

Reiki

O Despertar
NÍVEL 1





Sumário

Terapia Energética Vibracional.....	4
História do Reiki.....	5
Mikao Usui – O Redescobridor do Método Reiki.....	5
O Reiki	7
Características do Reiki.....	7
Os cinco Princípios do Reiki	9
Meditação Gassho	10
Linhagem de Reiki.....	11
Sintonização Energética (Iniciação).....	12
Efeitos das Iniciações	12
Visão Holística do Corpo Humano.....	13
Aura	13
Os Chacras e Suas Funções.....	14
1º Chakra – Básico – Muladhara	14
2º Chakra – Umbilical – Svadisthana	15
3º Chakra – Plexo Solar – Manipura	16
4º Chakra – Cardíaco – Anahata	16
5º Chakra – Laríngeo – Vishuddha	17
6º Chakra – Frontal – Ajna.....	17
7º Chakra – Coronário – Sarashara	18
Preparando o Ambiente para a Aplicação.....	20
Procedimentos Recomendados.....	20
Mãos do Reikiano	23
Os Símbolos Cósmicos.....	24
Cho Ku Rei.....	25
Utilização do Cho Ku Rei	25
Proteção dos Chacras.....	27





Tempo de Aplicação do Reiki.....	28
Região da Cabeça.....	28
Primeira Posição da Cabeça.....	28
Segunda Posição da Cabeça.....	28
Terceira Posição da Cabeça.....	29
Quarta Posição da Cabeça.....	29
Região da Frente.....	31
Primeira Posição da Frente.....	31
Segunda Posição da Frente.....	31
Terceira Posição da Frente.....	31
Quarta Posição da Frente.....	32
Região das Costas.....	33
Primeira Posição das costas.....	33
Segunda Posição das Costas.....	33
Terceira Posição das Costas.....	33
Quarta Posição das Costas.....	34
Região dos Pés.....	35
Auto-Aplicação.....	36
Tratamentos de Plantas e Animais.....	37
Bibliografia e Fontes.....	39



Terapia Energética Vibracional

As terapias energéticas vibracionais vêm conquistando espaço e há um número cada vez maior de profissionais médicos que procuram conhecer o método Reiki, a fim de canalizar a energia curativa para complementar o tratamento convencional.

A terapia energética ou vibracional não substitui a medicina convencional, assim como a medicina convencional não substituiu a terapia energética. Elas coexistem e complementam-se na intenção de melhorar a qualidade de vida do ser humano.

A Medicina faz diagnósticos, então consulte sempre o médico e siga corretamente as instruções dadas por ele e beneficie-se com o Reiki para equilibrar seu organismo e agilizar à sua cura.

História do Reiki

Mikao Usui – O Redescobridor do Método Reiki



Quando jovem, Mikao Usui estudou o Kiko, uma arte originária na China que serve para melhorar a saúde das pessoas usando a meditação, exercícios de respiração e exercícios em movimento.

A prática do Kiko, de conhecimento dos samurais, faz uso da própria energia vital para curar outras pessoas, tirando totalmente a vitalidade do doador dessa

energia.

Mikao Usui percorreu a China, Japão e vários países da Europa para dedicar-se ao estudo, indo em busca de conhecimento nas áreas de medicina, psicologia, religião e desenvolvimento espiritual.

Mikao Usui também procurou se aprofundar e conhecer outras formas de budismo, em especial o Budismo Zen.

Usui já tinha passado um período de estudo em um templo budista, o Tendai, no Monte Kurama, norte de Kyoto. Quando retornou ao Monte, em 1914, achando que a sua missão ainda não estava definida, passou 21 dias jejuando, orando, cantando e meditando.

Para Mikao Usui a prática do Kiko não era certa, e, segundo alguns historiadores, subitamente, sentiu a grande energia Reiki no topo da cabeça, e, em tese já 'desagradado' com a metodologia do Kiko, fez nascer o sistema de cura Reiki, que é conhecido hoje mundialmente.

Como o próprio Usui disse em A única entrevista do Mestre Mikao Usui, na obra Reiki: Manual do Terapeuta Profissional:

“A técnica (Reiki) tem por objetivo, primeiramente, a saúde da mente e, secundariamente, a saúde física. Fortalece a mente e o físico.”

No final do seu retiro, em 1922, durante a sua experiência de Satori (iluminação ou expansão dos setes principais centros energéticos do corpo humano) ele aprendeu como utilizar sua energia para curar os outros sem perder sua vitalidade.

As principais diferenças entre o Kiko e o Reiki, foram a inclusão na prática, pelo Mestre Usui, de conhecimentos espirituais e a meditação sem anular a religião.

