa. Nunca mais.

E, se mesmo com toda a lógica do mundo, você ainda estiver "sentindo ressentimento" e mágoa de alguém, lembre-se do que disse William Shakespeare: Guardar ressentimento é como tomar veneno e esperar que a outra pessoa morra."

O valor está no que faço com o que sei?

"Quando chega a algum lugar o viajante cuida primeiro de obter alojamento para passar a noite e depois vai se divertir. Da mesma forma, quando chegamos neste mundo devemos primeiro conseguir um lugar de descanso, na profundidade de nosso ser, para que em seguida possamos nos dedicar, sem temor, às tarefas diárias."

O maior problema no caminho do autodesenvolvimento não está em compreender seus princípios e sim colocá-los em prática. Lema " O que sei não tem valor algum; o valor está no que faço com o que sei.

A felicidade, o contentamento e a realização provêm do nosso interior e não dependem de coisas externas, de determinadas situações ou de outras pessoas. Desenvolver a felicidade interior não significa o abandono do mundo exterior mas, simplesmente, vê-lo como realmente é: impermanente, transitório e em constante transformação. Podemos combater a turbulência da vida, gerando mentes tranquilas, com pensamentos de compaixão, amor, paciência, dádiva, alegria e compreensão. Se pudermos, fazer destes estados de consciência os nossos melhores amigos, eles jamais nos abandonarão, estaremos sempre preparados para enfrentar os desafios da vida. Quando temos um determinado problema que nos leva a pensar no melhor modo de utilizar o Reiki para resolver da maneira mais adequada visando a busca da felicidade interior, a análise dessas três questões, devem ser enfocadas: Quero que as coisas se modifiquem? Quero modificar as coisas? Quero modificar-me? A tentativa de modificar-nos a nós próprios do que mudar uma situação, ou esperar que os outros se transformem, com certeza será sempre a mais apropriada. Para encontrar a felicidade, a maioria das pessoas procura modificar várias coisas nas suas vidas: O visual, o emprego, o companheiro, a quantidade de bens que possui e outros. Mas estas modificações externas apenas trazem uma felicidade temporária e, em breve, se encontrarão à procura de algo que alivie o seu descontentamento. A felicidade depende da mente. Seja de que forma for que modifiquemos o nosso mundo físico, jamais nos sentiremos satisfeitos. Todos nós possuímos, exatamente, aquilo de que precisamos para sermos felizes. Temos, precisamente os problemas e as circunstâncias difíceis de que precisamos para treinarmos a nossa felicidade. Por exemplo, se trabalhamos ou vivemos com alguém que consideramos irritante, podemos utilizar esta oportunidade para nos modificarmos e desenvolver qualidades interiores, por exemplo, a paciência, a compreensão. Não existem caminhos errados, só caminhos. O retorno ao passado, se pudéssemos, visando alguma modificação em nossas vidas, não nos garantiria que no hoje, seria diferente (melhor). O ponto de partida, será sempre o dia de hoje, portanto hoje é o melhor dia para que todos comecem a buscar um novo caminho, o caminho da felicidade. Com a auto-aplicação do Reiki, com esses propósitos sinceros na busca da felicidade interior, certamente, a curto prazo, todos começarão a obter as respostas necessárias. Concomitante as modificações internas, se observará que o Universo começará a conspirar favoravelmente para que aquelas questões se resolvam.

O que é preocupação?

A palavra "preocupação" em inglês provém de um velho termo que significa "sufocar ou estrangular". É exatamente isto o que a preocupação faz com a sua capacidade produtiva e com sua alegria. A preocupação é um desperdício de tempo, capaz de causar a auto derrota. No Sermão da Montanha, Jesus forneceu quatro razões para não nos preocuparmos, e os segredos para vencer a preocupação (Mateus 6:25-34).

A preocupação é Irracional?

Preocupar-se a respeito de alguma coisa que você não pode mudar é inútil. Preocupar-se a respeito de algo que você pode mudar é burrice! E, cada vez que você repassa uma preocupação em sua mente, ela se torna ainda maior. A preocupação amplia os problemas, tornando-os desproporcionais. "Não se preocupem acerca das roupas que vocês necessitam. A vida é muito mais do que aquilo que vestem."

A preocupação não é natural?

Você não nasceu preocupado. A preocupação é um tipo de resposta que você aprendeu a dar às circunstâncias da vida. Na verdade, é preciso praticar, até se tornar especialista nisto. Felizmente, a preocupação também pode ser desaprendida. O único espécime em toda a criação de Deus que se preocupa é o ser humano. Nós não achamos que Deus cuidará de nós. "Os pássaros não se preocupam, contudo Deus cuida deles. Você não se dá conta de que é mais valioso para Deus do que meras aves?"

A preocupação é inútil?

Ela simplesmente não funciona. Não pode alterar o passado. Não pode controlar o futuro. Somente faz com que você se sinta miserável hoje. Preocupar-se acerca de um problema jamais ocasiona a sua solução. "Quem, entre vocês, através da preocupação, poderia acrescentar uma única hora à sua vida?"

A preocupação é desnecessária?

Deus prometeu cuidar de você, caso você Lhe confie a sua vida em todos os detalhes. Quando você era uma criança e pedia ao seu pai dinheiro para a merenda, nunca teve que se preocupar de onde viria este dinheiro. Este é o seu problema. Deixe que Deus seja Deus em sua vida! "Deus cuidará de você; apenas tenha fé."

Como eu posso romper com o habito de me preocupar?

Primeiramente, confie em Deus, em todas as áreas de sua vida. "O seu Pai Celestial já sabe perfeitamente aquilo que lhe é necessário e fará a provisão para você, se você Lhe conceder o primeiro lugar em sua vida e viver de conformidade com aquilo que Ele quer para você." Em segundo lugar, viva apenas um dia de cada vez. (Você sabia que foi Jesus quem disse isto, e não os Grupos de Apoio dos Alcoólicos Anônimos?) "Não se preocupem acerca do amanhã. Cada dia transporta a sua própria carga de problemas."

Como devo fazer para mudar minha energia?

1. Pense sempre, de forma positiva. Toda a vez que um pensamento negativo vier à sua mente troque-o por outro! Para isso, é preciso muita disciplina mental. Você não adquire isso da noite para o dia, assim como um atleta, treine muito.
2. Não tenha medo de nada e nem de ninguém. O medo é uma das maiores causas de nossas perturbações interiores. Tenha fé em você mesmo. Sentir medo é acreditar que os outros são poderosos. Não dê poder ao próximo.
3. Não se queixe. Quando você reclama, tal qual um imã, você atrai para si toda a carga negativa de suas próprias palavras. A maioria das coisas que acabam ando errado começa a se materializar quando nos lamentamos.
4. Risque a palavra "culpa" do seu dicionário. Não se permita esta sensação, pois quando nos punimos, abrimos nossa retaguarda para espíritos opressores e agressores, que vibram com a nossa melancolia. Ignore-os.
5. Não deixe que interferências externas tumultuem o seu cotidiano. Livre-se de fofocas, comentários maldosos e gente deprimida. Isto é contagioso. Seja prestativo com quem presta. Sintonize com gente positiva e alto astral.
6. Não se aborreça com facilidade e nem dê importância às pequenas coisas. Quando nos irritamos, envenenamos nosso corpo e nossa mente. Procure viver com serenidade e quando tiver vontade de explodir, conte até dez.
7. Viva o presente. O ansioso vive no futuro. O rancoroso, no passado. Aproveite o aqui e o agora. Nada se repete, tudo passa. Faça o seu dia valer a pena. Não perca tempo com melindres e preocupações, pois só trazem doenças.

Existe alguma estratégia Física que se deve fazer de fora para dentro?

1. A água purifica. Sempre que puder vá à praia, rio ou cachoeira. Em casa, enquanto toma banho, embaixo do chuveiro, de olhos fechados, imagine que seu cansaço físico e mental e toda a carga negativa estão indo por água abaixo.
2. Ande descalço quando puder, na terra de preferência. Em casa, massageie seus pés com um creme depois de um longo dia de trabalho. Ou escale-os em água morna. Acrescente um pouco de sal grosso para se descarregar.
3. Mantenha contato com a natureza, tenha em sua casa um vaso de plantas pelo menos. Cuide dele com carinho. O amor que dedicamos às plantas e animais acalma o ser humano e funciona como um relaxante natural.
4. Ouça músicas que o façam cantar e dançar. Seja qual for o seu estilo preferido, a vibração de uma canção tem o poder de nos fazer nos sentirmos vivos, aflora a nossa emoção e abre o nosso canal com a alegria.
5. Queime um incenso de vez em quando e purifique o seu ambiente. Prefira fazê-lo na sua casa e aproveite para meditar, respirar profunda e pausadamente, como se fosse uma ginástica mental. A mente também precisa de exercícios.
6. Sinta o aroma das flores e dos perfumes sempre que tiver uma oportunidade. Muitas sensações de conforto se originam num simples ato de inspirarmos delicadamente fragrâncias sutis e agradáveis.

7. Liberte-se! Sempre que puder livre-se da rotina e pegue a estrada, nem que seja por um único dia. Tem efeito revigorante para qualquer ser humano. Conheça novos lugares e novas pessoas periodicamente. Viva a vida!

Que são Chakras?

Nosso corpo compreende muitos centros da energia. Estes centros da energia, ou os vórtices, são sabidos como Chakras (significa “roda girando de Sanskrit da energia”) e ficados situados em nosso corpo para ajudar-nos processar as energias universais de que esteja em torno e dentro de nós. Há sete centros principais da energia em nosso corpo correlacionam diretamente com nosso corpo físico. São empilhados junto em uma coluna central da coroa de sua cabeça à base de seu spine e quando nós os abrimos e os alinhamos os centros, nós permitimos nossa vida-força vital (sabida também como Ki ou Prana) ao fluxo livremente completamente. Estes centros podem ser instrumentais em nossas energias físicas, mentais, emocionais e espirituais – relacionando-se e trabalhando com elas. A finalidade de trabalhar com estas energias é promover a integração de todos os aspectos de sua vida para criar ser mais holístico.

Termo chakra tem origem no sânscrito e significa “disco”, “círculo”, pois apresentam forma circular e estão em constante movimento. Sua principal função é transformar energia física em energia astral ou convertê-la em energia psicológica (ojas) dentro da dimensão física. Uma vez despertados e ativados, os chakras tornam o homem ciente das esferas superiores da existência, permitindo-lhe adentrar nessas esferas e também fortalecendo e dando vida às dimensões inferiores. Há uma infinidade de chakras no corpo humano, mas há uma relação do que supostamente define os principais, num número total de sete, e que se dividem em três grupos: inferior(fisiológico), médio (pessoal) e superior (espiritual). Em cada ser humano existe uma rede de nervos e órgãos sensoriais que interpretam o mundo físico exterior. Ao mesmo tempo, em nós, reside um sistema sutil de canais (nadis) e centros de energia (chakras) que cuidam do nosso ser físico, intelectual, emocional e espiritual.

A palavra chakra (chakra) é sânscrita e significa roda. Os chakras, ou centros de força, são pontos de conexão ou enlace, pelos quais flui a energia de um a outro veículo ou corpo do homem da superfície, quando este se encontra sob a lei do karma e sob a lei do livre arbítrio. Os clarividentes podem vê-los facilmente no duplo etérico, em cuja superfície aparecem sob forma de depressões semelhantes a pratinhos ou vórtices. Desse modo cada chakra assemelha-se a uma flor cujas pétalas estão em movimento constante e harmônico. Quando já totalmente desenvolvidos, assemelham-se a círculos de uns cinco centímetros de diâmetro, que brilham mortificamente no homem comum, mas que, ao se excitarem vividamente, aumentam de tamanho e são vistos como refulgentes e coruscantes torvelinhos à maneira de diminutos sóis. Todas essas rodas giram incessantemente e pela boca aberta de cada uma delas flui continuamente a energia do mundo superior, a manifestação da corrente vital diamante do Segundo Aspecto do Logos Solar, a que chamamos energia primária, de natureza sétupla, cujas modalidades in totum agem sobre cada chakra, ainda que com particular predomínio de uma delas segundo o chakra. Sem esse influxo de energia, não existiria o corpo físico.

São ao mesmo tempo transmissores e transformadores de energia de corpo para o corpo, uma vez que seu mecanismo sincroniza as energias emocionais, mentais e etéricas. Eles aumentam ou reduzem a energia, ou moderam ou aceleram sua

atividade, de um corpo para outro, de modo que a energia mais rápida do corpo emocional possa afetar a energia mais lenta do etérico, e vice-versa. As cores, que variam de chakra para chakra, também reluzem de um modo que contribui para sua aparência de flor. Numa pessoa saudável, as formas dos chakras se encontram num belo equilíbrio simétrico e orgânico, em que todas as partes fluem em uníssono, num padrão rítmico. Seu movimento tem na verdade um caráter harmônico e musical, com ritmos que variam de acordo com as diferenças individuais de constituição e temperamento. Portanto, os chakras atuam em todos os seres humanos. Nas pessoas pouco evoluídas seu movimento é lento, o estritamente necessário para formar o vórtice adequado ao influxo de energia. No homem bastante evoluído, refulgem e palpitam com vívida luz, de maneira que por eles passa uma quantidade muitíssimo maior de energia, e o indivíduo obtém como resultado o acréscimo de suas potências e faculdades. Os principais chakras do corpo etérico estão alinhados ao longo de um eixo vertical, com os cinco chakras inferiores paralelos à medula espinhal, estendendo-se da base da coluna vertebral ao crânio, e os outros dois, um situado entre as sobrancelhas e o outro no alto da cabeça. Este último, o Chakra Coronário, é em geral maior do que os outros, sendo a sede dominante da consciência.

O que é aura?

A aura é a absoluta singularidade de um ser natural, sua condição de exemplar único que se oferece num aqui e agora “irrepetível”, sua qualidade de eternidade e fugacidade simultâneas, seu pertencimento necessário ao contexto em se encontra e sua participação numa tradição que lhe dá sentido. É uma figura singular, composta de elementos especiais e temporais: a aparição única de uma coisa distante, por mais perto que ela esteja. Observar, em repouso, numa tarde de verão, uma cadeia de montanhas no horizonte, ou um galho, que projeta sua sombra sobre nós, significa respirar a aura dessas montanhas, desse galho.

Aura (do latim: "aura": "sopro de ar"): É campo energético que apresenta-se em torno do corpo denso. Aparece à percepção parapsíquica do clarividente como um campo luminoso mesclado por várias cores. Essas cores refletem a qualidade dos pensamentos e sentimentos manifestados pela consciência. Você com certeza já deve ter conhecido alguém assim: basta chegar perto para se envolver numa maravilhosa onda de luz e paz. Sua energia é tão positiva e contagiante que poderia até ser tocada. Outras pessoas, ao contrário, provocam uma desagradável sensação de cansaço, como se roubassem nossa energia. Esta capacidade de apagar ou iluminar o ambiente reflete o poder da nossa aura. Uma pessoa altamente emotiva com um chakra do plexo solar desenvolvido e descontrolado, pode causar destruição. Por outro lado uma pessoa que use corretamente o centro do coração, leva a inspiração a centenas de pessoas, expandindo sua Aura e tornando seu campo energético mais amplo, mais forte, mais protegido e mais resistente aos ataques das energias telúricas e de energias negativas. Ela foi estudada nos anos setenta pelo físico russo Samuel Kirlian, que inventou a kirliangrafia, que não é nada mais que a fotografia da nossa aura. Através dela pode-se detectar visualmente que todo ser humano representa um gerador de energia que produz um campo energético.

A aura é constituída por quatro campos, quatro camadas:

- 1) Aura da saúde física;
- 2) Aura astral ou emocional;

- 3) Aura mental;
- 4) Aura do corpo etérico.

