

Reiki



Usui Reiki Ryoho

Método Usui para equilíbrio de corpo e mente

Primeiros Ensinaamentos (Shoden)

Swami Paatra Shankara

Assuntos abordados nesta apostila por ordem de importância:

| |
|---|
| Índice / 1 |
| História do Método Usui de Cura Natural / 4 |
| O Reiki e sua verdadeira história / 10 |
| A versão de Hawayo Takata / 11 |
| O Reiki no Ocidente / 13 |
| O Reiki no Japão atual / 14 |
| O desenvolvimento do Reiki no Japão / 15 |
| Usui Reiki Ryoho / 17 |
| O fundador como visto no Ocidente / 18 |
| O fundador como visto no Oriente / 20 |
| Os fundamentos budistas do Reiki / 21 |
| Autêntico ou não? / 22 |
| O significado da palavra Reiki / 26 |
| O Significado do símbolo do Reiki / 27 |
| O Reiki no Ocidente Japão pela Senhora Hawayo Takata / 30 |
| Anotações de um diário antigo de Hawayo Takata / 31 |
| Reiki – Conceitos básicos / 34 |
| Energia / 34 |
| Conceito clássico de Energia / 36 |
| Energia sob o ponto de vista oriental / 36 |
| Energia sutil / 37 |
| O Rei e o Ki / 37 |
| Energia manifestada e energia não manifestada / 38 |
| O fluir do Reiki / 39 |
| A simplicidade do Reiki / 39 |
| O Reiki e a cura / 40 |
| Sintonização / 41 |
| O funcionamento do Reiki / 41 |
| Como funciona a energia Reiki / 42 |
| Desintoxicação / 44 |
| Quem pode ser Reikiano / 45 |
| A qualidade do Reiki / 45 |
| Reiki: uma religião ou não? / 46 |
| O poder do Reiki / 46 |
| O Reiki e os “milagres” / 47 |
| O Reiki como terapia / 47 |
| O Reiki e a cura / 48 |
| O trabalho da energia Reiki: Limpeza, Harmonização e Fixação (LHF) / 49 |
| Outras aplicações do Reiki / 50 |
| Terapia Holística / 51 |
| Reiki e seus Graus (Usui Reiki Ryoho) / 53 |
| Diferenças dos Sistemas / 55 |
| Reiki – Cores / 57 |
| Shoden / 58 |

Princípios do Reiki / 59
Os Cinco Princípios / 59
Gassho - Reiji-Ho – Chiryō / 62
Meditação das Duas Mãos Postas (Gassho) / 62
Indicação da Energia Reiki/Métodos (Reiji-Ho) / 63
Tratamento (Chiryō) / 64
Técnicas usadas por Mikao Usui / 66
Explicação de Mikao Usui / 68
As técnicas empregadas no Usui Reiki Ryoho / 72
Chakras – Correlações físicas e emocionais / 97
Diagnóstico dos Chakras / 117
Qual a razão de utilizar a radiestesia e a radiônica junto com o trabalho de com Reiki? / 117
Diagnóstico dos Chakras com um Pêndulo / 120
Outras possibilidades/métodos de avaliação dos Chakras / 125
Limpeza da Aura / 133
Limpeza da coluna / 135
Posições de mãos e dedos durante o Reiki / 136
O Ritual Reiki para o Shoden, Okuden e Shinpiden / 141
Tratamento Sistemático com o Reiki – Considerações / 149
Considerações sobre o equilíbrio e reconstrução dos chakras / 152
Selamento dos Chakras (não-Reiki) / 156
Passos a serem seguidos sempre num tratamento completo/157
Posições tradicionais, por Takata / 158
Posições de mãos livres / 162
Reiki para crianças e bebês / 200
Buracos na aura humana / 201
Ritmo Cardíaco e Respiratório - A Proporção Saudável / 202
Massagem nas Zonas de Reflexo nos Pés / 205
O Corpo Humano / 207
Reiki Emergencial / 215
Bibliografia / 220

Aos futuros Reikianos

Não poderia me furtar em tecer alguns comentários sobre o tema Iniciação.

Normalmente, quando as pessoas, em geral, buscam a sua Iniciação, têm em mente que serão desvelados segredos guardados a sete chaves, o incrível irá ser revelado e o abstrato se tornará concreto.

É importante sempre lembrar, que no nosso dia-a-dia somos Mestres e Discípulos. Mestres, porque estaremos de alguma forma proporcionando um caminho àqueles que não o viram, e Discípulos, pois neste planetóide, ninguém é sabedor de tudo: se o fosse, não estaria entre nós.

Numa abordagem simples, Iniciação pode ser interpretada como início para uma ação ou mesmo ação de início. Toda perspectiva, sob a minha ótica, visa o auxílio momentâneo para o despertar interior, que sempre será o nosso mestre que, quem sabe, não sejamos nós mesmos.

Infelizmente, a agitação dos dias atuais, onde as pessoas são formadas e forjadas para a competição, perdem-se, momentaneamente, oportunidades para o desenvolvimento e crescimento de todos. Valores ou premissas individuais tentam prevalecer sobre premissas coletivas, pois na quase totalidade das vezes, pelo menos no que já tive a oportunidade de conhecer, há o princípio de "obediência incondicional", onde a verdade relativa de alguns tem de ser apreendidas como verdades absolutas.

O processo iniciatório vai além de conceitos próprios de filosofia, ciências, religião, artes, forma de ver o mundo físico ou astral. A Iniciação transcende os valores que conhecemos, pois a perspectiva é a de fazer, ou melhor, auxiliar no crescimento das pessoas como seres, para algo muito maior do que o rótulo de nossas convicções.

Para a relação de Mestre e Discípulo, a princípio, não há necessidade de que pessoas sejam afins ao mesmo projeto de vida, pois a Iniciação não é uma escola e sim a catalisação de valores individuais, que já estão latentes nos indivíduos. Iniciação não é uma instituição e sim um processo individual, pois cada ser tem diferentes aspirações, vontades, determinações, carências, qualidades, etc. O aspecto religioso, por exemplo, é apenas um facilitador ou mesmo um dificultador.

Devemos considerar que o neófito, quando da sua Iniciação como Reikiano, só estará recobrando aquilo que já lhe era intrínseco e apenas estará sendo despertado para algo que já existia dentro de si.

Swami Paatra Shankara

História do Método Usui de Cura Natural



A história de Reiki se transmite normalmente até o presente, de forma oral de professor a aluno. Esta é a história que a Sra. Takata trouxe ao ocidente, para que o Reiki até então desconhecido, tivesse uma conotação mais esotérica, ao gosto da população dos países ocidentais. Nesse mister deve-se ter em conta que Sra. Takata teve que fazer isso no período pós-guerra entre o Japão e os Estados Unidos, onde tudo que provinha daquele país oriental, certamente era visto com desconfiança.

Neste mesmo composê, veremos mais tarde, como os acontecimentos ocorreram de fato.

Essa versão é normalmente discorrida na maioria dos cursos e seminários de Reiki, pois a versão correta dos fatos, não tem o encanto necessário e sua narração seria morosa demais para os seminários, normalmente trabalhada em um final de semana.

Na maioria dos livros a respeito da técnica de Reiki, essa visão romanceada também é colocada como uma visão real dos fatos. Há tendências mundiais, inclusive, que preferem essa versão para que o Reiki não seja uma filosofia puramente oriental, vinda do Japão.

Essa é a história como escutei e outros têm escutado:

O fundador do Reiki como método de cura natural foi o Dr. Mikao Usui. Ao final do século XIX o Dr. Usui era o presidente de uma pequena universidade cristã em Kyoto, Japão. A Universidade Doshisha. Era também um ministro cristão.

Num intercâmbio de ideias com um aluno ao começo de um serviço dominical, mudou o enfoque da vida do Dr. Usui. Quando o Dr. Usui estava terminando um dos últimos serviços dominicais do ano escolar, um estudante do último ano que estava a ponto de formar-se, levantou sua mão e perguntou: “Você aceita o contido na Bíblia literalmente?”.

O Dr. Usui contestou que efetivamente aceitava o que continha a Bíblia. O aluno continuou:

“Na Bíblia disse-se que Jesus curava os enfermos, que Ele sanava e caminhou sobre as águas. Você aceita isto tal como está escrito? Já viu isto suceder alguma vez?”.

O Dr. Usui contestou que cria, mas que nunca havia visto uma cura nem caminhar sobre as águas.

O aluno continuou dizendo: “Para você, Dr. Usui, este tipo de fé cega lhe basta, porque tem vivido sua vida e está seguro. Para nós que estamos começando a viver nossa vida adulta e que temos muitas dúvidas e inquietudes, não é suficiente. Precisamos ver com nossos próprios olhos”.

A semente estava lançada. No dia seguinte o Dr. Usui renunciou ao seu posto de presidente da Universidade Doshisha e foi aos Estados Unidos, à Universidade de Chicago, aonde se doutorou nas Sagradas Escrituras, em seu intento de descobrir como Jesus e seus discípulos sanavam aos enfermos.

Não encontrou o que buscava.

Ao conhecer que na tradição budista, sustentava-se que Buddha teria o poder de curar, decidiu voltar ao Japão e ver o que poderia aprender com o budismo.

Em seu retorno ao Japão, o Dr. Usui começou a visitar monastérios budistas buscando alguém que tivesse algum interesse e algum conhecimento sobre como curar o corpo físico. Sempre recebeu a mesma resposta às suas perguntas:

“Estamos muito preocupados em curar o espírito para preocupar-nos em sanar o corpo”

Por fim encontrou um ancião abade em um monastério zen que estava interessado no problema de como recuperar a saúde corporal.

O Dr. Usui solicitou ser admitido no monastério para assim poder estudar as escrituras budistas, os sutras, em busca da chave da cura. Foi admitido e começou seu estudo.

Estudou a tradução japonesa das escrituras budistas, mas não encontrou a explicação que esperava. Aprendeu chinês, para poder utilizar uma variedade mais ampla de escritos budistas, ainda sem êxito.

Então, decidiu aprender sânscrito, a antiga língua, para assim poder ler os escritos budistas originais e acessar aos que nunca tinham sido traduzidos para outra língua.

Ao fim, encontrou o que havia estado buscando. Nos ensinamentos de Buddha, que haviam chegado a outros graças a um discípulo desconhecido que as punha por escrito àquilo que Buddha falava o Dr. Usui encontrou a fórmula, os símbolos e a descrição de como Buddha curava.

Foi assim que ao final de sete anos de busca o Dr. Usui encontrou o que buscava, mas não tudo. Ainda que tivesse descoberto o conhecimento, não tinha o poder de curar. Havendo comentado isto com seu velho amigo abade, decidiu ir a uma montanha para meditar sobre tudo aquilo, para buscar o poder de curar.

O abade disse-lhe que podia ser perigoso, que podia perder a vida. O Dr. Usui contestou que havia chegado tão longe e não ia voltar atrás.

O Dr. Usui subiu a uma das montanhas sagradas do Japão e meditou durante vinte e um dias. No primeiro dia colocou vinte e uma pedrinhas diante de si e cada dia que passava lançava uma para longe.

No dia número vinte e um observou que um raio de luz vinha dos céus e apontava sobre si. Sem ter medo, não se moveu, e o raio de luz o golpeou e ele caiu no chão desmaiado. Então ele viu numa sucessão rápida de imagens como bolhas de luz diante de si, os símbolos que havia descoberto em seus estudos, a chave das curas de Buddha e de Jesus. Os símbolos se gravaram em sua memória.

Quando saiu do transe, não estava esgotado, nem tenso e faminto como se sentia antes, em seu último dia de meditação.

Levantou-se e empreendeu a descida da montanha. No caminho, tropeçou e teve arrancado a unha do dedo maior do pé. Saltou de dor e agarrou-se ao dedo do pé com as mãos. Em poucos minutos desapareceu a dor, o dedo deixou de sangrar e havia começado o processo de cura.

Quando desceu da montanha de deteve em uma pousada e pediu café da manhã. O ancião da pousada, ao ver sua barba crescida e o estado de suas roupas, se deu conta que ele não havia comido durante muitos dias. Disse-lhe que só tardaria alguns minutos para preparar comida para saciar seu estômago tanto tempo vazio e indicou que quando estivesse ausente preparando a comida, ele que se sentasse em um banco debaixo de uma árvore.

Pouco tempo depois veio a filha do ancião com o café da manhã. Ao vê-la, o Dr. Usui se deu conta de que havia estado chorando e que tinha um dos lados do rosto inchado e vermelho.

Perguntou-lhe o que se passava e ela respondeu que havia três dias que tinha dor de dentes. Ele perguntou se podia tocar-lhe o rosto, e com sua permissão colocou suas mãos em concha sobre suas bochechas. Em alguns minutos a dor desapareceu e a inchação começou a diminuir.

Ao regressar ao monastério, à tarde, Ihe disseram que seu amigo abade estava de cama, acometido de um doloroso ataque de artrite. Depois de banhar-se e comer algo, O Dr. Usui foi ver seu amigo e aliviou sua dor com suas mãos curativas. Fez o tratamento durante quatro dias consecutivos.

Durante os sete anos seguintes o Dr. Usui trabalhou curando enfermos em um acampamento de mendigos no Japão. Aos que eram jovens e capazes de trabalhar ele os mandava procurar trabalho. Depois de sete anos observou que aqueles a quem havia ajudado voltavam ao acampamento de mendigos nas mesmas condições em que os havia encontrado pela primeira vez.

Perguntou-lhes porque haviam voltado ao acampamento e eles contestaram que preferiam sua antiga forma de viver. O Dr. Usui se deu conta que Ihes havia curado o corpo físico livrando-os de seus sintomas, mas não havia ensinado a valorizar a vida nem a encontrar uma nova forma de viver. Abandonou o acampamento de mendigos e se empenhou a ensinar a outros que tiveram mais vontade de aprender. Ensinou-lhes como curar a si mesmos e Ihes entregou os princípios de Reiki para ajudá-los a curar seus pensamentos.

Um de seus alunos, Chujiro Hayashi, um oficial reformado da marinha, estava a buscar uma forma de servir aos demais. Encontrou o Dr. Usui, que Ihe iniciou, e se comprometeu profundamente com a prática do Reiki.

Quando a vida do Dr. Usui estava chegando ao seu término, reconheceu o Dr. Hayashi como Mestre Reiki e Ihe encarregou em manter intacta a essência de seus ensinamentos.

O Dr. Hayashi, dando-se conta da importância de conservar o método e as histórias médicas, fundou uma clínica em Tóquio aonde as pessoas podiam ir para receber tratamento e aprender Reiki. Havia um grupo de praticantes que iam tratar em suas casas aqueles que não podiam ir à clínica.

Ele verificou dezenas de histórias médicas que demonstraram que Reiki encontra a origem nos sintomas físicos, supre as carências de vibração e energia e restabelece a integridade do corpo.

Em 1935 uma jovem mulher foi levada à clínica por um empregado de um hospital cirúrgico de Tóquio. Esta mulher, Hawayo Takata, havia ido ao Japão operar-se de um tumor. Enquanto se preparava para a cirurgia no hospital, compreendeu que a cirurgia não era necessária e havia outra forma de tratar-se.

Havia sido guiada pelo Reiki.

Durante as experiências e tratamentos da Senhora Takata na clínica, sua enfermidade melhorou e seu desejo de aprender Reiki cresceu. Quando quase havia terminado seu tratamento, pediu para ser admitida em um curso básico, porém Ihe foi negado.

Deu-se conta que teria que demonstrar um profundo compromisso com Reiki. Foi ver o Dr. Hayashi e lhe contou que sentia e seu desejo de permanecer no Japão o tempo que fosse necessário. Ele aceitou e que iniciaria seu aprendizado.

A Senhora Takata e suas duas filhas se instalaram durante um ano no Japão, na casa da família Hayashi para aprender e praticar Reiki todos os dias com Hayashi. Quando ambos concluíram que seu aprendizado havia terminado, a Senhora Takata regressou ao Hawaí com o dom de curar.

No Hawaí sua prática de Reiki prosperou com rapidez e logo Hayashi e sua filha foi visitá-la. Permaneceram vários meses ensinando e praticando em companhia da Senhora Takata. Em fevereiro de 1938 a Senhora Takata foi iniciada como Mestre do método Usui de cura natural. Pouco tempo depois da iniciação, Hayashi e sua filha regressaram ao Japão.

O Dr. Hayashi teve o pressentimento de que estava próxima a guerra entre Estados Unidos e Japão. Para ele era incompatíveis sua condição de Mestre de Reiki e sua obrigação de servir outra vez na marinha. Empreendeu, então, a colocar em ordem os assuntos de sua família.

Ao mesmo tempo, a Senhora Takata no Hawaí teve um sonho muito intenso que a encheu de preocupação. Compreendeu que devia ir-se ao Japão para ver o Dr. Hayashi. Quando chegou, o Dr. Hayashi lhe contou muitas coisas: a proximidade da guerra, quem ganharia o que devia fazer e onde devia ir para evitar problemas, devido à sua qualidade de japonês-americana residente no Hawaí. Tudo isto ele previu e contou a ela para protegê-la e ao Reiki.

Quando todos os seus assuntos estiveram arranjados e em ordem, reuniu a sua família junto com os Mestres de Reiki para expressar suas últimas palavras. Depois de reconhecer a Senhora Takata como sua sucessora em Reiki, se despediu. Sentado na maneira tradicional japonês e vestido com a roupa formal japonesa, fechou seus olhos e abandonou seu corpo.

Seguindo seus conselhos, a Senhora Takata terminou seu trabalho no Japão e retornou ao Hawaí como Mestre de Reiki. Demonstrou seu compromisso ao longo de sua vida, ensinando e praticando Reiki. Converteu-se em uma excelente curadora e grande professora, introduzindo a visão de Reiki no mundo ocidental.

Uma neta da Senhora Takata, Phyllis Furumoto, recebeu quando pequena o Primeiro Grau diretamente de sua avó, e dava tratamentos a Takata quando ia visitá-la. Sem impedimentos, a vida de Phyllis estava orientada para a universidade e para uma profissão. Apesar de que a Senhora Takata lhe pedia a cada certo tempo que continuasse com seus estudos de Reiki, Phyllis estava muito ocupada para aceder.

Ao final dos anos setenta, quando Phyllis tinha vinte e sete anos, aceitou o Segundo Grau de iniciação da Senhora Takata, e esta se empenhou em ensiná-la.

Na primavera de 1979, Phyllis decidiu isto, depois de meditar, viajar e trabalhar durante um mês com sua avó. Justo antes da primeira viagem, a Sra. Takata iniciou Phyllis como Mestre de Reiki. Então Phyllis empreendeu a ensinar e praticar Reiki a sério.

Durante o período de estudos do ano seguinte, Phyllis supôs que seria a sucessora da Senhora Takata na linha de Reiki. Pouco depois de reconhecer Phyllis como sua sucessora, em dezembro de 1980, Takata partiu desta vida.

Nos anos seguintes ao falecimento da Senhora Takata, Phyllis tinha chegado a aceitar totalmente seu papel e havia compreendido a responsabilidade da sua posição. Ela é um exemplo vivo do que sucede quando uma pessoa aceita a força energética de Reiki como mestre e guia para a vida.

Na atualidade, o método Usui de cura natural se pratica em todo o mundo. Você forma parte desta história. Com seus desejos de compartilhar este dom, apoias e estimulas o desenvolvimento da vida.”.

O Reiki e sua verdadeira história

As raízes teóricas do Reiki fundamentam-se em uma rica mistura baseados no Budismo Esotérico, na magia japonesa Shugendô e no Xamanismo, e ainda nas lições dos deuses xintoístas e no Taoísmo mágico da China, portanto sua beleza reside em múltiplos aspectos. O Reiki não é semelhante à arte de curar no nível físico e psicológico, pois não afeta apenas o corpo físico, vai muito além dele, abrangendo os corpos emocional, mental e espiritual. A cura é apenas um aspecto importante do trabalho com o Reiki na relação cura/doença.

Cura, trabalho com energia, terapia e assim por diante são apenas atributos com os quais revestimos o Reiki, de modo a torná-lo mais fácil de entender e de ser aprendido pela mente racional.

Um artista aprenderá a transformar a energia em arte com mais facilidade, um homem de negócios transformará o Reiki em dinheiro, um cozinheiro criará pratos carregados de energia e um religioso será um melhor religioso. Um mestre na arte de viver transformará o Reiki em prazer de estar vivo. O Reiki é um caminho de humanização. Embora estejamos na Terra como humanos, esse estado é apenas um potencial e, nesta vida, nos é permitido lutar por sua realização.

Através do Reiki podemos unir Céu e Terra. Ele é nossa raiz energética aqui na Terra, e quanto mais enraizados estivermos, mais alto nossa coroa se estenderá em direção ao Céu.

O Reiki é um sistema de autoajuda perfeito, que se ajusta àquele que o usa e não requer intermediários, independentemente de você ser um iniciante no mundo espiritual, um intelectual calejado, um estudante de yoga que enfatiza o corpo, uma dona de casa ou um devoto. Ele nos põe de novo em contato com a energia vital há muito esquecida, mas que a tudo permeia, e nos ensina como amar a nós mesmos novamente. Ajuda-nos a cruzar o vão aberto pelo homem entre nossos semelhantes humanos e a natureza, para que assim possamos viver de novo em harmonia.

Para alguns, o Reiki é uma das muitas formas de atividade física; para outros, é uma arte de cura alternativa da Nova Era; e para outros ainda, é uma técnica de meditação. Tudo depende do ponto de vista de quem o pratica.

A versão de Hawayo Takata

Atualmente existem centenas de livros sobre Reiki e a maioria deles apresenta como a história do Reiki aquilo que Takata contou. A pergunta é porque todos os autores repetem a mesma história, uma vez que ela não está avalizada pelos fatos. Isto se deve, em parte, a que muitos desses livros surgiram antes que os fatos verdadeiros fossem conhecidos. Por outro lado, ninguém se preocupou em investigar a veracidade da história. Por exemplo, segundo Takata, Dr. Usui foi Presidente da Universidade de Doshida em Kyoto e, em lugar de simplesmente considerar como certa esta afirmação, qualquer autor poderia ter contactado sem dificuldade a Universidade para comprovar a informação.

À medida que alguns estudiosos investigaram a história de Hawayo Takata, foi ficando cada vez mais claro que ela estava cheia de erros e contradições e, já que sua versão se incorporou a tantas publicações, é importante que aqueles que a conheceram e a transmitiram a seus alunos, considerem os aspectos comprovadamente falsos e, em seu lugar, deem a eles informações corretas. Dessa maneira se obtém uma versão mais precisa da história e se compreende melhor o modo como influiu o testemunho de Takata na prática do Reiki no Ocidente.

Takata afirmava ser a única Mestra de Reiki do mundo, uma vez que todos os outros no Japão haviam morrido durante a guerra. Todos os folhetos de anúncio de seus cursos são prova de que ela agia assim. Hoje se sabe que, no Japão, os professores de Reiki continuaram ensinando tanto antes quanto depois da guerra. No Japão continua-se a praticar Reiki e a sociedade fundada pelo Dr. Usui, a Usui Reiki Ryoho Gakkai, em Tóquio, continua sendo sua representação institucional. O Sr. Kanichi Taketomi foi presidente dessa organização durante a guerra, permanecendo nesse cargo até sua morte em 1960.

Takata considerava que o Reiki tinha uma tradição transmitida oralmente e, portanto, seus alunos não recebiam material escrito e não podiam fazer anotações ou gravações. Esta regra foi estritamente observada e transmitida a todos os Mestres formados por ela como parte essencial do método Usui de Reiki. Isso talvez explique porque a formação em Reiki através dos Mestres de Takata teve um alcance tão limitado.

Hoje sabemos que o Reiki, de nenhuma forma, é uma tradição de transmissão oral. Tanto o Dr. Usui quanto o Dr. Hayashi elaboraram notas que entregavam a seus alunos. Estão disponíveis exemplares de manuais que eles escreveram que contêm muitos e importantes exercícios e técnicas para o tratamento de doenças específicas.

Sabe-se com exatidão que Takata tinha o manual do Dr. Hayashi e que entregou cópias a alguns de seus alunos, mas sem documentação escrita e sem autorização para tomar notas ou fazer gravações ficava difícil aprender. Takata se considerava representante de Reiki segundo o Dr. Usui e garantia estar ensinando sem nenhuma modificação o método original. Graças a outros

manuais, comprovou-se que muitos exercícios que o Dr. Usui havia ensinado foram ignorados.

Takata dizia ter aprendido Reiki no Japão em 1935 com o Dr. Hayashi. Foi comprovado que o Dr. Hayashi deixou a Usui Reiki Ryoho Gakkai e desenvolveu sua própria variedade de Reiki. Esta é diferente em muitos aspectos do que o Dr. Usui ensinou e do que ele aprendeu na Gakkai. Isto pode ter sido positivo em muitos sentidos, mas é claro que em virtude disso ele criou seu próprio estilo de Reiki, o que foi comprovado pelo nome de sua clínica, que era Instituto de Reiki Hayashi.

Os seguidores de Takata insistem que ela ensinava o Reiki segundo o Dr. Usui e por isso sentem-se no direito de considerar como “tradicional” sua forma de praticar Reiki, e de serem os únicos representantes do Reiki autêntico. Mas Takata não praticava o Reiki “tradicional”, ao contrário. Ela seguia o trabalho desenvolvido pelo Dr. Hayashi e, após a morte dele, continuou introduzindo modificações em seu método, deixando de lado, inclusive, muitos exercícios importantes do sistema Usui.

Outra das afirmações de Takata foi que o Dr. Usui era cristão. Segundo a Gakkai ele nunca foi cristão, mas sim budista. Esta informação se sustenta pelo fato de que ele está enterrado junto ao Templo Saioji, um templo budista. Além disso, segundo ainda Takata, o Dr. Usui terminou seus estudos e se graduou com o teólogo na Universidade de Chicago. O que, mais tarde, foi comprovado pela própria Universidade não ser verdade.

Takata é a única fonte que afirma que o Dr. Usui “redescobriu” o Reiki em um texto em sânscrito, em um sutra budista, em um templo Zen, mas a história contém muitas imprecisões, uma vez que em seu manual “Reiki Ryoho Hikkei” ele diz que o Reiki é absolutamente original e não pode ser comparado a nenhum outro caminho espiritual no mundo. Após a morte de Takata, Barbara Weber Ray se autodenominou Grã Mestra de Reiki. Segundo ela, Takata queria que ela assumisse a responsabilidade sobre o Reiki como Grã Mestra. Pouco depois apareceu outra mulher, Phyllis Furumoto, dizendo o mesmo. Em torno dessas duas pessoas se agruparam duas organizações diferentes de Reiki. Esse título de Grã Mestra nunca foi e nem é usado no Japão e só passou a ser usado no Ocidente após a morte de Takata.

A organização criada pelo Dr. Usui, a Usui Reiki Ryoho Gakkai, teve como seu primeiro presidente o próprio Dr. Usui que, logo depois de sua morte foi substituído pelo Sr. Juzaburo Ushida. O Dr. Hayashi nunca foi presidente da Gakkai e nem poderia ter sido, já que se desligou dela para criar seu próprio grupo. Logo, nenhum dos seguidores de Hayashi poderia ter sido presidente daquela organização.

Desta maneira pode-se ver que Takata nunca ensinou Reiki da mesma forma que o fazia o Dr. Usui e que tão pouco pertenceu à organização que ele havia fundado e na verdade professava os ensinamentos de Hayashi. Em razão disso, nenhum de seus discípulos pode avocar para si o título de representante do Sistema Usui de Reiki.

O Reiki no Ocidente

Muitos professores de Reiki descrevem o movimento ocidental do Reiki da seguinte maneira: antes de sua morte, o Dr. Usui passou seu conhecimento a muitos outros e fez do Dr. Chujiro Hayashi, um comandante da Marinha Imperial Japonesa, um Shihan de Reiki com a responsabilidade de guiar todos os outros professores de Reiki.

Foi ele quem levou o Reiki do Japão para os Estados Unidos, quando visitou o Havaí no final de 1936 para se encontrar com uma de suas alunas, Hawayo H. Takata. A Sra. Takata era uma “nikkeijin” (imigrante japonesa vivendo no exterior) nascida na ilha de Kauai, Havaí, em 24 de dezembro de 1900.

Não se sabe quantas pessoas receberam o grau de Shihan do Dr. Hayashi, mas sabemos que de fato ele fez da Sra. Takata uma Shihan de Reiki quando visitou o Havaí em 1938. Um pouco antes de sua morte, em 10 de maio de 1941, ele nomeou a Sra. Takata Shihan de Reiki e líder do movimento.

Takata abriu duas clínicas de Reiki no Havaí (Hilo e Honolulu), onde realizou tratamentos e formou alunos até o segundo nível. Tornou-se uma terapeuta muito conhecida e viajou para os Estados Unidos e outros países para ensinar e dar tratamentos. Em 1970 começou a ensinar a seus alunos o Shinpiden, ou grau de Mestre, como ela o denominou. Em que pese tratar-se de um curso de apenas um fim de semana e sem parte prática, recebia por isso 10.000 dólares.

Algumas fontes sem confirmação fidedigna, mas que merece umas palavras sobre isso, dizem que houve um erro crasso nessa informação, pois a Sra. Takata diante da imposição social de ter que cobrar num país capitalista, na realidade teria pedido 10.000 ienes, que representava poucos dólares na época. Mal compreendida, recebeu 10,000 dólares pelo curso de Mestrado e assim ficou. Essa ideia dos preços caros se difundiu rapidamente e hoje ainda se cobram preços absurdos e abusivos.

Até sua morte em 11 de dezembro de 1980, Takata iniciou vinte e dois Mestres de Reiki e, pouco antes de morrer, entregou uma lista com os nomes à sua irmã e deixou como herança o título de grã-mestra à sua neta Phyllis Lei Furumoto. Todos os seus alunos tiveram que prestar um juramento sagrado pelo qual ensinariam exatamente o que haviam aprendido, com o objetivo de preservar o método Usui. Entretanto, está claramente documentado que ela mesma não tinha agido assim. Seu método de ensino remetia ao Dr. Usui, mas o que ela ensinava e praticava tinha pouco a ver com o que o Dr. Usui considerava importante. Talvez o mais correto seja chamar seu método de “Reiki Takata”.

Por causa dos altos preços cobrados, muitos não podiam desfrutar do Reiki e por isso ele se difundiu muito lentamente. Isto contradizia a vontade do Dr. Usui, já que sua intenção sempre foi tornar o Reiki algo acessível para todo o mundo e não restrito apenas a um grupo determinado.

Depois da morte da Sra. Takata o movimento de Reiki no Ocidente dividiu-se em duas direções: A “Reiki Alliance”, orientada por Phyllis Furumoto e a “The Radiance Technique”, liderada por Barbara Ray e sediada nos Estados Unidos.

Nos últimos vinte anos o Reiki passou por enormes mudanças no Ocidente. No princípio foi introduzido por Takata com todas as suas regras e ideias particulares e restritivas, e os primeiros passos do Reiki não correspondiam em alguns aspectos com o autêntico espírito do Reiki. O importante, entretanto, é que independentemente disso o Reiki tornou-se conhecido e devemos agradecer a Takata pelo fato dela tê-lo trazido para o Ocidente. Mais tarde o espírito do Reiki encontrou sua própria cura.

À medida que o tempo passou começaram a surgir documentos escritos, manuais e novos dados sobre a vida e a obra do Dr. Usui. Estas informações vinham de fontes confiáveis e confirmaram o que muitos já haviam suposto: o Reiki deveria ser ensinado de uma forma aberta e acessível a todos.

O Reiki no Japão atual

Logo após a morte do Dr. Usui, o movimento do Reiki no Japão se dividiu em diferentes grupos, entre os quais, o Hayashi Shiki Reiki Ryoho, do Dr. Hayashi. Por razões desconhecidas, em algum momento o Dr. Hayashi se desligou da Usui Reiki Ryoho Gakkai, o que foi comprovado pelo fato dele ter criado seu próprio método. Outro fato leva a essa conclusão, uma vez que ele transmitiu a Takata o nível de Mestre professora de Reiki, o que não faz sentido, já que somente o presidente da Gakkai poderia entregar a alguém o título de professor (Shihan).

Afirma-se que Hayashi foi bastante famoso em sua época e que a quantidade de seus seguidores superou em muito a do grupo originário da Gakkai. Entretanto, a organização criada por ele praticamente desapareceu após sua morte, embora sua esposa Chie Hayashi tenha continuado a ensinar Reiki.

No Japão se afirma que a história do “suicídio interior” de Hayashi e que muitos de nós leram em livros ocidentais de Reiki, é apenas uma lenda. O fato é que, como o Dr. Hayashi viajava com frequência aos Estados Unidos para ensinar Reiki e quando se estabeleceu a guerra os dois países tornaram-se inimigos, surgiram rumores de que ele era um agente, razão pela qual decidiu tirar sua própria vida. Os grupos de Reiki no Japão ou eram muito pequenos o tinham ares enigmáticos e, por isso, cresceram pouco. A maior parte deles acabou depois da segunda guerra. Muitos deles desapareciam após a morte de seu fundador e outros mudavam seu conteúdo para satisfazer a determinados interesses. Alguns dos pequenos grupos religiosos que existem hoje no Japão foram criados por alunos do Dr. Usui.

Entre os anos 40 e 80 houve um grande vazio na história do Reiki e faltam informações sobre os fatos mais significativos.

A cultura japonesa é conhecida e, de certo modo ridicularizada, pelo fato de que certos métodos desenvolvidos no país e exportados para o Ocidente devem ser novamente introduzidos lá para que os próprios japoneses o aceitem. Aconteceu isso com a cultura macrobiótica, que se tornou conhecida depois que se popularizou nos Estados Unidos e foi levada de volta para o Japão. O mesmo aconteceu com o Aikidô, com o Shiatsu e com o Reiki. Em razão disso, somos obrigados a nos referir como “Reiki Ocidental” àquele ensinado por Takata e como “Reiki Japonês” àquele ensinado segundo os métodos da Gakkai e de outros grupos relacionados a ela.

Em poucos anos o Reiki Ocidental se difundiu por todo o país e em 1999 o Reiki havia se convertido em uma técnica muito conhecida, entretanto, passaram a existir muitos tipos de escola de Reiki Ocidental. Considerando-se que os japoneses são muito bons para sintetizar, tornam-se hábeis quando se trata de encampar um sistema de pensamento, um conceito, uma máquina, uma técnica ou uma religião e mudam tudo isso totalmente. Com frequência o resultado obtido é muito melhor que o produto original.

No caso do Reiki ocidental praticado no Japão, a corrente de transmissão não tem grande importância. São muito poucos os professores de Reiki que se interessam por saber com quem seu aluno aprendeu Reiki. Logo, é perfeitamente possível perguntar ao professor qual linha ele segue sem com isso ser descortês. Nos círculos de Reiki ocidental, ser japonês e ensinar Reiki são considerados um símbolo de status.

O desenvolvimento do Reiki no Japão

Segundo relato de Frank Arjava Petter, que foi quem pesquisou as origens do Reiki Usui tradicional, por volta de 1997, comprovou-se que o sistema original criado pelo Dr. Usui estava na realidade baseado na intuição. O praticante deveria obedecer a suas mãos. Uma vez que o Reiki se aprende e é praticado no Japão há muitos anos, não era necessário um sistema determinado de posições e uma duração fixa de tempo em cada uma delas. Os sistemas de doze, quatorze ou mais posições foram criados no Ocidente. Do manual do Dr. Hayashi entende-se claramente que ele não criou posições “ocidentais” das mãos. É possível que ele as tenha criado a partir do encontro com Hawayo Takata. Isso não quer dizer que não se devam utilizar as posições ocidentais de mãos. Elas cumprem seu objetivo e são de grande ajuda, especialmente para os iniciantes.