Depois de ter a consciência retomada, Mikao Usui sabia exatamente como utilizar a técnica que viria a se chamar Reiki.

No começo, Usui utilizou o Reiki em si mesmo. Depois na família. Como viu resultados positivos, curando vários males, o Mestre Mikao Usui decidiu compartilhar o seu conhecimento e os benefícios do Reiki com o público em geral.

Em 1923, em decorrência de um terremoto devastador, Usui mobilizou-se para poder dar assistência aos feridos com a sua terapia, usando seu poder de cura em vários feridos e doentes.

Em razão disso, pelo grande trabalho realizado em prol de doentes e feridos em um momento difícil, Mikao Usui recebeu da família real uma comenda. Depois disso, sua clínica ficou pequena demais em função da dispersão do Reiki, sua fama e a crescente procura. Em 1925 foi inaugurada sua segunda clínica, dessa vez, fora de Tóquio.

Acredita-se que a combinação de todos esses elementos foi essencial para o desenvolvimento do Reiki, um sistema que tem a função de libertar o corpo e a mente;

No Brasil, mais precisamente em Brasília, no Hospital Sarah Kubitscheck, um dos mais modernos e aparelhados da América do Sul, é aplicado o Reiki segundo Mikao Usui.

O Reiki

Desde que Mikao Usui redescobriu o Reiki, ele está em constante mudança e evolução. Mestres e praticantes estão possibilitando que um maior número de pessoas seja beneficiado por ele.

Jesus e Buda aprenderam e ensinaram o método de cura pela imposição das mãos. Devemos honrar e respeitar os ensinamentos originais do Reiki, preservando-os para que não se percam e para que seja possível estar ao alcance de todo aquele que estiver aberto e disposto a aprendê-lo.

Nosso planeta e a humanidade necessitam de pessoas que amorosa e compassivamente contribuam para a elevação do padrão energético e desta forma possam manifestar a cura.

O Reiki é uma maravilhosa ferramenta de amor e podemos fazer essa contribuição.

Características do Reiki

O Reiki está ao alcance de todos, inclusive crianças, idosos e pessoas doentes. Todos podemos ser canais de Reiki.

O método é tão simples que o aprendizado em cada nível (exceto o mestrado) pode ser transmitido em apenas um dia.

Não é um sistema religioso ou filosófico, e não necessita de objetos ou ferramentas para sua prática.

O Reiki estará disponível para uso, imediatamente após a sintonização, e mesmo que você não o utilize por algum período, não é necessário nova ativação no mesmo nível.

A energia Reiki não é polarizada, sem positivo ou negativo (Yin e Yang). Reiki pode ser aplicado com sucesso, no local ou à distância.



Atua no tempo/espço, permitindo desta forma, reprogramar eventos passados e/ou programar eventos futuros (respeitando o livre arbtrio e as leis espirituais).

O terapeuta no manipula a energia, ela é direcionada para onde é necessria. O receptor "puxa" a energia conforme sua necessidade sem perigo de "overdose".

No é necessrio despir o receptor, pois a energia penetra qualquer coisa (inclusive o gesso).

Quanto mais o reikiano pratica a aplicao do Reiki, mais expande seu canal e sua capacidade de levar a cura ao receptor. O reikiano tambm é beneficiado pelo Reiki enquanto est em aplicao, por isto no se desgasta.

O Reiki equilibra os centros de energia e alivia dores fsicas rapidamente. Atua de forma holstica (fsico, emocional, mental e espiritual), tratando no apenas os sintomas, como tambm a causa.

Beneficia todos os seres vivos e é a nica terapia onde h possibilidade de auto tratamento.

Aumenta nossa energia (em todos os nveis) e expande nosso campo aurico, tornando-nos mais sensveis, perceptivos, compreensivos, saudveis e amorosos (estimula o amor incondicional).

O Reiki é um caminho de transformao interior e evoluo espiritual.



Os cinco Princípios do Reiki

Kyo dake wa

(Só por Hoje)

Okoru-na

(não se irrite)

Shinpai suna

(não se preocupe)