Existe uma correlação entre o estado geral de corpo-mente-alma de uma pessoa e seu corpo vibratório. Danos à alma, tensão e fraquezas físicas tornam-se perceptíveis, antes mesmo de se manifestarem em você, tais como depressões, fadigas e doenças. Quem passa por uma perda de um parente querido, por exemplo, terá chances de se recuperar mais rapidamente se seu campo energético estiver equilibrado. Uma das maneiras para deixá-la em perfeito estado é tomar o banho de água com sal. Antes de tudo, devo esclarecer a essência da aura. Todos os pensamentos e atos humanos pertencem ao bem e ao mal. A espessura da aura é proporcional à quantidade de pensamentos bons e maus. Internamente, quando uma pessoa pratica o bem, sente uma satisfação na consciência. Esses pensamentos se convertem em luz, somando-se a luz do corpo espiritual. Quando, ao contrário, os pensamentos e atos são maus, estes se convertem em nuvens do corpo espiritual. Externamente, quando se faz o bem aos outros, os pensamentos de gratidão das pessoas beneficiadas também se convertem em luz. Transmítidos através do fio espiritual para a pessoa que praticou o bem, aumentam a luz desta. Quando, ao contrário, a pessoa recebe transmissões de pensamentos de vingança, ódio, ciúme ou inveja, suas nuvens aumentam. Por isso, é preciso praticar o bem e proporcionar alegria aos outros, evitando provocar pensamentos de vingança, ódio ou ciúmes. Para assegurar a boa luminosidade de sua aura todo cuidado é pouco. Ciúme, raiva, ódio ou inveja podem atuar negativamente sobre o equilíbrio dos campos energéticos. O primeiro passo é combater as situações de estresse com constantes exercícios de relaxamento, caminhar todos os dias pela manhã (se possível por vinte minutos), e viver situações que salientem o seu lado alegre.

É verdade que existe uma foto Kirlian?

Pela análise de uma fotografia Kirlian, é possível diagnosticar uma série de problemas, antes mesmo de que eles cheguem a se manifestar fisicamente. Em nível da saúde, podem ser feitos diagnósticos de infecções, intoxicações, inflamações, processos degenerativos, prováveis distúrbios nos diversos órgãos e sistemas e até casos de câncer. Para cada dedo analisa-se um meridiano correspondente, que possui terminação nele. Quanto à análise da parte emocional e psicológica da pessoa, é possível diagnosticar casos de depressão, angústia, tristeza, raiva, ciúme, além de ser possível observar estados alterados de consciência.

Segundo o que a história nos conta, teria sido Semyon Davidovitch Kirlian, em 1939, na cidade de Krasnodar, na ex-União Soviética, o primeiro homem a construir uma máquina de fotografia Kirlian no mundo. Porém, na realidade, a primeira máquina de eletrofotografia foi construída no Brasil, por volta de 1912, pelo gaúcho e padre **Roberto Landel de Moura**. O que ocorreu foi que, por ele ser um padre, subordinado à Igreja Católica, não podia divulgar suas descobertas, e a máquina de eletrofotografia, que ele inventou, não pode nem mesmo ser patenteada ou divulgada ao mundo. Como a máquina que ele havia inventado fotografava e revelava algo que, para a Igreja não coadunava muito com a sua doutrina, os planos originais e a própria máquina criada pelo Pe. Landel foram confiscados por ela e atualmente encontram-se em local "ignorado". Uma máquina de fotografia Kirlian ou eletrofotografia possui a condição de captar impressões sutis do nosso corpo etérico. O corpo etérico seria o mapa energético do nosso corpo físico. Nele estariam presentes todos os órgãos e sistemas presentes no nosso corpo material, só que aqui de forma energética, assim como os canais de meridianos

Uma análise mais profunda, para um diagnóstico, é feita tirando fotos dos dez dedos das mãos. Porém uma única foto do dedo anular ou indicador, por exemplo, pode revelar muitas coisas, principalmente em nível emocional. Atualmente na Rússia, assim como em Portugal, existem hospitais que trabalham com o diagnóstico Kirlian junto aos pacientes, e isso tem sido de grande valia para diagnosticar doenças e casos clínicos desconhecidos. Observa-se uma grande melhora nas linhas da aura, inclusive seu fechamento quando aberta, à medida que se faz um tratamento e lentamente vai alcançando-se a cura. Este tratamento pode ser feito através do reequilíbrio alimentar, da fitoterapia, florais, homeopatia e mesmo através do Reiki ou da acupuntura.

O que são mantras?

Os mantras são palavras de poder que através do som podem promover transformações. Em sânscrito man significa mente e tra significa controle. Com a vocalização de mantras poderemos ter um maior controle da mente para despertar nosso poder criador. O mantra tem poder criador. As vibrações sonoras dos mantras por si mesmas mobilizam energias específicas induzindo a manifestação daquilo que cada consoante e vogal unidas representam. Cada conjunto de sílabas encerram um poder específico.

Como atuam os mantras?

O som exerce um poderoso efeito sobre nosso corpo e nossa mente. E pode acalmar-nos e dar-nos prazer ou ter influência desarmoniosa, gerando uma sensação sutil de irritação. O mantra é ainda mais poderoso do que um som comum: é como uma porta que se abre para a profundidade da experiência. Visto que os mantras não têm sentido conceitual, não evocam respostas predeterminadas. Quando entoamos um mantra, ficamos livres para transcender os reflexos habituais. O som do mantra pode tranquilizar a mente e os sentidos, relaxar o corpo e ligar-nos com uma energia natural e curativa. (*Tarhang Tulku, A mente oculta da liberdade*).

PRÁTICA:

Em períodos mais curtos: inspirar e na expiração entoar o mantra.

Em períodos maiores: entoar o mantra repetidamente e continuamente.

MANTRA SAGRADO: OM

Por esse mantra tudo pode se manifestar, abrange tudo, é a origem e o fim. É a sílaba sagrada, o som primordial.

Vocalização; OOOOOOOOOO

MANTRAS DOS CHACRAS:

Os mantras-sementes (bij-mantras) despertam e ativam progressivamente cada chakra habilitando-os a realizarem suas funções corretamente, tanto materiais como espirituais.

Chakra básico: lam

Chakra da alma: vam

Chakra do plexo solar: ram

Chakra cardíaco: yam

Chakra da garganta: ham

Chakra frontal: aum

Chakra coronário; sham

Vocalizar os mantras concentrando na região específica de cada chakra. Vocalizar na ordem seqüencial ou cada um separadamente repetidas vezes.

MANTRAS PARA SITUAÇÕES DIVERSAS

Equilíbrio e bem-estar: OM SRI RAMAYA NAMAH

Saúde, força: OM ADITTYAYA NAMAH

Paz e prosperidade: OM SRI GOVINDAYA NAMAH

Riqueza: OM SRI MAHA LAKSHMYAI NAMAH

Eliminar dificuldades: OM SRI GANESHAYA NAMAH

Para escritores e intelectuais: OM SRI SARASWATI NAMAH

Respeito: OM SRI KALI KAYA NAMAH

Paz espiritual: HARE KRISHNA HARE KRISHNA

KRISHNA KRISHNA HARE HARE

HARE RAMA HARE RAMA

RAMA RAMA

Mantra para eliminar medo de viver mudanças:

IVEZUPOS IMBO GENTEVES BELI

Escreva várias vezes no mínimo dez vezes, pausadamente e aperte bem a caneta e repita estas palavras aparentemente sem nexos na frente do espelho por uns dois meses e depois verá se algo dentro de você não vai mudar.

Mantra	Finalidade
AOM	Cristaliza o que se desejou, é o nosso Amén.
	Conjunto poderoso de mantras para se atrair
AOM-TAT-SAT – TAM - PAM - PAZ	a força curativa do Sol. São os mantras do Arcanjo Michael.
	Abre a atmosfera astral para a manifestação
HAGIOS	Dos Mestres, possibilitando maior contato com eles.
ANTIA – DAUNA – SASTASA	Poderoso mantra de invocação dos Mestres Ascensionados. Deve ser cantado.
OM...HUM...	Melhora nossa meditação e interiorização.
JEÚ...	Amplia nossa atenção e auto-observação.
RAOM - GAOM	Ajuda-nos a recordarmos nossos sonhos.
MORFEU	Controlamos nossas Viagens Oníricas.
GU – RU...	Cura o fígado.
HELION – MELION – TETRAGRAMATON	Fecha nossa Aura. Para Defesa Psíquica.
BHUR	Cura nosso Baço.
M...	Fortalece e cura a próstata ou o útero.
KRIM...	Cura o estômago, congestões, úlceras etc...
EGIPTO...	Cura o fígado e auxilia nas viagens astrais.
EFTAH...	Cura as cordas vocais e tiróide.
OMNIS - HAUM – INTIMO...	Atrai as forças superiores do Pai Interno (nosso Espírito).
OM – MANI –	Outro mantra de nosso Íntimo.

PADME - HUM...	
IN...EM...	Atraem as forças curativas do Espírito Santo.
JAORI	Sagrado mantra da Ave de Minerva, que realiza qualquer meta desejada. Direciona nossos fogos interiores para a realização do pedido.
I...	Direciona a energia vital para o cérebro.
E...	Dirige a energia para a garganta.
O...	Cura e fortalece o coração.
U...	Fortalece as funções digestivas.
A...	Cura os pulmões e limpa o sangue
S... M... HAN...	Cura do corpo mental
ONOS AGNES	Dor de dentes
OMNIS - BAUN - IGNEOS	Médicos Maias
MANGÜELE - MANGÜELA	Raio positivo da Lua, Raio Asteca
SENOSSAN - GORORA - GOBER - DON	Mantra mágico de um Deus dos Oceanos
ADONAI	Mantra lunar curativo
ABRAXAS	Cura pelos Seres do Fogo
... Mantras para a transmutação	...
INRI...ENRE...ONR O...UNRU...ANRA...	(seqüência de mantras que desperta os principais chacras)
ARIO	(mantra da constelação de Aquário)
IAO...	(nome gnóstico de Deus; equilibra e direciona)
TORN...	(mantra transmutador de Escorpião)
SSS...	(transmuta, purifica e protege a Aura)
KRIM...	(acumula a energia transmutada no plexo solar).
... Mantras das igrejas elementais	...
PEMA	Raio dos Elementais das Mangueiras
OMA	Eucaliptos
AFIRAS	Figueira
BHAGWAN	Cânhamo
MMM	Aloés
LIBIB - LENONINAS - LENONON	Pita
TISSANDO	Jacarandá Mimoso
AN	Pinheiro
KAM	Saia Branca, Floripôndio
SSS	Cana de Bambu
KA	Aboboreira
INVIA	Olho de Boi, Olho de Cabra
ALUMINO	Olíbano, Incenso de Igreja
INRI	Nogueira
URU	Pata de Vaca
PANDERA	Palmeira Real
A - KUMO	Laranjeira
EGO - O - A -	Romãzeira

VAGO	
EBNICO – ABNICAR- ON	Macieira
PADORIA	Cajueiro
PARILHA	Sassafrás
MOUD - MUUD – HAMMACA	Acácia
KEM - LEM	Zimbro
RAOM-GAOM	Hortelã

Detalhes adicionais sobre mantras:

O nome de qualquer um dos grandes mestres também evoca energias maravilhosas: Jesus, Buda, Krishna ou Bábaji.

Há palavras soltas que também evocam egrégoras correspondentes: Luz, Amor, Paz, Harmonia, Bondade...

Mudras

Os mudras são os gestos simbólicos que são associados aos buddhas. Esses gestos são muito utilizados na iconografia, mas no Vayarana ele possuem uma função especial: criar uma conexão do praticante com a energia do buddha que é invocado pela repetição dos mantras. A escola japonesa Shigon por exemplo, utiliza mudras associados aos seus treze budistas

Os Mudras são posturas feitas com as mãos usadas na loga na dança e nas imagens sagradas do Budismo para despertar e harmonizar os centros energéticos do corpo. Usados na iconografia Buddhista e no Vajrayana, cheios de simbolismo e beleza, esses gestos criam uma conexão do praticante com a energia do Buddha que é invocado pela repetição dos mantras. Eles podem ser praticados a qualquer hora, trazendo calma e concentração para sua vida.

O que é metafísica?

Metafísica é uma parte da filosofia que investiga a natureza primordial do ser. Os questionamentos fundamentais da metafísica são coisas como a causa da existência e o melhor meio de compreender o Universo.

Abaixo varias Crenças e suas definições:

ESPIRITUALISMO

Espiritualistas acreditam que cada ser neste Universo é conectado de alguma maneira a um centro poderoso fora deste planeta. Eles acreditam que parte de nós vive depois da morte e que nós nos conseguimos nos comunicar com pessoas que já morreram através de um médium. Os Espiritualistas recebem mensagens de pessoas mortas ou do passado e passam para os membros da congregação. Eles também curam pessoas, muitas pessoas colocando suas mãos sobre o paciente.

CRISTIANISMO

Cristãos acreditam que Jesus Cristo foi filho de Deus. Ele nasceu em Belém na Judéia e começou seu ensinamento depois de seu batismo no Rio Jordão. Ele viajou com doze discípulos, ou seguidores onde fizeram muitos milagres, inclusive curaram pessoas. Por fim, Jesus foi crucificado, o colocaram em uma cruz por pessoas que

tinham medo de seus poderes e do poder de seus seguidores. Depois de três dias que Jesus morreu, dizem que ele se levantou de seu túmulo e apareceu para seus seguidores e subiu para o céu. Muitas das histórias sobre Jesus Cristo e Deus podem ser achadas na Bíblia.

BUDISMO

Acreditam na verdade e em apenas um jeito de viver. Eles dizem que a causa de todos os problemas da vida é o sofrimento, que é causado pelo materialismo - o desejo de obter seus próprios objetos. O Budismo te ensina a perder o desejo de possuir seus próprios objetos, a desapegar aos bens materiais. Para evitar o sofrimento causado pelo materialismo, os budistas seguem oito leis. Essas leis são: Entendimento, Pensamento, Fala, Ação, Subsistência, Vontade, Consciência e Concentração.

JUDAISMO

As maiorias de seus ensinamentos são baseados em Torah, que é um livro sobre verdades da vida eterna. Eles acreditam que no começo Deus criou o mundo e previram que um messias iria voltar para restabelecer e salvar a humanidade. A parte mais importante dessa religião é a família, e acreditam que a vida é sagrada. Mulheres e homens rezam separadamente e as mulheres cuidam das crianças e fazem com que sua casa permaneça como a religião manda.

ISLAMISMO

A religião dos muçulmanos é baseado na ligação dos seres com Allah, nome árabe de um Deus na Arábia. Allah escolheu um profeta chamado Mohammed para liderar a religião do Islamismo. Seus ensinamentos são bastante conhecidos. Mohammed era uma pessoa muito bem sucedida na vida até que ele tornou sua vida para a meditação e reza. Durante a sua peregrinação o Arcanjo Jibriel, também conhecido por Gabriel, vititou Mohammed e passou mensagens divinas, que ele escreveu em um livro chamado Kora.

KABBALAH

Kaballah é uma filosofia de vida e é baseada no lado místico dos judaicos. A idéia é que as pessoas expressem o amodivino cada dia de suas vidas. Algumas pessoas pensaram que esses ensinamentos foram revelados para Adam, enquanto outros acreditaram que esses ensinamentos foram secretamente ditos por Moisés no Monte Sinai quando ele recebeu Torah e os dez mandamentos.

HINDUISMO

Uma das religiões mais antigas do mundo é o Hinduismo. Eles acreditam que nós temos muitas vidas diferentes, e que nós aprendemos lições espirituais através da nossa experiência na terra. Acreditam em karma, que é um sistema que cada ação feita aqui na terra será refletida de alguma forma no nosso futuro. A pessoa comete um ato bom ou ruim, não parece ter resultado imediatamente no presente, mas no futuro seus atos irão refletir em coisas boas ou ruins.

TAOISMO

No coração dos chineses está o balanço entre o Yin e Yang, as forças positivas e negativas da criação. Eles procuram sentir a paz e a calma, independente do que está acontecendo em suas vidas. O livro do I CHING explica como tudo está ligado no mundo.