Sob a direção do Dr. Usui, na sede da Usui Reiki Ryoho Gakkai realizavam-se quatro reuniões mensais, e nelas se realizavam as seguintes atividades:

Recitavam-se de voz alta os poemas de Meiji-Tenno (O Imperador Meiji), já que o Dr. Usui era muito afeto a ele e falava dele com muito respeito. Os imperadores japoneses são considerados como encarnação do deus Shinto e até hoje muitos japoneses reverenciam seu imperador e toda a família imperial. Mesmo hoje em dia, em muitas casas se encontram fotografias da família imperial.

Do ponto de vista político, a Reforma Meiji (1868-1912) foi uma época de muitas transformações e desordem, ou seja, uma época em que se quebraram várias estruturas e se criaram novas. Nos primeiros anos desse período, o budismo e o cristianismo foram violentamente perseguidos.

Quando o budismo foi introduzido no Japão no século V, se mesclou com a religião japonesa original, o xintoísmo, e muitos japoneses eram adeptos de ambas as crenças. A Reforma Meiji tinha por objetivo separar as duas religiões e declarar o xintoísmo como religião de Estado. Nesse processo foram mortos muitos monges budistas, fecharam ou destruíram muitos monastérios e seus habitantes foram obrigados a decidir aderir ao xintoísmo ou sofrer severas consequências. Muitos grupos cristãos passaram à clandestinidade ou se dissolveram completamente.

Essa violenta frente de grupos religiosos deve ter sido o motivo pelo qual o Dr. Usui integrou os princípios Meiji ao seu trabalho com o Reiki. Provavelmente quis escapar do destino de tantos outros grupos de sua época dedicados à cura energética. O Taireidou (grupo de cura pelas mãos), por exemplo, foi proibido e para sobreviver dividiu-se em numerosos grupos. O cargo do Dr. Usui como secretário de Shinpei Goto, um político de alto nível de sua época, foi um fato importante naquelas circunstâncias.

Suas conexões políticas e o fato de que muitos praticantes de Reiki na época do Dr. Usui vinham de setores da alta sociedade, (um artigo de um periódico do ano de 1929 dizia que o presidente do Banco de Tóquio era um praticante de Reiki) salvaram o movimento Reiki das perseguições. Entretanto, durante a segunda guerra mundial, alguns praticantes de Reiki temiam que seu grupo fosse associado ao movimento pacifista, e esse talvez tenha sido o motivo pelo qual a Gakkai suspendeu suas atividades durante a guerra. Depois de 1945 ela as retomou.

Durante as reuniões de Reiki do Dr. Usui, os participantes diziam em voz alta os poemas e ouviam depois uma palestra sua. Parece que tinha muito humor e uma grande energia vital.

Muitas pessoas queriam tocar suas roupas para poder conectar-se e absorver essa energia transbordante. Isso acontecia com os santos da Índia e seguramente era o caso também dos santos católicos.

Após recitar os poemas do Meiji Tenno, o Dr. Usui explicava o Reiki aos participantes, de onde vinha e como devia ser utilizado e descrevia um caso para ilustrar suas explicações. Os participantes praticavam a meditação Gassho e a técnica respiratória Joshin Kokyuu-Ho e depois se tratavam entre si.

Usui Reiki Ryoho

A palavra “tradição” pode ser definida de várias maneiras: - transmissão de elementos de uma cultura de geração a geração, especialmente de maneira oral - modelo de pensamento ou de conduta seguido por um povo de geração em geração, um uso ou um costume - diferentes usos ou costumes que são considerados como uma unidade de casos precedentes que influem sobre o presente: tradições familiares em relação à vestimenta e à conduta que devem ser cultivadas. - preceitos religiosos não escritos - um ou vários usos antigos.

A palavra “tradição” é de origem latina. “Traditus” é particípio passado do verbo “tradere”, cujo significado é “legar”, “confiar”.

Fala-se de “tradição Reiki”, “Reiki tradicional”, “seguindo a tradição do Dr. Usui”, etc. Porém, lamentavelmente, no mundo ocidental sabe-se quase nada sobre a tradição do verdadeiro Reiki. Os mais de vinte e cinco anos de tradição Reiki no Ocidente se baseiam no que Hawayo Takata ensinou sobre ele. Tradição é algo que muitas pessoas transmitem, não apenas uma. Dessa forma ficaria fácil investigar como uma tradição foi transferida.

No que diz respeito ao Reiki Ocidental é extremamente difícil saber o que ocorreu entre o Dr. Usui e o Dr. Hayashi e entre este e Hawayo Takata, porque as testemunhas de seus feitos já não vivem mais. Investigações posteriores realizadas no Japão mostraram que na Usui Reiki Ryoho Gakkai o Dr. Hayashi era considerado “persona non grata”. Isto se explica, porque ele deu as costas ao grupo principal e criou seu próprio método. Por sorte ele o fez, caso contrário ninguém no Ocidente teria podido aprender Reiki.

Depois que se separaram os caminhos do Reiki no Oriente e no Ocidente, do começo dos anos quarenta até a metade dos anos oitenta, ocorreu algo curioso: aos alunos ocidentais foi dito que no Japão já não existia nenhum seguidor de Reiki. Foi-lhes dito também que Hawayo Takata teria sido a única mestra praticante de Reiki em todo o mundo e que todos os seguidores de Reiki haviam morrido durante a segunda guerra. Realmente poderia ter sido verdade que todos os seguidores de Reiki houvessem morrido durante a guerra, já que cidades inteiras foram arrasadas naqueles tempos, porém a realidade é que o Reiki japonês, o verdadeiro Usui Reiki Ryoho, sobrevive até hoje.

O fundador como visto no Ocidente

O Reiki foi descoberto e desenvolvido pelo Dr. Mikao Usui que, entre outras coisas, foi monge budista.

Nasceu em 15 de agosto de 1865 no pequeno povoado de Yago, no distrito de Yamgata, pertencente à província de Gifu, no sul do Japão. Esta província fica perto da atual Nagoya. Casou-se com Sadako Suzuki e tiveram dois filhos. Por ter estudado e viajado muito, acredita-se ter pertencido a uma rica família japonesa, o que era usual no Japão.

Presume-se que, durante sua juventude aprendeu Kiko no templo budista Tendai, situado no sagrado monte Kurama, ao norte de Kioto. Kiko é a variante japonesa do Qi Gong, uma série de exercícios cujo objetivo é melhorar a saúde através da meditação, das técnicas respiratórias e dos movimentos lentos. No método curativo Kiko é possível armazenar, através de exercícios correspondentes, uma provisão de energia que será utilizada no processo de curar. Se não se usa este método, acaba-se extenuado, já que o Kiko nutre também a própria energia pessoal. Este ponto foi importante para o Dr. Usui e cresceu como uma semente em seu pensamento.

Dr. Usui viajou buscando o conhecimento pelo Japão, China e Europa. Usui viajou por todo o Japão, China e Europa para aumentar os seus conhecimentos. Desenvolveu-se em várias áreas da saúde, como medicina, psicologia, religião, desenvolvimento espiritual. Por causa de todas estas habilidades psíquicas adquiridas, foi-lhe possível participar de um grupo metafísico chamado *Rei Jyutu Ka*, onde o seu conhecimento do mundo espiritual teve um grande avanço. O seu interesse contínuo e intenso neste conhecimento criou os fundamentos que lhe permitiram compreender o significado da enorme bênção da qual foi agraciado anos mais tarde. Na medida do possível, estudou várias disciplinas, por exemplo, medicina, psicologia, religião e desenvolvimento espiritual. Seu forte interesse por todo tipo de conhecimento, ajudou-o a formar uma base espiritual que serviu para compreender o significado da bênção que lhe foi conferida alguns anos mais tarde.

Graças à sua formação e ao seu organizado intelecto, trabalhou como secretário de Shinpei Goto, diretor da carteira de Saúde e Bem-estar e, mais tarde, prefeito de Kyoto. Nesta atividade, Dr. Usui conheceu gente muito influente no Japão. Estes contatos o ajudaram a tornar-se independente e, finalmente, vir a ser um próspero homem de negócios.

Durante um tempo foi muito bem nos negócios, mas a partir de 1914 as coisas tomaram outro rumo. Como tinha certos conhecimentos sobre o budismo, decidiu converter-se num monge budista. Concentrou-se nessa prática e regressou ao monte Kurama, onde havia estudado ainda rapaz. Lá, decidiu fazer um retiro por 21 dias, jejuando, cantando, rezando e meditando.

Como parte de suas meditações, colocava-se debaixo de uma pequena cascata e deixava que a água batesse em sua cabeça. Até hoje ainda se

medita assim no monte Kurama. O objetivo é abrir e purificar o chakra coronário.

Em março de 1922, ao fim do seu período de recolhimento, sentiu penetrar em sua cabeça uma poderosa luz espiritual, experimentando, assim, um satori, uma vivência reveladora. Esta luz era a energia Reiki, que chegou sob forma de sintonização. Pelo ocorrido, sua consciência começou a expandir-se mais e mais e ele concluiu que estava possuído por uma força poderosa, porque podia curar as pessoas sem precisar usar sua própria energia para isto.

Em abril de 1922 viajou a Tóquio, onde criou a Usui Reiki Ryoho Gakkai (Sociedade do Sistema Usui de Reiki). Abriu uma clínica em Jarajuku nas imediações do belo Meiji Jingu (santuário Meiji) no centro de Tóquio e ali começou a fazer conferências e a praticar Reiki.

Finalmente desenvolveu seis níveis de Reiki ou graus de formação. Numerou estes sei níveis na ordem inversa da usada no Ocidente. O primeiro nível era o de número seis e o nível superior o de número um. Os primeiros quatro níveis, do seis ao três, correspondem ao que Hawayo Takata ensinava como Reiki I. O correspondente ao Reiki II subdividia-se em duas partes e o último nível, o número um, correspondia ao Reiki III (Mestre), ou grau de Professor (Sensei).

Cabe aqui esclarecer que o termo “mestre” nunca foi usado pelo Dr. Usui, pois no Japão sequer se conhece esse termo. Takata usou esse termo quando começou a ensinar o primeiro nível de Reiki em 1970. Teria sido melhor não se utilizá-lo, já que, nas práticas espirituais, o conceito de “mestre” se aplica apenas a quem experimentou uma revelação, que constitui um acontecimento espiritual excepcional, dispensado apenas a poucos seres humanos.

À medida que o Reiki e o grau de Mestre tornaram-se mais conhecidos, algumas pessoas acharam por bem tornar equivalente o grau de Mestre de Reiki ao de Mestre Espiritual ou Mestre Iluminado. Assim surgiu uma ideia falsa sobre o estado espiritual de um Mestre de Reiki. Muitas pessoas, inclusive, quiseram obter o grau de Mestre de Reiki, não pela possibilidade de entregar algo valioso a outras, mas apenas pelo status social associado a ele.

Se no Ocidente fosse seguida a denominação Sensei para um professor formado no original primeiro nível de Reiki, o Reiki não teria alcançado essa aura de glorificação egocêntrica que nos rodeia a partir dos anos setenta, quando se começou a ensinar o grau de Mestre no Ocidente.

Dr. Usui ensinou a mais de 2000 alunos e formou 16 professores de Reiki. Faleceu em nove de março de 1926, aos 60 anos, de uma apoplexia cerebral, enquanto dava uma aula de Reiki em Fukuyama. Foi enterrado ao lado do Templo Saioji, em Suginami-Ku, Tóquio. Seus alunos colocaram junto à sua tumba um memorial de pedra, onde está descrita sua vida e obra com o Reiki.

O fundador como visto no Oriente

Mesmo que o Sr. Usui não tenha sido médico no sentido convencional da palavra, referimo-nos a ele como Dr.Usui, uma vez que ele foi médico no sentido real da palavra, isto é, a obra da sua vida foi curar o corpo e a mente de outras pessoas.

No Japão dos velhos tempos, seus estudantes o chamavam de Usui-Sensei, que significa professor.

A biografia do Dr. Usui é obscura e cheia de mistérios. Muito da tão falada informação “japonesa” que circulou sobre ele e seu movimento fora do Japão teve suas proporções exageradas, ou então não foi pesquisada apropriadamente. Seu prenome verdadeiro não era sequer conhecido até que fosse descoberto, e o kanji do Reiki era frequentemente escrito errado.

Quase todos os livros sobre Reiki afirmam que o Dr. Usui foi Diretor da Universidade Doshisha, de Kyoto, e que mais tarde estudou na Universidade de Chicago. Arquivistas de ambos os institutos, quando consultados, informaram que Mikaomi Usui não se matriculou em nenhum curso, nem lecionou em nenhuma das escolas. Em vários livros, o movimento Reiki original de Usui é chamado de Usui Shiki Ryoho, entretanto a palavra “shiki” não é mencionada em nenhum documento oficial. Usui chamava seu método de Shin Shin Kaisen Usui Reiki Ryoho, então, Usui Reiki Ryoho é mais próximo e está de acordo com as escrituras originais de Reiki. Este é o termo utilizado no Japão.

O fato é, porém, que Sensei Usui foi agraciado pelas suas boas ações pelo próprio imperador Meiji do Japão, embora, milhares também o fossem a cada ano.

Muitas fontes afirmam que o Dr. Usui era cristão. Até hoje não foi achada nenhuma prova disso nos seus ensinamentos. Imagina-se que os aspectos aparentemente cristãos do Reiki foram acrescentados nos Estados Unidos para torná-lo mais facilmente aceitável nos países cristãos. Entretanto, é possível que o Dr. Usui possa ter abraçado o cristianismo por um breve período, durante sua busca espiritual. Presume-se que o Dr. Usui tenha trabalhado em favelas curando mendigos, seguindo uma orientação bastante cristã.

Ele prestou ajuda às vítimas do grande terremoto Kanto, que devastou Tóquio em 1923. Mesmo que tenha preferido o cristianismo, isso não quer dizer que ele fosse um cristão no sentido clássico.

Até o período Meiji, o Japão tinha deliberadamente se isolado do resto do mundo. Então, um tanto repentinamente, abriu seus horizontes para ideias ocidentais. Intelectuais progressistas achavam que era muito sedutor estar envolvido em qualquer coisa estrangeira.

A sede pela cultura ocidental no Japão ainda não foi mitigada.

Restaurantes, fast-food e centros de diversões eletrônicas foram construídos ao lado de santuários xintoístas e de lojas de quimonos. À superfície, parece que o Oriente e o Ocidente finalmente se encontraram, mas ao examinarmos mais de perto, vemos que estão apenas coexistindo. Os ocidentais geralmente pensam no Japão como um país zen, das cerejeiras em flor e da limpeza. Mas o estrangeiro que vai ao Japão pela primeira vez está propenso a passar por um forte choque cultural. O fato é que a religião e, até certo ponto, a família foram substituídas pela sociedade corporativa. A religiosidade tornou-se uma mera formalidade.

Os fundamentos budistas do Reiki

A inscrição no túmulo do Dr. Usui nos diz que ele sentiu a energia Reiki durante um retiro de jejum de 21 dias no monte Kurama.

O monge Gantei, discípulo de Ganjin (fundador do Templo Toshodaiji, em Nara), fundou o imponente Templo Kurama no ano 770, depois de passar por uma experiência religiosa profunda nesse local. Até 1949, o Templo Kurama estava ligado ao budismo Tendai; após essa data, ele se transformou na sede da Seita Kurama Kokyo. Na secretaria do templo, há informações seguras de que ali nunca foram realizados retiros de jejum/meditação de 21 dias.

Entretanto, houve insinuações de que uma pessoa ou outra poderia ter realizado essas práticas por iniciativa própria, especialmente no passado. Graças às dimensões, à forte energia e às antigas e extensas florestas de cedros, o monte Kurama oferece um ambiente perfeito para meditação e para a busca de si mesmo. Hoje é possível passar um dia e uma noite meditando e elaborando mantras no Templo Kurama fazendo-se reserva com antecedência.

Alem disso, o monte Kurama e seus arredores ainda conservam alguns pequenos e belos santuários xintó. Preciso mencionar particularmente o Kubune Jinja (santuário), localizado aos pés do Kurama, na estrada para Kioto. O xintoísmo e o budismo estão profundamente interligados no Japão, e por isso nem sempre é fácil para um leigo saber se ele está num templo budista ou num santuário xintoísta. O Dr. Usui era budista e a seguir, estão os conceitos que influenciaram mais intensamente o Dr. Usui.

O budismo esotérico tântrico chegou ao Japão no início do século IX com o monge japonês Kukai (Kobo Daishi, 774-835) e com Saicho (Dengyo Daishi, 767-822), que haviam estudado na China. Kukai foi aluno de Huikuo (japonês: Keika, 746-805), discípulo do monge indiano Amoghavajra, que por sua vez foi aluno do famoso instrutor indiano Vajrabodhi. Os dois indianos viveram no Templo Tahsingshan, em Changan, centro atual da Associação Budista Shensi na China. Depois da morte do seu professor, Kukai voltou ao Japão e ensinou o que havia aprendido na China. Ele se tornou o fundador do budismo Shingon. Saicho estudou no monte Tien-tai, na China. Ao voltar, fundou o budismo Tendai, com sede em Kyoto.

No Japão, essas duas escolas são em geral conhecidas pelo nome Mikkyo. O santo padroeiro do budismo esotérico no Japão é Dainichi Nyorai (Mahavairocana Tathagata), e os escritos mais importantes e sagrados são o Dainichi-Kyo (Mahavairocana Sutra) e o Kongocho Gyo (Vajrasekhara Sutra).

Em resumo, o objetivo do budismo esotérico é Shunyata, o vazio. Esse vazio não é um estado negativo de ausência; deve, sim, ser entendido como transcendência da dualidade. Quando o “eu” não se distingue mais do “outro”, a unidade do todo é restabelecida. O “eu” só existe na nossa imaginação, na nossa mente. Nós criamos o ego e o mundo com os nossos pensamentos. Nosso estado natural de ser é o vazio, não afetado pelos atributos, pelo passado e pelo futuro.

Para muitos de nós, esse objetivo também está ligado ao Reiki de modo semelhante: sentindo sua unidade com o cosmos, voltando às origens, à unidade.

Autêntico ou não?

Existe uma velha controvérsia na comunidade Reikiana: a questão sobre o Reiki “original”. Quais são, na verdade, os métodos originais, o que foi mudado e por quais razões, e o que possivelmente melhorou desde o tempo da morte do Dr. Usui?

Como sabemos o Dr. Usui foi o fundador e primeiro presidente da Usui Reiki Ryoho Gakkai (a organização de Reiki que ele próprio criou). Depois de sua morte, a direção passou para um de seus amigos mais íntimos, seu colega Sr. Ushida, que também escreveu a inscrição para a pedra do memorial no Cemitério Saihoji, em Tóquio. O Sr. Ushida foi, portanto o sucessor de Usui. Após a morte de Ushida, o seguinte na série de sucessores foi o Sr. Taketomi, seguido pelo Sr. Watanabe que se aposentou de seu posto no início de 1998. O presidente atual do Usui Reiki Ryoho Gakkai é o Sr. Kondo, juntamente com a Sra. Koyama, uma mulher carismática na casa dos 90.

No Japão, nunca houve um título como “Grão-Mestre” ou “Portador da Linhagem”. Entretanto, o Sr. Chujiro Hayashi, que foi treinado pelo Dr. Usui e era um aluno estimado, recebeu permissão para ter alunos próprios de Reiki e treiná-los, mas nunca foi designado como sucessor de Usui. Ele foi apenas um dos muitos alunos que receberam esse privilégio.

Nos círculos japoneses de Reiki, muito pouca gente ouviu falar da Sra. Takata. É verdade que o Sr. Hayashi operava uma dojo (clínica, escola) em Shinano-Cho (Cho significa cidade, Shi significa cidade grande) com dez camas. De acordo com relatos de pessoas da época, essas camas estavam sempre ocupadas. Essa afirmação aparentemente se refere à “clínica de Reiki” que dizem que o Sr. Hayashi dirigia. Essa, porém, é provavelmente uma tradução imprecisa da palavra japonesa Byoin, que muitas vezes é falsamente traduzida como clínica. Até o consultório muito pequeno de um médico recebe esse nome em japonês.

Quando dizem que havia muitas clínicas de Reiki no Japão na época de Usui, provavelmente estão se referindo a pequenos estabelecimentos. Jamais foi encontrado um hospital ou uma clínica grande que tenha trabalhado com Reiki.

Muitos de nós temos a tendência de ouvir o que desejam ouvir e o que somos capazes de entender. O trabalho com o poder do Reiki naturalmente continuou a desenvolver-se e passou por certas mudanças. É certo que cada professor de Reiki instrui à sua própria maneira e muda o sistema de modo a adequá-lo à sua abordagem pessoal e a harmonizá-lo com sua compreensão pessoal.

Em ambas as linhas do Reiki, porém, ainda mais no sistema ocidental do que no japonês, houve mudanças enormes. Muitos aspectos importantes do trabalho do Reiki foram removidos do sistema tradicional por Hayashi ou Takata. Não se sabe qual deles fez tais mudanças, mas eles também acrescentaram muitas coisas positivas.

Há muitas razões culturais e linguísticas para as diferenças dos sistemas ocidental e oriental do Reiki. Muitos de nós achamos os japoneses misteriosos, amigáveis, mas reservados, sempre sorrindo, mas nunca muito alegres. Quase sempre os vemos em grupos, e é difícil estabelecer com eles um contato pessoal.

O Leste e o Oeste diferem fundamentalmente em seu modo de pensar e sentir. Por exemplo: os japoneses usam principalmente o hemisfério cerebral direito intuitivo. A razão para isso, entre outras coisas, está nos milhares de anos de evolução da língua japonesa.

Os caracteres japoneses, chamados kanji, não são sons como as letras de nosso alfabeto, mas figuras. Isto significa que os japoneses pensam de uma forma abstrata, em imagens, desde a infância. A lógica não é um tópico de interesse no Japão. Isto não deve ser tomado como avaliação: os japoneses simplesmente pensam de maneira diferente, que não é, de modo algum, pior ou inferior à nossa. O pensamento intuitivo é uma habilidade maravilhosa, e o mundo seria mais rico se os ocidentais dominassem também esta arte.

A fim de difundir em uma nação ocidental o sistema Reiki japonês, que é organizado de uma forma muito intuitiva, ele teve de ser dividido em passos lógicos. A energia do Reiki naturalmente não sofreu com isso, e seja qual for o sistema usado, isso não tem a menor importância. No Reiki ocidental, os rituais de iniciação foram estabelecidos de uma forma muito sistemática.

No Reiki tradicional japonês, foi dado ao professor mais liberdade para seguir sua inspiração. Mas também não era simples tornar-se professor de Reiki, e apenas certos alunos espiritualmente desenvolvidos foram selecionados com este propósito. Certamente poderíamos discutir se é melhor treinar apenas alunos espiritualmente desenvolvidos para serem professores de Reiki — mas quem quer decidir isso? Ambas as direções devem ser respeitadas.

Acho que um ritual de iniciação detalhado e testado pelo tempo é absolutamente necessário no Ocidente, onde o nível de professor de Reiki está à disposição de qualquer pessoa que possa pagar. Uma iniciação não ocorre por si mesma, por meio de um livro ou de um vídeo. Ela deve ser sempre ajudada por um catalisador, neste caso, um professor. No entanto, as iniciações espirituais dos iluminados são uma história completamente diferente, que não pode ser aplicada às iniciações de Reiki: mestres espirituais como Jesus, Buddha ou Osho iniciam milhares de pessoas sem conhecê-las individualmente, sem olhar para elas ou tocá-las, quanto mais falando com elas. Para fazer isso, o mestre nem precisa mais estar em seu corpo material.

Doze posições de mãos, que não existem no sistema japonês, também foram acrescentadas ao sistema ocidental. No sistema japonês, naturalmente também há algumas diretrizes, mas as mãos recebem uma rédea mais solta a fim de encontrar os lugares do corpo para os quais a energia deve ser dirigida. As partes afligidas do corpo também podem ser tocadas ou receber pancadinhas, olhares e sopros, a fim de que os poderes de cura do corpo sejam postos em movimento.

Pessoalmente, as posições de mãos são muito úteis para os iniciantes em particular, uma vez que elas dirigem a energia a todo o corpo e, ao mesmo tempo, ligam tanto o receptor como o terapeuta a Terra. A intuição é certamente uma ferramenta importante, mas não de todo inofensiva, uma vez que os limites entre a intuição e a ilusão podem ser um tanto nebulosos.

Também pode ser que o Sr. Hayashi ou a Sra. Takata simplesmente não compreendessem o significado de algumas coisas, ou que os métodos tradicionais não fossem compatíveis com a inclinação cristã que o povo desejava dar ao Reiki nos Estados Unidos (e talvez fosse preciso dar, para que o Reiki sobrevivesse em uma sociedade cristã). Podemos imaginar a situação logo antes da Segunda Guerra Mundial e durante o conflito. Teria sido absolutamente impossível propagar nos Estados Unidos um sistema de cura japonês voltado para o budismo sem enfrentar terríveis problemas. Os ocidentais provavelmente jamais teriam ouvido falar sobre Reiki se ele tivesse sido ensinado no Havaí, seu lugar de origem no Ocidente. Devemos agradecer a Sra. Takata, por abrir-nos a porta do Reiki. Contudo, hoje não é mais necessário descrever o Reiki como cristão, pois o Dr. Usui não era cristão.

Os métodos japoneses de Reiki devem agora ser ensinados e aprendidos mais uma vez. Foi dito aos alunos ocidentais do Reiki que todos os praticantes de Reiki do Japão morreram durante a Segunda Guerra Mundial. Naturalmente, isso é um absurdo. O fato é que a Usui Reiki Gakkai teve de se mudar com frequência durante a guerra. Como muitos de seus membros procediam das fileiras dos Marinheiros Imperiais, precisaram ser cuidadosos durante a guerra para não serem vistos e perseguidos como parte do movimento pela paz. Durante um tempo, a sede da Usui Reiki Gakkai foi a Togo Jinja, um santuário xintoísta em Harajuku, Tóquio.

Somente em Tóquio há pelo menos quatro correntes “tradicionais” diferentes de Reiki. A linha principal ainda é dirigida pelo Sr. Kondo. Cada uma delas tem seu próprio caráter e sua própria individualidade. (No Japão, o Reiki que foi e ainda é praticado pelos monges budistas atua com exercícios de respiração e meditação. Outra fonte combina Reiki e macrobiótica. Uma terceira Reiki e xintoísmo, e assim por diante).

Nenhuma das escolas japonesas tradicionais de Reiki aceita, em seus círculos, estrangeiros ou japoneses que residam em outros países. Sob a direção da Sra. Koyama, a sede não tinha interesse em um intercâmbio com não japoneses. Não devemos condená-los por essa atitude, depois de todas as experiências negativas que eles tiveram com estrangeiros. Se os ventos irão mudar neste aspecto, sob a liderança do Sr. Kondo, ainda é uma interrogação.

Há agora milhares de professores de Reiki no Japão que ensinam o sistema ocidental. Por estranho que pareça, algo importado de volta para o Japão muitas vezes é mais bem recebido do que algo que teve lá suas origens e nunca saiu do país. A situação da macrobiótica é semelhante.

O Reiki ocidental que é ensinado no Japão absorveu, com o passar do tempo, muitos aspectos da Nova Era e é, portanto, semelhante ao Reiki conhecido no Ocidente. Alguns dos professores japoneses de Reiki estudaram com outros mestres e uniram diversos sistemas. Outros combinaram os sistemas ocidentais e japoneses. O Reiki adapta-se às habilidades e interesses daqueles que o praticam.

Por que isso acontece? No Reiki tudo gira em torno de um eixo, o eixo da energia. E esta energia é a mesma em todos os lugares, seja qual for o país, a orientação ou a filosofia. A energia do Reiki é e permanece a energia do Reiki sem quaisquer atributos ou limitações. Sem dúvida, esta é uma peculiaridade que devemos comemorar, pois a mistura ainda hoje não desvendada, por mais que alguns poucos puristas querem-na divulgada, não retira do Reiki o seu mais belo significado, que é a procura da evolução pessoal e a caridade entre os seres humanos.

O significado da palavra Reiki

Reiki é a energia natural, harmônica e essencial a todo ser vivo. É a dádiva da Luz às criaturas vivas. Reiki é a energia vital (Ki), direcionada e mantida pela Sabedoria Universal (Rei).

O ideograma abaixo é formado por duas letras do alfabeto japonês (kanji) que simbolizam a palavra Reiki.



“Rei” é a Sabedoria Universal, a Fonte Primeira, Deus/Deusa, o Criador, Aquele que É, a Chama, o Buddha, Cristo, Brahma, a Ordem Natural, o Todo, Tupã, a Energia. Cada civilização, cada cultura, em seu tempo e costume, conheceu ou conhece por um nome diferente.

“Ki” significa Energia Vital, em japonês. Os chamam-na de Prana, os chineses de Chi, os egípcios de Ka, os gregos de Pneuma, os judeus de Nefesh, os kahunas da Polinésia chamam-na de Mana, os russos de Bioenergia, os alquimistas de Fluido da Vida e os cristãos de Luz ou Espírito Santo

O Ideograma

Representa ideias e segundo o contexto, esses ideogramas podem ter várias leituras:

- Chuva Maravilhosa de Energia Vital
- Chuva Maravilhosa que dá Vida
- Algo que vem do Cosmos e que em seu contato com a Terra produz o milagre da vida
- Chuva Maravilhosa que produz o milagre da Vida
- A comunhão de uma energia superior com uma energia terrena, mas ambas se pertencem.
- Uma Energia maravilhosa que está acima de todas as demais, está em você e você pertence a Ela.

O Significado do símbolo do Reiki

O Significado do Símbolo do Reiki Muito se tem escrito e discutido sobre os misteriosos símbolos dos níveis do Reiki, sobre os segredos ocultos neles e sobre uma compreensão mais profunda que se pode alcançar com eles no caminho do Reiki. Por outro lado existe um símbolo central que descreve exatamente o que é o Reiki, quais seus efeitos, de onde vem e porque é eficaz. Este é o símbolo escrito do Reiki. Até agora existem muito poucas publicações ou seminários a esse respeito. O símbolo japonês do Reiki é usado hoje em artigos de revistas, títulos de livros, papéis de cartas, pôsteres e cartões pessoais e aparece normalmente sob duas formas:



Figura 1
O antigo símbolo do Reiki



Figura 2
O novo símbolo do Reiki

O antigo símbolo do Reiki O novo símbolo do Reiki A primeira versão (Fig. 1) é uma representação mais antiga e original, cuja análise leva a uma compreensão mais profunda do Reiki. A segunda versão (Fig. 2) surgiu após uma reforma ortográfica. Esta versão não permite realizar um trabalho profundo de análise, uma vez que não tem os diferentes componentes da versão original e, dessa maneira, a explicação, principalmente da parte superior que se refere ao “Rei”, ou seja, a “espiritual”, já não é reconhecida. Entretanto, este símbolo também representa uma maneira correta de escrever Reiki, embora contenha poucos componentes para a interpretação. Ambos são corretos no sentido de que através deles se expressa corretamente por escrito a palavra Reiki. Contudo, para analisar com profundidade o significado do Reiki é melhor usar a versão original, uma vez que ela se presta melhor a um trabalho de interpretação. É importante lembrar que a escrita japonesa baseia-se na chinesa. Em muitos aspectos a China exerceu durante séculos a função de modelo cultural para o Japão. Por sua parte os japoneses tinham desde os tempos antigos a tendência de incorporar influências de outras culturas e adaptá-las à sua própria forma. No idioma chinês a palavra Reiki se denomina “Ling Qi”. A primeira referência escrita se encontra em um tratado do filósofo confucionista Mencius, datado aproximadamente de 300 AC. Para entender o

que significa exatamente Reiki devemos decompor o símbolo em seus diferentes elementos e considerar suas raízes.

Consideremos primeiro o símbolo “Ki”. A figura 3 mostra uma escrita também usada em outras formas de trabalho com energia materialmente sutil, a meditação e a medicina. O termo “Ki” se usa hoje no Japão em centenas de palavras combinadas. Há inclusive uma enciclopédia de “Ki” na qual se encontram apenas as expressões que contêm “Ki”. No Japão se entende por “Ki”, entre outras coisas: espírito, alma, coração, intenção, sentimento, temperamento, atmosfera. Em sua forma mais original e antiga, a parte superior, sem a cruz oblíqua, significa “nuvens”, ou seja, água que sobre ao céu, quase transformada espiritualmente.

Outro nível de significado se refere a “rezar” e “mendigar”. (fig. 4)

Mais tarde se juntou o símbolo do “arroz”, que desde os tempos remotos era o alimento básico na China, e expressava a qualidade nutriente de “Ki” para o corpo, o espírito e a alma. (fig. 5)

A figura 6 representa uma versão escrita muito antiga do símbolo Ki.

Na China antiga existem ainda outras versões do símbolo Ki, que hoje são pouco usuais. A figura 4, por exemplo, se usava em diferentes variações como Ki e representava simbolicamente vapores em forma de nuvens.



Figura 3



Figura 4



Figura 5



Figura 6

Como sabemos, o vapor de água que se eleva da terra se converte em nuvens e depois em chuva que nutre novamente a terra, o material. Isto significa que a vida termina quando a alma pertencente ao céu, o núcleo existencial espiritual do ser humano, se desprende de sua forma material, o corpo. O que é espiritual é parte do céu, o que é corpóreo é parte da Terra. O que pertence ao céu é puro e volátil, o que pertence a Terra é turvo e pegajoso. Quando o espírito abandona a forma, ambos retornam à sua verdadeira essência.

Vamos analisar agora a vinculação de “Ki” com “Rei”. O símbolo “Rei” se escreve segundo a forma antiga da seguinte maneira.

Traduzido de forma literal significa “espírito não marcado por sua qualidade” ou ainda “espiritual”. Conforme o sentido pode ser traduzido como “sentido oculto” ou ainda “energia oculta” Fig. 7. Um significado arcaico que data da época anterior ao desenvolvimento da filosofia Taoista entra claramente no terreno do xamanismo. Nele, “Rei” pode ser traduzido como “exorcismo da chuva”. A parte superior do símbolo significa “chuva” (fig. 8), a parte do meio representa “três bocas” abertas (fig. 9) e a parte inferior significa “bruxo” ou “xamã” (fig. 10).

Figura 7

Figura 8

Figura 9

Figura 10

Para melhor entendimento a interpretação da tradução literal é feita da seguinte maneira: o xamã orienta as três partes fundamentais do ser. Corpo (criança interior), a mente (eu médio/racional “consciente”) e o espírito (eu superior) com seus desejos de um objetivo comum, a chuva. Para isso é necessária a força do amor, que deixa prosperar o verdadeiro, o belo e o bom. Por chuva deve-se entender aqui a influência do divino sobre o campo pessoal espiritual do ser humano estendido até o divino. A trindade que se manifesta, por exemplo, ao dizer três vezes um mantra para ativar um símbolo de Reiki durante um tratamento é ainda hoje um componente essencial de muitas formas de trabalho energético. Também se representa o divino em forma de trindade.

O Reiki no Ocidente quando trazido do Japão pela Senhora Hawayo Takata

A Senhora Takata acrescentou modificações de modo a tornar o sistema aceitável a um povo essencialmente ocidental e capitalista.

Antes de morrer, passou a tarefa de liderar o movimento Reiki à sua neta, Phyllis Lei Furumoto e à Doutora Bárbara Weber. Phyllis e Bárbara, depois de quase um ano trabalhando juntas, acabaram se separando por razões pessoais.

Cada uma fundou a sua própria organização:

- All International Radiance Associates – Dra. Bárbara Weber
- Reiki Alliance International – Phyllis Lei Furumoto

No início da década de 80, o Reiki chegou à Europa através de Brigitte Muller. A organização da Dra. Bárbara Weber mudou de nome: The Radiance Technique Association International, com sede em São Francisco, Califórnia. O Reiki da Doutora Bárbara Weber tem sete graus e a Reiki Alliance tem três. O primeiro utiliza outros símbolos e mantras.