Kansha suna

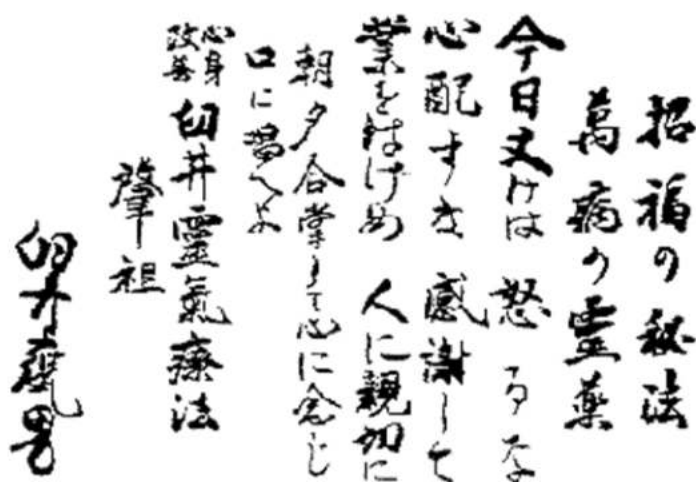
(agradeça suas bênçãos e seja humilde, seja grato)

Gyo wo hage me

(ganhe a vida honestamente)

Hito ni shinsetsu ni

(seja gentil e amável com todos os seres vivos)



招福の秘法
萬病の靈藥
今日又けは怒るな
心配すな感謝して
業をけめ人に親切に
朝夕合掌し心に念じ
口に唱へよ
心身
改善
白井靈氣療法
聲一祖
白井靈氣

De manhã e à noite, sente-se em posição Gassho e após meditação, repita essas palavras em voz alta e para seu coração.

Este é o Método Usui Reiki para cura do corpo e da alma.

Meditação Gassho



Gassho significa “duas mãos se juntando, unidas ou em prece”. A pronúncia correta é “gáshô”. 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;
- 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;

Quando sentir um bom nível de tranquilidade mental, repita pausadamente, refletindo suas palavras, os cinco princípios do Reiki.

Linhagem de Reiki

Após a iniciação, o reikiano passa a pertencer a uma árvore ou linhagem de mestres que o leva até Mikao Usui. A cada novo mestre iniciado, a cadeia se expande. Os alunos iniciados pelo Mestre de Reiki Sidnei Bonfim passam a fazer parte de linhagens em diferentes escolas, todas elas têm origem em Mikao Usui.



Linhagem do Sistema Reiki Usui e Tibetano: Mikao Usui – Chujiro Hayashi – Hawaio Takata – Phyllis Lei Furumoto – Pat Jack, Carol Farmer, Cherie Prashn, Lean Smith – William Lee Rand – Johnny De’ Carli – Claudia Secassi – Mestre Iura – Sidnei Bonfim – **Você**

Linhagem do Sistema Usui (Reiki Master): Mikao Usui – Chujiro Hayashi – Hawayo Takata – Phyllis Furomoto – Claudia Hoffman – Mary Shaw – Christine Henderson – Bruce Way – Ariane McMinn – Mona Khalaf – Dharmadevi – Melissa Crowhurst – Sidnei Bonfim – **Você**

Conhecer a linhagem de Reiki a que você pertence é uma forma de você saber o caminho que este conhecimento percorreu para chegar até você. **Ao constatar que sua linhagem tem origem em Mikao Usui você saberá que tanto o ensino quanto a sintonização recebida está de acordo com a tradição ensinada por Mikao Usui.** Significa também, que você passa a pertencer à família desses mestres, que passam a auxiliá-lo e orientá-lo, quando solicitados.



Sintonização Energética (Iniciação)

A sintonização ou iniciação no Reiki é sobre o uso de energia cósmica para treinar indivíduos a usar as mesmas técnicas. Este processo é sobre a transição de alunos para reikianos. Com isso, seu professor ensinou todo o conhecimento que circula pelo poder do universo, e isso é inerente a nós.

Durante a sintonização do Reiki, alunos e mestres conectam suas respectivas energias. Nesse caso, o aluno passa a fazer parte da linhagem à qual seu professor está conectado.

É na sintonização que os alunos saberão como canalizar essa energia para alguém. Geralmente leva alguns minutos, mas é o suficiente para a prática do Reiki. O melhor é que o processo é simples e direto, cheio de humildade, sinceridade e amor. Em outras palavras, é uma forma de percebermos quem somos e o que podemos fazer ao máximo.

Efeitos das Iniciações

A sintonização em Reiki é um ponto sobre nossa liberdade de nós mesmos. No curso da vida, estamos cada vez mais longe da consciência, observando o interior. Deixamos a parte negativa do mundo nos machucar e aceitamos isso. No entanto, temos a capacidade de lidar com isso e viver corretamente.

Quando terminar a sintonização, faça 21 dias de auto-aplicação de Reiki. Isso o ajudará a se adaptar à sua nova condição e entrar no plano do universo. Olhe para este momento com absoluto respeito e carinho, porque ele será guiado até você.

A sintonização realizada, mesmo à distância, tem um tremendo poder em seu desenvolvimento.