ZOROASTRIANISMO

Os seguidores do profeta Zoroaster são conhecidos como os fundadores dessa religião. Eles fugiram da perseguição pelos muçulmanos para a Índia. Eles

acreditam que o mais importante é tomar responsabilidade pelos nossos atos. Dizem que depois que morremos, nossa consciência será levada para a ponte da justiça. De lá, nós somos mandados para o paraíso ou para a casa da mentira.

KWANZA

É uma religião africana e é baseada em sete leis que ensinam como viver na comunidade com suas famílias e amigos, como trabalhar, criatividade e fé em Deus. Nas tradições da África, Deus é visto como o pai e a mãe do Universo. As pessoas acreditam que Deus está em tudo, por isso os africanos tem grande interesse na natureza.

Reiki tem alguma coisa a ver com Talismãs?

TALISMÃS são objetos de proteção, imantados de força magnética, ao qual se atribui um poder sobrenatural de realização dos desejos do usuário. Muitas vezes aparentemente funcionais ou decorativas, como cálices (graal), adagas (wicca), esculturas, gravuras ou máscaras, estes objetos podem ser poderosos.

Os símbolos do Reiki são amuletos?

AMULETOS são objetos consagrados através da magia que devem ser usados junto ao corpo (anéis, correntes, medalhas). Imantados com uma força mágica de proteção para o usuário. O significado e poder místico estão ligados com sua forma e a simbologia gravada no mesmo. Por exemplo: medalha - chapa metálica, geralmente redonda, com símbolos gravados, que é pendurada em uma corrente ao redor do pescoço. Normalmente as medalhas ou medalhões representam temas religiosos. Também são usadas para vincular o usuário ao santo ou símbolo retratado, como forma de proteção. Um objeto sagrado tem uma função (proteger, vincular, aproximar) determinada pela sua forma no plano material (gravura, anel, estátua, medalha, porta-incenso). Por outro lado, a natureza da energia que pode ser canalizada pelo objeto varia de acordo com o símbolo ou divindade que este objeto represente.

Reiki tem algo a ver com Yoga?

Pelo que eu tenho conhecimento Yoga e Reiki não tem nada a ver. Yoga é pratica corporal para equilíbrio físico, mental e espiritual, o Reiki é canalização de energia Universal Curativa que nada tem a ver com a prática da yoga. A Cirurgia Kahuna é uma pratica Havaiana e você não precisa ser necessariamente Reikiano para aprender essa técnica. Qualquer pessoa que trabalhe com energia pode usar essa técnica cirurgia espiritual. e os mantras mani e tara são mantras de yoga e não de Reiki.

Reiki tem alguma coisa a ver com as linhas geopáticas?

As linhas geopáticas são raios naturais que atravessam o manto da terra o tempo todo e em todos os lugares. Quando esses raios naturais encontram água subterrânea corrente ou certas concentrações minerais e cavidades embaixo da terra, seu comprimento de onda natural se torna distorcido e portanto nocivo à nossa saúde. Os raios nocivos da terra tem sido chamado de muitos nomes: *as Correntes Negras, Raios Cancerianos, Raios Verdes Negativos, Linhas Hartmann e Curry e Linhas Geopáticas*. Mais ou menos 4000 anos atrás, os chineses tinham o conhecimento das Linhas Geopáticas e sabiam sobre suas causas. Evitavam construir suas casas em lugares que haviam Linhas Geopáticas estressantes, checando todas as áreas usando a Radiestesia. As pessoas poderiam ser punidas se as casas fossem construídas em "Linhas de Dragões", que era como os chineses às chamavam antigamente.

O que é YANTRA?

Yantra é uma palavra sânscrita que quer dizer forma geométrica. O yantra é o desenho geométrico de um mantra utilizado para meditação e contemplação com a finalidade de levar o praticante a desobstruir bloqueios energéticos, praticar a concentração e levá-lo ao caminho espiritual.

Quando aplico passes no centro espírita, costumo aplicar os passes em movimento para que a energia não fique concentrada num mesmo lugar. Também aplico Reiki, mas sou iniciante gostaria de saber se não seria necessário depois do Reiki fazer passes longitudinais para dispersar as energias.

Existem muitos tipos de passes e em qualquer um em que você atuar com o REIKI, fará diferença para você, mas nunca para o cliente. Se você atuar num passe espiritual a pessoa que está recebendo, receberá o mesmo passe de sempre. A atuação dos espíritos através de você será apenas canal e não interfere enquanto a pessoa recebe a energia espiritual você recebe energia do REIKI. Se for passes de magnetismo a diferença para você será bem maior. REIKI faz com que a pessoa deixe de ser magnética e que ela atue assim na troca de Ki. Então você aplica REIKI e o cliente recebe REIKI. REIKI protege cada um, quem aplica e quem recebe. Então a maneira ou o local em que você escolhe para aplicar, (a casa ou outro lugar) não fará diferença. Atua apenas como aparência o movimento na essência fica assim:

Nos passes espirituais nada muda para a pessoa, muda para a proteção do aplicador.

Nos passes de magnetismo muda para os dois de forma protetora, e a situação é assim para todos os trabalhos vibracionais. O canal fica cada vez mais canal. Apenas isso, a energia ou a espiritualidade pode trabalhar com maior liberdade sem a interferência física humana. Trabalhos com passes de magnetismo e espirituais em vários lugares demonstram que há diferenças entre o antes e o depois do REIKI.

O que são passes espíritos?

Os passes espíritos são transmissões de fluidos de um ser para outro. Os fluidos são energias que fazem parte da estrutura material e espiritual dos seres. Nos centros espíritos é aconselhável que os médiuns passistas tenham uma vida regrada. Afinal, se seus fluidos estiverem contaminados por maus pensamentos ou atitudes indevidas poderão prejudicar ao invés de auxiliar quem os recebe. O passe é aplicado apenas com a imposição das mãos do passista sobre a fronte do indivíduo. Não é necessário tocá-lo. No momento do passe, o passista busca sintonia com os Espíritos superiores, geralmente através de uma prece feita de pensamento. Com isso, estes amigos espirituais poderão juntar seus fluidos aos fluidos do médium, favorecendo ainda mais quem está recebendo. A pessoa após o passe irá se sentir fortalecida e mais disposta frente aos problemas por quais passa.

Importante: o passe é um complemento espiritual, e não a solução. Para que o indivíduo possa melhorar é necessário que busque constantemente a libertação de suas imperfeições. Aqueles que buscam a casa espírita apenas para receber o passe devem ser orientados sobre a necessidade do esclarecimento através das palestras e das boas leituras.

Como é o passe no centro espírita?

É habitual ouvir falar nos «papa-passes». Nada mais é, porém, do que um paliativo, um apoio, que depende, sobretudo, da receptividade de quem o recebe e da sua capacidade de harmonizar a sua vida interior. Falamos do chamado passe, com frequência ministrado individualmente após a palestra no centro espírita.

Quem procura o centro espírita em condição de necessidade – se deprimido, angustiado ou de algum modo enfraquecido –, após ouvir a palestra de 30 minutos, raramente deixa de se incluir na fila para o passe magnético individual que se segue.

Como qualquer serviço espírita, necessariamente este também é totalmente gratuito. Nem seria preciso dizer, mas nunca é demais sublinhar.

Mas por que é que isso acontece? Porque as pessoas alimentam a esperança de que os eflúvios energéticos invisíveis saídos das mãos do passista (a pessoa que dá o passe) as vão retemperar, aliviar as tensões, reequilibrar fluidos. E assim venham a sair do centro mais fortalecidas após um cotidiano tão desgastante para tanta gente.

Mas o que é o passe magnético?

Definem-no os espíritos desencarnados como uma espécie de transfusão de energias espirituais, que são transferidas do passista para quem recebe o passe, tanto mais quanto mais este esteja numa situação de receptividade. E tudo isso através da imposição das mãos, como fazia Jesus.

Os envolvidos no passe no centro espírita são o médium-passista (uma pessoa cuja função é irradiar paz, ânimo e esperança), o espírito-passista (um técnico especializado a nível de energias espirituais) e quem recebe o passe cabe-lhe um esforço de sintonia).

Como se vê, a cada um cabem tarefas específicas. O primeiro ponto é a receptividade, a sintonia de quem recebe o passe. Não sentir nervosismo, ansiedade, tranquilizar-se, pensar no bem, não sentir quaisquer sentimentos como os de rancor, de vingança ou vaidade, ter fé na bondade de Deus, que aceita a colaboração na sua seara.

Como emitir e receber passes?

Sempre que pensamos e sentimos, estamos a movimentar energias. Cada estado de alma corresponde à emissão/absorção de um certo tipo de energia, que entra pelos centros de força espiritual («chakras»), mediante a sua natureza, incorporando-se à tessitura do perispírito (corpo espiritual) e trazem-nos estados de mau-estar ou de bem-estar. Pensamos e agimos, criando a nossa própria (in)felicidade.

Se temos dias povoados de pensamentos desordenados e de uma afetividade descontrolada, é natural que como resultado as nossas energias espirituais entrem em circuitos de degradação, com os seus efeitos indesejáveis na vida interior, necessitando de compensações.

Ao ser constituída uma equipe de passistas, cada elemento desse grupo recebe noções teóricas sobre a aplicação do passe.

O que é passes padronizados?

Como o centro espírita deve ser organizado, a orientação equilibrada é a do passe padronizado. Mas passe padronizado é apenas o passe uniformizado, aplicado da mesma maneira por todos os elementos da equipe de passes. É uma questão de disciplina e de coerência.

Dado os excessos, infelizmente mais comuns do que seria de desejar, de gesticulação e de outros atavismos como estalados de dedos, sem referência experimental e muito menos científica, o melhor passe padronizado, a nosso ver, é sobretudo e apenas a imposição das mãos, sem tocar na pessoa que vai receber o passe. Isso e o resto apenas porque o que funciona na verdade é a mente.

O que é passe coletivo?

Quando a equipe do passe magnético é de pequeno número face à multidão que o procura, sem qualquer prejuízo para os eventuais beneficiados, recorre-se ao passe coletivo. Uma vez que o principal neste processo de ajuda espiritual é a sintonia do candidato a receber o passe, os próprios espíritos-passistas durante a palestra ministram bênçãos fluídicas a quem estiver nas condições necessárias para participar na ocorrência deste fenómeno enquanto beneficiado.

O apoio espiritual prestado com o passe deixa de ser necessário quando os pensamentos e as atitudes de todos nós tomarem um rumo predominantemente equilibrado.

Ha necessidade do passe?

Assim, o curso das energias que movimentamos inconscientemente tornar-se-á normal, afetivamente compensador, evitando degradações e incidências desajustadoras do corpo espiritual.

Esse paliativo — o passe- magnético — será dispensável, uma vez que os sentimentos e ideias construtivas predominarão em quem trabalhar nesse sentido, ordenando e compensando desgastes e desequilíbrios energéticos ou, por outras palavras, fruindo de um bem-estar interior capaz de propiciar uma vida edificante, alicerçada no bem.

"Passes"

"E rogava-lhe muito, dizendo: Minha filha está moribunda; rogo-te que venhas e lhe imponhas as mãos para que sare, e viva" - Marcos 5: 23.

"Jesus impunha as mãos nos enfermos e transmitia-lhes os bens da saúde. Seu amoroso poder conhecia os menores desequilíbrios da Natureza e os recursos para restaurar a harmonia indispensável.

"Nenhum ato do Divino Mestre é destituído de significação. Reconhecendo essa verdade os apóstolos passaram a impor as mãos fraternas em nome do Senhor e tornavam-se instrumentos da Divina Misericórdia.

"Atualmente, no Cristianismo redivivo, temos, de novo, o movimento socorrista do Plano Invisível, através da imposição da mãos. Os passes, como transfusões de forças psíquicas, em que preciosas energias espirituais fluem dos mensageiros do Cristo para os doadores e beneficiários, representam a continuidade do esforço do Mestre para atenuar os sofrimentos do mundo.

"Seria audácia por parte dos discípulos novos a expectativa de resultados tão sublimes quanto os obtidos por Jesus junto aos paralíticos, perturbados e agonizantes.

"O Mestre sabe, enquanto nós outros estamos aprendendo a conhecer. É necessário, contudo, não desprezar-lhe a lição, continuando, por nossa vez, a obra de amor, através das mãos fraternas.

"Onde exista sincera atitude mental do bem, pode estender-se o serviço providencial de Jesus.

"Não importa a fórmula exterior. Cumpre-nos reconhecer que o bem pode e deve ser ministrado em seu nome."

Como é o passe e o conceito de cura?

A Organização Mundial da Saúde considera que a *saúde* é o completo bem estar físico, mental e social. Nós, espíritas, anuímos a essa definição; só que admitimos que toda doença de alguma gravidade tem uma origem espiritual. A ação

moral desequilibrada do Espírito afeta o perispírito; e estando o perispírito intimamente ligado ao corpo físico, seu desajuste vibratório afeta-o, e ele adocece. Em sua essência profunda, o *passee* é a mobilização ativa de nosso amor em favor do bem do semelhante. Jesus, o Divino Modelo, ensinou-nos a fazê-lo em diversas e bem conhecidas passagens de sua vida. Na página que fizemos figurar como introdução destes apontamentos, por exemplo, Emmanuel comenta o caso de Jairo, que procurou Jesus, movido por ardente fé, implorando pela filha, em estado de morte aparente. Atendendo-lhe ao pedido, Jesus vai até sua casa e, convocando-a à vida, restaura-lhe prontamente a saúde.

No versículo 9 do décimo capítulo de seu Evangelho, Lucas registra importante recomendação de Jesus aos discípulos: "E curai os enfermos que nela houver e dizei-lhes: É chegado a vós o Reino de Deus." Entendemos que o Mestre se reportava aqui a dois tipos de cura.

O que é JOHREI?

Johrei é uma palavra japonesa, criada por Meishu Sama, composta de dois ideogramas: "Joh" (purificar) e "Rei" (espírito). Em síntese, significa Batismo pelo Fogo; é o ato de purificar o espírito do homem pela energia do fogo, predominante na Luz do Supremo Deus. Quando o homem vive de acordo com a sua missão espiritual, respeitando as Leis da Natureza, ele acumula méritos espirituais, criando harmonia e felicidade. Porém, quando vive em desacordo com essas Leis e com a sua missão, ele acumula dívidas espirituais, criando desarmonia e infelicidade. Essas dívidas, no seu corpo espiritual, aparecem como máculas. Posteriormente, as máculas se materializam no corpo físico do homem, em forma de impurezas e toxinas. Enquanto existirem máculas no seu corpo espiritual, o homem não poderá evoluir espiritualmente nem harmonizar sua vida. O Johrei, baseado nas Leis da Natureza, foi criado por Meishu-Sama para ampliar a força de recuperação natural do homem, eliminar as suas máculas espirituais e restabelecer na sua vida a harmonia original. No ato sagrado do Johrei, Deus estabelece com o homem um especial estado de união. Na condição de canal da Luz Divina, o messiânico qualifica-se para ministrar Johrei em qualquer lugar onde se encontre, transmitindo a Luz de Deus para o seu semelhante e, também, para si próprio através do auto-Johrei. Evitamos falar sobre as diferenças de ambas as técnicas, inclusive em relação ao Reiki. Tais diferenças existem e são bastante claras para o praticante de Reiki com conhecimentos sobre pelo menos uma das duas outras técnicas. Devemos lembrar as palavras do Mestre Jesus: "Conhecereis a árvore pelos frutos" Seja essa árvore o Reiki, o Passe Espiritual ou o Johrei.

Quais as técnicas denominadas pilares do Reiki?

Para a aplicação do Reiki, três técnicas denominadas "Os três pilares do Reiki" são fundamentais, segundo o Sensei Usui: **Gassho** que é uma meditação cuja finalidade é esvaziar e acalmar a nossa mente "deixar o canal livre", fortalecendo nossa conexão com a energia Reiki; **Reiji-Ho** que é uma oração para trazer a energia Reiki para dentro de nós e **Chiryō** que caracteriza a própria sessão.