Além disso, há inúmeras diferenças no conceito da tradição, em geral nas técnicas de aplicação e no ritual de Iniciação do Reiki. Há outras organizações, principalmente nos EUA e Canadá: Traditional Reiki Network – Nova York, Universal Masters Association – Califórnia, The Center for Reiki Training – Minnesota, The Reiki Touch Inc – Texas, Reiki Plus Institute – Tennessee, entre outros.

A arte do Reiki é simples, mas a cabeça do homem é complexa. Temos hoje o Reiki Tera-Mai, Reiki Seichim, Reiki Plus, Osho Reiki, Kahuna Reiki, Reiki Tibetano, Ken Reiki-Do, The Way of the Heart, Reiki Magnificado (Cura Quântica), Orixá Reiki, entre tantos outros.

A consciência é de cada um e a escolha também. É tudo uma questão de afinidade vibracional. O Reiki começou com o Dr. Mikao Usui e são dos apontamentos dele que retiramos nossos estudos, onde encontramos a simplicidade e força do Sistema.

Anotações de um diário antigo de Hawayo Takata

“Em minha intenção de escrever em poucas palavras este ensaio sobre a arte de curar, tratarei de ser mais prática do que técnica, porque o que eu vou descrever não está associado com nenhum ser material ou visível, não tem forma nem nome”.

Creio na existência de um Ser Supremo, o Infinito Absoluto, uma força dinâmica que governa o mundo e o universo. É um poder espiritual invisível que vibra. Faz que os restos das forças se tornem insignificantes a seu lado e por isso é Absoluto.

Este poder é insondável, imensurável, e sendo uma força da vida universal, é incompreensível para o Homem. Sem impedimentos, todos e cada um de todos os seres vivos recebem os seus benefícios, tanto estando despertos como dormindo.

Diferentes professores e mestres chamam-no de Grande Espírito, a Força da Vida Universal, ou a Energia da Vida, porque quando se aplica vitalizam os sistemas inteiros, também lhe chamam de Onda de Éter, porque alivia a dor e nos faz entrar em estado de profundo sono como se estivéssemos abaixo de efeitos de uma anestesia, e porque irradia sensações de regozijo e nos eleva a um estado de harmonia.

Eu lhe chamarei “Reiki”, porque eu o estudei sob essa denominação. Reiki são ondas que se transmitem de maneira semelhante às ondas de rádio. Pode-se aplicar com êxito tanto localmente como à distância, como a onda curta. Reiki não é eletricidade, nem rádio, nem raios X. Pode penetrar em capas finas de seda, panos, porcelana, madeiras ou gesso, porque vem do Grande Espírito, do Infinito.

Não destruindo tecidos delicados nem nervos, é absolutamente inócuo e por isso é um tratamento prático e seguro. Devido que é uma emissão universal, este tratamento beneficia a todo ser vivo, aves, animais, como assim também todos os seres humanos quer sejam crianças ou anciões, pobres ou ricos.

Deve-se aplicar e utilizar diariamente de forma preventiva. Deus nos deu este corpo, um lugar onde viver e o pão de cada dia. Fomos postos neste mundo com algum propósito e por isto devemos estar sãos e felizes.

Este é o plano de Deus e Ele nos proporciona tudo o que necessitamos. Deu-nos as mãos para que as apliquemos e curemos, para que conservemos a saúde física e equilíbrio mental, para que nos liberemos da ignorância e vivamos em um mundo iluminado, para que convivamos em harmonia com nós mesmos e com os demais, para que amemos todos os seres.

Se aplicarmos estas regras diariamente, nosso corpo responderá e tudo o que queremos e desejamos conseguir neste mundo estará a nosso alcance. Saúde, felicidade e o caminho para a longevidade que todos buscamos. Isto é que eu chamo de perfeição.

Ao ser uma força que é proveniente do Grande Espírito pertence a todos que buscam e desejam aprender a arte da cura.

Reiki não conhece raça, credo ou idade. O estudante encontrará seu caminho quando estiver preparado para aceitá-lo. Ser-lhe-á mostrado. A iniciação é uma cerimônia sagrada em que se estabelece o contato. Dado que tratamos com o Espírito Divino não cabe o erro nem devemos duvidar. É absoluto!

Uma vez estabelecido o primeiro contato ou iniciação, as mãos irradiam vibrações ao colocá-las sobre a região enferma, aliviando a dor e detendo o sangramento de uma ferida aberta. Tuas mãos estão preparadas para curar enfermidades agudas e crônicas dos seres humanos, das plantas, das aves e animais.

Nos casos agudos só são necessários alguns minutos de aplicação. Nos casos crônicos o primeiro passo é encontrar a causa e seus efeitos.

Não é necessário que o receptor se desvista completamente, mas é melhor desapertar qualquer roupa apertada para que o mesmo possa relaxar. O mais importante é encontrar a causa da enfermidade.

Começa-se o tratamento pelos olhos, seios frontais e nasais e glândulas pituitárias. Segue com as têmporas, medula oblongata, a garganta, a tireoide, o timo. Depois se trata os pulmões, o estômago, a vesícula biliar e o fígado, o pâncreas e o plexo solar o intestino delgado e o grosso. Depois a flexão sigmoide, os ovários, a bexiga.

Faz-se que o receptor se vire e tratam-se os ombros, os pulmões, os nervos simpáticos, os rins e a próstata.

Durante o tratamento confie em suas mãos. Atente para as vibrações e suas reações. Se no receptor dói alguma coisa, sentirás dor nas pontas dos dedos e na palma das mãos. O mesmo sucederá se o receptor sentir fisgadas. Se a dor é profunda e crônica, você notará pulsações surdas, e se a dor é aguda você notará pontadas superficiais.

Tão pronto como o corpo responde ao tratamento, desaparecerá o mal-estar agudo, mas a causa principal permanece. Investiga essa causa diariamente e com cada tratamento verás melhoras.

Depois de tratar os órgãos dessa forma, eu termino o tratamento com umas massagens rápidas dos nervos que regulam a circulação. Ponho algumas gotas de azeite de sésamo ou qualquer azeite vegetal puro, coloco os dedos polegar e indicador sobre o lado esquerdo e os três dedos restantes com a palma apoiados sobre o lado direito da coluna vertebral, e dou massagens descendentes (de 10 a 15 toques), até o extremo inferior da coluna vertebral. Somente em casos de diabetes é que os toques são da forma inversa.

O tratamento explicado anteriormente se chama tratamento básico. Consome o tempo de uma hora ou mais, segundo as complicações e gravidade do caso.

Ao tratar o corpo em detalhes, as mãos se tornam sensíveis e podem chegar a determinar a causa da enfermidade, assim como detectar a mais ligeira congestão interna, quer seja física ou mental, aguda ou crônica. Reiki é um tratamento estritamente não invasivo e sem medicamentos que fará que o corpo volte à sua normalidade.

Em um período de quatro dias a três semanas vemos grandes mudanças no corpo, todos os órgãos internos e glândulas começam a funcionar com maior vigor e ritmo. Os sucos gástricos voltam a fluir de forma normal, os nervos congestionados se relaxam, desaparecem as aderências, o cólon se ativa, a matéria fecal cai das paredes intestinais e gases são expulsos.

As toxinas acumuladas durante anos são eliminadas através dos poros, produzindo uma transpiração pegajosa. Aumentam-se as defecações, que são escuras e de odor forte.

A diurese também aumenta, a urina se torna escura e carregada, e outras vezes se torna branca como farinha misturada na água. Isto pode durar de quatro a seis dias. Sem impedimentos, tenho tido receptores que reagiram com um só tratamento.

Quando isto ocorrer, comprovarás que se está produzindo uma reabilitação geral dos órgãos intestinais. Depois desta depuração tão completa, o corpo se ativa, os nervos intumescidos recuperam o sentido do tato, aumenta o apetite, o sono profundo se torna natural, os olhos brilham e a pele resplandece como seda.

Ao renovar-se o sangue e a circulação e restabelecer-se os nervos e as glândulas, pode-se rejuvenescer de cinco a dez anos. Neste momento é muito importante o que comes. Durante os tratamentos de saúde de Reiki somos vegetarianos e comemos todos os tipos de frutas da estação.

A natureza nos provê com abundância, mas não para que nos derrotemos. Comer em excesso é um pecado contra si mesmo. Coma com moderação e com um sentimento de gratidão para reconhecer o Grande Espírito que é o Criador, o Todo-Poderoso que faz que todas as coisas cresçam, floresça e dê frutos.

Sentemos à mesa com pensamentos agradáveis. Não comam quando estiverem preocupados. Deve-se evitar o leite, o açúcar branco e as féculas se o receptor tem estômago delicado. Com a alimentação adequada o receptor responde com mais rapidez aos tratamentos.”

Reiki – Conceitos básicos



Energia

Em termos gerais, energia é uma força que gera movimento. Ela pode ativar motores como a energia combustível, aquecer como a luz elétrica, explodir como a energia nuclear, iluminar como a energia divina e aconchegar como a energia da mãe. Também pode semear, iluminar, ativar e abraçar a própria vida: esta é a Energia Vital. É ela que mantém as funções do corpo, o bem-estar pessoal, o ambiente benfazejo, balança os mares e agita os ventos, pois permeia toda a Terra animando a centelha de vida em todo ser, seja uma ameba, um ser humano ou o próprio planeta.

A mal compreendida e definida Energia é - tem sido - um dos grandes mistérios da criação.

Energia é uma palavra utilizada como se fora algo muito familiar (de fato o é), porém, quando paramos para pensar o que é na realidade energia, começamos, sem sombra de dúvidas, a tomar consciência de sua complexidade.

Algumas de suas manifestações são bem identificadas, ou seja, através da nomenclatura dada pela física clássica (energia térmica, mecânica, cibernética, nuclear, elétrica, cinética, magnética, etc.) sendo que a energia foi definida como sendo "todo o agente capaz de produzir trabalho".

A etimologia da palavra energia vem do grego "energes" (ativo), esta por sua vez provém de "ergon" que significa obra, então a palavra indica que a energia implica em atividade.

O homem foi, em todo o seu trabalho evolutivo, descobrindo gradativamente e ao mesmo tempo manipulando as energias em seu proveito. A priori as da natureza e, logo após, as que ele reproduzia e combinava com a criação de utensílios, armas, máquinas e ferramentas.

As primeiras energias conhecidas pelo homem foram, sem dúvida, as energias térmica e acústica, desde o ventre materno. E logo as reproduziu e as controlou, iniciando, desta forma, sua jornada evolutiva.

A partir do fogo e com a criação de utensílios e ferramentas (da térmica e da mecânica), inicialmente de pedra e madeira e evoluindo para as de metal, ele passa a obter conforto e segurança.

Posteriormente foram criadas as máquinas a vapor, que transforma a energia térmica em mecânica, obtendo movimento.

Com certeza a esta fase podemos considerar como a fase do domínio das energias grosseiras (ou seja, de baixa frequência vibratória), perceptíveis apenas em nível dos sentidos objetivos.

Um avanço científico e tecnológico muito grande ocorreu quando Benjamin Franklin descobriu a eletricidade. A partir de então se iniciou uma nova fase, ou seja, a constatação e o domínio das energias invisíveis, porém, perceptíveis através de suas manifestações e mensuráveis somente através de instrumentos.

A energia elétrica deu origem a outras energias invisíveis, tais como: a magnética, surgindo os radiotransmissores, motores elétricos, etc., sempre combinando e transmutando estas energias.

Hoje, quando ouvimos falar da energia quântica, solar, hidráulica, etc., sabe-se que todas foram devidamente classificadas pelas leis da física.

Não podemos deixar de reconhecer o extraordinário conhecimento que os povos antigos possuíam.

Além de conhecer a importância da relação energética correta, sabiam ainda manipulá-la para preservar o equilíbrio físico e psicológico através do estado de harmonia com as energias superiores e, como resultado, o sistema imunológico e o corpo físico.

A partir da primeira respiração o ser recebe energia cósmica que penetra pelo seu centro psíquico superior, desta forma se caracteriza a individuação do ser com a frequência da energia cósmica do momento.

Conceito clássico de Energia

Para a física clássica, energia e matéria são classificadas como dois elementos separados. A energia que ela classifica é aquela que pode ser encaixada nos padrões acadêmicos materialistas por ela definidos e não considera ou explica as manifestações da energia mais sutil. Por outro lado, a matéria segundo esta classificação apresenta-se em três estados: sólido, líquido e gasoso.

Sólido: a força de coesão interatômica ou intermolecular é maior que a de repulsão;

Líquido: a força de coesão é menor que no sólido, sendo que desta forma, este estado assume a forma do recipiente em que está contido;

Gasoso: a força de repulsão é maior que a de coesão; desta forma, todo gás procura ocupar o maior espaço possível.

Para Albert Einstein a matéria é energia em estado potencial ou latente e será energia cinética ou de movimento no momento em que liberar essa energia. Ele chega a formular essa equivalência em termos físico-matemáticos.

Na física moderna está cada vez mais aceito o conceito de que tudo o que existe no universo (inclusive o homem) é feito de uma mesma e ainda misteriosa substância, a energia, que se manifesta de infinitas maneiras em infinitos níveis de condensação.

Energia sob o ponto de vista oriental

As principais culturas do Oriente também definem a energia como sendo um princípio. Todavia vão muito mais além: chamam-na de Prana e a identificam como um dos princípios fundamentais do Universo.

Assim, na cosmogonia oriental, todas as manifestações energéticas passam a serem subprodutos deste Prana, essencial e onipresente, que a tudo interpreta.

No contexto universal da criação o ser humano é o único ser vivo que tem consciência e, pelo uso do livre-arbítrio, pode transmutar, através da mente, as energias que ela processa, elevando, melhorando ou aproximando-as do nível de Frequência Vibratória dos Planos Superiores, onde se sintoniza com as forças criativas, construtivas e sublimes da natureza, gerando saúde, harmonia e evolução.

Outras vezes as transmuta, afastando-as desses sublimes níveis vibratórios, gerando desarmonia e doenças. A primeira vítima deste processo é sempre a pessoa que gera este tipo de energia, já que pela lei da trilogia (mente energia matéria), a energia, gerada pela nossa mente, determinará a qualidade da aura, das células e de seu corpo físico. Se esta energia gerada for boa, positiva, teremos uma aura sadia, magnética e atrativa. Se for o oposto, estará

gerando energia negativa, poluindo seu corpo físico, tudo o que sua aura impregnar energeticamente e/ou até onde projetar seus pensamentos.

Somos, em resumo, o maravilhoso laboratório alquímico que a natureza utiliza para efetuar a transmutação do grosseiro para o sutil, em conformidade com o divino objetivo da evolução.

Energia sutil

A energia sutil - essa desconhecida – foi tema de uma teoria eletromagnética do Professor René Louis Vallee que nos ensinou que se a energia atinge um determinado espaço, uma densidade suficiente, acontece a materialização de um fóton; mas se a energia for de densidade inferior, ela só pode existir em forma de onda.

Pode-se então perguntar: - se a densidade for ainda mais reduzida, a ponto em que nem onda possa existir, a energia desaparece? Evidentemente, ela deve continuar a existir na forma que não é corpuscular nem ondulatória, numa forma não formulada, de maneira difusa. O meio adquire uma espécie de neutralidade energética - se o espaço for perturbado, forma-se uma emissão de forma. A níveis energéticos maiores, deverá aparecer uma radiação eletromagnética. Isto significa que vivemos literalmente num banco energético.

O que confunde a cabeça dos pensadores é a manifestação de certas energias que eles não conseguem classificar, segundo as leis acadêmicas e materialistas, mas que estão e, sempre estiveram, se manifestando.

O Rei e o Ki

Rei é a Sabedoria Universal, a Origem, Deus/Deusa, o Criador, Aquele que É, a Chama, Buddha, Brahma, a Ordem Natural, Odin, Tupã, o Tao. É a inteligência natural, harmônica e essencial que sustenta a Energia Vital (Ki).

A Energia Vital é a força propulsora da vida. Sem ela morremos. Os japoneses chamam-na de Ki. Os hindus chamam-na de Prana, os chineses de Chi, os egípcios de Ka, os gregos de Pneuma, os judeus de Nefesh, os Kahunas da Polinésia de Mana, os russos de Bioenergia e os cristãos de Espírito Santo.

Diferentes culturas em tempos diferentes criaram diversos métodos de captação e aplicação desta energia, como a Acupuntura, o Pranayama, o estudo do Torá, o passe Espírita, a benção Cristã e a Pagelança dos xamãs. O Reiki é um método que permite canalizar e transmitir esta energia através das mãos, equilibrando e harmonizando o receptor nos níveis físico, mental, emocional e espiritual.

Energia manifestada e energia não manifestada

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 isto diversas vezes em publicações a respeito. Destarte, Rei é a energia cósmica ou divina, que fica além (acima) das camadas mais densas da Terra e Ki corresponde à energia manifesta na matéria densa e por consequência, no homem. Se quem tivesse decodificado o Reiki fosse outra pessoa senão o Dr. Mikao Usui, de origem japonesa, uma pessoa de outra nacionalidade, certamente teria dado um nome diferente, mas com o mesmo significado ou significado semelhante. Todavia, o Reiki por si só é um mantra.

Por ser muito antigo, seu nome deve ser mesmo anterior ao seu 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 entendimento, pense que Rei é a sabedoria sutil que está em todas as coisas, animadas ou inanimadas.

Em nível do humano, Rei atua como energia harmonizadora, nutritiva, curativa, orientadora e elucidativa, conforme a necessidade da situação do ser humano naquele momento 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 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 sua devida entonação, a energia pertencente à Reiki vibra e entra em ressonância, atuando canalizadamente.

Quando as duas se encontram (Rei e Ki), elas naturalmente coabitam e nos são acessíveis, só que não se tem consciência disso. Em muitas ocasiões, essas duas energias se encontram e operam em unicidade. Esses eventos se dão constantemente nas igrejas, nos lugares de meditação, nos lugares de cura espiritual, nos centros de cura prânica. Até aqui, nada a ver com o Reiki exclusivamente. O que é de propriedade da Iniciação é o mecanismo que faz com que canalizemos a energia Rei através da nossa energia pessoal Ki, numa condição inconsciente e real, capaz de operar pelo simples ato de postura das mãos. Ao penetrar em nosso campo energético pessoal, Rei funde-se à 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.

A energia Reiki não vem do terapeuta, mas da Fonte Universal. O agente de cura é o canal através do qual a energia flui chegando onde é necessária.

Ela penetra o canal (Reikiano) principalmente pelo chakra coronal, localizado no alto da cabeça, se concentra no coração do doador e flui através das mãos e por todo o corpo. É necessário que o canal de Reiki receba a Iniciação ou Sintonização adequada feita por um Mestre Reiki durante os cerimoniais de Iniciação, para que não corra o risco de passar a sua própria energia, o que poderá causar uma perda de vitalidade ao canal, sem contar que energias

possivelmente negativas vindas do receptor possam igualmente prejudicá-lo. No caso da energia Reiki só existe um caminho: do canal ao receptor.

O fluir do Reiki

Antes de iniciarmos uma sessão de Reiki, podemos realizar a evocação da Fonte Universal, nos ligando à Luz e aos Mestres do Reiki através da mentalização, da oração, da meditação, pedindo que o Universo nos ilumine, nos proteja e nos direcione da melhor maneira durante uma sessão. A evocação é uma forma de demonstrar respeito e, também, de reconhecimento do fato de que não somos nós que estamos harmonizando determinada pessoa, mas a Fonte Universal, através de nós.

O fluir do Reiki varia de acordo com o grau de desarmonia do receptor. O fluxo é totalmente independente das expectativas do terapeuta, funcionando de acordo com leis próprias. Quando um canal Reiki posiciona suas mãos sobre ou perto de um organismo vivo energeticamente desarmonizado, a energia Reiki flui normalmente e automaticamente. Não é necessário nenhum esforço consciente por parte do canal, porém, observa-se que o Reiki flui com mais intensidade se o canal posiciona as suas mãos com uma intenção consciente de amor.

A simplicidade do Reiki

Algumas pessoas estranham quando escutam que existem diferentes variedades de Reiki, porque consideram que o Reiki é apenas aquele que o Dr. Usui ensinou. Segundo essa forma de ver as coisas, nenhum outro método deveria receber o nome de Reiki. Entretanto não podemos esquecer que a palavra Reiki já existia no Japão muito antes do Dr. Usui receber esse método curativo. Por essa razão é que seu método não se chama simplesmente Reiki, mas Sistema Usui de Reiki, para deixar claro que se trata de uma variedade específica de Reiki.

No momento em que se ensinam outros métodos curativos semelhantes ao Usui Reiki Ryoho, porém com outras vibrações e outros resultados, fica claro que existe uma série de métodos curativos que, com justa razão, podem ser considerados como Reiki.

Pensando assim, como podemos decidir se um método é ou não Reiki? Se analisarmos o Reiki que foi ensinado pelo Dr. Usui, encontramos quatro características que outorgam à técnica a condição do Reiki ser um método curativo.

Essas características podem ser definidas do seguinte modo:

- A capacidade de dar Reiki se origina de uma sintonização e não provém de algo que se tenha adquirido ao longo do tempo e com a ajuda de meditação ou de outro tipo de exercício.

- Todos os métodos de Reiki pertencem a uma corrente. Equivale dizer que o método é transmitido do professor ao aluno por meio de uma sintonização, que começa com aquele que primeiro ensinou a técnica.
- Não é necessário dirigir a energia com a razão, já que ela é guiada por um poder superior e conhece seu caminho e seus efeitos próprios.
- Por isso o Reiki não pode produzir nenhum dano.

Se um método curativo possui essas quatro características, pode então ser considerado um método Reiki.

O Reiki e a cura

O Reiki visa à cura integral. Através dele podemos tratar as desarmonias do corpo físico, mental e emocional. Atuando sobre nossos centros energéticos, os chakras, sobre nossa malha magnética, os meridianos que envolvem o corpo físico; e da aura, a luz que nos mantém, a energia Reiki equilibra e restabelece a circulação da energia vital, corrige desvios nos padrões mentais do inconsciente, ativa o poder de restabelecimento do corpo físico através das glândulas endócrinas e dos órgãos e nos reconecta com o Espírito Universal.

Curar-se é conhecer-se, aceitando nossas imperfeições e nos perdendo, valorizando nossas qualidades e fazendo bom uso delas. Este é o sentido holístico da cura. É a cura integral. A manifestação física de uma doença é apenas o resultado de desequilíbrios mentais e emocionais, conscientes e inconscientes, que precisam ser trabalhados e compreendidos. Através do Reiki podemos ativar nosso poder de cura e receber a ajuda que precisamos para corrigir estes desequilíbrios.

A energia Reiki age sobre todo nosso sistema energético, mental, emocional, físico e espiritual. Não é possível prever o que irá acontecer durante uma sessão. Isto está além do alcance do terapeuta: é uma prerrogativa do Universo. O agente de cura pode orientar e garantir que o Reiki beneficia qualquer um que o pratique e o receba, mas não pode garantir que a sessão de Reiki curará uma doença em particular ou que tenha qualquer outro resultado específico. O poder de curar-se está dentro de cada um.

A orientação de um bom terapeuta visa levar a pessoa a conhecer-se e ensiná-la a fazer deste poder em seu próprio benefício. O Reiki trabalha com a Energia Vital, que é uma energia natural a todo ser vivo, portanto não causa danos em nenhum sentido. Entretanto, devemos entender que ao iniciarmos um processo de cura, estamos mudando algo estabelecido e tido como certo.

Isto certamente mexerá com nossas emoções e com nossos padrões de pensamento. Pessoas sem compreensão dos processos de cura holística – ou seja, a cura integral – podem interpretar mal o que vêm a sentir.

Quando passamos por um processo de cura holística, pode haver um período de tempo em que sentiremos algum desconforto. O corpo físico reage às mudanças que ocorrem nos corpos emocionais e mentais, e neste período de

adequação energética é preciso que tenhamos muita paciência e amor conosco. Tonturas e algum mal-estar podem ocorrer neste período, pois você estará rompendo com padrões de pensamentos muito arraigados a você e limpando bloqueios emocionais, cujo espaço será preenchido por novas energias. Portanto, fique tranquilo e exerça o amor por você mesmo, respeitando seus limites, cuidando de você, ajudando o Universo a te ajudar.

Iniciação ou Sintonização

A Iniciação ou Sintonização é a abertura dos canais do futuro doador para recebimento da energia Reiki, através de quatro atos cerimoniais para o Primeiro Grau, um ato cerimonial para o Segundo Grau e um ato cerimonial para o Mestrado, entre os alunos e o Mestre. É como uma cirurgia espiritual, onde serão desobstruídos os dutos por onde a energia correrá e será carreada através das mãos para o receptor. Durante as iniciações algumas pessoas visualizam cores e luzes, outras veem desenhos, algumas relembram vidas passadas, outras se sentem cheias de luz, paz e harmonia. Quando o aluno começa a praticar, colocando as mãos em outras pessoas para ativar e canalizar a energia Reiki, o novo agente de cura de Reiki sente pela primeira vez o calor radiante da energia Reiki fluindo pelas suas mãos, então percebe novas possibilidades cuja existência desconhecia.

O funcionamento do Reiki

Ao colocar as mãos sobre alguém com o intuito de utilizar a energia Reiki, o agente de cura mescla-se à Energia Cósmica, porque a coisa não funciona como nos casos de passes magnéticos, das massagens terapêuticas ou prânicas ou de qualquer outra forma de cura através das mãos, onde se usa a própria 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. Este fator é muito positivo, pois nem sempre um agente de cura está com suas vibrações perfeitamente em ordem, e estas poderiam de alguma forma prejudicar o receptor, bem como prejudicar o doador ou agente de cura com as energias negativas que o receptor poderia enviar ao agente de cura.

No caso do Reiki, o agente de cura está devidamente protegido pela própria energia Rei que quando unida à energia pessoal Ki do agente de cura tem um caminho unilateral: do Cosmos ao receptor tendo o agente de cura como um caminho. Não há desgaste físico ao se aplicar a energia Reiki no agente de cura.

Com o Reiki acontece uma coisa especial e benéfica: ao sobrepor as mãos sobre um receptor, o Reikiano recebe a energia Rei integralmente. Ao entrar em contato com a energia Ki, o corpo do próprio Reikiano retém para si uma grande porcentagem, senão a mesma, da energia Rei, que é o suficiente para equilibrá-lo e nutri-lo energeticamente.

“Toda mão que oferece uma flor, fica com seu perfume nas mãos”.

Quando a energia sai pelas mãos do Reikiano ela já está transformada em energia Reiki e o Reikiano já está recebendo a energia na parcela que o irá recompor amplamente. Desta forma, aplicar o Reiki é benéfico também para quem o aplica e, através desse processo, que se dá instantaneamente, a energia pessoal gasta já é imediatamente repostada.

Como funciona a energia Reiki

O praticante de Reiki direciona a energia do Universo para o corpo físico, estimulando a capacidade inata de restabelecimento do receptor. Esta prática terapêutica pode ser aplicada tanto para cuidar ativamente de si mesmo como para tratar outras pessoas.

Os efeitos da energia Reiki

- Equilibra as energias do corpo
- Equilibra os órgãos e glândulas e suas funções corporais
- Relaxa e reduz o stress
- Potencializa a energia vital
- Fortalece o sistema imunológico
- Alivia a dor
- Libera as toxinas
- Libera bloqueios e emoções reprimidas
- Amplia a consciência pessoal e facilita os estados meditativos
- Trata holisticamente
- Promove o potencial de recuperação natural da saúde

A energia Reiki é:

- Energia divina de amor compassivo e incondicional
- Uma arte de terapia simples, segura e universal
- Uma revitalização e harmonização do corpo e da mente
- Uma maneira fácil de toque com as mãos
- Uma experiência de transformação única
- Uma chave que conduz à luz
- Uma energia amorosa e inteligente
- Ativação de energia vital
- Independente de qualquer religião e compatível com qualquer outro tratamento

O Reiki não é:

- Uma religião, filosofia ou credo
- Massagem

- Um dogma ou uma doutrina
- Imposição de mãos
- Um passe espiritual ou magnético
- Magia
- Uma terapia verbal
- Poder mental
- Ponto de compressão
- Fenomenologia
- Mediunismo
- Para ser recebido só quando se está doente

A energia Reiki pode ter aplicações em:

- Autotratamento
- Tratamento de outras pessoas, animais ou plantas
- Aliviar rapidamente dores físicas
- Ajudar, prevenir e tratar distúrbios
- Equilibrar o corpo, a mente e as emoções
- Liberar bloqueios
- Desintoxicar
- Equilibrar os chakras (centros de energia)
- Relaxar
- Aumentar a autoconfiança
- Promover a paz interior
- Aumentar a concentração

Vantagens e benefícios da energia Reiki:

- O Reiki se encontra ao alcance de todos inclusive de crianças, anciãos e pessoas doentes.
- Todos podem ser canais de Reiki, não existe limite de idade nem condição prévia alguma exigida.
- O treinamento da técnica não é demorado podendo cada Grau ser ensinado em seminários de um ou dois dias.
- É uma técnica segura, sem efeitos colaterais ou contraindicações, compatível com qualquer tipo de terapia ou tratamento convencional.
- Não é composto por um sistema religioso, filosófico, com restrições e tabus.
- Não utiliza talismãs ou qualquer objeto para sua aplicação prática.
- A técnica não fica obsoleta, sendo a mesma há milhares de anos.
- Após a sintonização energética ocorrida durante o encontro com o Mestre Reiki, pode-se aplicar Reiki imediatamente, pelo resto de sua vida. Mesmo que por um longo período não o faça, não há necessidade de nova ativação para o mesmo nível.
- A energia não é polarizada, sem positivo ou negativo (Yin e Yang).

- O Reiki é como ondas frequenciais e pode ser aplicado no local ou à distância com o mesmo sucesso.
- Rompe o tempo e espaço, permitindo reprogramar eventos passados e coordenar eventos futuros.
- A energia não é manipulativa, o terapeuta simplesmente coloca as mãos e a energia flui na intensidade e na qualidade determinada por quem a recebe.
- Não é necessário despir o receptor durante a aplicação, pois a energia penetra através de qualquer coisa.
- O terapeuta não precisa conhecer o diagnóstico da patologia para efetuar com sucesso o tratamento.
- O Reiki energiza e não desgasta o terapeuta, pois a técnica não utiliza o "chi" ou "ki" do praticante, e sim da Energia Vital do Universo.
- O Reiki atende a pessoa de forma holística, nos corpos físico, emocional, mental e espiritual, não visando apenas suprimir a patologia, mas à volta a um estado natural e desejável, de bem estar e felicidade.

Desintoxicação

Desintoxicação é o período de dias que ocorre após o recebimento das iniciações.

Alguns comentam sobre 21 dias, mas este é um processo que podem durar alguns dias ou por muito tempo: quem não tem problemas internos a serem resolvidos?

Essa premissa partiu simplesmente da versão fictícia de Miss Takata, baseada exclusivamente nos 21 dias que Mikao Usui meditou, jejuou e teve seu satori no monte Kurama, no Japão. Era sabido que monges budistas costumavam meditar naquela montanha e imagina-se que Usui tenha feito isso, mas nada de “bolas douradas” com os símbolos que ele já havia pesquisado e sim um “satori” (iluminação), onde ele compreendeu aquilo que tinha já estudado.

“Desintoxicação” é um período de limpeza e adaptação ao recebimento da energia Reiki ao iniciado Reikiano. O iniciado pode se sentir aéreo, ter sonhos muito vívidos, ou apresentar sintomas, como por exemplo: diarreia, náuseas ou coriza.

Se o processo se tornar incômodo, o simples fato de realizar um autotratamento ou de outra pessoa, reequilibra a energia do agente de cura e diminui as sensações desagradáveis. Podem-se vislumbrar, também neste período, soluções para problemas que até então aparentemente sem solução, além de recebermos uma boa dose de energia para implementar mudanças em nossas vidas.

É importante que o iniciado tenha tranquilidade e compreensão durante este período, para o que está ocorrendo consigo. Seu corpo físico e os corpos sutis

estão sendo adaptados a uma quantidade maior de energia. Para tanto é necessário desobstruir os canais, eliminando emoções e pensamentos negativos. Algumas vezes, dependendo do estado geral do iniciado, alguns sintomas continuam após este período, indo até ao ponto onde a pessoa consiga harmonizar a sua própria vida.

Quem pode ser Reikiano

Qualquer pessoa pode receber a Iniciação em Reiki, desde que queira. Aliás, nem sempre é preciso querer. No caso de crianças (sempre acima de sete anos) são os pais ou responsável quem as levam para serem iniciadas. As pessoas muito doentes, em estado terminal ou que sofrem de algum mal que afeta o cérebro na sua tarefa de pensar, também não decidem por si, mas podem ser iniciadas, com o intuito 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 outros. Pode se fazer a Iniciação em Reiki mesmo uma mulher estando grávida. Aliás, é altamente benéfico para o bebê, que desde o começo passa a receber Reiki.

Quando o Mestre Dr. Mikao Usui encontrou e compreendeu 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 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 a ponto de acusarem Dr. Usui de tê-los criado um sério problema.

Então, o Mestre decidiu dividir a iniciação em Reiki em graus gradativos de transmissão de aquele poder, criando para o primeiro nível uma condição inicial leve, onde a energia atua apenas no corpo físico e não requer o uso de símbolos.

A ideia funcionou, foi aperfeiçoada por um de seus alunos e desde então passou a ser possível para qualquer pessoa ser iniciada em Reiki.

A qualidade do Reiki

O Reiki não muda de qualidade em nenhuma circunstância. Não existe diferenciação qualitativa sob quaisquer aspectos. A diferença entre os níveis iniciáticos está pura e exclusivamente na potencialidade do Reiki. Quanto maior for o nível iniciático da pessoa e, por consequência, quanto maior for seu tempo de prática, mais fácil, rápido e profundamente se dará a atuação do Reiki. Mas isso não quer dizer que a qualidade deste é melhor que daquele. O Reiki é o Reiki em todas as pessoas, em todos os lugares e em todos os níveis.

Depois de iniciado o Reiki sozinho não vai melhorar a sua vida. Nada vai. O que melhora a vida de uma pessoa é à disposição da própria pessoa em querer levar 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 um centramento, para que você viva o aqui e o agora. E é isso que vai melhorar a sua vida.

Reiki: uma religião ou não?

O Reiki não é religião do ponto de vista religioso, dogmático, não. Do ponto de vista do sentido da palavra, sim. A palavra religião vem do latim “religare” que significa religar-se, ou seja, tornar-se uno com Deus ou como se compreende a Divindade. Este é exatamente o trabalho que Reiki exerce através de sua prática. Através do Reiki, retomamos nossa unidade em nós mesmos e com Deus / Divindade. A base de todas as religiões é cultural e antropológica.

O Reiki, por trabalhar com a Energia Vital, como já comentado, que é natural e inerente a todo ser vivo, independe de religião ou credo. Uma planta, um animal, os elementos – água, terra, fogo e ar, a matéria e o éter – enfim, tudo que nos cerca possui energia. Podemos aplicar o Reiki em todos, seja para a cura das pessoas, animais e plantas; ou para melhorar o meio físico em que vivemos. A Terra agradece.

O Reiki não tem ressonância com a expressão “ter que”, que é uma expressão condicionante e limitadora, para aqueles que acham que serão obrigados a praticar o Reiki depois de iniciados. Você pode fazer a Iniciação, depois perceber que tem preguiça ou desinteresse de praticá-la e então deixar de fazê-lo. O que não conseguirá, no entanto, é desfazer a sua iniciação.

Uma vez iniciado, para sempre iniciado. Ou seja, mesmo sem querer praticar o Reiki como se recomenda, sempre que você colocar 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.

O poder do Reiki

O único poder que Reiki nos oferece é o de poder estar conectados e o poder de sermos nós mesmos. Esse poder 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 o Reiki ou de aplicá-lo em outras pessoas, ainda assim continuará captando a energia Reiki e ele continuará fazendo efeito 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.