Visão Holística do Corpo Humano



Hólus é um vocábulo grego que quer dizer total, portanto, o termo holístico refere-se à totalidade do ser, em níveis: físico, emocional, mental e espiritual.

Observando nosso corpo de forma holística, compreendemos que ele troca energia com o Universo através de centros energéticos chamados Chacras, e que o corpo é envolvido por um campo energético chamado aura.

Tanto os Chacras quanto a aura podem ser percebidos quando estamos em estado alterado de consciência, bastando tornarmo-nos sensíveis à percepção da energia.

Dependendo da escola ou tradição, que se refere à aura ou Chacras, há algumas diferenças em nomenclaturas ou localização.

Aura



A aura é um campo de energia que circunda o corpo, protegendo-o como envoltório de luz. A aura pode ter de poucos centímetros até alguns quilômetros (em seres iluminados como Jesus e Buda). Além da extensão, a cor é determinante para se conhecer o estado emocional e de saúde de uma pessoa.

Quando ficamos doentes a aura se retrai e a sua cor adquire tonalidades escuras, tornando-nos suscetíveis a sofrer ataques por parte de energias

desarmônicas, o que tende a agravar ainda mais nosso estado. Nos processos de assédio espiritual a aura e os Chacras (em especial o Plexo-Solar) são alvos.

Da mesma forma que age nos Chacras, o Reiki age na aura, restaurando, limpando, fortalecendo e protegendo.

Hoje em dia já é possível visualizar o estado da aura através da Fotografia Kirlian. A fotografia Kirlian não é foto da aura, e sim o registro fotográfico de um fenômeno elétrico influenciado por ela e registrado em um filme comum. Através desta fotografia pode-se analisar o estado geral do paciente nos mais diversos níveis, e até diagnosticar doenças com vários meses de antecedência, pois os corpos energéticos precedem o físico. Isto permite adiantar o tratamento, evitando muitas vezes o aparecimento da enfermidade. Essa é uma das razões, também, para um tratamento frequente e preventivo com o Reiki ou uma das muitas terapias holísticas existentes.

Os Chacras e Suas Funções

Vamos agora fazer uma breve análise dos Chacras.

1º Chakra - Básico - Muladhara



("Raiz de Suporte").

Mantra: Lam.

Setores circulares (raios ou pétalas): 4.

Básico (genésico)

Representação simbólica do Muladhara chakra. Não condiz com aparência real.

(também conhecido como Chakra Raiz ou Chakra Base)

Nome em sânscrito: Muladhara

Localização: Região do períneo.

Cor simbólica: Vermelho.

O primeiro chacra (básico) é o único voltado em direção ao solo. Alguns pesquisadores o relacionam com as glândulas suprarrenais. Acredita-se que ele administre os instintos primitivos, impulsos de sobrevivência, e ser por onde entra a energia telúrica (ou kundalini). Acredita-se também que quando está enfraquecido pode indicar a presença de dependência química a drogas ou outras substâncias.



2º Chacra - Umbilical - Svadisthana



Nome em sânscrito:
Svadhistana ("Fundamento de si próprio")

Mantra: Vam.

Setores circulares (raios ou pétalas): 6.

Localização: Região do baço.

Cor simbólica: Laranja.

O segundo chacra, é muitas vezes relacionado com o baço. Acredita-se que ele administre a vitalidade proveniente das bioenergias bem como seja responsável por alguns estímulos como medo, ansiedade e reações às situações estressantes. Acredita-se também que quando está enfraquecido pode indicar doenças relacionadas ao sistema imunológico e psicopatologias.



3º Chakra - Plexo Solar - Manipura



Nome em sânscrito: Manipura
("Cidade das Jóias")

Mantra: Ram.

Setores circulares (raios ou pétalas): 10.

Localização: Aproximadamente dois dedos acima do umbigo.

Cor simbólica: Amarelo.

O terceiro chakra é o último de cima para baixo considerado como estando no grupo dos chacras reativos, que são sensíveis à estímulos exteriores e passíveis de reações imediatas de intensidades variadas. Alguns pesquisadores o relacionam com a glândula pâncreas. Acredita-se que ele auxilie no processo digestivo e de distribuição de nutrientes bem como seja responsável por estímulos como a euforia (positiva ou negativa) e características como o narcisismo. Acredita-se também que quando está enfraquecido pode indicar doenças gastrointestinais.

4º Chakra - Cardíaco - Anahata



Nome em sânscrito: Anahata
("Invicto"; "Inviolado")

Mantra: Yam.

Setores circulares (raios ou pétalas): 12.

Localização: Região do coração.

Cor simbólica: Verde.