Quais as técnicas ensinadas por Mikao Usui a seus alunos conhecidas como técnicas de "Reiki Tradicional Japonês" ?

KENYOKU
JOSHIN-KOKYUU-HO
GASSHO

REIJI-HO
HATSUREI-HO
HESSO-CHIRYO-HO
BYOSEN-REIKAN-HO
KOKI-HO
GYOSHI-HO
BUSHU-CHIRYO-HO ou NADETE-CHIRYO-HO
UCHIDE-CHIRYO-HO ou DASHU-CHIRYO-HO
OSHITE-CHIRYO-HO
TANDEN-CHIRYO-HO ou GEDOKU-CHIRYO-HO
CHIRYO
KETSUEKI-KOKAN-HO
15/1- ZENSHIN-KETSUEKI-KOKAN-HO
15/2- HANSHIN-KETSUEKI-KOKAN-HO
SEIKAKU-KAIZEN-HO ou NENTATSU
SHUCHU-REIKI
RENZOKU-REIKI-HO
REIKI-MAWASHI
ENKAKU-CHIRYO
JAKI-KIRI-JHOKA-HO

KENYOKU

Kenyoku significa “lavagem ou banho seco”, a pronúncia correta é “queniocú”. Também conhecida como **Saikai-Mokuuiku**. Ensinada no **Shoden**. Serve para retirar qualquer energia negativa, estagnada, absorvida em uma sessão de Reiki ou no dia-a-dia, e para nos desconectar do receptor. Pode ser utilizada antes e após a aplicação.

Muitos reikianos evitam aplicar Reiki em pessoas que consideram muito negativas. Estas pessoas acabam funcionando como verdadeiras fornecedoras de “vacinas”. A negatividade que adere à aura do reikiano acaba estimulando a sua defesa natural e, com o tempo, o terapeuta fica cada vez mais resistente.

Após uma rápida meditação **Gassho**, ficar em pé, com as plantas dos pés tocando bem o chão, corpo bem relaxado e as pernas um pouco afastadas, numa distância equivalente à largura dos ombros;

Tocar com a mão direita o ombro esquerdo, em seguida deslizar com a mão obliquamente, como se estivesse desenhando uma faixa, na direção do quadril direito;

Tocar com a mão esquerda o ombro direito, deslizando em direção ao quadril esquerdo;

Repetir o processo “b” mais uma vez;

Tocar novamente com a mão direita o ombro esquerdo, ou o meio do antebraço, deslizando rapidamente pela lateral externa, para baixo, passando a mão esquerda pelo pulso em direção a ponta dos dedos, que devem estar esticados.

Fazer o mesmo com a mão esquerda, deslizando-a rapidamente para baixo até as pontas dos dedos;

Agradecer em prece.

Esta técnica é comum dentro das artes marciais, e também é conhecida como “banho a seco”.

JOSHIN-KOKYUU-HO

Joshin significa “parte superior do corpo”, **Kokyu** significa “respiração e **Ho** significa “técnica”. A pronúncia correta é “diochímcoquiorrô”. Ensinada no **Shoden**. Proporciona auto-limpeza e purificação do corpo áurico. Serve também para energizar, acalmar os pensamentos(mente) e purificar o organismo. Purifica a circulação sanguínea e aumenta a vitalidade magnética do corpo.

Sente-se confortavelmente, lentamente desça as mãos ao colo, pousando-as relaxadamente com as palmas (em concha), viradas para cima. Procure trazer bons pensamentos à mente. Inspire calma e profundamente pelo nariz (local de absorção), visualizando a entrada de energia, na cor branca pelo Chakra Coronário;

Leve a mente até o **Tanden** (próximo ao Chakra Umbilical, aproximadamente 3 a 5cm abaixo do umbigo) e ouça sua própria respiração. Retenha a energia, segurando a respiração. Não há um tempo específico para manter a retenção, 3 ou 4 seg. é tempo suficiente. Sinta que a energia expande-se e irradia-se para todos os órgãos, para cada célula do corpo;

Ao expirar (pela boca, de preferência), imagine estar liberando o ar também pelos chakras das mãos, pontas dos dedos e chakras dos pés.

É importante mentalizar que o ar inspirado pelas narinas vai até o **Tanden** e que, em seguida, a energia se expande, saindo pela boca e extremidades dos pés e das mãos, vitalizando e limpando o corpo para que nos tornemos um canal limpo de energia Reiki.

Tempo ideal: 10min.

GASSHO

Gassho significa “duas mãos se juntando, unidas ou em prece”. A pronúncia correta é “gáshô”. Ensinada no **Shoden**. É colocar-se num estado receptivo para ouvir o Criador, promovendo um centramento, levando-nos em direção ao vazio.

Sente-se o mais ereto possível, é bom apoiar as costas e relaxar os ombros, feche os olhos e respire profundamente três vezes;

Mantenha as mãos relaxadas e unidas em frente ao peito ou garganta, com os dedos direcionados para cima;

c- Focalize a atenção no ponto onde os dedos médios se tocam. A concentração no toque dos dedos ajudará a manter o tônus da meditação **Gassho**, sem grandes devaneios;

d- Quando sentir um bom nível de tranquilidade mental, repita pausadamente, refletindo suas palavras, os cinco princípios do Reiki (**Gokai**).

A razão de manter as mãos junto ao Chakra Laríngeo é a de que este representa o início da comunicação com o mundo espiritual, responsável pelos “insights” do reikiano ao longo da sessão. Quem preferir realizar a técnica à altura do Chakra Cardíaco deve entender a importância desse chakra. Centrar-se no Chakra Cardíaco significa abrir-se para o Amor Incondicional. O Chakra Cardíaco além de ser o mais sagrado é o mais significativo para o Reiki, é a “fábrica do Reiki”, é o centro de equilíbrio dos sete chakras principais de nosso corpo.

Tempo médio: 15 a 30 min.

REIJI-HO

Reiji significa “indicação do espírito ou intuição” e **Ho** significa “técnica”. A pronúncia correta é “leidjirrô”. Ensinada no **Shoden**. Representa a segunda etapa de um tratamento de Reiki. É preparar-se para uma aplicação de Reiki através de uma oração sincera. É um alimento para o espírito e ativa a nossa intuição. Nos ensina que devemos fazer a nossa parte e entregar a Deus o restante. Com esta técnica permitimos que o “Poder Superior” guie, por intuição, nossas mãos para agir onde for necessário.

Deixe seus afazeres por alguns minutos. Isto fará com que se torne espiritualmente receptivo. Neste período, em silêncio, faça uma meditação **Gassho**, por um minuto, em pé ou sentado se preferir, com as mãos em forma de prece, em frente ao coração, objetivando esvaziar sua mente. É no subconsciente que nossa vida se encontra, em grande parte, governada. Se você deixar cair nele uma prece no momento em que está assim de repouso, ela produzirá um efeito extraordinário. Relaxe e aprofunde-se;

Peça a seu receptor que faça também uma oração;

Faça uma prece para o receptor, pedindo por sua recuperação. A oração deve ser simples, direta, espontânea, compreendida, acreditada, curta, consciente, inteligente, definida e positiva. Peça proteção e visualize você e o cliente envoltos em luz;

Quando sentir a conexão, agradeça a energia Reiki, pedindo que flua livremente através de você, como canal de aplicação, coloque as mãos em frente ou pouco acima do chacra frontal. Faça uma invocação. Invoque a “Sabedoria Infinita” para que o oriente na melhor maneira de usar o Reiki. Peça que o Poder Superior, através da energia do Reiki, o utilize como canal, guie suas mãos aos locais mais debilitados;

Inicie a aplicação de Reiki no receptor, permanecendo o mais receptivo e relaxado possível. Fique atento às experiências e “insights”, tendo como finalidade aperfeiçoar sempre o tratamento.

HATSUREI-HO

Hatsurei-Ho significa “emanar a Energia Universal”. A pronúncia correta é “ratsuleirrô”. É um conjunto de técnicas que busca alcançar a auto purificação e elevar o padrão vibratório do reikiano. Ensinada no **Okuden**. É o conjunto das técnicas: **Kenyoku**, **Joshin-Kokyu-Ho**, **Gassho** e **Reiji-Ho**.

Sentado ou em pé em uma posição confortável;

Faça a técnica de limpeza **Kenyoku**;

Busque a postura que mais lhe convenha. É importante fechar os olhos levemente e se concentrar no **Tanden**. As mãos devem ser colocadas no regaço, com as palmas para cima;

A etapa subsequente visa purificar o corpo e a mente através do **Joshin-Kokyu-Ho**. Esta técnica visa também a conexão com a energia Reiki. Colocando as mãos em frente ao corpo (pode levantar um pouco as mãos), é possível sentir o fluxo da energia Reiki vibrando no interior do corpo;

Faça uma meditação **Gassho**;

Depois da meditação, pratique **Reiji-Ho**, uma oração silenciosa pedindo ao Poder Superior para Trabalhar com a energia divina;

Ainda com as mãos em prece, leve sua consciência para a região **Tanden**. Imagine que a energia que ficou concentrada na região **Tanden** está saindo fortalecida a partir da ponta dos dedos de ambas as mãos. Esta prática de concentração mental desenvolve o poder intuitivo e a receptividade. É como se a respiração estivesse sendo feita nas palmas das mãos. Esta técnica eleva muito a consciência;

Conclua com uma oração silenciosa de agradecimento para finalizar o processo (**Mokunen**). Terminada a oração leve as mãos ao regaço e abra os olhos.

A meditação Hatsurei-Ho é uma das Pérolas do Reiki, criada para ajudar o desenvolvimento espiritual e humano do praticante.

Hatsurei-ho é um método para gerar grandes quantidades de energia Reiki, o que facilita o crescimento espiritual. Quando usada em grupo, essa técnica é

chamada de Shuyo-ho. É uma técnica que purifica o corpo energético e cultiva um crescimento no fluxo de Reiki. Combina autocura, meditação e técnicas respiratórias, e era ensinada no segundo nível (okuden). Hatsu significa “gerar alguma coisa”, Rei significa espírito ou alma, e Ho significa tratamento, método ou caminho. Esta é uma das técnicas que foram utilizadas por Usui. A meditação Hatsurei-Ho é uma das Pérolas do Reiki. Faz parte dos ensinamentos originais de Mikao Usui e foi criada para ajudar o desenvolvimento espiritual e humano do praticante assim como para fortalecer o "canal condutor" de Reiki. Sabe-se hoje que esta prática é um dos pilares do Reiki de Usui (Usui Reiki Ryoho) e é composta por diversas fases, recebendo os praticantes de Reiki numa delas o Reiju, ou seja, a sintonização com o Reiki que Usui dava aos seus alunos e que foi a "mãe" das hoje designadas iniciações. A meditação Hatsurei-Ho, no Usui Reiki Ryoho começava através do canto de Gyosei (poemas) do Imperador Meiji, sendo recitados ou cantados de uma maneira muito específica. O cântico, a cadência e o ritmo ajudavam a desenvolver uma consciência atenta e a purificar a mente para a Hatsurei-Ho. Contudo, este não é um passo obrigatório para a prática desta técnica.

O *Hatsurei-ho* é uma técnica valiosíssima para o crescimento do reikiano, e eu recomendo sua prática diária. Através dele, um contato cada vez mais íntimo é travado com a energia, e seu fluxo se torna mais e mais intenso - o que traz consequências marcantes tanto na prática do Reiki quanto em nosso dia a dia, e em nossas vidas.

HESSO-CHIRYO-HO

Hesso significa “umbigo”, **Chiryô** significa “tratamento” e **Ho** significa “técnica”. A pronúncia correta é “ressôchiliôrrô”. É a técnica de aplicação de Reiki pelo umbigo.

Coloque o dedo médio de sua mão dominante dentro do umbigo, pressionando-o levemente por alguns minutos até sentir a pulsação, relaxamento e equilíbrio. É importante que a pressão seja suave;

Para ajudar a concentrar-se, feche os olhos e sinta a energia Reiki saindo pelo dedo médio e se espalhando por todo o corpo. Permanecendo no mínimo 3 min. nessa posição.

Esta técnica é usada principalmente para relaxamento e auto aplicação.

Uma forma alternativa é colocar a mão a cerca de 5cm acima do umbigo, focalizando a emissão do Reiki para dentro do corpo.

BYOSEN-REIKAN-HO

Byo significa “enfermidade ou doença”, **Sen** significa “linha desenhada”, **Reikan** significa “sensação” e **Ho** significa “técnica”. A pronúncia correta é “biozenreicanrô”. Ensinada no **Shoden**. Poderia ser traduzida como “sentir a linha da doença” ou se quiser utilizar uma linguagem mais moderna, “escaneamento”. Baseia-se na intenção para detectar as áreas em que o receptor esteja precisando de energia Reiki.

Coloque a mão não-dominante a uma distância de uns 30cm do chacra coronário do receptor, transferindo sua consciência para a sua mão, em seguida, aproxime-se até cerca de 8 a 10cm da pele, região onde a aura é mais densa (comparada às camadas mais sutis);

Movimente a mão, lentamente, corpo abaixo, em direção aos pés. Procure manter uma distância da pele do receptor de 5 a 30cm, percebendo a energia do mesmo, além de seu corpo. Mantenha um estado mais receptível possível para as impressões que você possa captar. Em todo o percurso, sinta as mudanças, perceba os bloqueios. Uma vez determinado onde se encontravam, as “variações” ou “mudanças e diferenças” registradas pela sensibilidade da mão, você terá

indicadores para direcionar com mais intensidade sua atenção. Havendo alguma mudança, é nessa área que a pessoa estará precisando de mais energia;

Completada a avaliação da cabeça aos pés, volte a posição inicial, no topo da cabeça, para mais um ciclo de um total de três. Três avaliações permitirão a você associar idéias importantes. Caso não perceba grandes bloqueios não há necessidade de pedir à pessoa para virar de costas;

Canalize a energia nos pontos indicados até sentir que o fluxo energético diminui de intensidade. Descubra quais são suas prioridades e diga não ao resto. É conveniente fazer um novo escaneamento para verificar se o tratamento está completo. É provável que você encontre uma ou mais áreas não detectadas no primeiro escaneamento. Caso isso ocorra, aplique Reiki no local, até harmonizar o fluxo energético. A técnica **Byosen-Reikan-Ho** é muito eficaz para evitar a reincidência de doenças, pela eliminação de sua contra-parte etérica;

Pode ser usada também como auto-aplicação.

Byosen Reikan-ho é o método usado para sentir desequilíbrios energéticos com suas mãos, segundo a definição trazida a nós por Mikao Usui. As palavras Byosen Reikan significam algo como “a energia da doença”, e a capacidade de captá-la depende muito do estágio em que o desequilíbrio energético se encontra e da sensibilidade da pessoa. Traduzindo mais estritamente as palavras, chegaríamos a algo como “a sensação energética da doença”. Byo significa “doença, estado doentio” e Sen significa “anterior, precedência”. Rei significa “energia, espírito” e kan significa “emoção, sentimento, sensação”. Esta é uma técnica originalmente ensinada por Usui, e pode ser aplicada a você ou a outras pessoas. Quando detectar um *Byosen*, você terá sensações como pulsação, atração, repulsão, dor, densidade, calor, frio, e assim por diante. Isso é uma reação bastante pessoal. Essas sensações são denominadas “*Hibiki*”. Onde a doença se apresentar existirá o *Byosen*, mesmo que o paciente não esteja ciente da condição física. Se você sentir um *Byosen* no corpo de alguém e trabalhar nele até que desapareça, a doença relacionada (ou potencial doença) irá ser completamente curada ou nem mesmo se manifestará no nível físico. É importante notar que o *Byosen* pode aparecer em um lugar obviamente relacionado com a doença, mas por vezes ele desponta em lugares aparentemente totalmente desvinculados. Alguns exemplos disso seriam, por exemplo, o fato de doenças estomacais freqüentemente manifestarem *byosens* na testa, problemas de pele aparecerem sob o nariz, problemas no pâncreas surgirem nos olhos, e assim por diante. Aqueles que tiverem noções de acupuntura ou do-in poderão entender isso melhor. O *ki* percorre alguns caminhos conhecidos dentro de nosso corpo, e o desequilíbrio (seja decorrente de algum bloqueio ou excesso de estimulação) em algum ponto desse “circuito” normalmente desencadeia reações nos pontos seguintes aquele onde ocorreu o desequilíbrio. A habilidade de sentir um *Byosen* varia muito de pessoa para pessoa. Alguns alunos irão imediatamente detectá-los, outros levarão algum tempo para desenvolver essa habilidade. Qualquer um pode desenvolver essa habilidade uma hora ou outra, praticando o *Hatsu Rei-ho* diariamente e aplicando *Reiki* em si mesmo e nos outros. Para os ocidentais que já leram sobre *Reiki* ou já trabalham com *Reiki*, esta técnica pode parecer estranha, talvez devido ao fato de que todos sabemos que a energia se dirige para onde é necessária, contudo, se colocarmos as mãos no local onde é efetivamente necessária, a sua atuação será mais rápida, pois terá de percorrer um caminho mais curto e chegará de maneira integral ao local. Foi com esse objetivo que o Usui desenvolveu esta técnica. Consta que o *Byosen* era realizado no início e no fim de um tratamento; no princípio para encontrar as áreas problemáticas, e no fim para reequilibrar a aura. O *Byosen* é um método que se desenvolve com a prática e com o tempo, ajudando-nos depois, a desenvolver o *Reiji-Ho*.