Apesar de promover a cura Reiki não é terapia e sim 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 a todas as terapias inclusive aos tratamentos clínicos alopáticos. Neste campo, Reiki tem a propriedade exclusiva de intensificar o efeito positivo dos remédios alopáticos a anular seus efeitos colaterais.

O Reiki e os “milagres”

Considerando se Reiki faz milagres. Todo e qualquer milagre ocorrido sobre a Terra ocorre através da Energia Crística. Não há nenhum modo de operar milagres sem que seja através da própria Energia Crística. No entanto, Reiki é uma 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 verdadeiros milagres. Mas para isso acontecer, no caso dos seres humanos, há de se considerar três fatores: a fé do receptor na energia Reiki em sua extensão divina; o momento que a pessoa está passando, ou seja, se é o momento certo na vida do receptor para entrar em contato com a energia Reiki e finalmente o merecimento da cura em toda a sua extensão. Neste último item, há de se considerar a questão kármica que envolve o receptor.

Sobre a questão da religiosidade, Reiki não é uma religião, portanto quem for iniciado em Reiki não precisa abdicar da religião a que esteja ligado. O Reiki vai ajudá-lo mais ainda na sua fé e em seu fervor, porque manifesta a presença de Deus em seu coração.

O Reiki como terapia

As pessoas que fazem a Iniciação podem se tornar profissionais se quiserem. Um Reikiano profissional pode apenas fazer aplicações de Reiki. Para trabalharem como terapeutas de diagnóstico pessoal, no entanto, vão precisar de outros cursos complementares. Toda pessoa que quiser tornar-se um profissional terapeuta em Reiki deve conhecer assuntos como anatomia e funcionamento dos órgãos, chakras e centros energéticos, reflexologia, polaridades do corpo físico, meridianos do corpo, glândulas e seus funcionamentos, entre outros cursos.

O terapeuta em Reiki não pode emitir diagnóstico para o receptor, apenas guardá-lo para si, para uma visão mais apurada dos problemas do receptor em questão. Diagnose é especialidade médica, então, a não ser que o Reikiano em questão seja alguém formado em Medicina é conveniente não adentrar em áreas que não conhece. Quanto mais conhecimento do terapeuta Reikiano não médico a respeito de onde o Reiki atua, melhor. Conhecimentos de psicologia e linguagem terapêutica (hipnótica ou inespecífica) também são de extrema utilidade.

O Reiki e a cura

O Reiki cura mesmo. Não existe cura sem fé, sem crença na cura (estudos médicos já comprovaram isso). Ainda assim, deixando de lado o 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 uma terapia de apoio 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 receptor, não se deve lançar mão exclusivamente do Reiki. Nunca, em hipótese alguma se deve indicar ao receptor a paralisação da tomada de seus remédios. Como já dito, o Reiki potencializa o aproveitamento do remédio, bem como minimiza seus efeitos colaterais, mas não os substitui.

O trabalho da energia Reiki: Limpeza, Harmonização e Fixação (LHF)

O Reiki proporciona a cura de forma sutil e profunda. De uma maneira clara e resumida, o Reiki atua em nível profundo, onde irá atingir a causa de todos os problemas. Em primeiro lugar, o Reiki trabalha no aqui e no agora, tempo-espaço 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.

Destarte, ficamos temporariamente fora de lugar e de tempo. Muitas pessoas têm visões ou sensações de vidas passadas, presentes ou futuras durante a sessão de Reiki por causa disso. Uma vez concentrando tempo e espaço, o Reiki promove o alinhamento dos nossos corpos, por sobre o mesmo ponto que já concentrou tempo e espaço.

Feito isso, energiza com sua energia transformadora e terrivelmente amorosa todo o conjunto. Isso se dá muito rapidamente, durante as primeiras posições sobre a cabeça, onde se encontra o chakra coronal, 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 quatro, 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 vinte e quatro horas depois da primeira), onde vai realizar a **Harmonização** do nosso “eu concentrado”.

No terceiro e quarto momentos, que é a terceira e quarta aplicação, separadas também de no máximo vinte e quatro horas, o Reiki vai realizar a **Fixação** da energia Rei naquele ponto. Se o receptor ficasse imóvel e com a mente limpa a partir de então, não seria necessário de mais aplicações de Reiki, pois Reiki ficaria, por força de inércia, atuando ali indefinidamente.

No entanto, tanto no corpo físico como nos demais, mais sutis, existem movimentações constantes que quebram aquele momento concentrado, dispersando-nos novamente através do tempo e espaço. É isso que requer novas aplicações. Se houver constância nessas aplicações em no máximo uma semana após a quarta aplicação consecutiva, o Reiki não vai mais precisar limpar e harmonizar, atuando diretamente na **Fixação**, de onde já começou a produzir a cura, preconizada nos fundamentos que o Reiki oferece.

A energia Amor, que é Reiki, é poderosa arma transformadora. Onde penetra, esta energia ajusta as partes, conserta o que está quebrado, dissolve o que está obstruído, harmoniza as polaridades, enfim todo nosso ser, de modo a agir e vibrar em sintonia com o Universo. Durante esse processo, que poderia ser por toda a nossa vida e mais um pouco, todas as nossas enfermidades, tanto físicas, quanto emocionais, mentais e espirituais, vão se dissolvendo, transformando-se e 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. Considere-se também o fato de que muitos receptores são extremamente sensíveis à energia Reiki, e resultados satisfatórios, senão surpreendentes são conseguidos apenas nas quatro aplicações iniciais.

Há grupos de aplicadores de Reiki que se dedicam, na Terra, a tratar receptores com AIDS. Como essa doença, se já estiver manifestada, é praticamente incurável, o Reiki através de suas aplicações, dá uma qualidade de vida superior e uma sobrevivência maior que o esperado. Se já se manifestaram as doenças oportunistas decorrentes da AIDS, o processo de cura provavelmente atuará apenas no corpo físico, deixando para a pós-morte o complemento de sua atuação. No entanto, em a pessoa com AIDS manifestada fazendo a Iniciação, sua cura é garantida, pelo menos espiritualmente falando.

Outras aplicações do Reiki

O Reiki também pode ser aplicado em animais como 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 Reiki pode curar. Os animais de estrutura mais densa, semelhante a do homem, sofrem praticamente os mesmos efeitos, só que mais rapidamente ainda que o homem. As plantas se desenvolvem com muito mais saúde, sem agrotóxicos. A água que ingerimos e a comida que comemos também podem ser energizadas com Reiki, para que suas vitaminas, minerais e processos nutritivos sejam mais bem aproveitados pelo organismo.

O Reiki é benéfico para qualquer pessoa e pode ser recebido por qualquer um, sem distinção, desde que respeitado o livre arbítrio da mesma.

O Reiki também possui símbolos que possibilitam a aplicação em ambientes, fazendo com tudo e todos os presentes sejam absorvidos por esta energia.

Terapia Holística



Para entendermos o que vem a ser Terapia Holística em primeiro lugar devemos entender o que é Terapia, esta palavra é de origem grega, Therapia, e significa Servir a Deus. Se voltarmos no tempo veremos que os antigos viam a saúde como algo sagrado e aqueles que se dedicavam ao seu estudo eram sacerdotes, no sentido mais estrito da palavra.

Holístico vem de Holos (todo, o conjunto), porque dentro do conceito holístico as doenças não se devem a apenas uma causa, mas devem ser analisadas dentro de um todo, o homem não é apenas seu corpo físico e perecível, o homem sente, pensa, e este sentir-pensar interferem em sua constituição.

Analisemos um caso simples, uma febre, por exemplo, por mais que saibamos que a febre não é uma doença, mas sim um sinal de alerta do organismo continua-se a tratar tal mal como uma doença, priorizando o sintoma e deixando a causa de lado, isto não se dá somente com a febre, as inflamações são outro exemplo de sinal dado pelo organismo de que algo está errado, contudo as causas são ignoradas e o tratamento acaba por focalizar o desaparecimento da inflamação em si.

A Terapia Holística parte de outra visão, procura abordar as causas do problema e não tratar apenas consequências, e sim focaliza o trabalho no doente e não na doença, vai além, buscando descobrir os fatores emocionais, mentais e energéticos que criaram a condição para que uma doença tenha se instalado.

Buscando tratar cada caso como algo único, para ilustrar pensemos em duas pessoas que possuem um mesmo problema de saúde, podemos dizer, sem medo de errar que na grande maioria das vezes, embora o problema seja semelhante os caminhos pelos quais o problema se instalou são muito diferentes, a constituição de cada um dos envolvidos é única, temperamentos e caráter individuais que necessitam de uma abordagem também individual, aliás, o termo indivíduo significa exatamente algo não dividido, total.

Tendo por fim orientar o estudante em sua pesquisa, temos abaixo o que forma esta totalidade no homem:

- Corpo Físico
- Corpo Vital
- Corpo Emocional
- Corpo Mental
- Corpo Energético

A doença é, em última instância, o desequilíbrio entre estes campos no homem que acabam por afetar o Corpo Físico, a medicina trata deste último enquanto a Terapia Holística procura reintegrar o homem, restabelecendo a harmonia e o equilíbrio entre os diversos centros, quando se alcança o reequilíbrio o Corpo Físico reage mais prontamente a qualquer tratamento, inclusive ao alopático.

O que se expõe não é teoria nova, trata-se, na verdade da mais antiga concepção acerca do homem, embora apenas recentemente a medicina tenha reconhecido o papel das emoções e pensamentos na saúde humana, no oriente esta visão tem orientado os últimos 5.000 anos de pesquisas com resultados fantásticos, no ocidente podemos encontrar rudimentos deste modo de ver entre várias tribos, e também teorias muito refinadas entre povos antigos, como os nativos do Hawaí, por exemplo, que dentro de uma ciência milenar já descreviam processos avançados de Psicologia e Terapia, eles conheciam o subconsciente e o seu papel, conheciam o consciente e ainda tinham profundos conhecimentos do superconsciente.

Hipócrates (460- 377 AC), tido como o Pai da medicina, tinha sobre esta, ideias que muito destoam do que atualmente encontramos nas faculdades. Paracelso (1490-1541) falou sobre o impacto das emoções e pensamentos sobre a saúde humana há mais de quinhentos anos, Samuel Hannemann (1785 – 1843) elaborou toda a teoria da Homeopatia partindo da visão Holística, para Hannemann o menos importante era saber o nome da doença, sendo o ponto crucial conhecer o doente.

Para o Terapeuta Holístico é da máxima importância este ponto: devemos conhecer o doente, seus hábitos, sua vida, alimentação, sua vida afetiva etc., e cada informação têm o seu lugar dentro deste processo.

Percebemos, pelo exposto, que a Terapia Holística é parte de um conhecimento milenar, que antes de ser negado, dia a dia é confirmado por pesquisas ao redor do mundo, por outro lado, ao contrário do que afirmam seus opositores as Terapias Holísticas possuem o mérito de engrandecer o conhecimento humano com técnicas profundas e completas.

O Reiki não foge a esta regra: tratar o ser humano como um todo.

Reiki e seus Graus (Usui Reiki Ryoho)

Para se aprender o Reiki é necessário que a pessoa passe por vários graus de aprendizado, dependendo do objetivo que ela deseja atingir com o Reiki. Tanto uma pessoa humilde e analfabeta pode se tornar um Reikiano, como a mais instruída das pessoas.

O Reiki possui o que se chama de Graus:

- **Primeiro Grau – Shoden (Primeiros Ensinaamentos):** nesse Grau a pessoa é transformada em canal de Reiki. São aprendidas as técnicas básicas para o tratamento, as posições das mãos, como tratar a si mesmo, outras pessoas, animais ou plantas. Também nesse nível, o candidato recebe uma série de tratamentos ou sintonizações que harmonizam alguns chakras e purificam determinadas glândulas e canais chamados "nádís" nos sistemas orientais, por onde circula a energia vital. Nesse nível o Reikiano trabalha apenas o físico do receptor, mas possui implicações também para o mental e o espiritual do mesmo.
- **Segundo Grau – Okuden (Ensinaamentos Internos):** nesse novo Grau o candidato recebe uma nova série de tratamentos ou sintonizações. Ele aprende três chaves (símbolos) para trabalhar com a energia de forma mais eficaz, aplicando a mesma quantidade de energia que o Primeiro Grau, porém em menor intervalo de tempo. Essas chaves permitem, entre outras coisas:
 - Entrar em contato com o subconsciente do receptor;
 - Enviar Reiki à distância;
 - Eliminar vícios e hábitos indesejáveis;
 - Potencializar a realizações dos objetivos; tratar diretamente situações;
 - Ajudar a resolver problemas de várias ordens relacionados ou não com a proteção e o bem estar de cada um.
- **Mestrado – Shinpiden (Ensinaamentos de Mistérios):** a pessoa é iniciada no símbolo Usui, o símbolo do Mestre. Estimula o despertar da consciência e é o grau de mestre interior. Esse é o grau de Mestre de Reiki onde se obtêm o conhecimento e a autorização necessários para iniciar outras pessoas. É iniciado também no símbolo de finalização.

Depois da iniciação do candidato em cada Grau do Reiki, é necessário que ele pratique durante certo tempo para ascender ao Grau seguinte. Essa prática deve ser constituída por: autorreiki diariamente, doar o Reiki aos outros sempre que possível e receber Reiki de outro praticante. Não se deve ascender a um Grau superior sem realizar essa prática por um determinado tempo, que varia de mestre para mestre. Uma vez o neófito recebendo a iniciação, a possibilidade de transmitir Reiki permanece por toda a vida mesmo que o Reikiano passe anos sem praticar.

Os Graus de Reiki são baseados nos seguintes princípios:

Shoden – são os primeiros ensinamentos, focados principalmente no corpo físico, com correlações com o mental, o emocional e o espiritual. Corresponde ao Primeiro Grau

Okuden – ensinamentos mais profundos, com foco nas estruturas mentais, emocionais e espirituais, pois quando essas estruturas estão em desarmonia, impedem o ser humano de realizar o seu potencial criativo. Níveis mais avançados de aprofundamento. Conhecimento para a maestria interior do ser. Corresponde ao Segundo Grau.

Shinpiden – Ensinamentos mais focados no campo espiritual. Conhecimento para a maestria do Reiki. Corresponde ao grau de Mestre Reiki

Mikao Usui ensinou Reiki pessoalmente a mais de 2.000 pessoas e o método se espalhou durante a década de vinte com a ajuda de mestre-professores que abriram segmentos da associação Usui Reiki Ryoho Gakkai nas outras localidades do Japão.

Mikao Usui e seus mestres ensinavam Reiki em etapas. A primeira chamava-se Shoden e era composta de 4 graus. Os alunos se encontravam semanalmente com seu professor para recitar e cantar os cinco princípios de Reiki e alguns dos poemas do imperador Meiji. O professor dava palestras, administrava exercícios de respiração, chamados Joshin Kokyuhō, treinava um método chamado Reiji e promovia uma transferência de energia chamada Reiju aos alunos.

O mestre-professor de Reiki convidava o aluno para participar das aulas do grau seguinte quando ele achava apropriado. A segunda etapa, chamada Okuden, era ensinada em dois estágios. No primeiro se aprendia os símbolos e no segundo a cura a distância e a cura mental. Adicionalmente os alunos recebiam instruções específicas para a prática de cura.

A terceira etapa se chamava Shinpiden, oferecida apenas a poucos alunos hábeis. O aluno iniciado neste grau tinha autorização para tratar profissionalmente e também poderia se tornar assistente do professor. Tal honra especial se chamava Shihan-Kaku.

Quando satisfeito com a capacidade profissional, postura, moral, autoridade, sabedoria, e comportamento exemplar, o mestre-professor dava o direito ao seu assistente de dar aulas por conta própria, outorgando-lhe o título Shihan, o mais alto no ensino do método Usui Reiki Ryoho.

Diferenças dos Sistemas: Usui Shiki Ryoho, Essencial, Gingai, Teate e Técnicas Japonesas de Reiki

O Reiki Tradicional de Usui, pode se dizer que não existe no ocidente, visto que este é ensinado única e exclusivamente a japoneses pela Usui Reiki Ryoho Gakkai (sociedade que Usui fundou e que existe até hoje no Japão). Como seus membros se comprometeram a não ensinar e nem transmitir estes ensinamentos fora da Gakkai, o que temos é fuga de informações, graças a pesquisadores e a alguns “desistentes” que devido à dificuldade da maioria dos alunos chegarem ao Mestrado (termo, alias que não existe no Japão) resolveram aprender o Shinpiden no Ocidente, e passaram conhecimentos que tinham até o Okuden, e dados baseados em suas observações dentro da referida sociedade.

As diferenças:

O sistema de Reiki mais difundido no ocidente é o chamado Reiki Usui Shiki Ryoho, erroneamente chamado de “Reiki Tradicional” ou “Reiki Usui”. Este sistema foi introduzido nos EUA por Hawayo Takata, aluna de um dos discípulos de Mikao Usui, o Dr. Chujiro Hayashi.

O Dr. Hayashi, médico e oficial da Marinha Imperial Japonesa, recebeu o “Shinpiden” (mestrado) das mãos de Usui e abriu uma clínica de Reiki em Shinano Machi, Tóquio. Depois da morte de Usui, funda a Hayashi Reiki Kenyukai (Associação de Reiki de Hayashi).

Devido a sua condição de médico, Hayashi modifica o método de aplicação de Reiki, desejando em primeiro lugar a técnica de imposição de mãos e em segundo lugar às práticas espirituais (meditações, controle da respiração, etc.). Assim, o Reiki de Hayashi se transforma em nada mais que uma técnica de canalização de energia dirigida à cura.

As 12 posições fixas que encontramos no Reiki Ocidental são criação deste médico japonês e não de Mikao Usui. O motivo desta aplicação é que isto permitia que vários de seus alunos canalizassem Reiki para um só receptor, pois não podemos esquecer de que ele tinha sua clínica Reiki.

Em parte pelas omissões de Hayashi e pelas próprias de Takata é que o Reiki chega ao Ocidente como uma simples técnica de imposição de mãos, perdendo-se no caminho uma quantidade de técnicas de crescimento espiritual, de autopotenciação, purificação e também de cura.

Alguns mestres de Reiki observaram que o sistema não estava completo, e propuseram-se a resgatar as origens, uma dela foi Diane Stein, criadora do Reiki Essencial, mas com bases apenas em informações intuitivas e técnicas tibetanas, acabou por desviar um pouco mais o Reiki de suas origens, não que as técnicas apresentadas por ela não tivessem valor, pois são úteis e validas a sua maneira, mas as modificações que fez ao sistema, ajudou o sistema se popularizar ainda mais, pois o tornou mais acessível a um maior número de pessoas.

Dentro desta perspectiva de busca das origens, apareceu também Frank Arjava Petter, estudioso do Reiki, que foi a sua Origem Japão (onde mora até hoje), buscar os conhecimentos que haviam sido “esquecidos” pelo Reiki praticado no ocidente, formando assim o sistema: Técnicas Japonesas de Reiki.

Outro pesquisador foi Hiroshi Doi, que elaborou o sistema: Gendai Reiki-Ho, que também como o de Arjava visa resgatar a pureza dos ensinamentos originais do Sensei Mikao Usui.

Hiroshi Doi adaptou os antigos ensinamentos do Sensei Usui ao Sistema de Reiki ensinado no ocidente para que pudessem ser mais facilmente assimilados e integrados pela mente do homem ocidental.

Reiki – Cores



A cor simbólica e usada para representação gráfica do Reiki é o Verde, a cor da cura e do Chakra Cardíaco, o chakra central. O Chakra Cardíaco é o chakra da conexão, do ponto de união entre os três Chakras relativos ao plano mais denso (Plexo Solar, Genésico e Raiz) e os três mais sutis, espirituais (Laríngeo, Frontal e Coronal).

Todos os ideogramas (Yantras) são desenhados na cor dourada fulgurante, a cor Cósmica.

Todas as visualizações e envios de Yantras são mentalizados / sentidos na cor dourada fulgurante.

Reiki é Luz que nos conecta a grande Luz.

Shoden

Já foi definido como sendo o termo budista Bodhicitta – “O Coração da Mente Iluminada”, segundo o estudioso Wolf Logan.

É um tesouro Celeste, inestimável, capaz de transformar corações e mentes. É canalizado com suavidade e cada ser humano experimenta-o diferentemente.

Muitos o sentem como uma sensação profunda de tranquilidade, paz e puro amor. É assim que se deve conceber o Reiki: uma manifestação viva do AMOR.

Apesar de que o Reiki não é uma religião ou credo e sim manifestação, Paulo de Tarso, em sua Carta aos Coríntios, coloca o AMOR como a LUZ que liberta o Homem:

“Ainda que eu falasse as línguas dos homens e dos anjos, e não tivesse amor, seria como o metal que soa ou como o címbalo que retine. E ainda que tivesse o dom da profecia, e conhecesse todos os mistérios e toda a ciência, e ainda que eu tivesse toda fé, de maneira tal que transportasse os montes, e não tivesse o amor, nada seria. E ainda que eu distribuísse todos os meus bens para o sustento dos pobres, e ainda que entregasse o meu próprio corpo para ser queimado, e não tivesse amor, nada disso me aproveitaria. O amor é sofredor, é benigno; o amor não é invejoso, o amor não se vangloria, não se ensoberbece, não se porta inconvenientemente, não busca seus próprios interesses, não se irrita, não suspeita mal; não se regozija com a injustiça, mas se regozija com a verdade; tudo sofre, tudo crê, tudo espera, tudo suporta. O amor jamais acaba; mas havendo profecias, serão aniquiladas; havendo línguas, cessarão; havendo ciência, desaparecerá; porque, em parte conhecemos, e em parte profetizamos; mas quando vier o que é perfeito, então o que é em parte, será aniquilado. Quando eu era menino, pensava como menino; mas logo que cheguei a ser homem, acabei com as coisas de menino. Porque agora vemos como por espelho, em enigma, mas então veremos face a face; agora conheço em parte, mas então conhecerei plenamente, como também sou plenamente conhecido. Agora, pois, permanecem a fé, a esperança, o amor, estes três; porém o maior destes é o Amor”

Paulo de Tarso nos dá uma visão muito especial do que significa o Amor. O Reiki sem ele, o Amor, não existiria. O Reiki é Amor.

Experimente trocar a palavra Amor por Caridade no texto de Paulo de Tarso.

O Reiki é isso: Amor – Caridade – Doação.

Princípios do Reiki

Estes são os cinco princípios do Reiki estabelecidos pelo Dr. Mikao Usui, o Mestre Maior do Reiki e seu descobridor na forma de como o conhecemos hoje:

Só por hoje, não fique preocupado.

Só por hoje, não fique aborrecido.

Honra teus pais, professores e as pessoas mais velhas.

Ganha tua vida honradamente.

Demonstra gratidão por todo ser vivo.

Os Cinco Princípios

Os cinco princípios originalmente estabelecidos pelo Imperador Meiji do Japão (1868—1912) como diretrizes para uma vida realizada foram adotados pelo Dr. Usui para serem incorporados à nossa vida e nos ajudar a ser um canal para a energia vital universal. Não são meros códigos morais para serem seguidos obstinadamente.

A supressão dos pensamentos e das emoções nunca será de alguma ajuda para a pessoa em busca de iluminação. Essas diretrizes são simples pedras que pavimentam a trilha em direção ao aumento da consciência espiritual.

Somente hoje...

1) Não fique zangado.

Não há nada inerentemente errado com a raiva. É apenas um sinal de que você está tentando nadar contra a corrente natural dos acontecimentos. Quando a raiva bate à sua porta, a maneira mais sensata de lidar com ela é reconhecê-la, observá-la e, ao fazer isso, deixá-la ir para sempre. Uma vez que você para de se identificar com a emoção, o fogo apaga. Um método muito eficiente de lidar com a raiva e com outras formas de manifestação de energias (aparentemente incontroláveis) antes de elas acontecerem é a Meditação

Dinâmica (The Orange Book, de Osho. [O Livro Laranja], publicado pela Editora Cultrix, São Paulo, 1986.), que está sendo usada por inúmeros psicólogos ocidentais para o alívio emocional e da tensão. Por meio da catarse controlada, podemos nos livrar de tensões indesejadas.

2) Não se preocupe.

Nós nos preocupamos para nos manter separados do todo, para conseguirmos a sensação de que somos especiais, de que não somos capazes de sentir de outra forma. Nós nos preocupamos em que as coisas possam acontecer diferentemente daquilo que esperávamos, levando em conta apenas as nossas próprias vantagens. A fonte da preocupação é o medo daquela coisa, da qual sempre podemos estar certos: mudança. Tendemos a ver o resto da humanidade como concorrentes e talvez até como inimigos, em vez de companheiros de viagem. Esquecemos que o universo é uno, e que apenas o ego o despedaça.

3) Seja grato.

Todos sabem como é difícil ver toda vez cada experiência com novos olhos. Mas, quando por acaso o fazemos, o momento parece eterno e mágico. Ao apreciar conscientemente o nosso ambiente, quer se trate do nosso companheiro ou do menor talo de grama, podemos uma vez mais encontrar-nos nessa extraordinariamente bela história da vida.

O que chamamos de “bom e mau” fazem parte de tudo na vida. Lembro-me de uma velha história que nos foi contada pelo mestre Osho: numa pequena aldeia do interior, vivia um velho que tinha um belíssimo cavalo. Embora fosse muito pobre, ele recusava ofertas para vender seu cavalo, pois o animal tinha se tornado um amigo para ele.

Os outros aldeões o achavam excêntrico e estúpido porque ele poderia acabar com sua pobreza vendendo o cavalo. Um dia, o estábulo onde o cavalo ficava foi encontrado vazio. Os aldeões estavam convencidos de que o animal tinha sido roubado e concordaram entre eles que teria sido melhor se o velho tivesse vendido o cavalo. O velho observou que o único fato verificável era que o cavalo não estava no estábulo e disse aos outros que não tirassem tão depressa suas conclusões. Pouco depois, o cavalo voltou por si mesmo, trazendo com ele uma manada de cavalos selvagens. Agora, os aldeões acharam que a boa sorte tinha chegado ao velho, mas novamente ele lhes disse para verem os fatos e não julgar um pequeno fragmento de realidade sem conhecer o todo.

O filho único do velho logo começou a domar os cavalos selvagens. Um dia ele caiu e quebrou a perna. Os aldeões novamente acharam que isso era uma grande calamidade, uma vez que ele era o único a ajudar o pai. Mas o velho continuou fiel ao seu ponto de vista de não julgar. Logo depois, estourou uma guerra contra o reino vizinho e todos os jovens do Estado foram recrutados, exceto o filho incapacitado do velho... Essa história não tem fim.

Nossa tendência é olhar para a nossa vida, e para a dos outros, de uma perspectiva muito estreita, sem conhecer o todo, sem confiar e sem festejar o momento, seja lá o que ele esteja a nos oferecer. Vamos tentar!

4) Trabalhe arduamente (prática de meditação).

Esse princípio não sugere que você faça algum trabalho doze horas por dia. O termo “trabalho árduo” refere-se a trabalhar em nós mesmos, praticando meditação e devotando o nosso tempo ao crescimento espiritual. Os valores espirituais do mundo interior diferem consideravelmente dos valores do mundo exterior. “Trabalhar arduamente” no mundo exterior transforma-se em “devoção” no interior, onde não há lugar para o que é árduo. No mundo exterior, podemos estar trabalhando rumo a uma meta, mas no mundo interior o momento presente é o único tempo que existe. A prática da percepção ou da meditação nas atividades diárias é o propósito de muitas religiões orientais e foi introduzida no Ocidente pelo famoso místico armênio G.I. Gurdjieff, que a chamava de lembrança de si mesmo.

O Reiki, a meu ver, visa alcançar o mesmo estado mental. A meditação não pode ser forçada, mas primeiro a pedra deve ser jogada na lagoa para que as ondulações se movimentem na direção das margens. Depois desses anos todos, a meditação tornou-se um alimento sutil, mas essencial para mim. De fato, é a melhor comida que já provei!

5) Seja gentil com os outros .

Todas as hierarquias foram criadas pelo homem. O que elas causam está aí para se ver: destruição do ambiente, aquecimento global, guerras que nunca acabam e assim por diante. A lista é pungente e sem fim. Olhe para o meio ambiente com amor no coração, e o mundo de novo torna-se um espaço milagroso que se alimenta de amor.

É claro que essa diretriz também é para ser compreendida internamente, dentro de si mesmo. A benevolência com todos os seres deve incluir você. De fato, você deve ser a plataforma da qual se lançar na sua jornada de amor. Sábios de todas as eras ficaram conhecidos por “venerarem” seu corpo, para espanto das pessoas ao redor. Mas, encarado por esse prisma, isso não parece de modo algum estranho.

Gassho - Reiji-Ho – Chiryō – Os Três Pilares do Reiki

O Sistema Usui de Cura natural tem por base três atitudes que devem ser observadas antes do início de qualquer tratamento: Meditação das Duas Mãos Postas (Gassho), Indicação da Energia Reiki/Métodos (Reiji-Ho) e Tratamento (Chiryō).

Meditação das Duas Mãos Postas (Gassho)

A Meditação Duas Mãos Postas sempre era feita no início das iniciações/cursos ou encontros de Reiki promovidos pelo Dr. Usui. É recomendável praticá-la logo ao levantar, ou antes, de deitar, durante 20-30 minutos. Pode-se fazê-la individualmente ou em grupo. As meditações em grupo podem ser uma experiência muito boa, pois aumenta muito mais a energia do que a energia individual dos participantes.

A Meditação Duas Mãos Postas é muito simples e acessível a pessoas de todas as idades. Gostar dela ou não é outra questão. Praticá-la é uma questão de foro íntimo. Entretanto, depois de três dias de prática e, com base nas suas próprias sensações, você saberá se ela é a meditação “certa” para tua inspiração. Então, procure fazê-la todos os dias pelo menos durante três meses seguidos, pelo menos.

Porém, se depois de um ou dois dias você sentir alguma inquietação, irritação ou outra forma de aborrecimento, é possível que essa Meditação não seja adequada para você. Nem todos os remédios fazem o mesmo efeito para doenças iguais. Apenas deixe passar algumas semanas e faça nova experiência. Se o mesmo efeito persistir, procure, dentre tantas, uma meditação mais adequada para você.

Muitas pessoas experientes em meditação sabem como é difícil deixar tudo de lado e abandonar nossa mente racional e o diálogo interior. No entanto, tendemos a esquecer de exatamente quando queremos nos lembrar de algo! Procure não se identificar com seus pensamentos, sentimentos e sensações durante a Meditação, mas também não se feche a eles. Sempre que tentamos nos fechar, o diálogo interior se intensifica.

- Para praticar a Meditação Duas Mãos Postas, sente-se com os olhos fechados e as mãos postas diante do peito. Concentre toda atenção no ponto onde os dois dedos médios se tocam. Procure esquecer tudo o mais. Se o pensamento sobre o almoço, sobre as atividades do dia ou sobre outras coisas começarem a passar pela sua mente, apenas observe-os e veja-os afastarem-se.
- Não há nada a conseguir. Por isso, relaxe o quanto puder e em seguida volte ao ponto onde os dedos médios se tocam.

- Se mantiver as mãos postas diante do peito durante vinte minutos lhe causarem dor, leve-as lentamente, mas unidas, a descansar sobre o colo; continue a meditar.
- Fenômenos energéticos também podem ocorrer, como o aquecimento das mãos ou da coluna: observe essas alterações, mas não se deixe influenciar por elas. Volte sempre a concentrar a atenção no ponto de contato dos dedos médios.
- Se for preciso mudar de posição, movimente-se lentamente, com intenção e consciência. É mais fácil meditar mantendo a coluna reta o mais possível, e sem deixar pender a cabeça para frente ou para os lados. Imagine sua cabeça presa a um balão cheio de gás que a mantém suavemente na posição perfeita. Se tiver problemas nas costas ou não tiver o costume de se sentar sobre os calcanhares, recomenda-se que se sente numa cadeira com espaldar, ou com travesseiros ou almofadas, ou ainda que apoie as costas na parede. Não há nada que o impeça que se medite deitado, apenas a forte tendência a adormecer.

Indicação da Energia Reiki/Métodos (Reiji-Ho)

Indicação da Energia Reiki/Métodos constitui-se de breves rituais que são realizados antes de cada tratamento:

- Junte as mãos diante do peito, na Postura Meditação das Duas Mãos Postas, e feche os olhos. Em seguida, entre em sintonia com a energia Reiki. É muito simples: peça à energia Reiki que flua através de você. Em segundos ela se manifestará. Talvez você a sinta entrar pelo chakra coronal ou a sinta inicialmente no seu coração ou nas mãos. É irrelevante em que parte do corpo a indicação se manifesta. Se for Reikiano do Segundo Grau, você pode usar o símbolo Hon. Sha Ze Sho Nen para entrar em sintonia com a energia Reiki. Repita mentalmente três vezes o desejo de que o Reiki flua, projete o símbolo Se He Ki e feche a sequência com o símbolo Cho Ku Rei. Esses símbolos são ensinados no Okuden.
- Para os iniciados no Shoden, que não têm os símbolos agregados à sua alma/espírito: junte as mãos diante do peito, na Postura Meditação das Duas Mãos Postas, e feche os olhos. Em seguida, entre em sintonia com a energia Reiki. É muito simples: peça à energia Reiki que flua através de você. Em segundos ela se manifestará. Talvez você a sinta entrar pelo chakra coronal ou a sinta inicialmente no seu coração ou nas mãos. É irrelevante em que parte do corpo a indicação se manifesta. Pode-se também depois de juntar as mãos diante do peito, pedir para a energia Reiki fluir através de você e colocar as duas mãos no chakra Cardíaco e esperar pela manifestação da energia.
- Reze pela recuperação e/ou saúde do receptor em todos os níveis. Ressalte-se que, em geral, não sabemos o que é “bom” ou “ruim” para os receptores. Entregue os termos “recuperação” e “saúde” aos cuidados da energia Reiki e torne-se um instrumento dela.
- Leve as mãos postas para junto do chakra frontal e peça ao poder do Reiki que guie suas mãos para os pontos onde a energia é necessária.

À primeira vista, esta técnica pode parecer estranha, mas ela consiste em proporcionar que a energia Reiki se ligue a planos mais profundos, fundindo-se com a energia Ki e estabelecendo no doador de Reiki uma facilidade de “descobrir” pontos congestionados, com pouca energia, com energia demasiada, entre outras tantas variedades de problemas que vêm com os receptores.

Para quem intuição apurada, visão interior ou outros métodos, como por exemplo, a radiestesia, para localizar os pontos negativos nas áreas do corpo da pessoa, a Indicação da Energia Reiki/Métodos (Reiji-Ho) vai complementar esses métodos ou simplesmente substituí-los.

Suas mãos sabem o que está acontecendo; por isso, confie nelas. Aprenda isto. Talvez alguns pensem que a intuição é algo que precisa ser aprendido e desenvolvido. A realidade, porém, é bem outra: todos somos basicamente intuitivos. Uns mais, outros menos. Apenas precisamos aprender a ouvir a inspiração que já está presente e “traduzi-la” corretamente.

Como entrar em contato com a intuição e em que área que ela se manifesta são processos diferentes para cada pessoa. Para quem gosta muito de música, pode-se tornar uma pessoa que se poderia chamar de auditiva. O auditivo percebe intensamente o seu ambiente com o sentido da audição e “ouve” os seus próprios processos internos. Treinando esta sutileza, comparando erros e acertos, cedo ou tarde aprenderá a “ouvir” os processos internos de seus receptores.

Caso você se sinta inseguro, procure observar em que situações da vida sua intuição já se revelou correta. É certo que nas atividades cotidianas isso normalmente acontece – talvez enquanto você toma banho, cozinha, passeia ou dirige o carro, por exemplo. Tente levar essa habilidade para outras áreas da sua vida. No trabalho com o seu receptor, talvez você “veja” ou “ouça” onde um bloqueio de energia se localiza no corpo ou no plano sutil. Aguce e aprimore a sua intuição.