O quarto chacra (cardíaco) é algumas vezes citado como o ponto de encontro entre as energias telúricas (kundalini) absorvidas pelo chacra básico e as energias imanentes (prana ou qi) absorvidas pelo chacra coronário, porém isso não é um consenso entre as diferentes linhas de estudo. Alguns pesquisadores o relacionam com a glândula timo. Acredita-se que ele seja responsável pelo potencial para o amor altruísta e que fique em maior atividade em momentos de benquerença e ternura incondicional. Acredita-se também que quando está enfraquecido pode indicar doenças cardíacas ou respiratórias.

5º Chacra - Laríngeo - Vishuddha



Nome em sânscrito: Visuddha
("O purificador")

Mantra: Ham.

Setores circulares (raios ou pétalas): 16.

Localização: Região da laringe.

Cor simbólica: Azul claro.

O quinto chacra é o laríngeo. Alguns pesquisadores o relacionam com a glândula tireóide. Acredita-se, geralmente, que ele esteja relacionado principalmente com as capacidades comunicativas e irrigação energética do aparelho fonador. Acredita-se também que quando está enfraquecido pode indicar doenças hormonais relacionadas à tireoide, bem como inflamações na região da garganta.

6º Chacra - Frontal - Ajna

Nome em sânscrito: Ajña ("O Centro de comando")

Mantra: AUM.



Setores circulares (raios ou pétalas): 96 (2 grupos de 48).

Localização: Região inferior da testa, um pouco acima do espaço entre as sobrancelhas.

Cor simbólica: Azul índigo.

O sexto chakra tem em algumas culturas do oriente que foram posteriormente difundidas no ocidente a contagem de seus raios apenas considerando seus grupos, que são dois, e podem aparecer em alguns materiais desta procedência de tal forma. Também é conhecido como "terceiro olho" na tradição hinduísta. Alguns pesquisadores o relacionam com a glândula hipófise (ou pituitária). Considera-se que ele esteja ligado às capacidades de concentração, cognição, bem como as capacidades anímicas como a clarividência e a percepção sutil. Acredita-se que ele esteja em maior atividade quando em momentos de serenidade, silêncio interno, meditação, estudo, leitura e de ímpetos de colaboração. Acredita-se também que quando bem desenvolvido, pode indicar uma alta sensibilidade e percepção energética, bem como a presença de capacidades anímicas.

7º Chakra - Coronário – Sarashara



Nome em sânscrito: Sahasrara ("O Lótus das mil pétalas")

Mantra: Ogum Satyam Om.

Setores circulares (raios ou pétalas): 972 (um grupo de 960 e outro central de 12).

Localização: Região central do topo da cabeça.

Cor simbólica: Violeta e Branco.



O sétimo chacra (coronário) é considerado como a porta de entrada da energia imanente. É conhecido também como o chacra da coroa ou o lótus das mil pétalas e é representado na tradição indiana por uma flor-de-lótus de mil pétalas na cor violeta. Alguns pesquisadores o relacionam com a glândula epífise (ou pineal). Considera-se como sendo relacionado com a capacidade de estabilidade absoluta, sintonia com pensamentos mais sutis como o de fraternidade generalizada e ainda tendo relação com fenômenos mediúnicos como a psicofonia e a psicografia e anímicos como a projeção da consciência.



Preparando o Ambiente para a Aplicação

Para aplicarmos Reiki, nada mais é necessário além do próprio Reiki.

Ele poderá ser aplicado em qualquer lugar, a qualquer momento, 24h por dia, sempre que desejar ou for necessário.

Porém existem algumas coisas que poderão tornar um ambiente mais propício à aplicação.

Procedimentos Recomendados

Não existem regras para a aplicação do Reiki. Ele pode ser aplicado informalmente, podendo o terapeuta ficar em pé e o receptor sentado ou mesmo com o terapeuta sentado atrás do receptor com as mãos em seus ombros, ou simplesmente, colocar as mãos em alguma parte do corpo do receptor enquanto conversam.

Porém, há alguns procedimentos que, embora não obrigatórios, poderão ampliar os efeitos do tratamento.

A roupa do reikiano deve ser confortável e limpa. Sendo desnecessário ao receptor despir-se, pois o Reiki passa através das roupas e qualquer outro material (como o gesso, por exemplo).

Sempre que possível, seria recomendável preparar o ambiente impregnando-o com a energia Reiki. Para isso, basta que permaneçamos alguns minutos irradiando energia com a intenção de elevar o padrão vibratório do ambiente, harmonizando-o.

Assegure-se de que não será interrompido por campainha ou telefones.