KOKI-HO

Koki significa “soprar” e **Ho** significa “técnica”. A pronúncia correta é “coquirrô”. Ensinada no **Shoden**. Esta técnica utiliza-se preferencialmente do ar fresco e da respiração em conjunto com o símbolo Choku-Rei. Seu efeito é refrigerante, calmante, funciona como um poderoso recurso de dispersão. Uma camada fluídica nociva sempre fica agregada à áreas problemáticas do corpo. Sua retirada facilita a ação das energias benéficas transmitidas pelo reikiano. Recomenda-se **Koki-Ho** em casos de dores em geral.

Inspire o ar fresco pelo nariz. Pelas narinas filtramos, aquecemos e umidificamos o ar. Os nadis de absorção de Prana, estão conectados às narinas;

Imagine o ar inspirado entrando pelo Chakra Coronário descendo para o abdômen até o **Tanden** (três dedos abaixo do umbigo). Prenda a respiração e no céu da boca, desenhe o símbolo Choku-Rei ou qualquer outro símbolo que sua intuição indicar que seja necessário à aplicação, mentalizando o mantra três vezes;

Com os lábios posicionados como se estivesse assobiando, assopre com rapidez e vigor sobre a parte que deseja atuar, como se fosse para apagar uma vela à distância, imaginando que o símbolo está sendo expirado no local tratado;

Repita o processo quantas vezes achar necessário, lembre-se sempre que essa técnica é poderosa. Pode ocorrer o aquecimento da respiração, a exemplo do que ocorre com as mãos.

O motivo de imaginarmos o ar penetrando pelo Chakra Coronário é que temos um “cordão espiritual” que nos liga ao “Eu Superior”. Conhecido como “ pilar de luz” na Cabala e como “antakarana” em sânscrito, que quer dizer “ponte espiritual de luz”, por onde penetra a Energia Universal utilizada no Reiki. Essa energia sofre o adensamento no Chakra Cardíaco, o que permite sua utilização em tratamentos.

A técnica **Koki-Ho** deve ser executada a uma distância entre 30cm e 1m do receptor, podemos reduzir a distância em regiões mais acessíveis como os olhos, cabeça, dedos e braços, por exemplo. Neste caso as expirações devem ser mais curtas e sucessivas, como se estivéssemos limpando a lente de um óculos.

A técnica **Koki-Ho** é recomendada, com grande eficácia, em receptores que tenham alguma manifestação mediúnica durante a sessão de Reiki, e demorem a sair do estado de torpor em que muitos ficam após tal ocorrência. Nestes casos, devemos levantar os braços, afastar ligeiramente as pernas e “vestir” o ideograma central (**Koo**) do símbolo **Dai Koo Myo**, que significa **Hikari** ou Luz. Visualizamos os ideogramas do Sol e da Lua (**Myo**), cada um sob nossos pés e o ideograma superior (**Dai**) sobre nossa cabeça. neste momento. Inspiramos e retemos o ar rapidamente nos pulmões. O sopro é direcionado, com bastante vivacidade, ao Chakra Frontal do receptor, entre os olhos, ou a um dos ouvidos, onde há um chakra que leva à glândula pineal (espiritual), devemos tomar cuidado para que o receptor não venha a desequilibrar-se e cair.

Com a técnica **Koki-Ho** retiramos provisoriamente o obsessor, porém é necessário que tanto obsessor como o obsediado sejam doutrinados. A técnica **Koki-Ho** pode ser utilizada à distância, em fotografias, após traçar o símbolo **Hon-Sha-Ze-Sho-Nen**. Neste caso tratamos o corpo todo com um só sopro.

Não é recomendável utilizar essa técnica em pessoas portadoras de tuberculose avançada. O cliente poderá não suportar a crise de catarse inicial.

GYOSHI-HO

Gyoshi significa “fixar o olhar” e **Ho** significa “técnica”. A pronúncia correta é “guioshirrô”. Ensinada no **Shoden**. Permite aplicar Reiki com os olhos.

Afaste, delicadamente, como na meditação **Gassho**, quaisquer pensamentos que surgirem em sua mente. Deixe-a desocupada para que o processo flua adequadamente. Utilize o **Reiji-Ho** e o escaneamento **Byosen** ou mesmo a informação da queixa do receptor. Também pode deixar que sua intuição decida para onde deve enviar a energia Reiki.

Olhe para área receptora. Entretanto é necessário aprender a “olhar”. É preciso manter os olhos relaxados, não buscando focalizar a imagem, nem concentrar o foco visual ou olhar fixamente. Na verdade é como se não olhasse concretamente para a pessoa. Simplesmente direcione o olhar à área a ser trabalhada “deixe a imagem vir até você”. É um olhar “desfocado”, leve e suave utilizando a visão periférica.

Assim como na técnica **Koki-Ho** o olhar pode ser direcionado para a coluna vertebral, podendo combinar o sopro como olhar, enquanto o reikiano move os dedos para baixo ao longo da coluna, mantendo-a entre os dedos, usa o sopro e a visão para acompanhar a aplicação. O processo deve ser repetido três vezes. Proteja-se antes de aplicar essa técnica.

BUSHU-CHIRYO-HO ou **NADETE-CHIRYO-HO**

Bushu significa “acariciar com as mãos”, **Chiryo** significa “tratamento e **Ho** significa “técnica”. A pronúncia correta é “buchúchilliorrô”. **Nadete** significa “massagear”. Ensinado no **Okuden**. Estimula a região da aplicação, através da fricção ou massagem com as mãos.

É utilizada principalmente na parte superior e inferior das omoplatas, costas e ambos os lados da coluna, nos braços (dos ombros até às pontas dos dedos) e do quadril para os dedos dos pés, podendo ser utilizada em outra região debilitada como um joelho. Nas costas o movimento deve ser vertical e nunca de baixo para cima (sentido pernas para cabeça).

O toque carinhoso com massagem trás alívio, conforto e libera a tensão pela descontração dos nervos e músculos que estão impedindo o fluxo de energia, espalhando um bem estar por todo o corpo.

UCHIDE-CHIRYO-HO ou **DASHU-CHIRYO-HO**

Uchide significa “bater com a mão”, **Chiryo** significa “tratamento” e **Ho** significa “técnica”. A pronúncia correta é “itidêtiirrô”. **Da** significa “bater” e **Shu** significa “mão”. Ensinada no **Okuden**. É uma técnica de tratamento por percussão, estimula a superfície das partes paralizadas ou adormecidas, “acordando” as células, tornando-as mais receptivas e permitindo uma absorção melhor da energia Reiki. É muito utilizada em músculos atrofiados e entorpecidos. Há duas técnicas de **Uchide-Chiryo-Ho**. Numa delas bate-se com as mãos em concha. Na outra, as mãos em punho dão “marteladas”, mais comumente na região glútea e no quadril. No Japão eles batem nos braços e nas costas com ambas as mãos, fortemente, mas não a ponto de machucar ou gerar dor, imaginando que o Reiki penetra profundamente com as batidas.

O Sensei **Usui** costumava, ao final de uma sessão ou de um transbordamento emocional do cliente (choro, lágrimas), bater, levemente, com afeição, duas ou três vezes nas costas, ombros ou parte posterior da cabeça, para estimular a saída da situação de disfunção, pensando ou falando em voz audível: “Agora está tudo bem” ou “Não tenha mais preocupações”.

Não se recomenda aplicar essa técnica em pessoas que apresentam osteoporose, hemorragia, fraturas de costelas, áreas dolorosas.

OSHITE-CHIRYO-HO

Oshi significa “empurrar”, **Te** significa “dedo”, **Chiryo** significa “tratamento” e **Ho** significa “técnica”. A pronúncia correta é “ochitêchiliorrô”. Também conhecida como **Oushu-Chiryo-Ho**. **Ou** significa “empurrar” e **Shu** significa “mão”. Ensinada no **Okuden**. Aplica-se Reiki pressionando a parte enferma com a ponta dos dedos das mãos. É usada principalmente em regiões de estagnação de energia ou dor física, provocando a dispersão da dor. Podemos usar ligeiramente o peso de nosso corpo para evitar fazer força, cuidando sempre para não gerar dor no cliente em nenhum momento. Procura-se visualizar a saída do Reiki pelas extremidades.

O Sensei **Usui**, em casos de deficiência de fluxo energético, recomendava a utilização de um “mudra” para tonificar e energizar. Ele ensinava seus alunos a captarem a energia com uma das mãos, com todos os dedos juntos apontados para cima, e a emitir com a outra para manter a energia mais “fluídica” (densa). A mão emissora mantinha a posição de um poderoso “mudra”, com os dedos anelar, médio e polegar unidos e o indicador e o mínimo esticados, mantendo um ângulo reto com os outros, tornando a energia mais forte e dirigida, como se fosse um “lazer” direcionando a energia a uma região problemática do receptor.

Cada um dos cinco dedos está afeto a um dos cinco elementos da natureza, a um dos sete chacras e, tem condição de canalizar, através dos pequenos chacras das extremidades, energia correlatas a esses elementos. Conforme o esquema abaixo:

Polegar	Indicador	Médio	Anelar	Mínimo
Fogo	Ar	Éter	Terra	Água
Plexo-solar	Cardíaco	Frontal	Básico	Umbilical

TANDEN-CHIRYO-HO ou GEDOKU-CHIRYO-HO

Tanden significa “abaixo do umbigo”, **Chiryo** significa “tratamento” e **Ho** significa “técnica”. A pronúncia correta é “tandenchiliorrô”. Também conhecida como **Gedoku-Chiryo-Ho** a pronúncia correta é “guedocúchiliorrô”. **Gedoku** significa “veneno ou toxina”. Ensinada no **Shoden**. É uma técnica para desintoxicar através do ponto **Tanden**.

Devemos começar com uma variação do **Nentatsu**, durante 1 ou 2min, para desintoxicação, feita com uma das mãos no Chakra Frontal e outra no ponto **Tanden**;

Pedimos mentalmente neste estágio, que as toxinas sejam repelidas do corpo pela energia Reiki;

Em seguida a mão que está Chakra Frontal é retirada e colocada no dorso (costas) ou sobre a outra, na altura do ponto **Tanden**, por um período de 10 a 30min.

Esta técnica é eficaz nos casos de intoxicação medicamentosa, alimentar ou doenças da pele.

CHIRYO

Chiryo, terceiro pilar do Reiki, significa “tratamento”. A pronúncia correta é “chiliô”. Ensinado no **Shoden**.

Certifique-se de que telefones e celulares não podem ser ouvidos. Para evitar a impaciência, não trabalhe com fome e com sede. Não esqueça de relaxar e

Seikaku significa “caráter”, **Kaizen** significa “melhorar” e **Ho** significa “técnica”. A pronúncia correta é “seicácucáizenrrô”, também conhecida por **Nentatsu**. **Nen** significa “pensamento” e **Tatsu** significa “atingir”. O Sensei **Doi Hiroshi** denomina esta técnica de **Seiheki-Chiryô-Ho**. Ensinada no **Shoden**. Esta técnica nos ajuda a desenvolver uma atitude positiva perante a mais difícil situação.

Coloca-se uma mão no Chakra Frontal e a outra na nuca, enviando Reiki para o subconsciente;

Devemos usar pensamentos para enviar mensagens silenciosas ao subconsciente do receptor ou afirmações em voz alta visando nossa meta;

Por ser uma técnica de transmissão de mensagens, recomenda-se sua aplicação sempre, em qualquer tipo de tratamento por 1 ou 2 minutos. Devemos fazer uso da intuição;

Ao final da sessão, retiramos a mão do Chakra Frontal e aplicamos Reiki somente na parte superior da cabeça. nesse estágio final não deve ser transmitida nenhuma mensagem.

Esta técnica pode ser aplicada em si mesmo e em outra pessoa. Ao aplicar em outra pessoa, tenha certeza de que a mensagem enviada é exatamente o que o receptor deseja. É melhor e mais eficiente transmitir mensagens curtas em diversas aplicações do que enviar uma mensagem longa.

SHUCHU-REIKI

Shuchu significa “concentrar”. É o Reiki em grupo. A pronúncia correta é “chutíuleiki”. Ensinado no **Shoden**. Esta técnica reduz o tempo da sessão, amplia a energia, criando uma onda de energia onde todos contribuem positivamente.

Reuna dois ou mais reikianos;

O receptor fica no centro do grupo apenas recebendo energia, relaxado, fazendo algumas respirações profundas;

Os demais membros posicionam-se ao redor, cada um em uma determinada posição;

Quando o líder mudar a posição, os demais também o fazem. O líder deverá consultar os demais, através do olhar ou sinais previamente combinados;

Havendo mais pessoas que posições, os demais tocam os ombros dos que estão na frente, transferindo energia a eles.

RENZOKU-REIKI-HO

Renzoku significa “maratona”. A pronúncia correta é “renzocúleikirrô”. É uma técnica na qual cada reikiano, ou grupo de reikianos, fica responsável por um turno, num período prolongado de tratamento. Ocorre um revezamento para que o cliente não fique um minuto sequer sem Reiki. É recomendado em casos de acidentes, onde o acidentado necessita de uma grande quantidade de energia para se recuperar e até sobreviver, em casos mais graves.

REIKI-MAWASHI

Mawashi significa “círculo ou corrente”. A pronúncia correta é “mauáshi”. Ensinada no **Shoden**. Trata-se de uma prática de Reiki em grupo, segundo a qual é criada uma onda de energia em que todos são beneficiados. É uma técnica de auto-tratamento em grupo, na qual todos são doadores e todos são receptores.

Pede-se que um toque o outro, um com as mãos sobre os ombros do outro e com um último fechando a corrente, objetivamos que a energia Reiki gerada por todos não fique em circuito aberto, para que todos aproveitem melhor a energia de todo o grupo. Quando nos reunimos para realizar essa prática, podemos

Seikaku significa “caráter”, **Kaizen** significa “melhorar” e **Ho** significa “técnica”. A pronúncia correta é “seicácucáizenrrô”, também conhecida por **Nentatsu**. **Nen** significa “pensamento” e **Tatsu** significa “atingir”. O Sensei **Doi Hiroshi** denomina esta técnica de **Seiheki-Chiryô-Ho**. Ensinada no **Shoden**. Esta técnica nos ajuda a desenvolver uma atitude positiva perante a mais difícil situação.