É fácil realizar esse ritual de uma maneira mecânica, mas não se trata disso: os erros serão crassos. Procure envolver-se com todo o seu coração sempre que o praticar, como se fosse a primeira vez. Os componentes mais importantes aqui envolvidos são o amor e a atenção. Esses dois atributos mostrarão a seu receptor e a você o caminho da cura e do bem-estar.

Tratamento (Chiryō)

No tempo do Dr. Mikao Usui o tratamento era dado ao modo japonês. O receptor deitava-se no chão, num tatame.

- O doador ajoelhava-se perto do receptor. Felizmente, não há nada a dizer contra aplicar um tratamento em uma maca, mesa de massagem ou outro lugar em que se possa haver o conforto necessário ao doador. Para quem está acostumado a ficar na posição de lótus (pernas cruzadas e sentadas no chão) não há problemas quanto a doar o Reiki com o receptor deitado no

chão. Deve-se, porém, cuidar do bem-estar do receptor e certamente nos dias de hoje, um tatame não seria tão confortável.

- O doador põe a sua mão dominante sobre o centro do chakra coronal do receptor e espera até que haja um impulso ou inspiração, que é então seguida pela mão.
- Durante o tratamento, o praticante dá liberdade às mãos e as mantém sobre as áreas afetadas até que haja o descongestionamento ou que as mãos se afastem do ponto por impulso próprio e procurem uma nova área para tratar. Não se pode simplesmente desprezar as posições e técnicas aprendidas, entretanto, confie na energia Reiki: ela guiará você.

As três atitudes do Reiki podem ser assim entendidas:

1. Com a Meditação das Duas Mãos Postas (Gassho), colocamo-nos em estado de meditação, unimo-nos ao universo. Limpamos a casa antes que o convidado – neste caso, a energia Reiki – chegue. Na Índia, Gassho chama-se *Namastê*, que significa “Saúdo o Deus que está em você” ou “O Divino que está em mim, saúda o Divino que está em ti”. Alcançado esse passo ou estado, podemos seguir adiante. A meditação Gassho é praticada diariamente, podendo ser feita antes do tratamento e durante o Reiji-Ho, que também é realizado com as duas mãos postas diante do peito. Ela ajuda o coração a entrar em sintonia com o tratamento. Ela também nos ensina a associar a postura das mãos postas diante do peito com a meditação. Quando juntamos as mãos e fechamos os olhos, entramos automaticamente em estado de meditação.
2. O Reiji-Ho só pode ser praticado eficazmente quando o ego, por meio da meditação, fica desligado temporariamente. À primeira vista, o Reiji-Ho parece um ato intencional, mas, na realidade, nós nos devotamos à energia Reiki com o Reiji-Ho. E devoção não tem objetivo. A atitude espiritual no Reiji-Ho é: seja feita a Vossa vontade. Afinal, não somos nós que efetuamos a cura. Na melhor das hipóteses, ela acontece por nosso intermédio. Um breve ritual antes do tratamento pode ser útil. Lave as mãos em água corrente, fria, e enxágue rapidamente a boca. Na sala de tratamento, sente-se ou fique em pé na postura Gassho. Feche os olhos e deixe de lado as preocupações, pensamentos e sensações. Passe então para o Reiji-Ho.
3. Depois de começar com a Meditação Chyrio, você não precisa mais se preocupar com a cura nem com qualquer outro objetivo do tratamento.

Assim, Chyrio (tratamento) baseia-se em Reiji-Ho (devoção/métodos) e Gassho (postura/atitude meditativa). Só quando conseguirmos dedicarmos, evitando a interferência de pensamentos e sentimentos, que não seja o sentimento de Amor, é que nos tornamos instrumentos para energia universal da vida.

Técnicas usadas por 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 frequentou a universidade de Chicago também não procede.

Sensei Usui dividia a técnica em três níveis: Shoden (nível I ou Primeiro Grau), Okuden (nível II ou Segundo Grau) e Shinpiden (Shihan-Kaku, Shihan 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 apoplético 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.

As técnicas que o Dr. Usui ensinava a seus alunos conhecidas como técnicas de “Reiki Tradicional Japonês” ou “Dentho-Reiki-Ryoho”, são encontradas no manual denominado “Reiki Ryoho Hikkei”. Este manual, que distribuía a seus alunos, foi escrito há mais de 75 anos.

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.

Como já visto anteriormente, outro pesquisador ulterior foi Hiroshi Doi, que elaborou o sistema: Gendai Reiki-Ho, que também como o de Arjava visa resgatar a pureza dos ensinamentos originais do Sensei Mikao Usui.

É dentro dessa ideia de resgatar o que Mikao Usui praticava em seu tempo que Hiroshi Doi com seu sistema fechado chamado Gendai Reiki-Ho, trouxe as técnicas antigas, mas ao transformar isso em mais um novo tipo de Reiki, acabou por engessar algo que poderia ser de conhecimentos de muitas pessoas desejosas em aprender como realmente trabalhava Mikao Usui.

No Brasil, algumas dessas técnicas já eram e ainda são apresentadas em cursos sob a denominação de Gendai Reiki Ho, método criado pelo Sr. Hiroshi Doi, que teve sua primeira formação de Reiki com mestres ocidentais, tendo recebido, mais tarde, os ensinamentos da Sra. Kimiko Koyama, ex-presidente da Usui Reiki Ryoho Gakkai, fundada por Mikao Usui. Isso significa que teve treinamento de técnicas do Reiki Original Japonês. Mas, como o próprio Sr. Hiroshi Doi afirma, Gendai Reiki Ho é uma busca de integração de técnicas do Reiki Tradicional Japonês ao Reiki desenvolvido no Ocidente.

Tentamos aqui resgatar não só as técnicas referentes ao Gendai, mas como outras técnicas subjacentes que podem ser perfeitamente usadas, pois indene da história preconizada, onde tais ensinamentos estariam confinados apenas ao Japão, muitos mestres brasileiros já são mestres em Gendai, o que não justifica tal engessamento que muitos supõem existir.

Algumas considerações entre ao que chamamos de Usui Reiki Ryoho (originariamente Shin Shin Kaizen Usui Reiki Ryoho), cujas aplicações usando toque, sopro, olhar, percussão, entre outras técnicas, já era uma premissa usada do Mikao Usui, no método original, hoje confundido com Reiki Japonês, Reiki Tradicional, Dentho-Reiki, Reiki Hikkei, e ultimamente Gendai Reiki-Ho (Gendai Reiki, Gendai-Ho, etc.).

Deve-se ter em conta que o sistema Gendai Reiki foi elaborado pelo Sensei Doi Hiroshi (alguns chamam de Hiroshi Doi) visando resgatar a pureza dos ensinamentos originais do Sensei Mikao Usui. Simplesmente baseado no que Usui já fazia no Usui Reiki Ryoho, ou seja, Gendai Reiki, ou qualquer nome parecido com esse, não passa simplesmente das 21 técnicas básicas, entre outras, que Usui já empregava e isso foi transformado em um novo tipo de Reiki.

Doi Hiroshi adaptou os antigos ensinamentos do Sensei Usui ao Sistema de Reiki ensinado no ocidente para que pudessem ser mais facilmente assimilados e integrados pela mente do homem ocidental.

O Sensei Doi Hiroshi é membro ativo da Usui Shiki Reiki Ryoho Gakkai e presidente da Gendai Reiki Healing Kyokai e foi iniciado pela Sensei Kimiko Koyama, a única presidenta da associação que o Sensei Usui fundou.

Desde o ano de 2000, Doi Hiroshi ministra seminários de mestrado de Gendai Reiki-Ho exclusivos para mestres de Reiki estrangeiros. Agora este conhecimento já está disponível no Brasil há muito, para todos que sentem a necessidade de se aprofundar nessa maravilhosa técnica de harmonização e autoconhecimento, chegando mais próximo de suas raízes.

Como era praxe Sensei Usui utilizar tais técnicas e a ideia deste composé é resgatar o Usui Reiki Ryoho, antes chamado pelo próprio Usui como Shin Shin Kaizen Usui Reiki Ryoho.

Os Graus de Reiki são baseados nos seguintes princípios:

1 – Shoden: que por sua vez é dividido em Loku-To, Go-To, Yon-To e San-To.

2 – Okuden: que se divide em Okuden-Zenki e Okuden-Koki.

3– Shinpiden (nível máximo). Este nível é ensinado a poucos alunos escolhidos pelo professor de Reiki. Tendo sido iniciado no Shinpiden, o aluno pode receber autorização para tratar outras pessoas profissionalmente. Somente uma pessoa que já tenha feito o Shinpiden pode tornar-se assistente do

professor. Tal posição é chamada de Shinan-Kaku. A palavra Shinan-Kaku significa algo como “assistente do professor”. Quando o mestre considerar apropriado, dará ao estudante permissão para realizar suas próprias reuniões e ter seus próprios alunos. Esta condição é chamada de Shihan. A palavra Shihan significa professor. Este termo, entretanto, inclui um sentimento de autoridade, uma função de modelo para os outros, de força moral e de sabedoria.

Nota:

Originalmente, Usui referiu - se ao sistema como “Te-a-te” que significa cura pelas mãos ou imposição de mãos. O nome Reiki veio depois. Na verdade, há uma longa tradição de cura pelas mãos no Japão e essa é uma das tradições que Usui aperfeiçoou criando o que agora é chamado de Reiki.

Reiki é uma técnica ou método que é baseado em princípios que foram utilizados no Japão na primeira parte do século passado. Mesmo as artes marciais, que Usui praticou, auxiliaram no desenvolvimento de um sistema de cura nos níveis mais altos. Reiki aperfeiçoou o Budismo Tendai tradicional em termos de exercícios de energia e capacitação que agora estão emergindo no Japão e o Xintoísmo em termos de uso dos símbolos com Reiki.

Usui congregou várias linhas de uma maneira única. Sua técnica permite qualquer um a conectar-se permanentemente em uma fonte de energia curativa. Uma vez conectado, você pode canalizar essa energia sem ter que se dedicar a muitos anos de prática, e isto torna possível a qualquer um aprender como transferir sua habilidade para outros através de um ritual simples de conexão.

O ímpeto original para o desenvolvimento do Reiki foi os benefícios pessoais que poderiam ser adquiridos se alguém pudesse saber o verdadeiro propósito da vida é satisfazer-se. Parece que há outros exercícios espirituais dentro do sistema original do Reiki que geralmente promovem o Reiki junto ao Ocidente como um sistema curativo. No entanto, parece que essa ideia foi assim passada para o ocidente. Os benefícios curativos foram um extra de grande utilidade. Na sua forma original, Reiki é uma trilha para o esclarecimento.

Explicação da instrução para o público pelo fundador do Usui Reiki Ryoho, Mikao Usui:

“É costume ensinar-se um método apenas aos nossos descendentes, mantendo deste modo uma riqueza na família. Especialmente na sociedade moderna em que vivemos desejamos partilhar a felicidade da coexistência e a coprosperidade. Assim, não permitirei que a minha família seja a única detentora do método.

O meu Usui Reiki Ryoho é original, não existe nada como este método no mundo. Por isso gostaria de mostrá-lo ao público para que todos possam beneficiar dele e, espero, para que todos alcancem a felicidade. O meu Reiki Ryoho é um método original baseado no poder intuitivo existente no universo.

Através deste poder o corpo torna-se mais saudável, a vida torna-se mais feliz e atinge-se a paz de espírito. Atualmente as pessoas necessitam de progredir e de reconstruir a sua vida exterior e interiormente. Deste modo, divulgo o meu método para ajudar todas as pessoas com doenças do corpo e da mente.

P: O que é o Usui Reiki Ryoho?

R: Recebi por atenção do Imperador Meiji, as suas últimas injunções (imposições ou ordens). Em primeiro lugar temos que curar o nosso espírito se queremos progredir física e espiritualmente usando os meus ensinamentos e treino de modo a caminharmos no caminho correto como seres humanos. Em segundo lugar, temos que manter o nosso corpo saudável. Se o nosso espírito for saudável e estiver de acordo com a verdade, então o corpo torna-se saudável de forma natural.. As missões do Usui Reiki Ryoho são: ter uma vida saudável em paz; curar os outros e aumentar a nossa felicidade e a dos outros.

P: Existe alguma semelhança com o hipnotismo, o método Kiai, métodos religiosos ou outros?

R: Não, não existe qualquer semelhança com nenhum desses métodos. Este método que eu recebi após um longo e difícil treino baseia-se no poder intuitivo para curar o corpo e o espírito.

P: É então um método de tratamento psíquico?

R: Sim, pode dizer-se isso, mas é também um método de tratamento físico, pois a Ki e a luz emanam do corpo do praticante especialmente dos seus olhos, boca e mãos. Assim, se o praticante olhar para, respirar para ou tocar com as mãos na área afetada (dor de dentes, cólica, dor de estômago, nevralgia, contusões, cortes, queimaduras e outras tumefações) a dor desaparecerá. No caso de uma doença crônica não é fácil, pois se necessita de mais tempo, mas o receptor sentirá melhoras logo a partir do 1º tratamento.

P: Tem que se acreditar no Usui Reiki Ryoho para se conseguir o melhor resultado?

R: Não. Não se trata de um método de tratamento psicológico, hipnótico ou outro tipo de método mental. Não há necessidade de haver consentimento ou admiração. Não interessa se duvida, rejeita ou nega o método. Por exemplo, é eficaz em crianças e em pessoas gravemente doentes que estão praticamente inconscientes. Apenas uma em cada dez pessoas acredita no meu método antes do tratamento. A maioria sente as melhoras após o primeiro tratamento e então acredita nele.

P: O Usui Reiki Ryoho pode curar qualquer doença?

R: Qualquer doença orgânica ou psicológica pode ser curada por este método.

P: O Usui Reiki Ryoho cura apenas as doenças?

R: Não, o Usui Reiki Ryoho faz mais do que isso. Estados mentais como a agonia, a fraqueza, a timidez, a indecisão e o nervosismo podem ser corrigidos bem como qualquer mau hábito. Então se pode ter uma vida feliz e curar outros tendo em mente Deus ou Buda, pois isso se torna objeto de princípio para o praticante.

P: Como atua o Usui Reiki Ryoho?

R: Este método não me foi dado por ninguém nem eu estudei para conseguir poderes psíquicos de cura. Acidentalmente, apercebi-me de que tinha recebido um poder de cura quando senti o ar de uma forma misteriosa enquanto jejuava. Deste modo é para mim difícil explicá-lo exatamente mesmo sendo eu o fundador. Cientistas e homens inteligentes têm estudado este fenômeno, mas a ciência moderna não consegue explicá-lo. Contudo, eu acredito que, naturalmente, virá o dia em que tudo será explicado.

P: O Usui Reiki Ryoho usa algum medicamento ou tem algum efeito secundário?

R: Nunca usa qualquer equipamento médico. Os únicos meios de tratamento são: olhar para a área afetada, respirar-lhe por cima, efetuar ligeiras batidas com as mãos e a imposição das mãos.

P: É necessário possuir conhecimentos de medicina?

R: O meu método encontra-se para além da ciência moderna por isso não é preciso ter-se conhecimentos de medicina. Se a doença for ao cérebro, eu trato a cabeça. Se for uma dor de estômago, eu trato o estômago. Se for uma doença de olhos, eu trato os olhos. Não é necessário tomar remédios amargos nem submeter-se a tratamentos de "moxa" quente. Apenas se necessita de algum tempo, não muito, para se olhar, se respirar, ou, impor as mãos na área afetada. Estas são as razões da originalidade do meu método.

P: Que pensam famosos cientistas médicos do seu método?

R: Eles parecem bastante razoáveis. Os cientistas europeus têm uma atitude muito crítica em relação à medicina. Voltando ao assunto, o Dr. Nagai da universidade médica de Teikoku disse: "como médicos diagnosticamos, registamos e entendemos as doenças, mas não sabemos como tratá-las." O Dr. Kondo disse: "não é verdade que a ciência médica tenha tido um grande progresso. A maior falha da ciência médica moderna é não dar importância ao efeito psicológico." O Dr. Kuga disse: "é um fato que a terapia psicológica e outros métodos de cura praticados por pessoas sem treino médico resultam melhor que os tratamentos dos médicos de acordo com o tipo de doença, a personalidade do receptor ou a aplicação do tratamento. Penso também que os médicos que tentam excluir os praticantes dessas curas sem treino médico têm uma visão estreita". (Extraído de Nihon Iji Shinpo). É óbvio que médicos, cientistas médicos e farmacêuticos reconhecem os efeitos do meu método e tornam-se alunos.

P: Qual é a reação do governo?

R: A 6 de Fevereiro de 1922 no comitê do orçamento da Câmara dos Representantes, o Dr. Matsushita pediu a opinião do governo sobre o fato de haver pessoas sem treino médico a tratar receptores com métodos psicológicos ou espirituais. O Sr. Ushio, um delegado do governo disse: "há pouco mais de 10 anos atrás, as pessoas pensavam que a hipnose era resultado do trabalho de duendes de nariz longo, mas nos nossos dias foram feitos estudos e essa é uma técnica aplicada aos doentes mentais. É muito difícil abarcar o intelecto humano apenas com a ciência. Os médicos seguem as instruções da ciência médica para tratar os seus receptores, mas a terapia elétrica ou a imposição das mãos não são tratamentos médicos." Assim, o meu Usui Reiki Ryoho não viola a lei dos Praticantes de Medicina nem o Regulamento de administração do Shin-kyu (tratamento de acupuntura e moxa).

P: As pessoas podem pensar que este tipo de poder é oferecido apenas a algumas pessoas escolhidas e não alcançado pelo treino.

R: Não, isso não é verdade. Cada existência tem poder curativo. Plantas, árvores, animais, peixes e insetos possuem-no, mas o ser humano, como senhor da Criação, tem um poder notável. O Usui Reiki Ryoho é a materialização do poder de cura que o ser humano possui.

P: Então qualquer pessoa pode receber o Denju (sintonização) de Usui Reiki Ryoho?

R: Claro, homem ou mulher, novo ou velho, ignorante ou culto, qualquer pessoa dotada de senso comum pode receber o poder em pouco tempo e pode curar-se a si próprio e aos outros. Eu já ensinei mais 1000 pessoas e todas aprenderam o método. Todos são capazes de curar doenças apenas com o Shoden. Poder-se-ia pensar ser impossível possuir o poder de cura em pouco tempo, mas tal é realizável. É uma característica do meu método: curar doenças difíceis com facilidade.

P: Se posso curar os outros, posso curar-me também a mim próprio?

R: Se não podes curar-te, como poderás curar os outros?

P: Como posso receber o Okuden?

R: O Okuden inclui Hasurei-Ho, os métodos de dar ligeiras batidas com as mãos, de pressionar com as mãos, de varrer o campo energético do receptor com as pontas dos dedos, o método telestésico e o método de propensidade. Ensinarei tudo isto às pessoas que tenham aprendido o Shoden e que sejam bons estudantes, pessoas de boa conduta e entusiastas.

P: Existe um nível superior ao Okuden?

R: Sim, existe um nível chamado Shinpiden."

As técnicas empregadas no Usui Reiki Ryoho

Byosen Reikan Ho

Byosen Reikan Ho é uma técnica um tanto similar às práticas da exploração ou interpretação de sensações ensinadas em alguns estilos ocidentais da linhagem Reiki.

Byosen é concebido como “a sensação energética” percebida em áreas de discordância, desequilíbrio ou de doença.

Sempre que há uma doença, discordância ou desordem na composição energética de uma pessoa, e ela pode estar ciente ou não disso, nesses pontos ou pontos será sempre “uma sensação energética que acompanha”, verificado como ressonância. Um ciente fornece para quem sabe o que procurar. E fornece informações para quem desenvolveu as habilidades necessárias da sensibilidade para percebê-la.

Assim, é teoricamente possível identificar e para tratar tais desequilíbrios *antes dos* sintomas físicos das desordens mentais, emocionais ou espirituais tenham possibilidade de manifestar-se.

E no extremo oposto do espectro, é possível determinar se sim ou não o receptor está realmente curado. Deve-se observar que mesmo quando os sintomas externos de uma desordem foram aliviados, a presença continuada da ressonância indicaria a probabilidade da desordem recrudescer no futuro.

Em um mundo ideal - diz-se que um praticante sensível pode inferir da ressonância a causa, o status atual, e a quantidade de tratamento requerida para a doença. Mas Byosen não é uma técnica diagnóstica *por si mesmo*, é muito mais um método de encontrar e de tratar a fonte da doença.

A natureza precisa das sensações experimentadas varia de uma pessoa a outra e é também dependente na natureza da discordância ou da doença manifestando-se.

As sensações possíveis escolhidas acima pelo praticante podem ser: pulsar, calor, frio, nivelamento, dor, pontadas, formigamento, “puxar”, etc.

Sensações ressonantes podem ser experimentadas em uma área diferente do local típico das desordens. Por exemplo, uma discordância no estômago pode produzir a ressonância *na* testa; problemas respiratórios podem ser indicados pela ressonância partes traseiras das mãos, etc.

Por esta razão, a fim de usar eficazmente o Byosen, muitas pessoas sugerem que o praticante tem que pelo menos aterrar o chakra básico do “meridiano” - a teoria baseada do diagnóstico-tratamento como exposto por várias práticas da medicina de TJM/TCM (japonês tradicional/chinês).

Byosen Reikan Ho começa com o *Gassho* executado pelo praticante e pela intercessão da oração para que o fenômeno de Reiki flua livremente com eles para cura e o bem-estar do cliente.

Então, começando na cabeça e trabalhando para baixo do o corpo, o praticante começa lentamente a fazer varredura com suas mãos, procurando fora as sensações energéticas indicativas das áreas de necessidade do tratamento com Reiki.

Algumas ressonâncias e seus significados comuns (Byosen)

Byo: doença, toxinas. **Sen:** acúmulo/acumulação/pode ser também o sistema linfático.

O Byosen tem diversos níveis e aspectos:

- Pode ser a frequência que um corpo ou uma parte tensa do corpo emite. A reação do corpo à energia do Reiki que está indo para ele e olhando para essa reação do corpo você pode, a partir daí, perceber a atividade daquela doença, a reação do corpo para o Reiki e o processo de cura,
- O tempo de duração do tratamento,
- A continuação desse tratamento.

No Byosen nós temos cinco diferentes níveis:

- 1 – On netsu - Calor
- 2 – Atsui Onetsu - Calor Intenso
- 3 – Piri-piri - Formigamento
- 4 – Hibiki- Pulsação e também frio
- 5 – Itami – dor na sua mão que possivelmente pode se mover até o seu ombro e se movendo de volta posteriormente.

É dito que o corpo tem material tóxico ao redor de todas as articulações, por exemplo, nos ombros, nos quadris, joelho, etc. É claro que em todas as articulações e órgãos principais e principalmente rins e fígado e também nas áreas onde você tem linfa, ou seja, em todas essas partes é onde o corpo deposita essas toxinas com o plano de eliminá-las posteriormente. Ele traz essas toxinas para essas áreas, atingido determinado volume de toxinas vem o “caminhão de lixo” e leva para o depósito (você leva o lixo para algum lugar e o caminhão leva tudo).

Os três primeiros não são sérios, ou seja, é sinais de uma toxicidade leve no corpo, alguma tensão; e se você chega ao nível quatro ou cinco esses são mais sérios e muitas vezes, mas não sempre, pode haver um caso patológico aí onde suas mãos estão tocando.

Quando você sente o nível cinco pode ter certeza que alguma coisa séria está acontecendo no corpo da pessoa. Pode não ser uma coisa patológica ou algo

que seja vital, mas agudo, por exemplo, alguma infecção que ocorre a partir de uma alimentação.

Isto muitas vezes é mal entendido, algumas vezes as pessoas interpretam como estar recebendo ou puxando para dentro de seu corpo a energia ruim do cliente. O Reiki é via única, somente um bom Reiki vai para o receptor e nada de mal do seu receptor vai para você.

O Byosen não é constante, mas se move e muitas vezes, ou somente ele se move em curvas. O momento em que você não sente Byosen entre uma onda e outra leva mais ou menos de 10 a 15 minutos.

Se você encontra uma área seriamente doente você vai notar isso através do nível quatro ou cinco. Então não é somente a pulsação ou dor na sua mão, mas você deve notar também, a forma como o Byosen se move. Se você sente um Byosen bastante agudo e que de repente diminui, você percebe que o corpo está reagindo de maneira correta, e se você atinge um Byosen com os níveis três ou dois você sabe que está feito o trabalho, que está perfeito. O melhor seria parar quando você atingir os níveis dois ou um, aí você tem certeza que o corpo se curou, mas se você percebe um Byosen que sempre tem o mesmo nível, mantém os mesmos picos, ou seja, a mesma altura, aí você percebe que o corpo não está reagindo de maneira correta.

Isso significa que você deve trabalhar mais naquela área e talvez depois de dois ou três tratamentos o corpo reaja e o Byosen começa a diminuir os seus picos e você pode ter outro Byosen onde os picos não são do mesmo tamanho, mas eles estão muito juntos um do outro, isso pode demonstrar um Byosen de dor em suas mãos.

No Manual de Ensino da Sra. Koyama ela diz o seguinte:

“Quando você quer tratar alguém e coloca as suas mãos tocando o corpo da pessoa e elas retornam para você, você tem que levar essa pessoa imediatamente para o hospital. Quando as mãos simplesmente não querem permanecer no local tocado e voltam à posição original, realmente significa um caso sério. Não significa que o Reiki seja ruim ou coisa assim e que ele não possa ajudar, claro que ele vai estar sempre ajudando, mas provavelmente essa pessoa necessita de assistência médica”.

Nota: A percepção do Byosen era pré-requisito para que os alunos passassem do nível iniciante (Shoden) para o nível mais profundo (Okuden) no sistema Usui de Reiki.

As posições de aplicação tanto do Manual de Usui quanto do de Hayashi eram apenas orientações emergenciais para os alunos iniciantes que ainda não haviam desenvolvido a habilidade de percepção do Byosen.

Gassho Meiso - meditação Gassho

Junte suas mãos em frente do seu coração. Recomenda-se sustentar as mãos de tal maneira que o ar expirado pelo nariz roce suavemente a ponta dos dedos. Esta é a altura preferencial para sustentar as mãos.

Feche os olhos e sente-se de forma relaxada em uma cadeira ou no chão. A coluna deve estar o mais ereto possível, mas pode ser apoiada. Durante a meditação, aspire pelo nariz e expire pela boca, contudo, deixe que sua respiração entre por si só em seu corpo. Não tente regulá-la. Procure respirar profundamente levando o ar até o abdome. Se não souber como fazê-lo, coloque sua mão sobre o ventre e respire levando o ar até o ponto que está sendo tocado. Mais adiante será mostrada outra técnica (Joshin Kokyu-Ho) que o ajudará a praticar a respiração com o abdome.

Se quiser manter os olhos abertos, não se concentre em nenhum ponto determinado e não pisque, para que pensamentos vários não ocupem sua mente. Quem não pisca, não pensa.

O objetivo da meditação Gassho é potencializar a energia do praticante e levá-lo a um estado espiritual meditativo. Ela deve ser praticada todos os dias pela manhã ou à noite, com duração de 20 a 30 minutos. A forma dessa meditação é bem simples: concentre sua atenção na ponta dos seus dedos médios e esqueça todos os outros.

Há algumas razões para isto. Do ponto de vista da ciência da meditação, quando juntamos as mãos, se encontram o sol (mão direita), a lua (mão esquerda). Dessa forma se fecha o círculo. Quando dirigimos nossa atenção aos dedos médios, acentua-se o aspecto meditação.

Kenyoku – banho seco

A palavra japonesa kenyoku significa "banho seco". O kenyoku serve para purificar o corpo e a alma, diferentemente do método japonês tradicional de banhar-se em água fria com este fim. Ele fortalece sua energia e ajuda a distanciar-se do cliente, de situações, pensamentos e emoções. Coloca você no momento presente e o separa do passado.

Há três versões para se usar o Kenyoku: A primeira é a que era ensinada pelo Usui Sensei.

- Coloque sua mão direita sobre o lado esquerdo do seu tórax na altura da clavícula. Passe a mão suavemente sobre seu peito até o lado direito do seu quadril. Repita o mesmo com a mão esquerda, começando do lado direito do seu tórax sobre a clavícula. Passe a mão suavemente em direção ao lado esquerdo do seu quadril. Repita este movimento mais uma vez com a mão direita.

- Agora, passe a mão direita suavemente a partir do **punho** esquerdo pela palma da mão até a ponta dos dedos. Passe agora a mão esquerda suavemente a partir do **punho** direito pela palma da mão até a ponta dos dedos. Repetir este movimento mais uma vez com a mão direita.

A segunda versão é amplamente difundida hoje.

- Coloque sua mão direita sobre o lado esquerdo do seu tórax na altura da clavícula. Passe a mão suavemente sobre seu peito até o lado direito do seu quadril. Repita o mesmo com a mão esquerda, começando do lado direito do seu tórax sobre a clavícula. Passe a mão suavemente em direção ao lado esquerdo do seu quadril. Repita este movimento mais uma vez com a mão direita.

- Coloque agora sua mão direita sobre o ombro esquerdo e passe a mão suavemente sobre o **lado externo** do braço esquerdo e o lado externo da mão até a ponta dos dedos. Repita o mesmo movimento com a mão esquerda colocando-a sobre a clavícula e passe-a suavemente pelo **lado externo** do braço direito e o lado externo da mão até a ponta dos dedos. Repetir mais uma vez este movimento com a mão direita.

A terceira versão.

- Coloque sua mão direita sobre o lado esquerdo do seu tórax na altura da clavícula. Passe a mão suavemente sobre seu peito até o lado direito do seu quadril. Repita o mesmo com a mão esquerda, começando do lado direito do seu tórax sobre a clavícula. Passe a mão suavemente em direção ao lado esquerdo do seu quadril. Repita este movimento mais uma vez com a mão direita.

- Coloque agora sua mão direita sobre o ombro esquerdo e passe-a suavemente sobre o **lado interno** do seu braço esquerdo e da palma da mão até as pontas dos dedos. Repita este movimento com a mão esquerda no **lado interno** do braço direito e da palma da mão até a ponta dos dedos. Repetir mais uma vez este movimento com a mão direita.

Nota: em algumas escolas mais modernas, além de qualquer dos métodos empregados, costuma-se “limpar” as mãos no final do processo: a direita limpa a esquerda, dorso e palma da mão até a ponta dos dedos e a esquerda limpa a direita, dorso e palma da mão até a ponta dos dedos.

Esta técnica pode ser concluída com a posição Gassho. Adote isto se lhe fizer bem.

Se não estiver em condições de fazer estes movimentos em seu corpo, faça-os mentalmente. Experimente todas para descobrir com qual delas se sentirá melhor.

Joshin Kokyuu-Ho – A técnica respiratória

A expressão japonesa Joshin Kokyuu-Ho significa "exercício respiratório para purificar o espírito".

Ela potencializa sua energia e permite absorver conscientemente a energia cósmica e a armazená-la em seu "tanden" (esse ponto fica de dois a três dedos abaixo do umbigo), para depois deixá-la fluir por seus dedos.

Se tiver dificuldade em localizar o tanden, tente achá-lo fazendo o seguinte exercício:

- Mantenha-se de pé, relaxado, separando os pés a uma distância igual à largura dos seus ombros.
- Respire profundamente algumas vezes.
- Solte todas as tensões do corpo e pense em algo muito agradável.
- Abra levemente a boca.
- Ao inspirar, coloque a língua sobre o palato. Aspire pelo nariz e expire pela boca, deixando a língua cair de forma natural sobre a base da boca.
- Flexione os joelhos lentamente, enquanto dirige sua atenção ao baixo ventre. Faça isso bem devagar.
- De repente você terá consciência de um ponto em seu baixo ventre, a aproximadamente dois ou três dedos abaixo do seu umbigo. É aí que está situada sua energia vital. É o centro do seu ser.

Comece agora com a técnica respiratória descrita abaixo:

- Pode ser de grande ajuda colocar as mãos sobre o seu baixo ventre e respirar em direção ao local que está tocando.

O processo da técnica é o seguinte:

- Inspire o ar pelo nariz imaginando que a energia Reiki está entrando pelo seu chakra coronário.
- Transporte a energia para baixo até o tanden.
- Quando o ar chegar ao tanden mantenha-o aí por alguns segundos sem se esforçar em demasia. Encontre seu próprio ritmo.
- Visualize como esse ar se expande e penetra todo o seu corpo.
- Expire pela boca e imagine que a energia sai do seu corpo através das pontas dos seus dedos e dos chakras das mãos, como também pelas pontas dos dedos e dos chakras dos pés.

Esta técnica aumenta sua energia Reiki e ajuda a sentir-se como um canal puro de transmissão de energia.

Reiki Mawashi – Reiki grupal

A palavra japonesa mawashi significa "corrente". Nesse exercício se conduz a corrente de Reiki através de um grupo de praticantes de forma similar à que se faz nos encontros.

Senta-se em um círculo e sustentam-se as mãos alguns centímetros por cima ou por baixo das mãos das pessoas que estão ao nosso lado. As mãos esquerdas ficam viradas para cima e as mãos direitas viradas para baixo. O professor põe o fluxo de energia em movimento, enviando-a para a pessoa que está à sua esquerda. A pessoa recebe a energia com a mão direita, deixa-a fluir por seu corpo e a transmite à pessoa seguinte através de sua mão esquerda. Este exercício deve ser praticado durante dez minutos.

Não sabemos se é importante a direção em que a energia é enviada. Há muitas teorias a respeito do magnetismo terrestre. Alguns acham que ao norte do Equador esse exercício deve realizar-se para a direita e ao sul desta linha, para a esquerda. Experimente ambas as direções e descubra por si mesmo o que produz uma melhor sensação.

Provavelmente ambas as direções funcionam em qualquer lugar do planeta e talvez além dele mesmo.

Shu Chu – Reiki grupal concentrado

O termo shu chu significa "concentrado" e esta técnica pode ser praticada em grupo em um encontro de Reiki.

Cada participante passa energia a outro, pedindo pela saúde daquela pessoa. Os praticantes de colocam suas mãos diretamente sobre o receptor e os que detêm podem utilizar os símbolos e dar um tratamento à distância.

Para alguns receptores este exercício pode ser uma experiência de grande intensidade; por isso não é aconselhável tratar receptores emocionalmente instáveis.

Se o grupo é muito grande, realiza-se o exercício um ou dois minutos de cada vez.

Em grupos grandes talvez não seja possível que todos toquem a pessoa a ser tratada. Nesse caso fazem-se várias rodas ao redor da maca. A primeira roda toca o receptor diretamente e a segunda e terceira rodas tocam os ombros dos terapeutas da primeira e segunda roda. Dessa forma a energia flui e corre através de todos os participantes e alcança também o receptor.

Ou ainda, de outra forma:

Esta técnica reduz o tempo da sessão, amplia a energia, criando uma onda de energia onde todos contribuem positivamente.

- Reúna 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.

Enkaku Chiryō (Shashin Chiryō) – técnicas de cura à distância

Usui Sensei era muito afeito à cura à distância. Usava-a inclusive quando o receptor ficava numa sala ao lado.

A palavra enkaku significa "enviar" e a palavra chiryō significa "tratamento".

Esta técnica também é conhecida no Japão com o nome de Shashin Chiryō ou "tratamento fotográfico".

Provavelmente haja tantos métodos de cura à distância quantos sejam os praticantes de Reiki. Todos eles devem ajudar-nos a concentrarmo-nos espiritualmente.

Se for possível, use uma foto do receptor. Escreva seu nome e sua data de nascimento no verso. Se lhe foi pedido tratamento para uma pessoa que não conhece pessoalmente, junte informações adicionais e anote também no verso da foto. Isso ajudará a dirigir a energia. Por meio de uma foto será mais fácil tratar partes do corpo que normalmente não são tão acessíveis.