Explique ao receptor o que vai acontecer, possibilite a ele a oportunidade de conversar, desabafar, relaxar.

Aconselha-se tirar todos os adornos de metal tanto do receptor como do praticante, argolas, anéis, pulseiras, correntes, cristais e relógio, pois podem incomodar durante a aplicação do Reiki.

No caso de usar pedras nos tratamentos, estas devem ser limpas regularmente.

Nossas mãos são as ferramentas mais utilizadas em tratamento de Reiki. São ferramentas sagradas. Para evitar desconfortos devemos garantir a limpeza das mesmas, assim como, de suas unhas. Mesmo porque nas posições iniciais elas estarão em proximidade com o rosto do receptor.

O ato de lavar as mãos não se limita a sua limpeza física, mas também, nos proporciona uma proteção, pois estaremos conectados energeticamente com o receptor. Desta forma ao lavá-las (preferencialmente até os cotovelos) antes, nos protegemos mutuamente e ao lavá-las após a aplicação, nos desconectamos energeticamente. Na ausência da água, obteremos efeito semelhante ao expormos nossas mãos à chama de uma vela.

Ser um canal de Reiki é um ato de amor. Seria aconselhável nos centrarmos em nosso coração e invocarmos, mentalmente, o Deus de nossa devoção (Hierarquias do Reiki, seres de luz), solicitando permissão, proteção e orientação para que atuemos como canal desta energia amorosa e que ela seja dirigida para suprir as necessidades deste irmão que nos permitiu auxiliá-lo. Isso nos possibilita uma conexão mais pura com a energia, tornando sagrado este momento, proporcionando maior entrega e desapego.

Peça ao receptor que relaxe e, se desejar, conecte-se com o Deus de sua devoção através de uma oração.

Antes de começarmos o tratamento, é recomendável o alisamento da aura é uma forma de solicitarmos a permissão do receptor para entrar e prepará-lo para receber a energia.

Lembre-se que o reikiano é apenas um canal da energia cósmica, o responsável pela cura é Deus. Desta forma não deve envaidecer-se quando uma cura se manifesta ou entristecer-se quando isso não acontece. Pois existem muitos fatores que podem impedir esta manifestação.

Jamais interfira nos tratamentos médicos, exceto se for um profissional desta área. O diagnóstico é uma prerrogativa médica, portanto não o faça, mesmo porque para que o Reiki atue, não é necessário diagnóstico. Também não se deve interferir em quaisquer outros tratamentos. O Reiki funciona tanto como terapia preventiva quanto complementar.

Não há risco de "overdose". A energia é "puxada" pelo receptor, portanto, ele a receberá conforme sua necessidade e merecimento.

Não há um padrão para a percepção da energia. Ela pode se manifestar como calor, formigamento, latejamento, choques elétricos, vibrações, sono, relaxamento profundo, ou poderá nem ser percebida.

O Reiki independe de fé, portanto, só não atuará se o receptor não o desejar.

Conforme a sensibilidade do terapeuta e pela interação áurica, há possibilidades de o mesmo sintonizar-se com o mal-estar do receptor, para evitar isto, assim que o receptor for embora, lave as mãos e os braços até os cotovelos.

O ideal será começarmos um tratamento com três sessões consecutivas. Desta forma obtemos uma resposta mais rápida. A duração do tratamento depende de cada caso (poderá ser de 4 a 20 sessões, ou mais). O cronograma das sessões dependerá da disponibilidade do terapeuta e do receptor.

É comum, tanto terapeuta quanto receptor, ao final da sessão, sentirem-se em paz, inteiramente relaxados, harmonizados, poderá também ocorrer, do receptor sentir sono,

neste caso é aconselhável que se permita que ele repouse por algum tempo após a aplicação.

Finalize a sessão com a varredura da aura. É um procedimento semelhante ao alisamento, porém mais rápido, desta forma promoveremos o aterramento do receptor. Agradeça ao Deus de sua devoção pela oportunidade de compartilhar essa dádiva com seu semelhante, servindo de canal para que se restabeleça a harmonia e equilíbrio. Lave suas mãos, e aconselhe-o a beber bastante água e descansar.

Mãos do Reikiano



As mãos do reikiano devem estar em forma de concha (como se fôssemos beber água na fonte), com os dedos agrupados. Desta forma o Reiki fluirá pelas palmas das mãos. Ao trocamos de posição, devemos fazê-lo de modo suave movendo uma mão de cada vez, para que o fluxo permaneça constante.