Coloca-se uma mão no Chakra Frontal e a outra na nuca, enviando Reiki para o subconsciente;

Devemos usar pensamentos para enviar mensagens silenciosas ao subconsciente do receptor ou afirmações em voz alta visando nossa meta;

Por ser uma técnica de transmissão de mensagens, recomenda-se sua aplicação sempre, em qualquer tipo de tratamento por 1 ou 2 minutos. Devemos fazer uso da intuição;

Ao final da sessão, retiramos a mão do Chakra Frontal e aplicamos Reiki somente na parte superior da cabeça. nesse estágio final não deve ser transmitida nenhuma mensagem.

Esta técnica pode ser aplicada em si mesmo e em outra pessoa. Ao aplicar em outra pessoa, tenha certeza de que a mensagem enviada é exatamente o que o receptor deseja. É melhor e mais eficiente transmitir mensagens curtas em diversas aplicações do que enviar uma mensagem longa.

SHUCHU-REIKI

Shuchu significa “concentrar”. É o Reiki em grupo. A pronúncia correta é “chutíuleiki”. Ensinado no **Shoden**. Esta técnica reduz o tempo da sessão, amplia a energia, criando uma onda de energia onde todos contribuem positivamente.

Reuna dois ou mais reikianos;

O receptor fica no centro do grupo apenas recebendo energia, relaxado, fazendo algumas respirações profundas;

Os demais membros posicionam-se ao redor, cada um em uma determinada posição;

Quando o líder mudar a posição, os demais também o fazem. O líder deverá consultar os demais, através do olhar ou sinais previamente combinados;

Havendo mais pessoas que posições, os demais tocam os ombros dos que estão na frente, transferindo energia a eles.

RENZOKU-REIKI-HO

Renzoku significa “maratona”. A pronúncia correta é “renzocúleikirrô”. É uma técnica na qual cada reikiano, ou grupo de reikianos, fica responsável por um turno, num período prolongado de tratamento. Ocorre um revezamento para que o cliente não fique um minuto sequer sem Reiki. É recomendado em casos de acidentes, onde o acidentado necessita de uma grande quantidade de energia para se recuperar e até sobreviver, em casos mais graves.

REIKI-MAWASHI

Mawashi significa “círculo ou corrente”. A pronúncia correta é “mauáshi”. Ensinada no **Shoden**. Trata-se de uma prática de Reiki em grupo, segundo a qual é criada uma onda de energia em que todos são beneficiados. É uma técnica de auto-tratamento em grupo, na qual todos são doadores e todos são receptores.

Pede-se que um toque o outro, um com as mãos sobre os ombros do outro e com um último fechando a corrente, objetivamos que a energia Reiki gerada por todos não fique em circuito aberto, para que todos aproveitem melhor a energia de todo o grupo. Quando nos reunimos para realizar essa prática, podemos

mentalmente ligar pessoas ausentes que estejam enfermas, pois elas receberão à distância a energia gerada pelo grupo.

ENKAKU-CHIRYO

Enkaku significa “distância” e **Chiryo** significa “tratamento”. A pronúncia correta é “encacúchiliô”. Ensinada no **Shoden**. Também conhecida como **Sashin-Chiryo**. **Sashin** significa “fotografia”. Consiste em enviar Reiki à distância utilizando-se apenas o nome ou a foto do receptor, formando uma “ponte de luz” que atinge em cheio, um ponto previamente determinado.

Utiliza-se uma foto ou um papel com o nome do receptor e outros dados necessários (o maior nº possível de informações sobre a pessoa);

Coloca-se em seguida, a foto ou papel na mão e desenha-se, acima, o símbolo **Hon-Sha-Ze-Sho-Nen** seguido pelo símbolo **Sei-He-Ki**;

Antes de desenhar o símbolo **Choku-Rei** afirme três vezes que a energia seguirá para a pessoa em questão. Não esqueça de repetir os mantras três vezes.

JAKI-KIRI-JHOKA-HO

Jaki significa “energia negativa do corpo”, **Kiri** significa “cortar”, **Jhoka** significa “limpeza” e **Ho** significa “técnica”. A pronúncia correta é “diáquiquilidiôcarrô”. Ensinada no **Shoden**. É usada para retirar a energia negativa ou miasmas, cortar ondas negativas fixadas à muito tempo, purificar ou harmonizar algo.

Faça uma meditação **Gassho** por alguns momentos, seguida de uma oração **Reiji-Ho**;

Pegue o objeto que irá tratar, purificar. Se for pequeno coloque-o em uma das palmas das mãos. Se for grande fique de pé à sua frente;

Faça uma respiração profunda, concentre a energia no ponto **Tanden** e, enquanto segura a respiração, dê três golpes sobre o objeto de dentro para fora com movimentos rápidos, numa distância de 2 a 5cm acima do objeto. Só então solte o ar. O 3º golpe deve terminar em cima do objeto. Após isso energize-o aplicando Reiki, usando o símbolo **Choku-Rei**. Deste modo você estará neutralizando a energia negativa e substituindo-a pela energia Reiki.

Esta técnica pode ser utilizada com objetos bem grandes como casas, bastando usar os símbolos **Dai-Koo-Myo** e **Hon-Sha-Ze-Sho-Nen** e imaginar que você está fazendo os cortes acima do objeto. Em seguida é preciso energizar o objeto com o Reiki à distância usando a técnica da redução.

De acordo com Sensei **Aoki**, se você não prende a respiração ao longo dos 3 “cortes”, corre o risco de contaminar-se com a energia negativa que está transmutando.

Quais as Formas de Utilizar o Reiki Após o Nível 2?

Reiki a distância: mínimo 15 minutos, tempo ideal 30 minutos.

1. Sente em uma posição confortável e comece uma sessão em si mesmo. O praticante se imagina fazendo as posições na pessoa receptora. Repita a cada 5 minutos os símbolos na ordem: 3, 2, 1.

2. Imagine a pessoa entre as suas mãos. Repita a cada 5 minutos os símbolos na ordem: 3, 2, 1.

3. De Reiki em uma foto da pessoa. Repita a cada 5 minutos os símbolos na ordem: 3, 2, 1.

Reiki em grupo:

Um grupo pode ser formado de duas á nove pessoas, quando há muitas pessoas e não houver espaço os demais passam reiki através dos ombros de quem está em contato com o receptor. Lembre-se que o reiki se potencializa com mais de um praticante, 3 pessoas terão o mesmo campo que nove, portanto o tempo da sessão deverá variar de 6 minutos com seis pessoas até 12 minutos com 3.

Reiki em Seres Iluminados:

Reiki em seres de luz como Budha e Jesus Cristo têm trazido muitas graças a quem os faz.

Programando Cristais:

Pode-se dar uma sessão de Reiki em um cristal programando-o com o símbolo 3 do segundo grau para que a sessão se repita diariamente por um determinado número de dias para o receptor.

Meditação com Reiki:

Faça a sua conexão como se fosse realizar uma sessão de cura, feche os olhos, fique com a coluna reta e aguarde em paz. A meditação se aprofunda.

Meditação Mundial Satya Reiki Communion:

Faça sua conexão de Reiki, feche os olhos, sinta a luz branco/dourada entrando em você, purificando-o totalmente, sinta esta energia se expandindo em toda a sua aura, purificando tudo: emoções, hábitos, matéria, pensamentos3 minutos.....expande-se ao lugar que você está (quarto...).....purificando tudo....expandindo-se mais ...Cidade que você está.....purificando tudo com esta luz douradahomens, animais, plantas, rios, ...tudo....a luz branca dourada a tudo que abrange purifica.....expandindo-se ao seu estado....após o seu país.....após o globo terrestre....nosso sistema solaruniverso conhecido.....universo desconhecido...sinta esta luz 3 minutos em cada estágio purificando os elementos água, terra, ar , etherquando chegar ao final vá voltando cerca de 15 segundos por fazer até estar visualizando á você mesmo purificado....abra os olhos e agradeça a Deus.

Quando Você Inicia o Seu Dia

Faça o símbolo 1 nos seguintes lugares : peito dos pés , Abdômen , ambas as mãos , mande energia para o hara e imagine a energia nas palmas de sua mão.

Imagine uma luz branca acima, abaixo e aos lados de você, que o protege envolva-se nesta luz branca.

Sempre que estiver cansado repita trocando a luz de branca para dourada.

Neutralizar energias

Use o símbolo 1 em comidas, bebidas , dinheiro.

Dificuldade de concentração faça o símbolo 1 e agradeça a Deus pela sua concentração ter melhorado.

Se a potência sexual houver diminuído, concentre a mente com o símbolo 1 e diga : Obrigado Deus, minha potência **estava** muito forte.

Posição para Realizar Desejos

Mão direita na testa, mão esquerda na nuca. Faça o símbolo 2, medite sobre seus desejos, imagine-os completamente realizados. Repita várias vezes. Ao final agradeça a Deus com o Mantra KAMNAGARA TAMASHI HAEMASE (Como os desejos de Deus).

Má Memória, Karma, Traumas:

Mãos na nuca imagine-as cheia de má memória (traumas, Karma), símbolo 3, 2 e 1 diga : obrigado Deus , má memória se foi. Repita por 15 minutos.

Faça novamente os símbolos e peça a Deus que os resultados se manifestem a você.

(símbolo 3 vai á situação, símbolo 2 cobre-a de amor e paz , símbolo 1 transmuta).

Encontrando solução para problemas no DNA

Pense nos detalhes da doença á nível de DNA 3 vezes imagine os símbolos 3,2,1, cobrindo DNA informação com luz branca.

Como encontrar pensamentos e objetos perdidos:

Escreva o nome do objeto perdido em um papel, imagine os símbolos 3,2,1 cobrindo o papel, imagine o objeto e desenhe-o no papel. Afirme: "Obrigado Deus, eu encontrei".

Inspiração virá a você , esteja atento aos sinais, poderá vir em sonho.

Caixinha de Reiki:

Escreva seus desejos em um papel com o maior número possível de detalhes. Cada desejo em um papel. Faça os símbolos 3, 2 e 1 sobre seus desejos e imagine-os realizados. Todos os dias faça os símbolos na caixa, seus desejos serão realizados. Ao final agradeça a Deus com o Mantra **KAMNAGARA TAMASHI HAEMASE** (Como os desejos de Deus)

Técnica para desprogramar maus hábitos:

Afirme três vezes:(nome da pessoa) teve sucesso em.....(parar de beber)....Obrigado Deus.

Atrás da pessoa purifique a aura três vezes, da cabeça aos pés. Ponha uma mão na cabeça da pessoa com a outra faça o símbolo 1 em cima da mão, depois símbolo 2 e novamente o símbolo 1.

Mão esquerda na nuca, mão direita na testa, imagine a pessoa cheia de luz branca ou dourada saindo de suas mãos. Afirme 3 vezes(nome da pessoa)..parou de ...(beber). Purifique a aura da cabeça aos pés da pessoa e agradeça a Deus, repita 7 dias.

No 3º Nível existe uma Técnicas de Alinhamento de Cura?

Sim, Técnicas do 3º Nível – Shinpiden

Esta é uma técnica do terceiro nível que possibilita a criação, no corpo do receptor, de um fluxo constante de reiki, possibilitando assim um grande auxílio no processo de reequilíbrio. A energia reiki estará constantemente circulando no corpo do receptor.

Para quem ainda não a conhece, peço que evitem usar o alinhamento de cura antes que um mestre habilitado possa acompanhar vocês e ver se está tudo ok, pra que não façam algo de maneira "estranha" sem perceber. Fora isso, o único "pré-requisito" para poder utilizar a técnica é ter sido iniciado com o Dumô, pois ele é usado durante o Alinhamento de Cura. Ele é ensinado dentro da linhagem tibetana, ou dos sistemas Karuna e Tera Mai, provavelmente de outros sistemas também. Se tiverem dúvidas a respeito de poder usar ou não o dumô, certamente vocês não foram iniciados com ele.

O Alinhamento de Cura é usado quando desejamos que a energia Reiki continue fluindo no corpo do receptor de maneira contínua, como por exemplo quando estamos auxiliando no reequilíbrio de doenças crônicas ou de problemas emocionais que já duram vários anos.

Antes de iniciar um tratamento também podemos usar o Alinhamento de Cura para maximizar a absorção da energia pelo receptor, intensificando os efeitos da aplicação.

Esta técnica não é uma iniciação em reiki, embora seja permanente. Independente disso, o fluxo de energia gerado pela técnica beneficia mesmo pessoas que já tenham recebido diversos Alinhamentos de Cura, oferecendo uma excelente limpeza no campo energético do receptor.

Mas vamos à técnica:

Coloque o paciente sentado em uma cadeira com os dois pés no chão e as mãos gentilmente descansando sobre as pernas.

Posicione-se atrás do paciente e faça uma prece, pedindo auxílio dos Mestres, seu Eu Superior e de seu paciente. Inclua todos que julgar necessário.

Faça sua autopreparação e a preparação do ambiente, caso ainda não tenha feito.

Sinta os pés no chão recebendo energia da terra e o chakra coronário recebendo a energia universal. Você pode visualizar uma pirâmide se erguendo da terra, tendo seu ápice em seu chakra cardíaco, e um pirâmide invertida com a ponta também no cardíaco, representando estes dois fluxos de energia.

Coloque suas mãos nos ombros do paciente e feche os olhos. Medite e se conecte profundamente com seu paciente. Sua intuição lhe dirá quando prosseguir.

Caso deseje, você pode fazer uma rápida preparação com o paciente, pedindo para que ele relaxe, procure sentir as energias que chegarão a ele, ou o que sua intuição lhe pedir. Esse momento deve ser explorado principalmente se a pessoa estiver receosa, ou excessivamente "fechada".

Faça a respiração violeta e mantenha o Hui Yin contraído e a língua no céu da boca de agora até o final do alinhamento.

Coloque as mãos no coronário do paciente e desenhe dumô. Expire a luz violeta com o dumô no chakra coronário do paciente, visualizando sua entrada, enquanto o conduz com sua mão no topo da cabeça até o chakra cardíaco nas costas do paciente, repetindo o nome do símbolo três vezes. Desenhe CKR no coronário e o guie com as mãos até o cardíaco nas costas do paciente, repetindo este processo com o SHK e o HSZSN.

Agora mova-se para a frente do paciente e desenhe dumô no chakra coronário, e guie-o com a mão até o plexo solar. Quando terminar, gentilmente toque-o com a ponta do seu dedo três vezes no topo da cabeça, de forma que a energia fique ancorada. Repita este procedimento com CKR, SHK e HSZSN.

Quando terminar, gentilmente assopre o plexo solar do paciente, e continue soprando enquanto você direciona o sopro no cardíaco, terceiro olho e coronário. Assopre num movimento constante para baixo até o plexo solar e novamente até o coronário. Assopre num movimento constante e gentil. Lembre-se de manter a língua no céu da boca. Use as mãos para guiar a energia para cima, para baixo e novamente para cima. Quando estiver soprando para cima pela última vez, mantenha uma intenção forte de que sua respiração limpe todas as energias negativas movendo as mesmas totalmente fora desta pessoa e na direção da luz.

Retorne para trás do paciente, coloque suas mãos nos ombros dele e olhe para dentro do coronário imaginando que você pode ver seu coração através dele. Visualize uma bola de luz de tons suaves em cor-de-rosa, branco, verde, dourado ou azul. Insira uma afirmação no coração do paciente repetindo três vezes “você está curado pelo amor e luz divina”, ou algo semelhante e visualize CKR se formando no cardíaco.

Coloque sua mão dominante no coração do paciente e sele o alinhamento com as seguintes palavras: “Selo este alinhamento de cura com amor e luz divina, e o liberto para o universo com o poder de atingir seu mais elevado propósito”. Desenhe CKR no cardíaco.

Agora com as duas mãos nos ombros do paciente agradeça e envie amor a todos que o auxiliaram neste alinhamento.

Mova-se novamente para frente do paciente e posicione suas mãos na altura da cintura com as palmas apontadas para o paciente, expire, solte o Hui Yin e a língua mantendo a intenção de que a energia aqui liberada irá abençoar o paciente.

Fale para o paciente que quando ele se sentir pronto, pode abrir os olhos e regressar.