Se não tiver nenhuma foto da pessoa, desenhe sobre um dos seus dedos ou sobre a patela uma imagem que a simbolize e use-a. Não interessa qual dedo ou qual patela escolheu para isto.

Alguns praticantes do ocidente são de opinião que não se deve tocar o próprio corpo quando se pratica Reiki à distância, porque existiria a possibilidade de enviar suas próprias doenças à outra pessoa. Isso não procede, porque quando se envia ajuda a alguém com seu próprio corpo se está servindo dele para canalizar seu espírito.

Não é aconselhável enviar energia para alguém que não a tenha pedido. O Reiki não causa dano a nada, porém é importante respeitar a privacidade de outras pessoas e não intervir em sua liberdade pessoal, mesmo que isto fosse para o bem delas.

Seiheki Chiryō – técnica para curar hábitos e costumes

A palavra seiheki significa "hábito" e chiryō significa "tratamento".

Esta técnica é usada para tratamento de hábitos, especialmente aqueles que podemos chamar de vícios. Com esta finalidade, muitas pessoas aprenderam uma técnica que no ocidente é conhecida como "reprogramação". Trata-se de uma versão mais ambiciosa da técnica original.

A técnica de reprogramação implica no uso de símbolos de Reiki, o que não é o caso da técnica original.

Se quiser trabalhar para você mesmo, faça uma afirmação. Se trabalhar com um receptor ajude-o a pensar numa afirmação. As afirmações devem ser breves, precisas e positivas. Devem estar no tempo presente e com as palavras da pessoa que realmente a usará. Uma afirmação não deve ser limitante em nenhum sentido.

Para descobrir o que realmente as pessoas querem de suas vidas, há que se ter tempo. Nossos desejos muitas vezes têm um significado mais profundo que, muito frequentemente está oculto à primeira vista.

Coloque sua mão não dominante sobre a testa do receptor (ou sobre sua própria testa se estiver fazendo um autotratamento) e a mão dominante sobre o occipital. Deixe suas mãos descansarem aí por dois ou três minutos, enquanto repete mentalmente e de forma intensa a afirmação.

Tire sua mão não dominante da testa sem continuar pensando na afirmação e deixe sua mão dominante continuar sobre o occipital.

O Usui Sensei também usava para esta técnica os cinco princípios do Reiki e os poemas do Imperador Meiji. Em vez de usar afirmações, ele repetia os cinco princípios enquanto tocava a testa e o occipital do receptor.

Koki-Ho – a cura com a respiração

Aspiramos uma mistura de gases e energia e essa energia se libera quando expiramos. Usui Sensei dizia que quem sentia calor dando um tratamento de Reiki estaria em condições de utilizar tanto a respiração quanto os olhos para passar Reiki.

O Sr. Ogawa ensinava essa técnica da seguinte maneira:

. Inspire e leve o ar para baixo até seu tanden. Mantenha-o aí por alguns segundos e desenhe com sua língua o símbolo de poder sobre o seu palato.

. Agora expire e sopre o símbolo sobre a parte do corpo a ser tratada. Pode-se trabalhar assim o corpo físico, a aura e as fotos, no tratamento à distância. Ao expirar, imagine o símbolo de poder saindo.

Talvez você queira experimentar a contração do Hui Yin enquanto trabalha com a respiração.

O músculo anal Hui Yin, situado entre os órgãos sexuais e o ânus, é considerado na China uma das portas energéticas mais importantes. Uma vez que a energia pode sair facilmente do corpo por esse ponto, na tradição taoista esse músculo deve ser contraído. O objetivo desta contração é reter a energia vital no corpo e fazê-la subir pela coluna vertebral até os centros energéticos superiores. Esse exercício previne problemas de próstata.

Numa outra forma:

Esta técnica utiliza-se preferencialmente do ar fresco e da respiração em conjunto com o símbolo Cho Ku Rei (Okuden). Seu efeito é refrigerante, calmante, funciona como um poderoso recurso de dispersão. Uma camada fluídica nociva sempre fica agregada às 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;

- Imaginem 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 Cho Ku 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 30 cm 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 uns 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 (Ko) do símbolo Dai Ko 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 obsedado 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 – cura com os olhos

A palavra gyoshi significa "olhar firmemente".

Usui Sensei afirma em seu manual que todas as partes do corpo irradiam energia, principalmente as mãos, os olhos e a respiração do iniciado. Estamos acostumados a desperdiçar energia através dos olhos, mas essa técnica nos ensina a usá-la efetivamente.

Para curar, devemos primeiro relaxar nossos olhos e dirigi-los ao vazio. Olhar alguém fixamente é agressivo e um olhar agressivo não pode curar, já que invade o outro.

Talvez seja útil exercitar primeiro essa técnica, por exemplo, com uma flor:

-Segure a flor ou coloque-a sobre uma mesa na altura dos seus olhos e a uma distância de 30 a 50 centímetros.

- Relaxe seus olhos e observe a flor como se visse através dela ou como se visse um ponto atrás dela. Depois de um tempo notará que seu campo visual tornou-se periférico. Agora você pode ver quase num ângulo de 360 graus.

- Olhe para a flor e deixe que a imagem dela faça efeito sobre você, em vez de dirigir sua atenção a ela. Alguns segundos depois notar-se-á talvez uma forma sutil de respiração através dos olhos, vinculada à inspiração e à expiração. Pratique isto todos os dias durante dez minutos, até estar em condições de aplicar essa técnica em alguém.

As indicações para curar com os olhos:

- Por alguns minutos enfoque a parte do corpo que quer tratar. Enquanto olha para a outra pessoa, deixe entrar em seus olhos a imagem dela em vez de olhá-la de forma agressiva. Enquanto a energia dela entra em seus olhos, preste atenção à maneira que entre ela e você se constrói um círculo de energia. Talvez queira projetar também os símbolos de Reiki sobre a parte do corpo que deseja tratar.

Quem aprecia esta técnica e tem vontade de seguir experimentando, pode experimentar uma técnica hindu de meditação que se chama Tratak:

- Sente-se de maneira cômoda e dirija seu olhar de 45 a 60 minutos à chama de uma vela. Depois de alguns minutos seus olhos começarão a lacrimejar, Continue olhando a chama. Com um pouco de exercício poderá fazer isso durante uma hora. Sua consciência se tornará tão aguda e concentrada com o um raio laser.

Está técnica pode ser usada também com uma foto ou com a imagem de um ser iluminado. Pode fazê-la com uma pessoa que esteja sentada diante de você, com sua própria imagem em um espelho ou em um local totalmente escuro. Se houver desconforto, pratique sem uma vela em um lugar escuro.

Reiki Undo – movimento de Reiki

A palavra japonesa undo significa "movimento" e se refere a deixar o corpo mover-se sem impedimentos. Parece que a senhora Koyama introduziu este exercício na Gakkai. Por outro lado ele é usado em diferentes culturas e tradições. Na China é parte do treinamento de Qi Gong. Na Indonésia é parte do exercício Subud e na Índia ele se denomina Latihan.

As indicações para esse exercício são muito simples:

- Arranje um lugar onde possa rodar sobre o solo sem problemas por 20 a 30 minutos.

- Comece com a Gassho e repita para você mesmo: "Comece, exercício de Reiki". Aspire profundamente e solte-se totalmente ao expirar. Se praticar com outra pessoa, toque seus ombros por trás, permitindo a seu corpo mover-se livremente.

- Aspire profundamente e solte o ar o máximo possível quando expirar. Após algumas vezes seu corpo provavelmente começará a se mover. Se o movimento não acontecer, seja receptor e não se obrigue a nada. Pratique todos os dias por pelo menos três meses.

- Talvez no início seja difícil soltar-se totalmente e permitir que seu corpo se mova com liberdade. Talvez pense que é um adulto e não deve comportar-se como uma criança. Esqueça essa ideia por uns 20 minutos e brinde-se com a inteira liberdade de comportar-se novamente como uma criança.

- Possivelmente se envergonhe, mas nada o está olhando. Não pense em nada especial. Simplesmente dê-se um tempo livre de seu adulto. Se de sua boca sair algum som, não o retenha. Se aparecem pensamentos e sentimentos reconheçam-os e sintam-os. Não retenha nada.

- Provavelmente queira bocejar ou eructar, ou seus olhos lacrimejem. Não retenha nada disso- permita que seu corpo se depure. Ele sabe o que tem que fazer e como fazer. Normalmente temos o mau costume de limitar nossa própria cura. Certamente algumas limitações são adequadas para o cotidiano, mas deixe-se levar por este momento.

Heso Chiryō – cura pelo umbigo

A palavra japonesa heso significa "umbigo" e a palavra chiryō significa "tratamento".

Coloque seu dedo médio no umbigo e pressione suavemente até sentir um leve pulso. Não busque o pulso da artéria do abdome, mas o pulso energético, que poderá ser sentido exercendo uma leve pressão no umbigo. Quando o encontrar, siga com o seguinte procedimento:

Deixe fluir a energia do Reiki do seu dedo médio para o umbigo, até que sintam que o pulso e a energia estão em harmonia. Faça isso de cinco a dez minutos.

Essa técnica pode ser usada com receptores, mas é preciso verificar se ele não sente nenhum inconveniente se seu umbigo for tocado.

Essa técnica também funciona para redução de estados febris.

É uma técnica para autotratamento e tratamento de outras pessoas.

Jaki Kiri Joka-Ho

A palavra japonesa jaki significa "energia negativa", "contaminação" e a palavra kiri (do verbo kuru) significa cortar. Joka significa "purificação" e Ho significa "técnica".

Esta técnica ensina a cortar a energia negativa de qualquer objeto, mas ela tem a seguinte limitação: **não a aplique jamais a nenhum ser vivo**. Para os seres vivos dispomos de outras técnicas de limpeza, tais como kenkyoku, joshin kokyu-ho e hanshin koketsu-ho.

Sabemos que um objeto pode absorver energia do exterior e guardar a memória de seus donos anteriores. Alguns deles, como os cristais, as pedras preciosas e os metais, absorvem energia mais facilmente que outros.

Muitos de nós já podemos ter sentido uma sensação de "Oh, o que é isso" quando compramos algo em um antiquário ou quando herdamos algo de um parente distante ou não tão distante. Talvez sintamos a energia da outra pessoa que usou este objeto anteriormente ou a energia do lugar onde ele estava guardado.

Se a pessoa tiver sido um santo, ou o lugar um lugar sagrado, esse objeto talvez tenha se convertido num objeto de culto. Porém se a energia vinculada a ele é sentida como algo "mal" ou desagradável, pode-se usar a técnica aqui descrita.

A palavra "mal" está entre aspas, porque a energia nunca é um mal, mas pode ser inadequada ou não sutil.

Segure o objeto com a mão não dominante para realizar a purificação. Corte o ar três vezes com a mão dominante aproximadamente a dez centímetros acima do objeto no sentido horizontal. Na terceira vez pare abruptamente a mão sobre o objeto. Permaneça centrado no seu tanden e prenda a respiração. Depois de purificar o objeto, aplique Reiki durante alguns minutos.

Se o objeto não cabe em sua mão, coloque-o no chão diante de você. Se for demasiadamente grande para trabalhar diretamente com ele, como, por exemplo, uma casa, empregue essa técnica através da cura à distância.

Genetsu-Ho – técnica para reduzir a febre

A palavra japonesa netsu significa "febre" e a palavra ge significa "reduzir".

Esse tratamento foi desenvolvido pelo Dr.Usui para tratar todo tipo de enfermidade da cabeça. Ele trata a causa da enfermidade e reduz a febre.

Recomenda-se manter as mãos durante aproximadamente 30 minutos sobre a cabeça.

Em geral trata-se o abdome e os intestinos por dez minutos e deixa-se que a intuição decida em cada caso sobre que tratamento seguir.

Esta técnica pode ser realizada com o receptor sentado ou deitado e segue os seguintes passos: (1) a testa, (2) as têmporas, (3) o occipital, (4) a nuca, (5) a coroa e (7) os lugares onde se localizam o estômago e os órgãos internos.

Byogen Chiryō – tratamento da causa de uma doença

A palavra japonesa byo significa "doença" e a palavra gen significa "origem ou raiz".

O tratamento prescrito pelo Usui Sensei é idêntico à técnica Genetsu-Ho e ao tratamento da cabeça.

O tratamento da cabeça, do abdome e dos intestinos cobre as zonas mais importantes, Dessa maneira é possível obter um quadro preciso do estado físico do receptor.

Todos sabem que o que chamamos doença, frequentemente se refere somente aos sintomas. O tratamento de um sintoma, muitas vezes "ainda que nem sempre" dá resultados apenas superficiais ou passageiros. Quando alguém se queixa de uma dor de cabeça, o verdadeiro problema pode estar na coluna ou ser a consequência de uma desidratação. Se trabalharmos com a técnica Reiji-Ho pode chegar-se a descobrir a causa da enfermidade. Por isso devemos obedecer nossa intuição e não nos deixar levar apenas pela descrição dos sintomas pelo receptor.

As posições para tratamento são as mesmas que as da técnica Genetsu-Ho.

Hanshin Chiryō – tratamento da metade do corpo

A palavra japonesa han significa "metade" e a palavra shin significa "corpo". Friccione ambos os lados da coluna vertebral desde as nádegas subindo até a medula oblongata.

Esta técnica ajuda a relaxar o receptor e tem importantes efeitos tranquilizantes. No manual do Usui Sensei esta técnica é prescrita tanto para disfunções nervosas como para disfunções do metabolismo e do sangue.

Hanshin Ketsueki-Ho

A palavra japonesa hanshin pode ser traduzida como "metade do corpo" e a palavra ketsueki como "troca ou mistura de sangue".

Esta técnica tem por objetivo trazer o receptor novamente a terra depois de um tratamento.

Os procedimentos são os seguintes:

Peça ao receptor que vire de costas e dobre levemente os joelhos. Dê estabilidade ao receptor colocando sua mão esquerda sobre seu ombro esquerdo. Passe a mão suavemente de dez a quinze vezes em cruz sobre a coluna vertebral em movimentos descendentes. Comece com a sétima vértebra cervical e desça até o extremo esquerdo das cadeiras.

Prenda a respiração enquanto faz esses movimentos, Depois de dez a quinze vezes coloque o indicador sobre o lado esquerdo da coluna e o dedo médio sobre o lado direito. Passe a mão em movimento descendente e reto até as nádegas. Quando alcançar o ponto abaixo da quinta vértebra lombar, pressione levemente com ambos os dedos durante um ou dois segundos.

Tanden Chiryō – tratamento do tanden

A palavra japonesa tanden refere-se a um ponto localizado de dois a três dedos abaixo do umbigo.

Alguns afirmam que o tanden é o mesmo que o segundo chakra, outros acreditam que se trata de um ponto em si mesmo semelhante a um chakra.

Para localizar precisamente esse ponto, refira-se à descrição da técnica Joshin Kokyuu-Ho.

Quando encontrar o ponto correto, coloque uma das mãos sobre o tanden e outra sobre a coluna na altura correspondente ao tanden.

Mantenha as mãos aí, até que se desprendam por si mesmas do corpo.

Esta é uma técnica energética geral tanto para autotratamento como para o tratamento de outras pessoas. Além disso, pode potencializar a força de vontade própria ou a do receptor.

Gedoku-Ho – técnica da desintoxicação

A palavra japonesa doku significa "veneno" ou toxina e a palavra ge significa "reduzir". Esta técnica é usada para liberar de toxinas você mesmo ou um receptor.

Coloque sua mão sobre o tanden e a outra sobre a parte inferior das costas e deixe-as descansar aí durante 13 minutos. Imagine que as toxinas estão abandonando o corpo do receptor, É recomendável que o receptor, por sua vez, também imagine isso.

Como sugestão, você pode imaginar que as toxinas estão abandonando o receptor através dos pés e desaparecendo no chão. Não pense que a terra poderia se contaminar com essas toxinas, porque ela pode converter, sem problema, essa energia em elementos geradores de vida.

Esta técnica pode anular os efeitos colaterais de medicamentos.

Reiji-Ho

Reiji significa "indicação do espírito ou intuição" e Ho significa "técnica". 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. Ensina-nos 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 chakra 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.

Bushu-Chiryō-Ho ou Nadete Chiryō-Ho

Bushu significa "acariciar com as mãos", Chiryō significa "tratamento" e Ho significa "técnica". 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 as 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).

Faça a técnica de limpeza Kenyoku.

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.

Tanden-Chiryō-Ho ou Gedoku-Chiryō-Ho

Tanden significa "abaixo do umbigo", Chiryō significa "tratamento" e Ho significa "técnica". Também conhecida como Gedoku-Chiryō-Ho. Gedoku significa "veneno ou toxina". Ensinada no Shoden. É uma técnica para desintoxicar através do ponto Tanden.

1 - Devemos começar com uma variação do Nentatsu, durante um ou 2min, para desintoxicação, feita com uma das mãos no chakra Frontal e outra no ponto Tanden;

2 - Pedimos mentalmente neste estágio, que as toxinas sejam repelidas do corpo pela energia Reiki;

3 - 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.

Seikaku-Kaizen-Ho ou Nentatsu

Seikaku significa "caráter", Kaizen significa "melhorar" e Ho significa "técnica", também conhecida por Nentatsu. Nen significa "pensamento" e Tatsu significa "atingir". O Sensei Doi Hiroshi denomina esta técnica de Seiheki-Chiryō-Ho. Ensinada no Shoden. Esta técnica nos ajuda a desenvolver uma atitude positiva perante a mais difícil situação.

1 - Coloca-se uma mão no chakra Frontal e a outra na nuca, enviando Reiki para o subconsciente;

2 - Devemos usar pensamentos para enviar mensagens silenciosas ao subconsciente do receptor ou afirmações em voz alta visando nossa meta;

3 - Por ser uma técnica de transmissão de mensagens, recomenda-se sua aplicação sempre, em qualquer tipo de tratamento por um ou 2 minutos. Devemos fazer uso da intuição;

4 - 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

Reiki Mawashi

Mawashi significa "círculo ou corrente". 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 autotratamento 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.

Joshin Kokyuu-Ho

Joshin significa "parte superior do corpo", Kokyuu significa "respiração" e Ho significa "técnica". Ensinada no Shoden. Proporciona autolimpeza 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.

1 - 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;

2 - Leve a mente até o Tanden (próximo ao chakra Umbilical, aproximadamente três a cinco cm abaixo do umbigo) e ouça sua própria respiração. Retenha a energia, segurando a respiração. Não há um tempo específico para manter a retenção, três ou quatro segundos é tempo suficiente. Sinta que a energia expande-se e irradia-se para todos os órgãos, para cada célula do corpo;

3 - Ao expirar (pela boca, de preferência), imagine estar liberando o ar também pelos chakras das mãos, pontas dos dedos e chakras dos pés;

4 - É importante imaginar 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: 10 minutos.

Hatsurei-Ho

Hatsurei-Ho significa "emanar a Energia Universal". É um conjunto de técnicas que busca alcançar a autopurificação e elevar o padrão vibratório do Reikiano.

Ensinada no Okuden. É o conjunto das técnicas: Kenyoku, Joshin Kokyuu-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 Kokyuu-Ho. Esta técnica visa também à 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.

Uchide Chiryō-Ho ou Dashu Chiryō-Ho

Uchide significa "bater com a mão", Chiryō significa "tratamento" e Ho significa "técnica". Da significa "bater" e Shu significa "mão". Ensinada no Okuden. É uma técnica de tratamento por percussão, estimula a superfície das partes paralisadas 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 Chiryō-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.

Chiryō

Chiryō, terceiro pilar do Reiki, significa "tratamento". 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 se esqueça de relaxar e descontrair bastante antes de qualquer atendimento. Procure tornar-se uno com a energia Reiki;

- O ideal é aplicar Reiki (Chiryō) após meditar (Gasshō) e orar (Reiji-Ho). Não podemos chegar às grandes realizações se não conquistarmos as pequenas.

Preste atenção no fluxo da energia é possível "ouvir" suas mãos "ligarem" e "desligarem". Evite o Reiki mecânico de olho nos ponteiros do relógio.

O ideal, depois de já ter contato com o receptor de Reiki, colocar uma das mãos, destra ou sinistra, em contato com o chakra coronal e esperar. Passados alguns poucos minutos e isso se consegue com o tempo, o Reikiano "sentirá" uma sensação, um "quê", como que um aviso para efetivamente começar com o tratamento.

Oshite Chiryō-Ho ou Oushu Chiryō-Ho

Oshi significa "empurrar", Te significa "dedo", Chiryō significa "tratamento" e Ho significa "técnica". Também conhecida como Oushu Chiryō-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 "laser" 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 chakras e, tem condição de canalizar, através dos pequenos chakras das extremidades, energias correlatas a esses elementos. Conforme o esquema abaixo:

| | | | | |
|-------------|-----------|---------|--------|-----------|
| Polegar | Indicador | Médio | Anelar | Mínimo |
| Fogo | Ar | Éter | Terra | Água |
| Plexo-solar | Cardíaco | Frontal | Básico | Umbilical |

Ketsueki Kokan

Ketsueki Kokan significa "troca de sangue" e Ho significa "técnica". Ensinada no Shoden. É uma técnica para estimular a renovação do sangue, isto é, a purificação da energia do sangue do receptor ou melhora da qualidade do sangue (não significa transfusão de sangue). Deve ser aplicada continuamente, por um período de duas semanas a três meses. Produzem efeitos antitumorais, controle de infecções, funções imunorreguladoras e controle do crescimento e diferenciação das células tronco, através do estímulo da produção de células NK (Natural Killer).

Existem duas formas dessa técnica:

Zenshin Ketsueki Kokan-Ho

Zen significa "total" ou "integral", Shin significa "corpo", Ketsueki Kokan significa "troca de sangue" e Ho significa "técnica". Esta sessão deve durar aproximadamente 30min, sendo muito eficaz para pessoas idosas e debilitadas, doentes e impossibilitadas de sair da cama.

- Aplique Reiki em quatro regiões da cabeça: têmporas, posterior, medula e topo. Em seguida aplicar acima dos pulmões, coração, estômago e intestinos;
- "Varra" dos ombros até a ponta dos dedos das mãos, várias vezes, partindo do ombro para as pontas das mãos, em ambos os lados;
- "Varra" do quadril até a ponta dos pés, algumas vezes, com as mãos partindo das coxas para os pés, em ambos os lados.

Técnica desse tipo, mas de uma forma mais ampla, você encontrará em Okuden.

HanShin Ketsueki Kokan-Ho

Han significa “metade”, Shin significa “corpo”, Ketsueki Kokan significa “troca de sangue” e Ho significa “técnica”. É outra técnica para estimular a renovação do sangue do receptor ou melhorar a qualidade de seu sangue. Essa sessão deve ser feita após o banho, sendo mais indicada para crianças.

- "Varra" as costas com as mãos, de cima para baixo, de 10 a 15 vezes, partindo da parte central para cada lado (esquerdo e direito), a técnica pode ser aplicada no receptor vestido ou sobre a pele. Você deverá repetir a ação de 10 a 15 vezes, sempre com a respiração contida;

- "Varra" a medula espinhal totalmente, da nuca para baixo, com a mão dominante, usando os dedos indicador e médio tocando as laterais da coluna, usando uma força intermediária. O movimento está entre "puxar" (de modo a não sentir dor) e "alisar", deslizando sobre a coluna até abaixo da bacia, osso sacro, com os dedos tocando os lados da coluna. No final empurre os dedos sobre o corpo do receptor com força, mas de modo a não sentir dores.

Renzoku Reiki-Ho

Renzoku significa "maratona". 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.

Considerações:

Como visto, o Dr. Mikao Usui usava várias técnicas de tratamento que constituíam e constituem o Usui Reiki Ryoho. Fora o tratamento padrão, sem essas técnicas, não seria possível entender o trabalho corporal intuitivo do Reiki.

O iniciado de Primeiro Grau no Usui Reiki Ryoho, caso não tenha em si essa particularidade em sentir intuitivamente as necessidades do corpo da pessoa a ser tratado, como preconizado na técnica de escaneamento Byosen, que exige do praticante um longo período de prática, até ter confiança nas sensações, que se use o método padrão normalmente.

Gradativamente, ele começará a sentir, intuído pela energia, para onde as mãos devem ser dirigidas. Mesmo que conscientemente, o iniciado ache que a próxima posição de mão deva ser a sequência aprendida, suas mãos quase

que serão *empurradas* em uma localização totalmente diferente do que pretendia. Não resista e se deixe levar. A energia Reiki o impelirá onde é necessária. Qualquer *insight* que lhe perpassar à cabeça deve ser seguido. A isso se chama Reiki intuitivo. Confie na energia e faça o que ela pede. Depois, dentro do seu pensamento racional, volte às posições sequenciais. Mas continue prestando atenção à intuição. Esse é o Reiki que se usa até se conseguir trabalhar bem com o Byosen. Evite a todo custo trabalhar com o Reiki de maneira totalmente mecânica. Confie no seu interior.

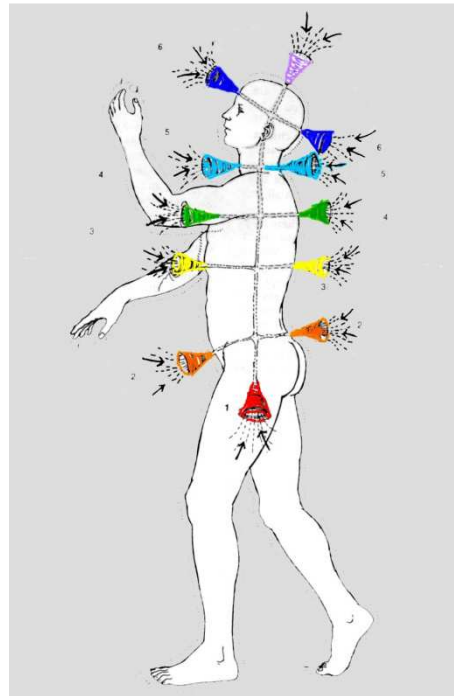
As técnicas de tratamento podem ser assim descritas de uma forma mais simplista:

- **Toque.** Colocar as mãos em forma de concha nas partes afetadas do corpo do receptor quer sequencialmente ou por intuição.
- **Massagem.** Massagear as partes afetadas do corpo sempre em forma de círculos. Devem ser feitos círculos também com a mão em forma de concha, em número de 88 círculos e cumprindo a particularidade do giro do vórtice do chakra envolvido na massagem ou a proximidade dele e sua integração corpórea.
- **Percussão.** Percutir em determinado ponto do corpo do receptor, com a mão em forma de punho. Percutir também ao longo da coluna, para cima ou para baixo, carreando a energia para onde ela tem mais necessidade. A percussão
 - Deve ser a mais suave possível usando uma mão e a outra mão deve ser mantida no corpo do receptor, considerando-se a comodidade do doador.
- **Deslizamento.** Deslizar as mãos em forma de concha, dirigindo a energia onde for mais necessário.
- **Sopro.** Soprar as partes lesadas/afetadas do corpo do receptor, exalando a energia Reiki dentro desse sopro. Para os iniciados em Segundo Grau e Mestre, soprar a energia Reiki em conjunto com os símbolos (yantras) enquanto emite mentalmente o mantra relativo ao símbolo. Imaginar, sentir, diversos símbolos (um por vez) saindo em carreira junto com o seu sopro. O símbolo deve ser visualizado como se fosse a terceira dimensão (e realmente o é) e iluminados por si em amarelo dourado fulgurante.
- **Olhar.** Fixar o olhar nas partes lesadas/afetadas do corpo considerando a mesma técnica do Sopro para os símbolos. Conservar pelo menos uma mão no corpo do receptor. À parte dessa técnica em especial, deve-se levar em conta que o olhar **DEVE** estar sempre dirigido para onde as mãos estão colocadas, desviando-o apenas ocasionalmente para procurar a próxima posição de mãos sequencial ou intuída. Atenção: não fique com os olhos fechados ou abertos com o intuito de “concentração”. Deixe a energia Reiki fazer esse trabalho por você!
- **Chakra frontal.** Usar o chakra frontal para emitir energia e símbolos, conforme a técnica do Sopro.
- **Energia específica em um ponto.** Receber a energia Reiki com a mão esquerda e passá-la para a direita. A mão que recebe a energia deve conservar todos os dedos juntos com se tivesse segurando um ovo e o braço/ mão deve estar ligeiramente acima do coração do doador. As pontas dos dedos: médio e anular da mão direita tocam a ponta do polegar direito. Os dedos: mínimo e indicador devem formar um ângulo de noventa graus com relação aos dedos: médio e anular. Essa técnica deve ser usada

quando se quer a energia Reiki direcionada em um ponto bem pequeno no corpo humano, como por exemplo, uma ferida, um dente ou um ponto de acupuntura. Não há limites.

- **Dedo Médio.** Quando se quer atingir uma área ainda menor no corpo do receptor utilize o dedo médio da mão direita e/ou da esquerda, concentrando a energia saindo por esses dedos.
- **Energia Congestionada em Chakras ou pontos do corpo.** Esse processo consiste em retirar energia congestionada nos chakras ou em qualquer parte do corpo, desde que previamente analisada a necessidade. Traça-se lentamente um círculo com a ponta dos dedos (o indicador é mais adequado) ao redor do chakra/ponto corporal, considerando o giro do mesmo; a parte do corpo que ele rege também deve ser no mesmo sentido de giro. À medida que seus dedos forem girando, comece a erguer a energia que está retida e congestionada no chakra/ponto corporal, como se estivesse levantando algodão-doce. Com os dedos, puxe a energia para cima e para fora e, depois, jogue-a fora. Deixe uma vela acesa para essa finalidade e lance a energia no fogo, pois o mesmo purificará e queimará o refugo energético.
- **Cores.** A energia Reiki é amarela dourada fulgurante e por si só se basta. Todavia, caso a intuição lhe aponte a necessidade de canalizar energia de outra cor para determinado chakra ou ponto corporal, canalize essa cor intuída. Não pense na cor: sinta a cor, seja a cor. Canalize-a do mesmo modo que canaliza a energia Reiki. Passado o tempo necessário, dado à intuição, pare a canalização de determinada cor e volte à cor da energia Reiki. Aqui, cabe o mesmo conselho: sinta a cor, seja a cor.

Chakras – Correlações físicas e emocionais



É importante compreendermos as dinâmicas físicas, emocionais, mentais e espirituais dos chakras, por isso, serão descritas as características de cada um dos sete chakras principais, a localização, a vibração da cor, desequilíbrios e as regiões do corpo físico relacionado a eles e, também, algumas informações sobre o 8º chakra, o Chakra da Alma ou Transpessoal, bem como algumas pequenas considerações sobre o Chakra Ming Mein, Chakra da Terra e o Chakra Umeral.

Além destes, existem outros chakras situados nas palmas das mãos, nas solas dos pés, em outras regiões do corpo e em regiões fora do corpo físico. Até mesmo os pontos da acupuntura podem ser considerados como pequenos e microscópicos chakras.

Porém, destes chakras, sete são os mais importantes para a compreensão de como eles podem representar a personalidade individual de cada pessoa, as lições espirituais da alma e as doenças no corpo físico.

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 (nádis) 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 aparece 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 que brilham de modo mortiço no homem comum, mas que, ao se excitarem de modo vívido, 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, 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 muito 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 a sede dominante da Consciência.

Os chakras variam de tamanho e brilho, que indicam talentos e habilidades especiais. O centro laríngeo e frontal de um cantor talentoso, por exemplo, são bem mais brilhantes e mais luminosos, girando ainda com maior rapidez. Cada um dos centros possui ligações especiais com determinados órgãos do corpo, bem como com certos estados de consciência.

As glândulas endócrinas – projeções físicas de cada um dos sete chakras – são sustentadas pelos padrões de energia oriundos de cada um deles a que estão relacionadas.

Os chakras também revelam a ênfase fundamental do indivíduo – o foco do "Eu". Se uma pessoa se identifica basicamente com os sentimentos, os centros do coração e o do plexo solar serão mais ativos e proeminentes do que os outros. Um frontal muito brilhante indica um grau de integração pessoal; um coronário luminoso indica o desenvolvimento da consciência espiritual.

O fio da consciência que desperta está ligado ao núcleo do Chakra Coronário. Durante o sono esse fluxo de energia diminui, sendo reativado no momento do despertar. O fio da vida (Cordão de Sutratma), contudo, liga o Chakra Cardíaco ao coração físico, e essa ligação não se rompe durante a vida. Na ocasião da morte, o fio da consciência se retira do Chakra Coronário e o fio da vida se desliga do coração, sinalizando a desintegração de todos os outros chakras.

As principais funções dos chakras etéricos são:

- Absorver e distribuir o prana ou energia vital ao corpo etérico e, através deste, ao corpo físico.
- Manter as ligações dinâmicas com os chakras correspondentes nos corpos emocionais e mentais.

O físico é afetado não apenas pela velocidade do fluxo da energia etérica, mas também pelo grau de harmonia no seu ritmo, e qualquer obstrução que possa deformar os padrões normais de energia resultam na perda de vitalidade e em doença. O processo da doença é bastante visível nos chakras, uma vez que não apenas rompe seu movimento harmônico como também altera a textura dos seus componentes.

Chakras e bija-mantras

Sétimo Chakra – CORONAL ou CORONÁRIO (do sânscrito: "Sahasrara": "O lótus das mil pétalas")



Localização: topo da cabeça, abrindo-se para cima.

Correlação física: ligado à glândula pineal (epífise).

É o chakra mais importante, pois é o responsável pela irrigação energética do cérebro. Bem desenvolvido, facilita a lembrança e a conscientização das projeções da consciência. É muito importante na telepatia e na mediunidade. É o chakra por onde penetra a energia cósmica.

Cor: violeta ou dourado.

Bija-mantra: "OM".

A glândula pineal é a sua exteriorização física. Está ativa durante a infância até que a vontade esteja suficientemente desenvolvida para atar o homem à vida física. Nas últimas etapas da vida humana entra de novo em atividade como agente para cumprir na terra a energia volitiva do ser humano. Este centro está relacionado com o Chakra Básico (Muladhara). A interação entre ambos produz a manifestação da vontade ou propósito divino. Quando as forças do Centro Coronário e do Básico se combinam, produzem a mais alta manifestação do "fogo elétrico" individual, que quando se expressa plenamente é denominado "fogo kundalini".

Vibra na frequência da cor violeta, também chamado de Chakra da Coroa e localiza-se no topo da cabeça. Está relacionado a uma profunda busca interior, filosófica, religiosa ou espiritual sobre o significado, o propósito da vida e a identidade espiritual.

Assim como o Chakra da Raiz ou Básico nos conecta com a terra, o Chakra Coronal nos conecta com o céu, com o Divino. Conecta o indivíduo com a espiritualidade e integra o seu ser em todos os seus aspectos: físico, emocional, mental e espiritual. É o ponto de entrada da Energia Divina que vem através da alma, que dá vida e anima o corpo físico. Por onde se recebe a energia cósmica que traz a consciência de que se é algo mais além da matéria física. Ele possibilita a abertura para o encontro com a parte divina, o Eu Superior, o nosso guia interior.

Esta comunicação com o divino trás o sentido de unicidade, de totalidade e estimula o desenvolvimento de uma identidade espiritual e uma consciência cósmica e universal. A abertura natural deste chakra permitirá a expressão, aqui no plano físico, de todos os aspectos de perfeição da alma após terem sido desenvolvidos todos os aprendizados. É quando a alma obtém o título de "Mestre", quando a pessoa atinge a iluminação, entra no estágio de ascensão e perfeição espiritual, o que torna possível de se ver Deus nas pequenas coisas e trazer o Divino para vida diária. Este chakra possibilita a entrega à Fonte, o servir, o se colocar a disposição Divina, o "Seja Feita a Vossa Vontade". O verdadeiro sentido de propósito na existência. Estimula na pessoa o sentido de totalidade, da paz e da fé, dando um propósito à existência, colocando a pessoa a serviço da humanidade.