Os Símbolos Cósmicos

Os símbolos são representações de um aspecto da energia, são poderosas ferramentas sagradas, compostos de yantras (desenhos energéticos) e mantras (sons energéticos). Após nossa sintonia com eles, passam a ser uma chave para conectar determinados padrões de energia. Não é necessário estarmos em estado meditativo para que eles funcionem. Porém o ideal é que estejamos receptivos e abertos para o amor.

Conforme exposto anteriormente, muitas escolas só começam a ensiná-los a partir do nível 2. Porém, desde o nível 1 o aluno é sintonizado e recebe em suas mãos o primeiro símbolo.

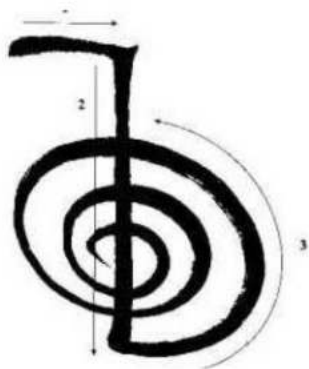
Durante os primeiros 21 dias, é necessário que o aluno faça autoaplicação diariamente e, se possível, aplique em outras pessoas, para que venha a ter uma maior compreensão da energia e aumente sua confiança nela.

Outra razão para ensiná-lo neste nível é para que o aluno que decidir-se por não continuar o aprendizado do Reiki, participando dos seminários dos próximos níveis, possa usufruir dos benefícios deste símbolo com o qual foi sintonizado.

Os símbolos, assim como a caligrafia não possuem uma única forma de serem traçados. O importante é que o façamos da forma mais próxima ao que nos foi ensinado.

Devemos usá-los com respeito e ética.

Cho Ku Rei



Conhecido como “interruptor de luz”, é o símbolo do poder. Possibilita a limpeza, transmutação e proteção, além de amplificar a energia Reiki. Tem a capacidade de concentrar a energia cósmica para a cura em um determinado ponto.

Conforme a história “oficial” da redescoberta do Reiki, Mikao Usui, em sua meditação que possibilitou o despertar desta dádiva, o viu na cor violeta, a cor da transmutação.

A ativação do Cho Ku Rei é uma ponte que traz a energia do plano espiritual para o mundo físico.

Recebe outros significados como: “imediatamente”, “alinhar-se com o cosmos”, “Deus está aqui” ou “Energia Cósmica Universal aqui e agora”.

Devemos memorizá-lo corretamente. O Cho Ku Rei tradicional é desenhado no sentido anti-horário, porém algumas escolas o ensinam no sentido horário. As duas formas são corretas, embora no hemisfério sul seja aconselhável o sentido anti-horário que representa aumento, evocação, enquanto o sentido horário representa decréscimo, dispersão. Porém o mais importante é nossa atitude e intenção.

O Cho Ku Rei possibilita que a energia permaneça fluindo enquanto houver necessidade, mesmo após o término da aplicação.

Utilização do Cho Ku Rei

- traçamos o símbolo com a mão dominante (podemos, também, imaginá-lo ou traçar com os olhos ou a língua)

- pronunciamos o seu mantra três vezes
- começamos a aplicação com as mãos em forma de concha

Durante a sessão, dirija seu foco à energia que flui de suas mãos. Desta forma, você perceberá o momento certo de trocar de posição. Caso você não a perceba, permaneça de 3 a 5 minutos em cada posição (siga sua intuição).



- O Cho Ku Rei pode ser utilizado para promover a purificação de ambientes, assim como objetos, elevando seu padrão vibratório. Você pode traçá-lo nos cantos e locais de difícil acesso, assim como, cadeiras, camas e demais objetos.
- Para proteção podemos traçá-lo nas portas e janelas.
- Podemos energizar a água e alimentos.
- Utilizando-o em medicamentos potencializa seus efeitos benéficos e minimiza efeitos indesejáveis.
- Ao percebermos um pensamento negativo, podemos envolvê-lo com o Cho Ku Rei, transmutando-o.
- Em caso de perigo, podemos utilizá-lo como proteção (como envolvendo um ladrão que tem intenção de assaltar-nos).
- Ao entrarmos em algum veículo, podemos visualizar um grande Cho Ku Rei à sua frente ou acima do veículo com um escudo de proteção.



Proteção dos Chacras



O Cho Ku Rei é uma maravilhosa ferramenta de proteção. Podemos utilizar esta técnica todos os dias ao acordarmos e antes de dormirmos.

- trace o Cho Ku Rei em ambas as mãos
- trace um grande Cho Ku Rei em frente ao corpo
- trace um Cho Ku Rei à frente de cada um dos Chacras (do Básico ao Coronário), visualizando-o sendo absorvido pelo mesmo
- tenha consciência de que está energeticamente protegido.