É interessante notar que esta técnica pode ser usada no caso do receptor estar se fechando a energia Reiki, pois o alinhamento de cura proporciona uma grande abertura em sua aura. Assim, após o alinhamento, ele estará muito mais receptivo à energia, potencializando os efeitos do tratamento.

No Reiki existe uma Técnica de Respiração Violeta?

A Respiração Violeta é uma técnica introduzida na linhagem tibetana, usando alguns conhecimentos da medicina chinesa e o símbolo Dumô. Assim, o único "pré-requisito" para poder utilizar a técnica é ter sido iniciado com o Dumô. Ele é ensinado dentro da linhagem tibetana, ou dos sistemas Karuna e Tera Mai, provavelmente de outros sistemas também. Setiverem dúvidas a respeito de poder usar ou não o dumô, certamente vocês não foram iniciados com ele.

Esta é uma técnica bastante útil para descongestionar regiões onde a energia se estagnou, além de transmutar a energia negativa, ajudando assim no reequilíbrio de qualquer doença.

Antes de descrever a técnica, é importante definir o que é Hui Yin, uma noção utilizada durante o procedimento.

O ponto Hui Yin é um ponto de um dos vários meridianos que percorrem o nosso corpo. A noção de meridiano é amplamente desenvolvida na acupuntura, assim como no do-in, moxabustão e técnicas relacionadas. Em resumo, um meridiano é uma espécie de canal por onde o Ki circula em nosso corpo, sendo os bloqueios nesse fluxo energético a causa da maioria das doenças. O ponto Hui Yin está localizado entre o ânus e os genitais. Durante esta técnica, este ponto é contraído, e a língua é colocada contra o palato mole (a parte de trás do céu da boca).

Para conseguir manter esse ponto contraído por tempo suficiente, pratique contraindo os músculos da área toda. Você pode também fazer isto durante suas atividades diárias. Com a prática, se tornará mais fácil manter este ponto contraído por longos períodos de tempo. Em muitos procedimentos de sintonização realizados no ocidente é importante que o mestre que está realizando o procedimento mantenha este ponto contraído durante todo o tempo, um dos motivos pelos quais é importante esse treino.

É a partir do ponto Hui Yin que o Ki sobe pela Linha Central do Hara. O Ki Celeste entra pelo chakra da coroa, no corpo do Mestre e o Ki Terrestre, pelos chakras dos pés. O Ki Terrestre se dirige para cima, ao Hara ou chakra do Tan Tien (três dedos abaixo do umbigo). O canal de movimento ascendente (Vaso Governador, pelas costas) se fecha quando se coloca a língua no céu da boca, de tal forma que a energia não sai do corpo pelo chakra da coroa. O Ki Celeste, movimentando-se para baixo (pelo Vaso de Concepção, pela frente), da mesma forma estaciona no Hara, sem poder mover-se através do Hui Yin (que é mantido contraído por este motivo) e sair pelos pés. Sem ter para onde ir, a energia Ki se concentra, e é liberada pelas mãos, "impulsionando" os símbolos através dos canais energéticos do receptor durante a iniciação ou sendo projetada de forma a auxiliar o processo de cura durante um tratamento.

Mas vamos aos passos da respiração violeta:

Visualize seu corpo envolto em uma luz branca.

Respire e visualize dumô entrando em seu corpo pelo chakra coronário, passando por todos seus outros chakras frontais, pela língua e continuando pela frente do corpo (canal funcional), passando pelo ponto hui yin e subindo pela espinha (canal governante), parando no centro da cabeça (desta forma, envolvendo todo seu corpo – esta “rota” é normalmente referida como a “órbita microcósmica”).

Quando dumô chegar novamente ao chakra coronário, contraia Hui Yin e coloque a língua no céu da boca (ativação pituitária).

A energia irá começar a preencher sua cabeça, e aos poucos se tornará primeiro azul e depois violeta, girando no sentido horário.

Quando a energia estiver violeta, visualize dumô envolto em uma divina luz branca.

Quando a visualização estiver clara e intensa, desenhe dumô e expire a energia violeta de forma que esta “empurre” dumô pelo chakra coronário do paciente, em direção à base do cérebro, enquanto repete mentalmente seu nome três vezes.

Não se preocupe tanto em visualizar as cores, deixe que o símbolo se transforme naturalmente na cor necessária.

Lembre-se de manter o Hui Yin contraído e a língua no céu da boca durante todo o procedimento.

A respiração violeta pode ser utilizada também em outros chakras/pontos do corpo, siga sua intuição. Usando o Byosen, o Reiji ou alguma outra técnica, podemos detectar regiões que precisam ser reequilibradas. A respiração violeta pode ser usada para auxiliar na dissolução desses bloqueios.

Essa técnica também é utilizada dentro de um outro ritual, chamado Alinhamento (ou Iniciação) de Cura.

Quais as causas ocultas das doenças e às relações com às emoções?

Por trás de uma doença ou acidente sempre existe alguma energia agindo. Tendo pensamentos negativos criamos em nosso mundo mental uma realidade que se materializa no nosso corpo. Portanto, aquilo que pensamos - coisas boas e ruins - atraímos para nossas vidas.

O Feng Shui cuida e melhora a energia dos ambientes, mas para torná-los mais saudáveis temos de cuidar e equilibrar primeiro nossos pensamentos. Em outras palavras, devemos fazer um Feng Shui pessoal e mental.

De acordo com a terapeuta holística Vera Caballero, que pesquisa o assunto, achar que a causa dos nossos problemas está na crise econômica, na frente fria, no trânsito, na violência, no chefe, no marido ou na esposa pode ser um grande engano. A principal causa dos nossos problemas e infortúnios está dentro de nós mesmos, nos nossos pensamentos e crenças. Essa é a opinião de Louise Hay, que é uma das maiores pensadoras norte-americanas da Nova Era e autora do livro "Você pode curar sua vida". No Brasil, esse livro vendeu mais de um milhão de exemplares e ajudou a modificar a consciência de muita gente. Pessoas que, conduzidas por padrões mentais negativos, deixaram-se levar pelas doenças e sentimentos nocivos.

Louise Hay aponta a crítica, o ressentimento e, principalmente, a falta de amor próprio como os grandes causadores de enfermidades e todo o tipo de problemas em nossa vida. Criamos as doenças em nossa cabeça e o corpo funciona apenas como um reflexo dos pensamentos, crenças e sentimentos. Ou seja, por trás de uma doença existe sempre uma crença incorreta, como o uso de frases como "não sou bom o bastante", "não vou conseguir", "sou culpado e portanto não mereço ser feliz", "nada para mim dá certo" e "todos me perseguem".

Se você não acredita na teoria de Louise, saiba que ela curou um câncer fazendo afirmações positivas, tratamentos alternativos e mudando sua forma de encarar a vida.

A seguir você vai conhecer o significado das principais partes do nosso corpo e identificar os padrões mentais causadores de doenças. No entanto, isso não dispensa, de forma alguma, o tratamento médico convencional. O ideal seria escolher um médico de sua confiança e, paralelamente ao tratamento, fazer uma análise profunda da forma como você vê e se comporta diante da vida.

Ao resgatar sua auto-estima e adotar pensamentos positivos e otimistas, você estará criando condições para que seu organismo reaja de forma mais rápida e favorável ao tratamento. Além de ajudar na recuperação mais rápida, você também

prevenirá o aparecimento de doenças futuras e construirá uma vida mais alegre e próspera.

Cada dor tem uma história. Confira na lista a seguir o significado de cada enfermidade. Veja se o significado vale para você. Se não, fique em silêncio, concentre-se e pergunte para si mesmo: "Que pensamentos criaram isso em mim?".

Alguns significados são até fáceis de serem detectados, outros estão em níveis tão profundos de nossa psique que se torna necessária uma ajuda externa. Uma vez identificadas as crenças incorretas, começa uma nova etapa: a superação das carências e medos, o fortalecimento do eu e a busca de uma nova filosofia de vida, mais positiva, alegre e confiante.

Problema – Fonte

Acidentes: incapacidade de defender-se, frustração, raiva, rebelião contra a autoridade e crença na violência.

Alcoolismo: sentimento de futilidade, inadequação, culpa e auto-rejeição..

Alergias: negação do próprio poder.

Anemia: falta de alegria, não se sentir bom o bastante e hesitante.

Ansiedade: falta de confiança no fluxo e no processo da vida.

Arteriosclerose: resistência, tensão, estreiteza mental e recusa em ver o bem.

Articulações: representam as mudanças de direção na vida e a facilidade desses movimentos.

Artrite: sentimento de falta de amor, crítica, ressentimento e perfeccionismo.

Asma: amor sufocante; incapacidade de respirar por si; choro reprimido e complexo de culpa.

Ataques: pensamentos negativos, quem não é feliz.

Bursite: raiva reprimida e vontade de agredir alguém.

Braços: emoções antigas.

Bulimia: ódio de si mesmo.

Bexiga: segurando a dor para si mesmo.

Cabeça: culpa e tristeza.

Câncer: mágoa profunda, ressentimento antigo e profundo, grande segredo; ódios.

Celulite: prisão a sofrimentos da primeira infância; dificuldade em avançar e medo de escolher a própria direção.

Colesterol: obstrução dos canais da alegria; medo de aceitar a alegria.

Coração: infelicidade e falta de amor.

Dedos: ego, raiva, medo, preocupação, perda e pretensão.

Desvios de coluna: incapacidade de fluir com o apoio da vida.

Infarto: abrir mão da alegria do coração em favor do dinheiro, posição, etc.

Dentes: indecisão duradoura; incapacidade de analisar idéias e tomar decisões.

Derrame: desistência; preferência pela morte à mudança; resistência e rejeição da vida.

Diabetes: tristeza profunda, amargura, grande necessidade de controlar.

Doenças crônicas: recusa em mudar, medo do futuro e insegurança.

· Enxaqueca: medos sexuais, resistência ao fluxo da vida ou desagrado por ser impelido por alguém.

Dor: culpa, medo de ser punido.

Estômago: dificuldade em assimilar novas idéias e novas experiências.

Frigidez: medo e culpa sexual.

Genitais: rejeição sexual.

Gastrite: incerteza prolongada e sensação de condenação.

Garganta: criatividade sufocada, raiva engolida, incapacidade de expressão, medo das mudanças, dificuldade em falar e frustração.

Gordura: proteção e supersensibilidade.

Gripe: abalo forte no sistema imunológico causado por choque emocional.

Insônia: medo; falta de confiança no processo da vida e culpa.

Impotência: medo e inveja do próximo.

Joelho: inflexibilidade, ego, medo de mudanças.

Labirintite: medo de não estar no controle.

Mãos: pão duro (não gostam de gastar dinheiro)

Menopausa (problemas): medo de não ser mais desejada, de não ser boa o bastante.

Menstruação (problemas): rejeição da feminilidade e dos órgãos sexuais, culpa.

Obesidade: insegurança.

Orelha: dificuldade em aceitar o que lhe é dito.

Torcicolo: teimosia inflexível.

Tuberculose: definhamento por causa do egoísmo, possessividade, pensamentos cruéis e vontade de vingança.

Tumor: feridas antigas, tormento, não permite a cura.

Hipertensão: problemas emocionais não resolvidos.

Pés: dificuldade em compreender a si próprio.

Pele: pessoas que possuem o poder sobre você.

Pernas: medo de enfrentar as coisas novas do dia a dia.

Prisão de ventre: recusa em soltar velhas idéias; prisão no passado.

Reumatismo: sentimento de vítima, ressentimento, amargura crônica, falta de amor.

Sinusite: irritação com alguém próximo.

Úlceras: medo de não ser bom o bastante ou o suficiente.

Varizes: excesso de trabalho e desencorajamento.

Vagina: machucado emocionalmente pelo parceiro.

Quais as Emoções Conectadas com órgãos do Corpo Humano?

OLHOS

Rejuvenescimento, relaxamento, como vê o mundo.

NARIZ

Responsabilidade sexual, reconhecimento do ser.

TEMPORAS

Equilibra os dois lados do cérebro, ativa a mente.

NUCA

Estimula o subconsciente, os sonhos, tratamento da medula.

BOCA

Capacidade de aceitação de novas idéias.

MAXILAR

Tensão indica bloqueio emocional, medo de expressão.

OMBROS

Relaxamento, equilibrar energias masculina e feminina.

BRAÇOS E MÃOS

Extensão do coração, criatividade, capacidade de dar amor (direita) e receber amor (esquerda).

GLANGLIOS LINFÁTICOS

Ativar o sistema imunológico.

GARGANTA

Harmonizar a comunicação em todos os níveis.

CORAÇÃO

Sentimentos de amor, serviço e relacionamento com os outros. Tratar doenças da garganta e tireóide.

PLEXO SOLAR

Poder, raiva, tensão, independência, força de vontade e compromisso, visão interior.

ABAIXO DO UMBIGO

Vulnerabilidade, tristeza, abraçar o mundo, relacionamentos pai e mãe, estender a mão para fora.

SEXO (ZONA DO PÚBIS)

Criatividade, força geradora, relacionamento sexual, tratar pessoas que sofreram abuso sexual.

BÁSICO

Segurança, autoestima, medo, necessidades básicas, emoções primitivas.

VIRILHAS

Circulação, alegria, Confiança em sua habilidade.

JOELHOS

Equilibrar a energia

PÉS

Apoio, medo de completar-se

OMOPLATA DIREITO

Energia masculina.

OMOPLATA ESQUERDA

Energia Feminina.

COSTAS

Tensões, emoções inconscientes.

RINS

Medo.

REGIÃO LOMBAR

Segurança financeira.

INICIAÇÕES EM VARIOS SISTEMAS - Podem ser ministradas de forma presencial e a distância em grupos ou individualmente.

Iniciação nos níveis do REIKI USUI e TIBETANO e THE WAY OF THE HEART - **Nível 1** – "Despertando e Renascendo"; **Nível 2** – "A Transformação"; **Nível 3A** – "A Realização"; **Nível 3B** - Mestrado – "O Acesso Espiritual".

Iniciação nos níveis do Karuna® REIKI – Essa etapa, por mobilizar uma qualidade e quantidade de energia muito forte deve ser realizada após ser iniciado nos níveis do REIKI USUI e TIBETANO. Trabalha em 3 Níveis com 12 símbolos, sendo que o aluno é iniciado no OM. Trabalha também o EU oculto ou sombrio do aluno.

Iniciação nos Níveis do Sistema de Cura do Antigo Egito SEKHEM-SEICHIM - Sistema extremamente poderoso de Cura e Canalização canalizado por Patrick Ziegler no interior da camara real da piramide de Keops. Traz uma forte influencia Sufi..

Iniciação nos Níveis do Sistema SUFI Reiki - Sistema extremamente poderoso de Cura e Canalização. Muito ligado ao Seichim que tem suas origens no Sufismo. Complementa o Seichim e abre os Portais para a canalização das energias de frequencias altissimas, colocando-nos ainda em sincronicidade com o Calendário Mais e com o todo.

Iniciação nos Níveis do Sistema Shamanico Ama Deus (Indios Guaranis) - Etapa que mobiliza muita energia, mas sem pré-requisito. Para os Reikianos é um grande complemento pois traz ao iniciado o contato direto com as energias da Mãe Terra. Esse poderoso Sistema de Cura e Ascensão é o ideal para o homem da cidade pois não necessita da ambiencia da aldeia para sua aplicação. O Shaman leva em si as chaves do sistema aonde va. Utiliza Símbolos, Palavras de Poder, Posturas e outras práticas Shamanicas em sua aplicação.

Iniciação nos Níveis de Cura do Sistema Magnifield Healing - Esse sistema traz a suavidade e a Ascensão. Foi trazido a Terra através de canalizações da deusa da compaixão, Kwan Yin.

Iniciação nos Níveis do Sistema de Cura Multidimensional Shamballa - Esse é o Reiki Original, conforme praticado na Atlantida. Trazido ao Planeta por St. Germain e canalizado por Daas Melquizedec, traz os símbolos perdidos do Reiki Usui e, junto com esses ativa as 352 energias cujos símbolos estão adormecidos em nosso corpo e as 12 cadeias do DNA.