Desequilíbrios neste chakra podem se manifestar em:

- Materialismo excessivo, não acreditar em nada que não seja terreno e palpável, ceticismo, ateísmo.
- Dificuldade de compreender quando outras pessoas falam de suas experiências interiores, de experiências espirituais.
- Fanatismos religiosos ou espirituais, contemplação em excesso.
- Loucuras, insanidade mentais, faltas de conexão com a realidade. Falta de pé no chão.
- Medo da morte.
- Dificuldade de encontrar o seu lugar na vida.
- Sensação de vazio e falta de sentido na existência.
- Fuga da realidade, escapismos, suicídio, vícios, drogas, álcool, vontade de morrer.
- Desespero, desesperança, depressão, exaustão e fadiga crônica.

Fisicamente está relacionado com: cérebro, integração dos hemisférios cerebrais, glândula pineal (principal), funcionamento geral do cérebro e do sistema nervoso.

Sexto Chakra - FRONTAL (do sânscrito: "Ajna": "Centro de comando". Também chamado Agnya)



Localização: frente, entre as sobrancelhas, virado para frente. Tem o seu correspondente na parte posterior da cabeça, na altura da medula oblongata. Correlação física: ligada à glândula hipófise (pituitária).

É o responsável pela irrigação energética dos olhos. Bem desenvolvido, facilita a clarividência e a intuição. Por vezes, a sua atividade cria uma palpitação na testa ou sensação de calor (parece um coração batendo na testa).

Cor: azul índigo (anil)

Bija-mantra: "KSHAM"

Está relacionado com a personalidade mediante o "cordão criador", e, portanto, está intimamente relacionado com o Centro Laríngeo (centro da atividade criadora).

O estabelecimento de uma interação ativa entre o Centro Ajna e o Laríngeo produz uma vida criativa e uma manifesta expressão da vida divina por parte do homem. Quando as forças do Centro Ajna e do Laríngeo se combinam, produzem a mais alta manifestação do "fogo por fricção".

Este centro relaciona a tríade espiritual com a personalidade. Este centro registra ou enfoca a intenção de criar. Não é um órgão de criação, como o Centro Laríngeo, porém contém a ideia que jaz por trás da criatividade ativa, o conseguinte ato de criação que oportunamente produz a forma ideal para a ideia.

Expressam as duas formas mais elevadas da imaginação e do desejo, sendo estes, dois fatores dinâmicos que estão contidos em todo ato criativo. Vibra na frequência da cor azul índigo, também chamado de terceiro olho e localiza-se na região do centro da testa. Está relacionado com a habilidade intuitiva, com as percepções extrassensoriais, com as capacidades psíquicas de intuição, visualização, clarividência, telepatia, clariaudiência e outras.

Favorece a introspecção, a introvisão, a visão interior, a capacidade de alterar o estado de consciência para se lembrar das vidas passadas, para se entrar em contato com outros níveis de frequência e realidades. Rege a visão transcendental do mundo, a capacidade de perceber a vida, o dia a dia. Possibilita ver os acontecimentos pessoais e do mundo a partir de um ponto de vista superior.

Estimula a capacidade de discernimento a partir da ligação da mente com a Sabedoria Divina. Esta conexão com uma consciência cósmica mais ampla permite extrair a sabedoria e os aprendizados das experiências da vida. Relaciona-se, também, com o intelecto, com conceitos intelectuais e filosóficos, com clareza e lucidez mental.

Desequilíbrios neste chakra podem se manifestar em:

- Excesso de intelectualismo, frieza emocional, ceticismo.
- Negação da verdade, dificuldade para ver as coisas como elas realmente são resistência e teimosia.
- Rigidez, orgulho excessivo e inflexibilidade.

- Intuição excessiva sem discernimento, tendência à fantasia e fuga da realidade.
- Excesso de mediunidade, de misticismo, de religiosidade.
- Agitação mental, atividade mental excessiva, preocupação exagerada, obsessão, paranoia.
- Dificuldade de raciocínio, problemas de concentração e de memória, confusão mental.

Fisicamente está relacionado com: glândula pituitária ou hipófise (principal), sistema endócrino, rosto, olhos, ouvidos, nariz, seios paranasais.

Quinto Chakra - LARÍNGEO (do sânscrito: "Vishudda": "O purificador")



Localização: garganta, virado para frente. Tem seu correspondente nas costas, exatamente em cima da 7ª vértebra cervical.

Correlação física: ligado à glândula tireoide e paratireoide.

É o responsável pela irrigação da boca, garganta e órgãos respiratórios. Bem desenvolvido, facilita a psicofonia e a clariaudiência. É considerado também como um filtro energético que bloqueia as energias emocionais, para que elas não cheguem até os chakras da cabeça.

Cor: azul celeste.

Bija-mantra: "HAM"

Relaciona-se com a personalidade através do "cordão criador", com a alma através do "cordão da consciência" e com a mônada através do Sutratma ou "fio da vida".

É o órgão da palavra criadora. Registra o propósito ou intenção criativa da alma transmitida pela fluência da energia desde o Centro Ajna. A fusão das duas energias (matéria e espírito) conduz a algum tipo de atividade criadora.

É a analogia superior do Centro Sacro (neste centro se encerram as energias criadoras positivas e negativas, personificadas independentemente no homem e na mulher, as quais se põem em relação através de um ato criador, ainda que sem um propósito definido). A tireoide é a personificação física densa desta glândula, de importância capital para o bem-estar do ser humano comum. Seu propósito é resguardar a saúde e balancear o equilíbrio corporal.

Vibra na frequência da cor azul celeste e localiza-se no centro da garganta. Está relacionado com a comunicação, com a capacidade de expressar os pensamentos, os sentimentos, as intuições e a criatividade em geral. Rege a autoexpressão, a expressão da individualidade, das verdades pessoais, dos sentimentos e dos pensamentos.

É através dele que expressamos o que somos, sentimos, pensamos e assumimos a responsabilidade por isso. É, também, o veículo da expressão da intuição e da sabedoria superior que provêm de todas as formas de percepção extrassensorial do chakra frontal. Estimula a vontade de se comunicar e se expressar para o mundo.

Centro da criatividade superior, relaciona-se com a expressão da criatividade, com a inspiração e expressão artística em geral: música, dança, pintura, escultura, teatro, poesia, literatura, etc.

Desequilíbrios neste chakra podem se manifestar em:

- Necessidade exagerada de se expressar e de falar sobre si mesmo.
- Dificuldade de se expressar e de falar sobre si mesmo.
- Dificuldade de autoexpressão, de expressar e assumir os sentimentos, pensamentos e necessidades.
- Dificuldade de expressar opiniões, ideias e preocupações.
- Dificuldade de expressar emoções. Emoções e necessidades bloqueadas e não expressadas. Sentimentos reprimidos na região da garganta ou "engolidos". A raiva reprimida se aloja na região posterior do pescoço, enquanto as tristezas e as lágrimas não expressadas se situam na área da garganta.
- Problemas de comunicação. Pouca clareza na comunicação. Problemas na fala.

Fisicamente está relacionado com: garganta, glândulas tireoide e paratireoide (principais), boca, gengivas, articulação mandibular, cordas vocais, traqueia, laringe, faringe, pescoço, vértebras cervicais.

Quarto Chakra - CARDÍACO (do sânscrito: "Anahata": "Invicto", "Inviolado")



Localização: centro do peito, no osso esterno, próximo ao apêndice xifoide, virado para frente. Tem o seu correspondente nas costas, em uma linha reta.

Correlação física: ligado à glândula timo.

É o chakra responsável pela irrigação do coração. É considerado o canal de movimentação dos sentimentos. É o chakra mais afetado pelo desequilíbrio emocional. Bem desenvolvido, torna-se um canal de amor para o trabalho de assistência espiritual. Quando existe um bloqueio nesse chakra, a pessoa sente depressão, angústia, irritação ou pontadas no peito.

Cor: verde (energia curativa) ou rosa (amor).

Bija-mantra: "YAM"

A capacidade de “pensar” com o coração é o resultado do processo de transmutação do desejo em amor, durante a tarefa de elevar as energias do plexo solar até o coração. Pensar com o coração também indica que o aspecto superior do Centro Cardíaco alcançou um ponto de real atividade. A reflexão como resultado do correto sentimento substitui a sensibilidade pessoal.

Sua exteriorização física densa é a glândula timo.

Vibra na frequência das cores verde e rosa, localizando-se no centro do peito sobre o osso esterno. Está relacionado ao elemento Ar e refere-se com a capacidade de sentir, de expressar, de dar e receber o amor.

É o centro pelo qual se ama e sente-se compaixão pelos outros. O desenvolvimento deste chakra está relacionado com o amor incondicional, com a autoestima e a autoaceitação. A capacidade de manifestar o amor ao próximo, de nutrir e doar-se ao outro, é proporcional à capacidade de amar e de cuidar de si mesmo. Para amarmos incondicionalmente é necessário aceitarmos nós mesmos e os outros como são. Por isso este chakra está relacionado com o perdão.

Desequilíbrios neste chakra podem se manifestar em:

- Egoísmo, dificuldade de dar amor, de nutrir afetivamente e doar-se às outras pessoas.
- Falta de amor e compaixão pelo mundo, pelas pessoas, pela natureza e pelos seres vivos em geral.
- Incapacidade de manifestar e expressar o amor e os sentimentos.
- Dificuldade de confiar nas outras pessoas.
- Apego e dependência emocional, carência afetiva, autopiedade, amor possessivo, ciúmes.
- Medo de perder afeto, de ser rejeitado, de ser ferido afetivamente.
- Falta de amor próprio, autoestima rebaixada, sentimentos de culpa, de falta de merecimento.
- Ressentimentos, mágoas profundas, dificuldade de perdoar, raiva, ódio, ciúmes, inveja.
- Dificuldade de perdoar.
- Dor emocional, decepções amorosas, coração magoado, desgosto.
- Tristeza, angústia, sentimento de solidão e de abandono.

- Problemas de relacionamentos afetivos.

Fisicamente está relacionado com: coração, circulação, veias, artérias, pulmões, timo (principal), sistema imunológico, sistema linfático, gânglios linfáticos, seios, região dorsal.

Terceiro Chakra – PLEXO SOLAR ou UMBILICAL (do sânscrito: "Manipura": "Cidade das joias". Também chamado Nabhi)



Localização: plexo solar, cerca de dois centímetros acima do umbigo, virado para frente. Tem o seu correspondente nas costas, em linha reta.

Correlação física: ligado ao pâncreas.

É o responsável pela irrigação do sistema digestivo. Quando está bloqueado, causa enjoo, medo ou irritação. Bem desenvolvido, facilita a percepção das energias ambientais.

Cor: amarelo

Bija-mantra: "RAM"

É um chakra extremamente ativo. É o ponto de saída do corpo astral para o mundo externo e o instrumento através do qual flui a energia emocional. É o órgão do desejo, que deve ser controlado e transmutado em amor/aspiração. É o centro distribuidor de todas as energias que se encontram sob o diafragma. É o centro mais separatista dos centros, porque se encontra no ponto médio, entre o Centro Laríngeo e o Centro Cardíaco – acima do diafragma – e os centros Genésico e Básico, abaixo do diafragma. É o centro do veículo etérico e através dele se faz contato com a luz astral, portanto é o centro onde trabalha a maioria dos médiuns e atuam os clarividentes. A exteriorização física deste centro é o pâncreas, com uma exteriorização secundária no estômago e no fígado.

Vibra na frequência da cor amarela e localiza-se na região do abdômen, entre o final do esterno e o umbigo. Está relacionado ao elemento Fogo e refere-se à identidade pessoal, a autoestima, a autoimagem, a consciência do valor pessoal, a autoconfiança e a autovalorização necessárias para assumir o comando da própria vida.

Governa o senso de poder pessoal no mundo. A sensação de controle sobre a própria vida, com relação às vontades, as necessidades e os objetivos pessoais. Relaciona-se com as questões de liderança e poder, dominação e submissão. É nele que se encontram o padrão mental, como a pessoa vê a si mesma, ao mundo e as outras pessoas.

Rege a capacidade de "digestão e assimilação" dos acontecimentos, de ideias, de intuições e de conhecimentos, o discernimento, a clareza mental, a capacidade de concentração e de aprendizagem.

Desequilíbrios neste chakra pode se manifestar em:

- Sentimento de vítima e sensação interior de impotência abrir mão do controle sobre sua própria vida.
- Submissão, dificuldade para colocar limites nos outros, sentimento de incapacidade e de inadequação, sentimento de culpa e de falta de merecimento.
- Medo do fracasso, medo de errar, insegurança para tomar decisões, preocupação demasiada com a avaliação dos outros.
- Medos em geral, covardia, timidez, vergonha, sentimento de humilhação.
- Baixa autoestima, vergonha, sentimento de inferioridade.
- Dificuldade de concentração e confusão mental, dificuldade de aprendizagem.
- Excesso de racionalidade, "ego inflado", rigidez, presunção, arrogância, cinismo, sarcasmo, vaidade, orgulho, desprezo pelos outros.
- Abuso do poder, tendência ao domínio, à tirania, a manipulações e controle sobre os outros, desrespeito pelo limite e a individualidade dos outros.
- Tensão, ansiedade, nervosismo, agitação, impaciência, preocupação e insegurança.

Fisicamente está relacionado com: órgãos de digestão, assimilação e eliminação, sistema digestivo, estômago, esôfago, fígado, vesícula biliar, pâncreas (principal), baço, apêndice, intestino delgado, diafragma, as glândulas suprarrenais.

Segundo Chakra – GENÉSICO ou SACRO (do sânscrito: "Svadhithana": "Morada do Prazer")



Localização: baixo ventre, virado para frente. Tem o seu correspondente nas costas, em linha reta.

Correlação física: ligado às gônadas (homem: testículos; mulher: ovários).

É o responsável pela irrigação dos órgãos sexuais; é também responsável pela vitalização do feto em formação, função essa que divide com o chakra Raiz ou Básico. Aliás, a ligação desses dois chakras é estreita demais. Isso se deve ao fato de que parte da energia kundalini é veiculada do Raiz ou Básico para dentro do chakra Genésico ou Sacro. É por esse fator que alguns tibetanos consideram esses dois chakras como um único centro.

Cor: laranja, virado para frente. Tem o seu correspondente nas costas, em linha reta, em cima do osso sacro coccígeo.

Bija-mantra: "VAM"

Localiza-se na parte inferior da zona lombar e é muito poderoso, pois controla a vida sexual.

Vibra na frequência da cor laranja é também chamado de Sexual ou de Umbilical e localiza-se na região situada entre o umbigo e o osso púbico.

Este chakra é relacionado com o elemento Água e refere-se à sexualidade, a sensualidade, a busca do prazer e da satisfação em vários níveis.

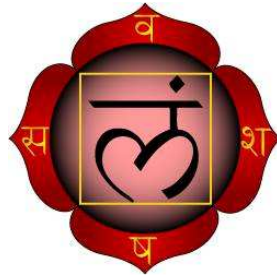
Rege a expressão das emoções sexuais e da sexualidade (sensualidade), a vitalidade sexual, a quantidade de energia sexual, a capacidade sentir o prazer e a força sexual. Criatividade no nível da perpetuação da espécie, procriação. Este chakra, também, está relacionado com os padrões emocionais, com a maneira como a pessoa reage emocionalmente nos relacionamentos individuais. É responsável pela expressão e liberação das emoções viscerais, tais como a raiva, a agressividade, assim como emoções decorrentes de choques e traumas.

Desequilíbrios neste chakra podem se manifestar em:

- Impulso sexual exagerado que exige uma grande demanda de relações sexuais.
- Fraco impulso sexual, tendência a evitar o ato sexual e negar a importância e o prazer que ele proporciona.
- Incapacidade de alcançar o orgasmo na mulher e no homem ejaculação precoce ou incapacidade de ereção.
- Tendência a encarar os relacionamentos apenas a partir dos aspectos sexuais. Sexo desvinculado de sentimentos.
- Repressão sexual e sentimento de culpa com relação à sexualidade.
- Traumas emocionais e psíquicos, traumas e abusos sexuais.
- Dores e emoções reprimidas.
- Sensibilidade excessiva, cansaço, exaustão.

Fisicamente está relacionado com: as gônadas (principais), testículos, ovários, os órgãos reprodutores, a próstata, os rins, a bexiga, o intestino grosso, o cólon, a região sacrolombar.

Primeiro Chakra - RAIZ ou BÁSICO (do sânscrito: "Muladhara": "Base e fundamento"; "Suporte")



Localização: base da coluna, no períneo, entre o ânus e a genitália humana, virado para baixo, em direção a terra.

Correlação física: ligado às glândulas suprarrenais. É o responsável pela absorção da kundalini (energia telúrica) e pelo estímulo direto da energia no corpo e na circulação do sangue.

Cor: vermelho.

Bija-mantra: "LAM"

Este centro localiza-se na base da coluna vertebral e sustêm os demais centros. Responde ao aspecto VONTADE. Da mesma forma que o princípio vida está situado no coração, também o aspecto da vontade de ser, está situada na base da coluna abaixo do osso sacro. Seu principal aspecto é a inocência. Inocência é a qualidade pela qual nós experimentamos alegrias puras, infantis, sem as limitações do preconceito ou condicionamentos. A inocência nos dá dignidade, equilíbrio e um enorme senso de direção e propósito na vida. É apenas simplicidade, pureza e alegria.

Vibra na frequência da cor vermelha, é também chamado de Chakra da Base e localiza-se no final da coluna entre o cóccix e o períneo. Está relacionado com o elemento Terra e refere-se com as questões de sobrevivência, de segurança pessoal, autopreservação. Entre elas: luta pela sobrevivência, sucesso no trabalho, obtenção de alimento, de dinheiro e de proteção. Governa os instintos terrenos necessários para a sobrevivência física, bem como o meio para consegui-los.

É o chakra que trás o impulso para ação, estimula a pessoa a ir à luta. Ele promove a força de vontade, resistência e perseverança para enfrentar as dificuldades. Confere ambição, objetivos e a garra para atingi-los. Estimula a capacidade de realizar e concretizar no plano físico.

Considerado como a raiz e a âncora da pessoa no mundo refletem o grau com que a pessoa se sente ligada ao planeta terra e à vida, a quantidade de energia e a vontade de viver na realidade física. Propicia a potência física, a disposição, o ânimo e o senso de realidade.

Muito importante em relação à vitalidade geral do organismo, pois estimula todos os outros chakras, todo o sistema energético e conseqüentemente, todo o corpo físico.

Desequilíbrios neste chakra podem se manifestar em:

- Hiperatividade, grande agitação, inquietude, impaciência.
- Impulsividade, agressividade, reação defensiva na maioria das situações.
- Tendência à violência, à dominação, ao despotismo.
- Ganância, astúcia, ênfase excessiva nas questões materiais.
- Preocupação excessiva com a sobrevivência e segurança pessoal.
- Insegurança financeira, ansiedade em relação a sustentar a si e a família.
- Fraco instinto de conservação e de autoproteção.
- Sensação de que o mundo é um lugar ameaçador.
- Incapacidade de ir à luta, de enfrentar obstáculos.
- Dificuldade para concretizar, de atingir objetivos.
- Falta de praticidade e de objetividade.
- Apatia, pouca vontade de viver, fadiga, fraqueza, preguiça.
- Fraco senso e falta de contato com a realidade, sensação de não “ter os pés no chão”.
- Depressão, tendências suicidas.

Fisicamente está relacionado com: glândulas suprarrenais (principal), sistema estrutural, músculos, ossos, coluna vertebral, medula óssea, produção e qualidade do sangue, parte inferior da pelve, ânus, reto, pernas e pés.

Obs: Há muito mais chakras do que os setes principais. Há chakras secundários nas palmas das mãos, plantas dos pés, pulmões, fígado, estômago, orelhas, mandíbulas, ombros, joelhos, entre as escápulas (omoplatas) e espalhados por todo corpo. E, em escala menor, pode-se dizer que para cada poro do corpo há um pequeno chakra em correlação direta no campo vibratório correspondente. Cada ponto de acupuntura é um chakra.



Chakras Transpessoais (fora do corpo): Estrela da Alma é um deles.

Também chamado de Estrela da Alma, este chakra se localiza acima do topo da cabeça. Este chakra permite a ligação entre a personalidade e o Eu Superior, a Presença Divina, o Espírito Santo, o Mestre Interno, o Verdadeiro Eu, ou qualquer outro nome que se deseje empregar.

Não se trata de um mestre ou orientador externo, mas sim de uma parte nossa que está diretamente ligada a Deus ou ao Todo, ou ainda, uma parte do todo que se individualiza através de nós.

O Eu Superior tem a visão geral do nosso passado, do nosso presente e do nosso futuro, tem acesso ao nosso projeto de aprendizagem da vida atual e compartilha estas informações com a nossa personalidade consciente através de sonhos, intuições, visões, eventos sincrônicos, "coincidências" significativas, estados alterados de consciência induzidos com o uso de determinadas drogas, de meditação ou, como no caso do trabalho de regressão, do estado de transe terapêutico consciente.

Através deste chakra e do contato com o Eu Superior, que sempre sabe o porquê de tudo que está acontecendo na nossa vida, é possível compreender que existe razão e propósito em tudo que nos acontece na vida e que nossa alma opta nos colocar em situações de desafios, de adversidades e de doenças para podermos aprender mais sobre nosso verdadeiro poder e a nossa natureza espiritual superior.

Perceber a vida a partir da perspectiva do Eu Superior nos ensina a abordar as lições de vida, os relacionamentos ou as questões emocionais com calma e discernimento, com uma atitude otimista e não reativa que nos permite minimizar os sofrimentos e obter um melhor aproveitamento das lições espirituais.

Nas terapias energéticas em geral, as mudanças curativas incluem uma reestruturação dos nossos chakras e dos nossos corpos etérico, emocional e mental ao mesmo tempo em que adotamos melhores padrões de reação e de resposta à vida cotidiana e, novas maneiras de nos relacionarmos com as pessoas que fazem parte da nossa vida.

Chakra Ming-Mein

Localizado nas costas, entre os rins, este chakra se correlaciona com os aspectos kármicos ou não apresentado pelo ser humano. Para determinadas doenças ou questões emocionais de relevante importância, dado a dificuldades de se encontrarem soluções adequadas na medicina ortodoxa, é importante saber por ocasião de análises através de testes sinestésicos, com pêndulos, P.E.S., ou outras técnicas empregadas, se o chakra Ming Mein está ativo ou inativo. Ativo para as doenças apresentadas, físicas ou emocionais ou inativo às doenças apresentadas, físicas ou emocionais.

Quando o chakra está ativo (aberto), o problema é de fundamentação kármica, proveniente de vidas passadas e com solução difícil, podendo-se chegar somente ao alívio dos sintomas e não à cura da causa. Nesse aspecto, há de se considerar o aspecto evolutivo (dharma) do ser humano. Se for positivo, as esperanças de cura serão maiores.

Quando inativo (fechado), o problema não é de fundamentação kármica, mas proveniente da vida presente do ser humano e suas "quedas". Nesse caso, a

solução é mais fácil, podendo se chegar à cura da causa. Também nesse aspecto, há de se considerar o aspecto evolutivo (dharma) do ser humano. Se for positivo, as esperanças de cura serão maiores e melhores.

Chakra Umeral

O chakra Umeral está localizado nas costas, do lado esquerdo, na altura do início do osso úmero. Tem a aparência de uma lemniscata (um oito deitado, o símbolo do infinito). Também é conhecido como o chakra da Mediunidade.

Sem querer impor verdades àqueles que não creem na espiritualidade, deve-se clarificar que, por escolha kármica, muitos seres humanos reencarnam com o dom do mediunato.

Desenvolver ou não esse dom é uma questão de cunho social, religioso ou simplesmente uma escolha, entre tantos entraves que o ser humano coloca à sua frente.

Acontece que os seres humanos são falíveis e dentro de um contexto vibracional único, a bipolarização pode estar positiva ou negativa. Na polarização negativa, o indivíduo que detém o mediunato não desenvolvido, pode ser vítima de entidades astralizadas de baixo nível, que podem comprometer a saúde emocional e física do médium em potencial.

Muitas pessoas que enfrentam males emocionais e físicos podem estar simplesmente sob influências nefastas do submundo astral. Deve-se atentar, por ocasião das análises se o chakra Umeral é ativo ou inativo.

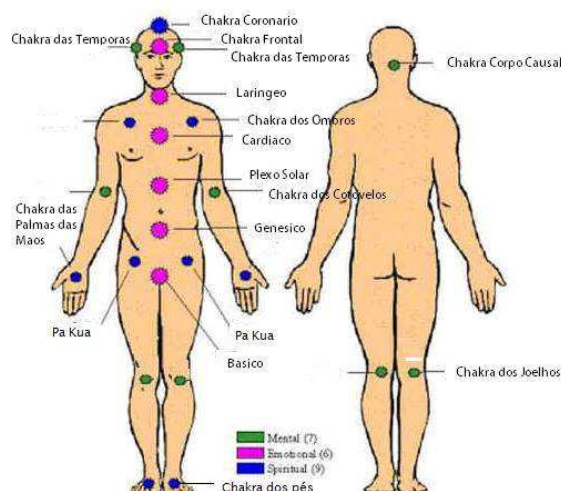
Ativo: dom da mediunidade. Inativo: o dom não está presente.

Chakra da Terra

O chakra da Terra está localizado abaixo dos pés, adentrando na terra, a uns 30 centímetros a um metro de profundidade. Sua cor pode ser marrom, chegando a preto, em alguns casos.

Como recebemos energia por todos os chakras, mais preponderantemente pelas ligações espirituais, pelo chakra Coronal recebemos também energia da Terra por esse chakra. Quando este chakra está bloqueado, fechado ou obstruído, tem-se uma tendência de bloquear, fechar ou obstruir os chakras inferiores, fazendo com o que o indivíduo tenha uma sensação de “não estar com os pés no chão”, fora da realidade presente e necessária para a sobrevivência neste planeta.

Os chakras secundários e os dois Pa Kuas.



Os Chakras das Têmporas:

A flexibilidade para mudar seu ponto de vista, a perspectiva de julgar algo.

Os Chakras da Nutrição/Responsabilidade:

Posição: Bicos do Peito: Esses chakras organizam energias que são relacionadas com a nossa nutrição - em todos os níveis possíveis - e a nutrição das pessoas das quais gostamos. Também organiza a maneira com que lidamos com a responsabilidade.

Os Chakras Yin/Yang:

Posição: No centro de cada ombro. A energia é direcionada para o céu. No ombro direito fica o Chakra Yang. No ombro esquerdo fica o Chakra Yin. O Chakra Yang organiza o 1º, 3º e 5º chakras principais. O Chakra Yin organiza o 2º, 4º e 6º chakras principais. Os Chakras Yin/Yang trabalham com os respectivos chakras principais relacionados acima, de forma semelhante àquela com a qual o 7º chakra trabalha com todos os chakras principais.

Os Chakras das Mãos:

Consciência sensual de outros seres. Lidando com assuntos sociais com bom senso e de maneira sofisticada.

Localizados na região central das palmas das mãos. Caracterizados por estarem numa região terminal do corpo, denotam ponto de entrada ou escape de energia. São os chakras de ativação mais fácil e seguro, sendo que sua ativação permite o desenvolvimento da capacidade de sentir energias sutis e

também de sentir a aura. Manipulação energética. São pontos de entrada ou escape de energia.

O chakra das mãos é um veículo direto através do qual as Forças Cósmicas operam. Interferimos apenas para intuir e acionar a ordem que deve ser dada em cada caso.

Para carregar este chakra com a energia cósmica, à parte de outros processos ritualísticos do Reiki, podemos também esfregar as palmas das mãos uma na outra. No momento em que fazemos isto, sentimos um calor ou um formigamento no lugar onde esfregamos. Isso significa que captamos as partículas de energia do ar, aglutinando-as e transformando-as numa onda, como um raio laser. Uma vez carregadas, as mãos, vamos usá-las de inúmeras maneiras, conforme a necessidade do momento.

Como preconizado no Byosen, podemos passar as mãos ao longo e acima do corpo de uma pessoa, para captar seus circuitos bloqueados.

Podemos carregar as mãos e jogar uma energia pedindo, por exemplo, a cor verde sobre alguém que esteja com febre. Tanto podemos usar este gesto de uma maneira generalizada, buscando o bem-estar do outro, ou o nosso próprio, como podemos especificar o uso. Por exemplo: para tirar uma dor, aliviar uma angústia. Nesse caso, basta acoplar ao gesto de energização uma ordem mental, a que ocorrer ou que parecer mais indicada. Virá intuitivamente. Podemos jogar energia positiva no ambiente.

Podemos utilizar esse gesto simples de esfregar as mãos para captar energia para nosso próprio alimento ou para alimentar outra pessoa. As possibilidades são ilimitadas, a imaginação é o limite.

Os Chakras dos Cotovelos:

Delimitação e engajamento. Algumas habilidades de luta.

Os Chakras dos Joelhos:

Aprendendo e ensinando. Flexibilidade em lidar com grandes quantidades de energia.

Os Chakras dos Tornozelos:

A flexibilidade de ficar centrado durante mudanças na vida. Flexibilidade em como ganhar a vida.

Os Chakras das Solas dos Pés:

Aterramento. Relação com a Mãe Terra. Estabilidade em geral.

O Pa Kua Superior:

Organiza o fluxo de energia para o tórax, ombros, braços, pescoço e cabeça.

O Pa Kua Inferior:

Organiza o fluxo de energia para as pernas, pélvis, espinha em geral e barriga.

Chakra do Timo e Alta Major:

O chakra do timo é associado com a energia crística (situa-se entre o chakra cardíaco e o laríngeo); e o "alta major" é associado com a canalização (situa-se na parte de trás das nossas cabeças, abaixo da nossa região occipital).

Chakra Void:

Cercando os chakras: umbilical e o plexo solar, está o Void que representa o princípio do mestre dentro de nós. Quando a kundalini é despertada e passa através do Void, esse princípio do mestre é estabelecido: "Assim, como diz Shri Mataji, na Sahaja Yoga, você se torna seu próprio guru. É capaz de se livrar de tudo que o escraviza, tornando-se o seu próprio mestre."

Câmara Secreta do Coração:

Situa-se atrás do chakra do coração. Este é o lugar sagrado de Deus no homem, é aqui que se encontra o altar secreto do nosso Santo Cristo Pessoal. Neste altar podemos colocar tudo o que nos é mais sagrado como uma espada de luz ou um manto da invisibilidade.

Chakra do Diafragma:

Situa-se entre os chakras: cardíaco e plexo solar. Por estar relacionado ao plexo solar, está intimamente ligado às emoções, sendo assim, ele atua no equilíbrio das energias irradiadas e recebidas para os outros chakras. Fica no centro do peito, na linha dos mamilos e através dele podemos eliminar muito do lixo kármico que nos impede de atingir nossos objetivos.

Chakra Bindu

Bindu = ponto, gota

Quem já não sonhou em alguma fase da "fonte da juventude eterna", e queria encontrá-lo? Como na maioria das sagas e mitos também há um fundo de verdade nisso. Para esta fonte da juventude, vitalidade e saúde estão localizados no Chakra Bindu - um dos centros energéticos mais misteriosos e notável no corpo humano. O Chakra Bindu está por debaixo do topete que a maioria das pessoas tem na parte de trás de sua cabeça. Anatomicamente ele está localizado onde os ossos das costas e os lados do crânio se encontram (região occipital e parietal).

Na maioria dos livros o Chakra Bindu não é mencionado, mas em Tantra Yoga importância é atribuída para a cura e efeitos rejuvenescedores deste chakra. Embora este centro de energia "dorme" é semelhante a um ponto, mas quando despertou sua energia começa a fluir ou a "pingar". O chakra Bindu produz efeitos verdadeiramente surpreendentes. É um "centro de saúde", que traz uma melhor saúde física, psíquica e espiritual, e é, portanto, uma valiosa ajuda em nossa jornada espiritual. Ela também ajuda a acalmar as emoções e traz harmonia e uma sensação de bem-estar. Com a ajuda deste chakra que somos capazes de controlar a fome e sede e superar hábitos alimentares pouco saudáveis.

Concentração no chakra Bindu também pode ser benéfica para a depressão, nervosismo, sentimentos de ansiedade e uma sensação de opressão no interior do coração. Uma ligeira pressão com a unha do local do Chakra Bindu dá origem a uma sensação de alegria espontânea que se espalha para o coração. Quando uma criança é inquieta e não consegue dormir, ajuda massagear suavemente a Chakra Bindu com suaves movimentos circulares por alguns minutos - a criança logo fica quieta e sonolenta.

O Chakra do Anjo:

Ele se localiza entre o terceiro olho e a coroa na área chamada fontanela, o lugar no crânio que permanece mole em uma criança recém-nascida. A finalidade desse chakra é trazer mais luz para os corpos sutil e físico. Sua ativação também conecta os indivíduos com guias espirituais, ou anjos guardiães. O chakra do anjo também está associado com atividades superiores do cérebro e com o acessamento de diferentes frequências de consciência ao sintonizar o cérebro.

Nota: a imagem não representa todos os chakras, apenas uma ideia.

Resumo sobre os chakras

Tudo que foi abordado sobre os chakras e os corpos energéticos configura-se apenas uma tentativa de se fazer um esboço da "anatomia e fisiologia da alma", objetivando compreender o nível de atuação da terapia de vidas passadas e a associação dos chakras com as lições da alma e com as doenças do corpo físico.

Muitos cientistas estão pesquisando estes níveis de frequências mais elevadas com tecnologia bastante sofisticada e, no futuro, estas pesquisas possibilitarão uma visão multidimensional do homem com mais detalhes e maior aprofundamento.

Nota: Para conhecimento e entendimento:

Bija-mantra (do sânscrito): "Núcleo vibratório de um mantra"; "Mantra-semente"; "Senha vibratória para evocação de uma determinada frequência espiritual".

Diagnóstico dos Chakras

Existem várias maneiras de definir como está o estado de cada chakra, sempre levando em consideração que os chakras que regem os Centros Mentais são os chakras Coronal, Frontal e seu correspondente na parte posterior da cabeça. Os Centros do Sentimento: chakras Laríngeo, Cardíaco, Plexo Solar e Genésico. Os Centros da Vontade: chakras da Base do Pescoço (7ª vértebra), equivalente ao chakra Laríngeo, o equivalente ao chakra Cardíaco, nas costas, o equivalente ao chakra do Plexo Solar nas costas, o equivalente ao chakra Genésico nas costas e o Chakra Raiz ou Básico que é independente e tem sua característica e está ligado diretamente ao chakra Coronal.

A melhor maneira de perceber o estado de um chakra é através de um pêndulo, à parte de uma exclusiva sensibilidade nas mãos ou a utilização da Percepção Extra Sensorial.

O pêndulo é apenas um peso na ponta de uma linha. O processo de utilização do mesmo é através das ondas radiestésicas, que conectam os cérebros do analista e do analisado através do aspecto subconsciente dos dois. Do subconsciente são passadas pequenas informações ao consciente do analista que reflete em pequenas vibrações em seu braço e mão. Conforme a convenção mental do analista faz mover o pêndulo, demonstrando as propriedades chákricas naquele momento. Radiestesia, simplificando, é sensibilidade às radiações a tudo que existe na forma e a radiação humana também é uma energia de forma.

Apesar de um pêndulo se constituir em um pequeno peso na ponta de um fio, os pêndulos mais adequados são os usados por aqueles que praticam a radiestesia. Observe-se que a radiestesia não se trata de um dom e sim de muita paciência e prática e, principalmente total isenção de ideias preconcebidas a respeito do vai se analisar.

Para aqueles que querem praticar a radiestesia, usando-a com arma de diagnóstico da energia (radiação) humana, o melhor modelo seria o pêndulo em forma de pera, de madeira, com cerca de 2,5 cm de diâmetro e 3,8 cm de comprimento, com ou sem chumbo (peso) em seu interior e seu peso não seja superior a 22 gramas.