Tempo de Aplicação do Reiki

O tempo de permanência em cada posição depende da necessidade do receptor, à medida que aumentamos nossa sensibilidade, passamos a perceber o momento de mudar de posição. Porém, até que isso seja possível, permaneça 5 minutos em cada posição.

Região da Cabeça

Primeira Posição da Cabeça

Posicione as mãos sobre o rosto, ao lado do nariz, com a base das palmas na altura dos dentes.



Segunda Posição da Cabeça

Posicione as mãos nas laterais da cabeça, com os dedos na altura das orelhas e os pulsos próximos à coroa.



Terceira Posição da Cabeça

Palmas posicionadas na nuca.



Quarta Posição da Cabeça

Mãos posicionadas nas laterais do pescoço, unidas à frente.





Região da Frente

Primeira Posição da Frente

Mãos posicionadas sobre a parte superior do tórax.



Segunda Posição da Frente

Mãos posicionadas à altura do coração.



Terceira Posição da Frente

Mãos posicionadas à altura da boca o estômago.



Quarta Posição da Frente

Mãos posicionadas na altura da virilha.



Região das Costas

Primeira Posição das costas

Mãos posicionadas abaixo do pescoço.



Segunda Posição das Costas

Mãos posicionadas entre a região das omoplatas. Trabalha o mesmo que a segunda posição da frente.



Terceira Posição das Costas

Mãos posicionadas acima da cintura, na altura dos rins.



Quarta Posição das Costas

Mãos posicionadas à altura da virilha.



Região dos Pés

Nos pés temos os pontos reflexos que estão ligados a outras regiões e órgãos do corpo que, ao serem irradiados pelo Reiki, desbloqueiam os canais elétricos de ligação, facilitando o fluir da energia. Podemos começar ou terminar o tratamento pelos pés.



Auto-Aplicação



1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



11



12



13

Tratamentos de Plantas e Animais

O Reiki beneficia todo ser vivo, assim como os elementos da natureza.



Podemos tratar com Reiki nossas plantas e animais, desta forma contribuímos para a harmonia e equilíbrio deles.

No caso das plantas, podemos aplicar em suas raízes, nos vasos ou até mesmo energizar a água que será usada para regá-las.

Você poderá estreitar sua relação com as plantas e beneficiar-se muito, aproximando-se de uma árvore e abraçando-a, permaneça alguns minutos trocando energia com ela, você a impregna com Reiki e ela o envolve em sua aura. Essa experiência lhe apresentará a novas dimensões de consciência.

Os animais (assim como as crianças), são muito sensíveis à energia eles sabem o quanto e onde a necessitam. Se você, por exemplo, pegar um gato em seu colo para aplicar Reiki, ele se acomodará de tal forma que sua mão se posicione exatamente onde ele necessita, quando estiver abastecido, ele simplesmente se afastará, necessitando novamente de energia ele virá a seu encontro.

Não são raras as situações em que, possuindo um animal em casa e ao sermos sintonizados em um sistema de canalização de energia cósmica (como o Reiki), este nos estranhe nos primeiros dias, pois ele percebe a mudança no padrão energético.

Nossa relação com eles também se estreita, muitas vezes, animais que não conhecemos, aproximam-se de nós em busca de energia. Podemos estar na casa de alguém que acabamos de conhecer e seu cãozinho, gato, etc. aproximar-se de nós e encostar-se a nossa perna, mão, etc. isso poderá significar que ele está necessitando de energia, basta, então, posicionarmos nossas mãos em qualquer parte de seu corpo e ele se posicionará como necessário. Essa sessão poderá passar despercebida pelos demais.

Em caso de animais perigosos, o ideal é energizarmos sua água e alimento, após o nível 2 poderemos tratá-los à distância.



Bibliografia e Fontes

Isto é Reiki. Frank Arjava Petter. Editora Pensamento, 2013;

O Grande Livro dos Símbolos do Reiki. Mark Hosak e Walter Lübeck. Pensamento, 2004;

Reiki 1. Cláudia Secassi, 2013

Reiki Usui 1. Carlos Rebouças Jr, 2019

Reiki Universal. Johnny De´Carli. Madras, 2006; **Reiki Essencial.** Diane Stein. Pensamento, 1995;

Reiki: Sistema Tradicional Japonês. Johnny De´Carli. Madras, 2003;

As mais belas técnicas de Reiki. Walter Lübeck, Frank Arjava Petter. Pensamento, 2004;

Imagens do Canva – <https://canva.com> – Licença de Utilização Pro – Diversos autores.

Imagens da Internet – <https://google.com> – Autoria desconhecida.