Iniciação nos níveis do sistema de canalizações Lightarian Reiki - Sistema dividido em 6 níveis que levam o praticante a trabalhar na frequencia dos Mestres Ascensionados. Junto com os AngelLinks é uma verdadeira aula de canalização e desenvolvimento das qualidades psíquicas. Esse sistema foi canalizado em Sedona - EUA - um dos Chakras do Planeta.

Iniciação nos níveis do sistema de canalizações AngelLinks - Sistema dividido em 5 módulos que levam o praticante a trabalhar diretamente com o Serafim Rose Aura e os Arcanjos Miguel, Rafael e Uriel. Nessa frequencia o Iniciado torna-se apto a, a qualquer momento canalizar as qualidades e energias desses Seres Angelicais. Junto com o Lightarian é uma verdadeira aula de canalização e desenvolvimento das qualidades psíquicas.

Iniciação no Sistema KTR - Kundaliní Tantra Reiki - Esse é um sistema completo que traz o Tantra até nós, nos insere na Teia da Vida e acorda nossa Kundaliní de forma segura e confortável, aumentando nosso prazer e assim nossa sobrecarga de Energia Vital. Aqui o Aluno é iniciado no OM e no YOD e são postos na plenitude todos os seus Centros energéticos (Chakras) e Meridianos. Junto com Shamballa possibilita um grande salto qualitativo em sua jornada.

Reiki Japonês - O sistema original de Mikao Usui conforme as pesquisas dos Mestres Frank Arjava Petter e Willian Lee Rand.

Iniciação nos níveis do Teate Reiki - Ensina ao aluno o Reiki verdadeiramente original da forma que Mikao Usui ensinava. Aqui o estudante aprende o conceito de energia, os Kotodamas de Cura (vocalizações), as Meditações que Usui usava, inclusive a meditação dos 21 dias. Conhecimento essencial para Reikianos que queiram conhecer o Reiki verdadeiramente ~~no~~ era originalmente, antes de vir para o Ocidente.

Iniciação nos níveis do Gendai Reiki Ho - Esse é um sistema que combina as técnicas originais do Reiki conforme praticado por Mikao Usui, incluindo a Alma do reiki- Reiju - e as técnicas do Reiki Original Japonês. Apresenta diversos ensinamentos que estavam perdidos no Reiki. Aqui o Mestre recebe o título de Sensei e Shihan.

Iniciação nas técnicas de Huna Healing - Poderoso sistema oriundo das ilhas polinésias onde o futuro Kahuna aprende os segredos da energia e as técnicas mais profundas como a Prece Ação, Cura ~~stantanea~~ instantânea, a Manipulação do Mana, entre diversas outras. Apresenta também técnicas poderosas de auto energização essenciais para todos os habitantes do planeta.

Iniciação no Sacerdócio de Melchizedek - Esse é um avançadíssimo sistema de ascensão que nos coloca em contato direto com a Espiritualidade através de seus 3 domínios - Também ativa nossa Merkaba e nosso Corpo de Luz, além de nos iniciar em todos os passos da Ordem, Na Cabala e na Expansão de nossos corpos energéticos projetando-nos ao Cosmos.

Iniciação Mahatma - Esse é um avançadíssimo sistema de ascensão que nos coloca em contato direto com a Espiritualidade, complementando todos os outros sistemas Ascensionais. Para fazer esse sistema é necessária uma avaliação prévia além de ter os sistemas Sacerdócio de Melkizedek e Shamballa.

Iniciação Celtic Reiki - Esse é um poderoso sistema de Cura que usa as energias da mãe-terra para a Cura de seus filhos. Por haver uma fortíssima identificação a Luz Total é produzida. Extremamente eficiente em Pessoas, Plantas e Animais.

Iniciação nos Graus do Medicine Buddha Reiki - Esse é um poderoso sistema de Cura trabalha diretamente com o Buddha da Medicina. É um sistema avançado para Mestres De Reiki. Extremamente eficiente em Pessoas, Plantas e Animais e em trabalhos Ascensionais.

Iniciação nos Graus do MariEI Reiki - Esse é um poderoso sistema de Cura e Ascensão que trabalha diretamente com a energia Yin de Mãe Maria. Balanceia os efeitos dos outros sistemas. É um sistema avançado para Mestres De Reiki.

Extremamente eficiente em Relacionamentos e no desenvolvimento Pessoal. Traz tranquilidade e Amor Incondicional.

Iniciação No Grau de Cavaleiro Tamplario (Templar Degree) - Esse é um poderoso sistema de Ascensão que abre todos os canais para a FONTE de energia cósmica. Trabalha com símbolos, essências fundamentais e posturas. É Individualizado.

Mestrado em Cura Vibracional - Curso de 1 ano, uma vez por semana, que abrange todos os métodos especificados acima, com ênfase em seu propósito nessa encarnação clareado pelos seus Mapas Astral e Numerológico.

Aqui alguns sistemas Reiki ou várias Linhagens ou Escolas de Reiki:

Depois que o Reiki chegou ao Ocidente, via Havai, muitas formas de ensiná-lo foi incorporado ao sistema tradicional descoberto pelo Dr. Mikao Usui e chamado de SISTEMA USUI NATURAL DE CURA.

Essas novas formas foram recebendo outros conhecimentos, símbolos e formas diferentes de tratamento. Porém, o princípio é o mesmo do Reiki Usui.

Atualmente existem muitas Escolas diferentes que usam o princípio de Reiki, como:

Tradicional Reiki Mikao Usui – Método de Reiki de cura Natural
Usui Shiki Ryoho
Reiki Tibetano
Dentho Reiki Ryoho – Reiki tradicional Japonês
Sathia Japonês Reiki – A essência da imposição das mãos
Ai Reiki Dô – baseado no Taoísmo
Usui Shiki Ryoho Usui – Hayashi – Takata
Reiki Raku Key Usui - Hayashi - Takata - Ishikuro - Robertson...
Reiki Usui-Tibetano Usui - Hayashi - Takata - Furumoto - Carrell Ann Farmer - Leah Smith - William Rand. Este também foi iniciado por Diane McCumber (linhagem Raku Kei), Marlene Schilke, Beth Gray, Harry Kuboi, Bethel Phaigh e Phyllis Furumoto
Karuna Reiki William Lee Rand...
Seichim ou Seichem ou Sekhem Usui - Hayashi - Takata - Barbara Ray - Patrick Ziegler...
Reiki Tibetano Tschen Li - Ralph White - Craig Ellis...
The Radiance Technique Authentic Reiki, Real Reiki Usui - Hayashi - Takata - Barbara Ray...
Reiki Plus Usui - Hayashi - Takata - Phyllis Furomoto (e Barbara McCullough) - David Jarrel... (iniciado por Virgínia Samdhal e Barbara McCullough)
JohRei ou Jo Reiki
Men Chhos Reiki ou Medicine Dharma Rei Kei Usui... reconstruído pelo Lama Yeshe Drugpa Thrinley Odzer...
Usui-Do ou Reiki Tradicional Japonês 1. Usui - Toshihiro Eguchi - Yuji Onuki...
2. Usui - Hayashi - Tatsumi...
Reiki Satya Japonês Usui - Toshihiro Eguchi - Goro Miyazuki - Mieko Mitsui - Takahashi - Toshitaka Mochizuki - Shin go Sakuma... (Mieko Mitsui também foi iniciado por Barbara Ray.
Reiki Jin-Kei Do Usui - Toshihiro Eguchi - Goro Miyazuki - Mieko Mitsui - Takahashi - Toshitaka Mochizuki - Shin go Sakuma... (Mieko Mitsui também foi iniciado por Barbara Ray
Reiki Satya Japonês Usui - Hayashi - Sensei Takeuchi - Venerável Seiji Takamori - Ranga J. Premaratna

Enersense-Buddho Usui - Hayashi - Takeuchi - Takamori - Premaratna
Golden Age Reiki Maggie Larson (Shimara
New Life Reiki desconhecido - Dr. V. Sukumaran...
Blue Star Reiki John Williams - Gar Jirauch...
Mari El John Williams - Gar Jirauch...
Saku Reiki Erik Bott - Bill Pentz. Erik foi iniciado por Hunan & Lino Aleluynas,
que estudou com Frank A. Peter. Plus Karuna Reiki - Rand
Sun Li Chung Reiki Yosef Sharon
Jinlap Maitri Reiki iy (também conhecido por Reiki Tibetano) Gary Jirauch
Ichi Sekai Reiki Andrea Mikana-Pinkham...
Vajra Reiki Wade Ryan
Ascension Reiki Alan Harris
Amanouhuna Reiki Arthur Cataldo (Hawai)
Angelic Raykey
Lightarian Reiki
Reiki Brahma Satya Deepak Hardikar...

Existem encontros de reikianos na Internet?

Sim, como é de conhecimento de todos os reikianos, o círculo da prática de

Reiki consiste em:

- Aplicar
- Auto-aplicar
- Receber

Sabe-se também, que quando dois ou mais reikianos reúnem-se para uma aplicação, a energia eleva-se ao quadrado. Baseado nisso o Portal para Harmonia promove encontros para reikianos para partilha energética todos os sábados: (portalparaharmoniath@yahoo.com.br)

- Das 15:30 às 19:30h.

Porém nem todos os reikianos podem fechar esse círculo, pois não encontram um colega ou grupo que torne isso possível. Desta forma, convido-te a participar de nosso encontro. Como sabemos, a nível energético, tempo/espço são inexistentes, estando em qualquer parte do mundo, você poderá participar de nosso encontro. Para isso, basta que você dedique 20 minutos de seu tempo neste horário (entre 15:30 e 19:30h de sábado). 10 minutos para enviar e 10 minutos para receber energia.

Para enviar:

- 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 dos símbolos se os possuíres ou apenas mentalize a intenção de canalizá-la (nível I).
- Mentalize uma luz dourada impregnando todo o ambiente.

- Mentalize a intenção de integrar-se ao encontro de reikianos do PORTAL PARA HARMONIA.

- 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 para todos os colegas que participam deste encontro.

- Permaneça 10 minutos compartilhando essa dádiva.

Para Receber

- Deite-se confortavelmente, faça respirações abdominais (ao inspirar expanda o seu abdômen e ao exalar o contraia).

- Relaxe inteiramente.

- Focalize apenas esse momento.

- Mentalize uma luz dourada impregnando todo o ambiente.

- Mentalize a intenção de integrar-se ao encontro de reikianos do PORTAL PARA HARMONIA.

- Mentalize raios de energia dourada, vindos de todas as direções.

- Ao inspirar, você absorve essa energia pelo seu coronário, ela impregna todo seu ser, e todos os níveis.

- Ao exalar toda energia estagnada, todo estresse acumulado é eliminado.

- Permaneça aberto(a), receptivo(a) e permita que a energia atue conforme sua necessidade e merecimento.

- Permaneça 10 minutos recebendo esta dádiva.

Relação de Livros sobre REIKI.

01 - Reiki Essencial - Diane Stein

02 - Reiki Tradicional - Amy Z. Rowland

03 - Reiki - Cura e Harmonia Através das Mãos - Tanmaya Honervogt

04 - Cura Energética com o Reiki Plus - David G. Jarrell

05 - Reiki - Cure a si Mesmo - Brigitte Muller e Horst Gunther

06 - Manual de Reiki - Walter Lubeck

07 - Reiki - O Caminho do Coração - Upanishad K.Kessler

08 - Reiki - Medicina Energética - Susan Davidson

09 - Reiki - Uma Habilitação Para a Cura - Paula Horan

10 - Reiki - A Terapia do Terceiro Milênio - Johnny De`Carli

11 - Reiki - Amor, Cura e Transformação - Johnny De`Carli

12 - Reiki Universal - Sistema Usui, Tibetano, Osho e Kahuna - Johnny

De`Carli

- 13 - Reiki Para Todos - Energia Vital em Ação - Roberto King e Oriel Abarca
- 14 - Reiki - A Cura Natural ao Alcance de Todos - Píer Campadello
- 15 - Reiki - Uma Experiência de Autolibertação - Marta de Abreu Lima Moreira Mendes
- 16 - Reiki - A Cura Natural - Cinira A Pallota
- 17 - Reiki - Para Primeiros Socorros - Walter Lubeck
- 18 - Manual de Reiki do Dr. Usui - Frank A. Petter
- 19 - Fundamentos de Reiki - Kajsa Krishni Borang
- 20 - Reiki na Vida Diária - Earlene F. Gleisner
- 21 - Reiki - A Energia Vital - Brigitte Ziegler
- 22 - Reiki - Trabalhando com Energia - Stephan Schulte
- 23 - Reiki - Um Guia Prático para a Cura - Mari Hall
- 24 - Reiki - Um Caminho para o Coração - Walter Lubeck
- 25 - Reiki - Harmonia Universal - Joel Cardoso
- 26 - Reiki - O Legado - Petro K. Yankani
- 27 - Reiki Para Principiantes - David F. Vennells
- 28 - Rainbow Reiki - Walter Lubeck
- 29 - Reiki - Um Processo Alquímico - Marta de Abreu Lima Moreira Mendes
- 30 - Reiki - O Legado do Dr. Mikao Usui - Frank Arjava Petter
- 31 - Iniciação em Reiki - Oriel Abarca
- 32 - Reiki - Sistema Tradicional Japonês - Johnny De' Carli
- 33 - Reiki para Crianças - Johnny De' Carli
- 34 - Reiki Interior - Tanmaya Honervogt
- 35 - Reiki para a Alma - Mari Hall
- 36 - Reiki o Toque Definitivo - Paula Horan
- 37 - Reiki Arquetípico - Dorothy May
- 38 - A Energia Reiki - Vera Pinto

**Milhões de pessoas passaram pela Terra e nunca
ouviram falar o que você vai ouvir agora :
"Não são os nossos desejos os principais responsáveis
pelas nossas conquistas,
e sim os nossos pensamentos..."**

A maioria das pessoas ficam pensando no que elas "não querem" que aconteça,
no lugar de se concentrar naquilo que elas "querem" que aconteça para a vida delas !
Isso, Jó, um personagem do antigo testamento já descobriu para nós a alguns
milhares de anos atrás. Quando ele estava no final da vida ele descobriu que não
era Deus que o castigava e sim ele próprio e disse :

**"Aquilo que mais receio me sobrevém e
o que eu mais temo me acontece ! "**

Você já parou de pensar por algum instante ?

Não consegue não é ?

Então, nós somos o que pensamos.

Tudo o que somos emerge com os nossos pensamentos.

Com os pensamentos fazemos o mundo.

Se falares ou agires com um ser impuro

Os problemas seguir-te-ão

Como a roda segue o boi que puxa a carroça.

Nós somos o que pensamos.

Tudo o que somos emerge com os nossos pensamentos.

Com os nossos pensamentos fazemos o mundo.

Se falares ou agires com um ser puro, a felicidade seguir-te-á

Como a tua sombra, constantemente.

Como pode um ser perturbado

Compreender o caminho?

*O vosso pior inimigo não vos pode magoar tanto
quanto magoa os vossos pensamentos descontrolados.*

*O Nosso trabalho é ter eles sobre controle, dominá-los e uma vez
dominados,*

Ninguém vos ajudará tanto como eles,

Nem mesmo o vosso pai ou a vossa mãe

Veja essa fábula abaixo.

"O ESFORÇO NECESSÁRIO"

Yuan, um discípulo Budista certa vez indagou ao seu Mestre :

- *Fazes esforços em sua prática do Caminho, Mestre?*
 - *Sim, faço.*
 - *Como?*
- *Quando tenho fome, eu como; quando estou cansado, durmo.*
- *E todas as pessoas fazem o mesmo esforço que vós, Mestre?*
 - *Não, não da mesma maneira.*
 - *Por que não?*
- *Quando estão comendo, pensam em centenas de necessidades, e quando vão dormir, ponderam sobre assuntos de mil tipos diferentes.*
É nisso que diferem de mim.

Aline Dias Kosuzinski
Mestre Reiki