Qual a razão de utilizar a radiestesia e a radiônica junto com o trabalho de com Reiki?

Muitos que irão ler este pequeno trabalho podem se perguntar qual a razão de estar postados conceitos sobre radiestesia / radiônica em um trabalho sobre Reiki.

Além do trabalho de pesquisa chákrica, ponto importante para se avaliar o método de tratamento a ser empregado com indivíduos diferentes, na minha experiência pessoal, com centenas de casos atendidos, notei que muitos receptores, depois de recuperados com as sessões de Reiki, voltavam

apresentando os mesmos sintomas anteriormente tratados e ainda com outros sintomas.

No meu trabalho como radiestesista, comecei a imaginar se as moradias dessas pessoas não teriam um fator decisivo para essas recaídas.

Com o devido consentimento fui fazer medições radiestésicas nessas moradias e pude constatar que a casa estava “doente”.

Autores como Jacques La Maya e Roger de La Forrest, em seus livros Medicina da Habitação e Casas que Matam, já alertavam sobre essas possibilidades.

Após medições e avaliadas as soluções para a moradia em questão, esses receptores com recaídas constantes, tratados novamente com Reiki, tiveram a recuperação desejada.

Nota-se então, que o trabalho holístico, somando a radiestesia / radiônica junto com o Reiki, tornou-se uma arma para uma solução mais completa.

De muitos casos, posso citar três particularmente surpreendentes:

Caso 1: Uma senhora com problemas de coluna, onde tinha sido operada e não havia o fechamento dos músculos que envolvem a coluna, à altura do baço. Essa pessoa não mais conseguia andar, tão somente com um andador e ainda assim com um andador e amparada por parentes.

Investigada a casa e o posicionamento da cama onde dormia, pude constatar que havia embaixo da cama, uma fonte de Ondas Nocivas, proveniente de uma tubulação de esgoto clandestina. Note-se inclusive que essa senhora dormia fazia 20 anos naquele mesmo local, onde o marido havia morrido de câncer no pâncreas.

Para solucionar a questão, foi apenas sugerido a mudança do posicionamento dos móveis, prontamente atendido pelos familiares.

Após isso, novo tratamento com Reiki. O músculo fechou sobre a coluna e essa senhora voltou a caminhar normalmente.

Saliente-se que energias telúricas provenientes do solo podem causar muitos danos à saúde de quem vive muito tempo acima delas.

Caso 2: Um casal tinha problemas sérios de insônia em sua nova residência construída. Novamente tinham posicionado a cama sobre uma tubulação de esgoto, onde esta passava paralela às suas cabeças. Trocado a posição da cama, tudo voltou ao normal.

Caso 3: Esse já estava consumado e não havia soluções possíveis com o Reiki. Uma menina de 16 anos que sofria de severa depressão e Ansiedade

Paroxística Episódica (Síndrome do Pânico) praticou o suicídio, ateando fogo ao corpo, usando dois litros de álcool. A família passou a morar num hotel, com medo de possíveis entidades maléficas presentes.

Analisada a residência (uma mansão), foram descobertos vários objetos e roupas que ela tinha sido presenteada numa visita à França, por uma mulher que praticava magia negra.

Nesse caso não se pode descartar, além das doenças presentes, que esses objetos agiram diretamente, influenciando na atitude tresloucada. Livrada a residência dos objetos e roupas impregnados de energias negativas, a paz foi restaurada e a família pôde voltar a morar naturalmente.

Nota: não se podem negar os conceitos da malignidade encontrada em radiações provenientes do solo (telúricas) e impregnação de objetos com energias anômalas (ondas de forma), cujas emanações agem diretamente no psiquismo das pessoas à sua mercê.

Marly Del Corona, autora do livro *Energias Além das Formas*, já comenta sobre isso e como ainda tratar os problemas com radiestesia para avaliação e radiônica, através de gráficos, para sua solução.

Um bom buscador de ideias não deveria se fechar as essas premissas. Certamente traria um novo enfoque para um tratamento holístico completo envolvendo o Reiki e a radiestesia / radiônica. As benesses serão ímpares.

Diagnóstico dos Chakras com um Pêndulo

Para analisar os chakras frontais, peça ao receptor que se deite de costas e, para os dorsais, peça-lhe que se deite de bruços.

Ache o seu próprio ponto de ressonância com o pêndulo, descendo devagar o fio entre os dedos polegar e o indicador, até que através de seu comando e convenção mental, o pêndulo comece a girar ou balançar. De forma premeditada, gire o pêndulo em círculos e analise qual o tamanho do diâmetro máximo alcançado. Reserve essas informações: o comprimento do fio e o diâmetro alcançado. Deixe o restante do fio dentro da mão fechada pelo restante dos dedos, já que o polegar e o indicador é que irão segurar o fio do pêndulo.



Para começar a análise dos chakras, esvazie a mente de todas as ideias preconcebidas quanto ao estado da pessoa (mesmo que a conheça e a seus problemas) e dos chakras. Essa é a parte mais difícil, mas não impossível.

Certifique-se que o pêndulo está o mais próximo possível do corpo sem tocá-lo. Mais tarde, praticando a radiestesia mental, isso não será mais necessário.

Importante: Solicite o consentimento da pessoa para fazer a análise, pois, fazê-la sem o consentimento verbal/mental/espiritual do analisado, seu trabalho poderá envolver-se em um estrondoso fracasso. Não entramos na mente de uma pessoa a não ser que ela o consinta porque, sem esse consentimento e conseqüente resistência mental do analisado, seus resultados como analista parecer-se-ão com os rudimentos da energia de si próprio e de suas ideias preconcebidas.

A energia do analista flui para o campo do pêndulo a fim de ativá-lo. Sua energia e o campo, combinados, interagem com o campo do analisado, levando o pêndulo a se mover, conforme a convenção mental estabelecida. O pêndulo poderá se mover em círculos dextrogiros e sinistrogios; em linha reta vertical, horizontal ou diagonal; em elipse ou mover-se erráticamente. A extensão ou não do círculo máximo anteriormente verificado e a direção do movimento do pêndulo indicam a dose e a direção da energia de flui através do chakra.

Para isso é importante definirmos antes qual será a convenção mental a ser utilizada. Alguns pesquisadores ocidentais afirmam que todos os chakras estão todos em dextrogiro, tanto para homens como para mulheres. Outros afirmam que linhas retas horizontais, verticais ou diagonais, dependendo da extensão

do balanço do pêndulo e sua velocidade é que determinam o estado dos chakras.

Não existem certo ou errado, quando se escolhe uma convenção mental, os resultados serão os mesmos, isto é, dependendo da capacidade crítica e de observação do analista.

Como o estudo dos chakras precede em muito a ciência contemporânea, principalmente na Índia e no antigo Egito (o pêndulo egípcio da atualidade é uma cópia de um pêndulo encontrado em um sarcófago encontrado no Vale dos Reis), para esse estudo, vamos utilizar a convenção milenar de giro dos chakras.

Para quem quiser fazer um estudo da energia Kundalini, que se acumula na região sacral, vai notar que a subida desta ao longo da coluna só poderia ser passível de acontecer, conforme os estudos e preceitos milenares.

A tabela abaixo indica para homens e mulheres, qual o giro de cada chakra:

| CHAKRAS | HOMENS | MULHERES |
|-------------|-------------|-------------|
| Raiz | Dextrogiro | Sinistrogio |
| Genésico | Sinistrogio | Dextrogiro |
| Plexo Solar | Dextrogiro | Sinistrogio |
| Cardíaco | Sinistrogio | Dextrogiro |
| Laríngeo | Dextrogiro | Sinistrogio |
| Frontal | Sinistrogio | Dextrogiro |
| Coronal | Dextrogiro | Sinistrogio |



O tamanho dos círculos descritos pelo pêndulo para cada chakra vincula-se à força do chakra em questão e à quantidade de energia que flui através dele. O tamanho do círculo do pêndulo depende de três fatores: os campos de energia do analista, do analisado e o do pêndulo. Se as energias das duas pessoas forem baixas naquele dia, todos os chakras parecerão menores. Se forem altas, todos os chakras parecerão maiores. O que precisamos nos concentrar é na comparação dos tamanhos circulares relativos dos chakras. A saúde se obtém pelo equilíbrio de todos os chakras, para criar um fluxo igual de energia através de todos eles. Para a saúde, portanto, em todos os seus aspectos, todos os chakras deverão ter, aproximadamente, o mesmo tamanho e velocidade.

Existem muitas variações nos movimentos dextrogiro e sinistrogiro, que indicam os mais variados estados psicológicos. Há os movimentos verticais, horizontais, diagonais, invertidos ou absolutamente imóveis. Essa última condição é a mais perigosa de todas, pois indica que o chakra obstruiu totalmente o seu movimento e já não metaboliza energia alguma da Energia Universal, levando o indivíduo a uma doença física, se já não estiver instalada.

Compreenda-se que os chakras além de revelar os estados Mentais, Sentimentais (emocionais) e da Vontade, podem também revelar as doenças físicas ou aquelas que estão ainda em nível áurico e que ainda não se adensaram ao corpo físico. Para isso, diante de um chakra fora de seu ritmo normal, a pergunta radiestésica deve de forma ulterior, a ser feita para se detectar se o problema é físico ou não. Está-se no campo áurico ou não. Cada chakra rege glândulas específicas e outras partes do corpo. Entretanto, não há doença física já instalada que não tenha correlação com um chakra desestruturado. Em vista disso, há de se reestruturar o chakra em conjunto com a tentativa de cura da parte física. Na verdade, a estruturação dos chakras promove uma reativação do sistema imunológico do indivíduo e é isso que promove a cura.

Conforme convenção mental, um movimento elíptico na direção diagonal, se for para a direita, o indivíduo tende a ter uma personalidade mais passiva do que agressiva em relação aos seus sentimentos / emoções. Se esse mesmo movimento for para a esquerda, o indivíduo tende a ser mais agressivo do que passivo em relação aos seus sentimentos / emoções. O primeiro tem muitas vezes consciência das suas limitações emocionais instaladas ou casuais, mas não tem ânimo para modificar a situação. O segundo também tem conhecimento da sua situação, mas parte para tentar modificar o quadro. O agressivo pode não encontrar a solução, porque isso depende do seu estado mental, psicológicos, emocionais, espirituais, físicos, tudo isso refletido no estado em que se encontra o chakra correspondente ao problema, mas, certamente, será mais aguerrido que o passivo.

Quanto mais distorcido for o movimento circular do pêndulo acima de qualquer chakra, tanto mais grave será a distorção psicológica, inclusive até com consequências físicas. A cisão direita / esquerda mais profunda é denunciada pelo movimento do pêndulo para trás e para frente, em diagonal, num ângulo de 45 graus em relação ao eixo vertical do corpo do analisado. Quanto mais

amplo e dependendo do ponto de ressonância analista / pêndulo, tanto maior será a energia contida na distorção.

A mesma regra vale para analisar a gravidade da oscilação do pêndulo para trás e para frente vertical ao eixo do corpo ou horizontal em relação ao eixo do corpo. O aspecto vertical indica que o indivíduo está desviando energia para cima na direção da vertical, o que significa o desvio da energia para o lado espiritual (anômalo) para escapar da interação pessoal. O movimento horizontal do pêndulo indica que o indivíduo está sujeitando e compactando o fluxo de energia e os sentimentos para fugir à interação pessoal.

À medida que o analista / terapeuta se torna mais proficiente no uso do pêndulo, começará a observar outras qualidades em suas análises.

O ritmo da oscilação (a rapidez com que o pêndulo se move) indica a quantidade de energia metabolizada através do chakra. Com a prática, o terapeuta poderá também captar qualidades como o retesamento, a tensão, o peso, a tristeza, o pesar, a tranquilidade, a clareza, entre outros pequenos e fugazes detalhes que só o tempo e treinamento com o pêndulo dará ao seu operador.

O que se segue são tabelas compostas para homens e mulheres, conforme a oscilação do pêndulo e seus significados imediatos. O significado completo requer que o terapeuta processe estudos relativos aos chakras, sua psicodinâmica harmônica ou não, juntamente com as implicações físicas inerentes, boas ou más.

Considerações sobre o diagnóstico dos chakras:

- Giro máximo ao movimento relativo do chakra: é o movimento normal do pêndulo considerando-se que pela filosofia indiana, que parece ser a mais correta, como já dito, os chakras de homens e mulheres a partir do Chakra Raiz começam com giros diferentes e se alternam um a um até o Chakra Coronal. Destarte, o Chakra Raiz no homem, o giro normal é horário e na mulher é anti-horário. O giro máximo a ser conseguido, desde que medido um chakra normal e sadio, tem correspondência direta com o comprimento do fio do pêndulo, conforme a ressonância encontrada pelo operador.
- Saliente-se, entretanto, mesmo que o giro máximo seja menor que a ressonância para aquele determinado operador. Não importa: este giro menor deverá ser considerado como padrão para o giro máximo.
- Tanto para homens como para mulheres, os chakras que giram no sentido correto, estão absorvendo e nutrindo o indivíduo com a Energia Universal. Se girarem em sentido invertido ao normal, os chakras estarão perdendo, jogando fora a Energia Universal que nutre o indivíduo, com conseqüências nos planos: mental, emocional, espiritual e físico.
- Os percentuais constantes na tabela são apenas a título de compreensão maior da dinâmica dos chakras. Estes valores são extremamente variáveis e estão intimamente ligados ao estado geral do chakra a ser medido. Todavia, deve ter senso crítico bastante apurado por parte do operador do

pêndulo, para registrar nuances delicadas que podem ocorrer quando da medição dos chakras como: o giro máximo, a velocidade, a tensão, a tendência à elipse, a correta vertical e horizontal verificando-se tendências à diagonalidade, o peso, a fraqueza, a alegria ou tristeza que o chakra transmite, etc.

Até aqui, falamos exclusivamente das tendências emocionais, mentais e espirituais que se pode medir com o pêndulo. Sabe-se, porém, que os chakras estão ligados a determinadas glândulas consideradas de importância relevante no corpo físico. Sabe-se também que os chakras comandam as condições de saúde / doença, nos órgãos humanos por eles cobertos.

Para um operador de pêndulo que vá investigar um possível problema físico no indivíduo, deve se cercar de literatura a respeito da anatomia do corpo humano e condições particulares de funcionamento dos órgãos.

Como o Reiki pode e deve ser aplicado em todo ser vivo, é importante ter literatura sobre animais, plantas e alimentos.

Fora evidentemente uma queixa já declarada pelo receptor, um exame mais minucioso pode revelar a verdadeira causa do problema, que então poderá ser de grande utilidade para a aplicação do Reiki de maneira mais eficiente.

Pode, para o operador do pêndulo, uma desarmonia em determinado órgão, ser a chave para uma terapêutica mais eficiente, porém, devem-se considerar alguns fatores:

- Uma doença aguda ou crônica, uma dor, uma infecção, entre tantas existentes, pode ser avaliada como sendo apenas pontual, isto é, no órgão afetado.
- Às vezes, um órgão afetado por uma doença tem a sua origem em outra parte do corpo humano.
- O chakra desarmonioso ou o conjunto deles em desarmonia total ou parcial pode influenciar em uma doença física. Por isso, todos os chakras devem ser tratados, harmonizados, equilibrados e reconstruídos (frontais e dorsais).
- Quando o operador investigar um órgão doente, verificar através de perguntas mentais ao pêndulo se a doença já está densificada no físico ou está amalgamada ainda nos estágios áuricos do indivíduo, sendo, portanto uma tendência futura aquela doença em particular. O Reiki através da técnica de Limpeza da Aura pode impedir o futuro aparecimento dessa doença somente impregnada na aura.

Importante: se você, doador Reikiano, não possuir especialidade médica, não pode sob nenhum argumento, emitir diagnóstico para o receptor. As considerações sobre o problema do receptor e suas implicações devem ser guardadas pelo operador do pêndulo / doador de Reiki apenas como um indicativo sobre qual o melhor caminho a trilhar durante as sessões de Reiki e para posterior comparação entre o início das sessões e avaliações periódicas e finais do tratamento.

Outras possibilidades/métodos de avaliação dos Chakras

Existem outras possibilidades de avaliações objetivas e subjetivas de avaliação do estado dos chakras, a saber:

Observação dos chakras

Consiste na observação nas reações que o receptor relata em situações onde ele se encontre em tensão incomum ou de situações chocantes. Em situações difíceis da vida, o receptor relata repetidamente lhe ocorrem as mesmas dores: quando o primeiro chakra (Raiz) tem funcionamento deficiente, ele poderá ter a sensação de que “o solo lhe foge de sob os pés” e, eventualmente problemas intestinais, por exemplo, uma diarreia. Quando o primeiro chakra está demasiadamente carregado (hiperfuncionamento) ele se sente raivoso e agressivo.

Se o segundo chakra (Genésico) estiver deficiente, ocorre um bloqueio de sentimentos em situações de grande tensão e, na hiperfunção, talvez ele caia em lágrimas, ou reaja com emoção descontrolada.

Se o terceiro chakra (Plexo Solar) estiver deficiente, poderá ocorrer uma sensação de desmaio quando houver uma situação de excesso de tensão, uma sensação de falta de energia, uma sensação estranha sensação no estômago, ou também um nervosismo irritadiço. A sobrecarga nesse chakra é caracterizada pela irradiação nervosa e a tentativa de controlar a situação através da super atividade.

Se o quarto chakra (Cardíaco) estiver deficiente, ele poderá ter a sensação que o coração está “parando”. Se porventura ocorrerem palpitações, isso indica um mau funcionamento geral do chakra.

Se o quinto chakra (Laríngeo) estiver deficiente, ele sente a garganta apertada, como um “nó”, pode começar a gaguejar ou sua cabeça começa a tremer. Na desarmonia total ele tenta, através de uma torrente incontrolável de palavras, conseguir o controle da situação. A questão ouvir e principalmente entender, assimilar, fica totalmente prejudicada.

Se o sexto chakra (Frontal) estiver deficiente, ele pode não conseguir mais pensar claramente durante uma tensão ou um choque. Numa hiperfunção, se manifesta, com frequência, na forma de dores de cabeça.

Se o sétimo chakra estiver deficiente (Coronal), o que ocorre em casos muito raros, o indivíduo não tem, perdeu ou está momentaneamente desligado com o seu lado Divino, ou como ele compreende a Divindade. Não há unicidade e o princípio básico é a descrença naquilo que a Divindade significa para ele e ocorre o dualismo.

Teste cinesiológico

Trata-se de um teste especial realizado de modo exclusivo por muitos terapeutas, mas também por um grande número de leigos. Trata-se do teste cinesiológico.

Na prática, o terapeuta procede da seguinte maneira:

- Pede para o receptor que coloque a mão direita sobre cada chakra, centralizando o chakra da palma da mão com o chakra a ser analisado.
- Pede para o receptor ao mesmo tempo, que estique o braço esquerdo em ângulo reto, afastando-o lateralmente do corpo.
- O terapeuta pronuncia então o comando “segurar!” e, enquanto o receptor tenta manter o braço na posição indicada, o terapeuta tenta empurrar o braço para baixo. A pressão é efetuada, aproximadamente na altura do pulso.



Teste Muscular Cinesiológico

Se o chakra examinado estiver em harmonia e equilibrado em sua função, o braço esticado oferece uma resistência nítida e forte.

Do contrário, se o chakra estiver em desarmonia e desequilibrado, sente-se nitidamente que o braço do receptor não oferece essa resistência, e ele é abaixado com pouco esforço pelo terapeuta. Percorrem-se os sete chakras e

assim o terapeuta obtêm uma imagem clara da condição energética de cada chakra. Quando existem perturbações significativas num chakra, o teste do braço sempre reage mostrando debilidade.

O teste deve ser repetido tantas vezes, até se ter um resultado confiável, considerando que se deve fazer uma pausa para evitar indícios de cansaço no braço do receptor.

Testes especiais constam que o braço suporta uma pressão de cerca de 20 kg, no fator tido como “resistência forte”. De outro modo, o braço não oferece resistência a uma pressão de oito kgf. Nisso deve ser levada em consideração, naturalmente, a constituição física do receptor. O teste não é uma “guerra” de forças entre terapeuta e receptor. A diferença entre o “forte” e o “fraco”, contudo, é percebida distintivamente, tanto pelo terapeuta como pelo receptor que se submete ao teste.

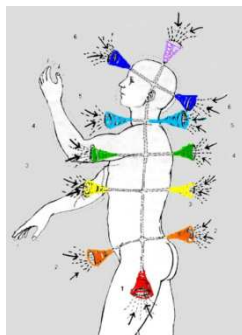
Teste do polegar e dedo indicador

Uma variação do teste cinesiológico consiste no firme aperto pelo receptor, do polegar e o indicador da mão direita, e na cobertura do chakra a ser testado pela mão esquerda.

O terapeuta tenta, então, desprender os dedos do receptor a um comando do mesmo. Caso os dedos ofereçam grande resistência, o chakra testado estará em ordem. Se a resistência for fraca, o chakra estará perturbado e, portanto, necessitando de terapia.

Obs: para os dois tipos de teste cinesiológicos, é claro que é preciso um pouco de prática para conseguir resultados seguros. Contudo esse método funciona otimamente, e o terapeuta pode notar com clareza qual o chakra a ser trabalhado com mais atenção para se encontrar a harmonia.

Teste dos chakras Frontais e Dorsais



Como na figura apresentada verificamos que temos chakras frontais e seus correspondentes dorsais.

Retirando-se os chakras Coronal, Frontal e o Básico, os restantes, Laríngeo, Cardíaco, Plexo Solar e Genésico postados da parte frontal do corpo regem as Emoções. Os mesmo chakras correspondentes aos chakras frontais e postados na parte dorsal do corpo regem a Vontade.

Quando a ligação desses correspondentes está de alguma forma prejudicada as Emoções não são acompanhadas pela Vontade de realizar. Ou aparece Vontade de realizar, mas não existe o ímpeto da Emoção.

Teste

- Peça para a pessoa ficar em pé, pés unidos, mãos ao longo do corpo e olhos fechados. Peça para ficar à vontade, sem resistir e endurecer o corpo.
- Tape o chakra Laríngeo na frente e atrás, com as mãos, sem forçar.
- Aguarde a manifestação da pessoa que está sendo testada: ela pode sentir uma espécie de tontura, cambalear para frente ou para trás, ou para os lados. Não ajude, não empurre, apenas acompanhe a movimentação.
- Faça o mesmo nos chakras Cardíaco, Plexo Solar e Genésico.

Eventualmente pode fazer no Frontal, frente e dorsal. Isso pode ajudar a mostrar se a pessoa pode estar abalada mentalmente com alguma coisa.

Quanto maior a tontura, cambaleamento, maior a desestruturação entre os chakras frontais e dorsais, conseqüentemente e isso pode ser verificado junto à pessoa, sua emoções não são acompanhadas da vontade e vice-versa.

Capacidade mediúnica

Outro meio de reconhecer a função dos chakras de outras pessoas, pelo terapeuta, é a capacidade mediúnica deste (se a tiver), de perceber, nos chakras do próprio corpo, aquilo que é sentido e experimentado pelo receptor. Para isso, o terapeuta se projeta no corpo energético do receptor e “sente” as vibrações positivas ou negativas. O livre arbítrio é válido, mas não se recomenda a viabilização desse tipo de teste.

Hábitos de dormir

Se o receptor, interrogado nos seus hábitos de dormir, estes podem dar uma pista ao terapeuta, sobre o funcionamento *dominante* de certos chakras.

- Chakra Raiz – de barriga para baixo, 10 a 12 horas de sono.
- Chakra Genésico – posição embrionária, 8 a 10 horas de sono.
- Chakra Plexo Solar – deitado de costas, 7 a 8 horas de sono.

- Chakra Cardíaco – deitado à esquerda, 5 a 6 horas de sono.
- Chakra Laríngeo – deitado alternando direito-esquerda, 4 a 5 horas de sono.
- Chakra Frontal – sono e cochilo, cerca de 4 horas.
- Chakra Coronal – apenas cochilos que se estendem durante o dia e a noite.

Considere-se o que podemos chamar de um “sono misto”, que uma interpolação das variações descritas. O modo mais preponderante indica qual chakra é mais *dominante*, enquanto o menos ou os menos preponderantes indicam quais os chakras *dominantes* e pelos quais o receptor costuma levar a sua vida.

Considerações sobre os métodos de análise dos chakras

Fora o método do pêndulo, pode-se usar pela radiestesia, o aurameter, o dual - rod, a vara de condão (biotensor), a forquilha (rabdomancia). A fotografia Kirlian seria um ótimo processo de análise, porém custoso e de difícil interpretação. O diagnóstico do “ponto terminal”, do terapeuta Peter Mandel (*Energetische Terminalpunktdiagnose* – Diagnose Energética do Ponto Terminal) é ainda a grande sensação do momento.

Há pesquisas em vários países, para a construção de aparelhos para medição da energia sutil. Entretanto, a melhor e mais bem aparelhada “máquina” de medição de energias sutis, é o ser humano através da sua bioenergia.

Se você, terapeuta, afinal só souber usar corretamente um dos métodos comentados para exame dos chakras, isso poderá ser suficiente.

Às vezes, é melhor dominar bem um assunto do que muitos apenas pela metade e de modo superficial. Seja um especialista e não um generalista.

Algumas pequenas correlações chákricas

Considerando os Centros Mentais, os Centros das Emoções / Sentimentos e os Centros da Vontade, eis aqui alguns conceitos para cada chakra quando estão em bom funcionamento. A partir daí, pode-se inferir pequenas pistas para o diagnóstico completo de cada chakra:

Sétimo chakra – Coronal – Integração da personalidade total com a vida, aspectos de espiritualidade e humanidade.

Sexto chakra – Frontal – Emoções – Capacidade de visualizar conceitos mentais.

Sexto chakra – Vontade – Capacidade de por as ideias em obra de maneira prática.

Quinto chakra – Laríngeo – Emoções – Aceitação e assimilação. Comunicação.

Quinto chakra – Vontade – Sentido do eu, dentro da sociedade e da profissão.

Quarto chakra – Cardíaco – Emoções – Sentimentos de amor para consigo mesmo e para as outras pessoas. Abertura para a vida.

Quarto chakra – Vontade – Vontade do Ego, ou vontade dirigida para o mundo exterior.

Terceiro chakra – Plexo Solar – Emoções – Grande prazer, expansividade e consciência universal. Sabedoria espiritual. Quem é você.

Terceiro chakra – Vontade – Cura, intencionalidade dirigida para a nossa saúde.

Segundo chakra – Genésico – Emoções – Qualidade de amor ao sexo oposto, concessão e recebimento do prazer físico, mental e espiritual.

Segundo chakra – Vontade – Quantidade de energia sexual.

Primeiro chakra – Raiz – Quantidade de energia física. Vontade de viver.

Medição da aura com um pêndulo ou um aurameter

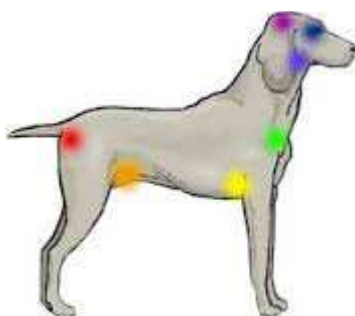
Proceder da seguinte maneira:

- Encostar a ponta do pêndulo ou do aurameter no corpo do receptor. Deixar por alguns segundos encostado para que o cérebro do terapeuta entre em ressonância com o cérebro / aura do receptor.
- Conforme a convenção adotada, afastar muito lentamente o pêndulo ou a ponta do aurameter do corpo do receptor e esperar a movimentação do pêndulo / aurameter.

Esse procedimento deve ser realizado em todo o corpo do receptor dos pés à cabeça, considerando o receptor de frente e de lado para o terapeuta.

O terapeuta deve anotar qualquer distorção encontrada para mais tarde, quando do tratamento com Reiki, aplicar a Limpeza da Aura, apesar de que o Reiki por si só, já consolida a aura no seu devido lugar e corrige as distorções.

Chakras em animais



Animais, assim como os seres humanos também tem chakras, fonte da vida.

Tratamentos em animais não diferem em muito quanto ao tratamento em pessoas, com apenas uma ressalva: o Reiki atua muito mais rapidamente.

Ao tratar animais, quanto menor o porte, mas rápida se dará a ação da energia Reiki. Isso pode ser verificado quando ao longo de alguns minutos, o animal começa a se agitar e tentar fugir.

Animais maiores recebem o Reiki mais pacificamente, mas o doador tem que estar atento a sinais de impaciência.

Quanto aos chakras, como não condições de testes específicos para verificar a condição deles, a observação terá mais resultado.

Na literatura ou meio eletrônico, certamente existem figuras da posição dos chakras de animais de variados tipos.

Idade dos chakras

Tecendo considerações sobre radiestesia e medição de chakras, para os que já venceram etapas mais simplistas da técnica milenar, vamos a uma pequena curiosidade que ao mesmo tempo pode ajudar a muitos que trabalham com Reiki e outras técnicas similares, incluindo a TVP, a hipnose, entre outras tantas que podem lidar com o passado das pessoas. Quando me refiro a passado, pode ser nessa vida ou outros anteriores.

Quem nunca conheceu na vida aquele senhor ou senhora de idade avançada tendo atitudes peculiarmente adolescentes?

Quem nunca conheceu na vida aquele rapaz ou moça tendo atitudes típicas de uma pessoa mais velha e amadurecida?

Até aí nada demais, pois que mal há alguém se sentir sempre jovem e um jovem se sentir mais adulto que realmente é? O problema é quando essas atitudes geram problemas emocionais para quem se sente diferente num corpo mais velho ou mais novo e pior, abala emocionalmente os circunstantes à sua

volta. O radiestesista habilidoso pode perfeitamente verificar chakra a chakra com suas atribuições especiais e ainda os entrelaçamentos entre eles, qual a idade real de cada um.

Citando exemplos: uma mulher pode ter lá seus 60 anos de idade e nunca ter experimentado um prazer sexual que a deixasse satisfeita. Um homem de seus 60 anos, que vive "correndo" atrás de mulheres mais novas, quando não garotas de programa. Ou aquele adolescente cheio de preocupações bem significativas de pessoas com um amadurecimento acelerado, não vivendo o seu momento de juventude.

Verificando idades chákricas, o radiestesista pode chegar a conclusões que lhe ajudam a entender algumas causas de alguns comportamentos não condizentes com a idade real. No caso da senhora, pode-se chegar à conclusão que seu chakra genésico, por exemplo, "parou" na idade de 16 anos, por exemplo, e que sua maturidade sexual nem chegou a acontecer. Em verificações ulteriores, pode-se talvez inferir que pode ter acontecido algum trauma nessa idade ou muito perto dela, que fez o chakra estagnar, a exemplo de doenças, estupro, abuso sexual ou sensual por parte de conhecidos ou parentes.

No homem, mesmo não tão exposto a abusos, pode também ter tido algum trauma relativo à sua sexualidade ou uma experiência rica demais nesse sentido, e o chakra fica lá "parado" no passado, revivendo a situação traumática, tentando resolver de qualquer forma ou querendo fazê-la perene, se foi boa.

Um adolescente pode ter chakras muito mais desenvolvidos e com uma "idade" maior que sua idade real, porquanto já veio com esse desenvolvimento de outras vidas, e pode se sentir em determinados aspectos, um "peixe fora d'água" perante os jovens da sua idade. Os chakras vão se desenvolvendo de 7 em 7 anos, até 49 anos, para depois percorrer de novo a mesma trajetória. Citando um exemplo: muitas pessoas dizem que alguns adolescentes são complicados, constestadores, enigmáticos, petulantes, entre outros adjetivos quando na realidade eles estão vivendo em parte pelos 7 chakras principais, mas a regência maior é do chakra Plexo Solar.

Dos 15 aos 21 anos de idade, e este chakra trabalha no desdobramento da personalidade, na assimilação das emoções e experiências, na formação do ser, na influência, no jogo de poder, na plenitude e na sabedoria resultante da experiência. Nota-se aqui que o adolescente não está fazendo nada mais que tentar se colocar no mundo e em que nível está essa colocação.

Vejamos aquele exemplo do senhor de 60 anos: com este chakra ainda estagnado em alguma idade entre 15 e 21 anos, terá as mesmas atitudes desafiadoras de um adolescente, que para este último é normal e inconsciente. Para o senhor de 60 anos, há uma consciência um tanto maior pela experiência de vida, porém a parte inconsciente pode falar muito como se fosse um adolescente, com palavras, casmurrice e atitudes típicas.

Deixo essa ideia no ar, para que as pessoas que trabalham com Reiki e radiestesia possam usar esta ideia de avaliar a idade chábrica dos que lhes procuram para serem ajudados.

Em Ensinaamentos Internos (Okuden) o Reikiano ao se inteirar das possibilidades do símbolo Hon Sha Ze Sho Nen entre outros, bem como ao se inteirar dos Ensinaamentos de Mistérios (Shinpiden), certamente compreenderá de que forma pode ajudar essas pessoas com idades chábricas dispaes com sua idade real.

Limpeza da Aura

A técnica de Limpeza da Aura significa simplesmente a limpeza do campo do receptor pela retirada do entulho áurico. Além de limpar, esta técnica também enche a aura de energia e geralmente a reequilibra.

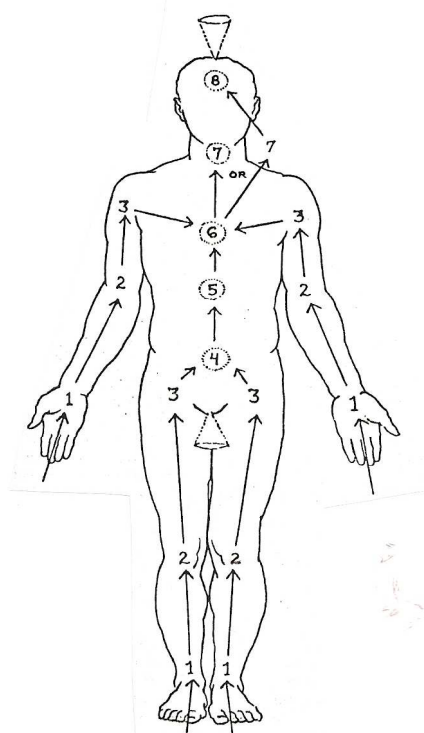
Isso se faz introduzindo energia no corpo aos poucos, a começar pelos pés. O melhor é introduzir energia de maneira natural, criando equilíbrio e saúde em todo o sistema.

A energia, portanto, se introduz no corpo a partir dos pés, porque normalmente é extraída da terra através do primeiro chakra e dos dois chakras da planta dos pés. As energias da terra são sempre necessárias para curar o corpo físico porque pertencem às vibrações inferiores. Por conseguinte, você estará derramando energia num sistema esvaziado da maneira mais natural possível. Assim sendo, o corpo de energia absorve a energia e transporta-a para onde for necessário.

O processo deve ser realizado na parte frontal e dorsal do corpo do receptor:

1. Sente-se com as mãos nos pés do receptor até que o campo geral esteja limpo e equilibrado. A energia que flui dessa posição ativa todo o campo. Caso sinta canalizar uma determinada cor, consinta que ela flua normalmente. Não se concentre em uma determinada cor: os campos são mais "experts" do que sua mente linear.
2. Suas mãos poderão experimentar sensações de calor, formigamento, pulsações lentas e rítmicas ou perceber mudanças de fluxo da energia. Quando sentir um fluxo de energia igual nos dois pés, passe para a fase seguinte. As sensações nas mãos são válidas para todas as outras posições.
3. Conserve uma das mãos no corpo do receptor a fim de manter a conexão. Coloque uma das mãos na planta de um dos pés e a outra mão no tornozelo. Faça a mesma coisa no outro pé.
4. Conserve uma mão no tornozelo e deslize a outra até o joelho. Faça o mesmo na outra perna.
5. Conserve uma mão no joelho e deslize a outra até o quadril. Faça o mesmo na outra perna.

6. Conserve uma das mãos no quadril e deslize a outra até o Chakra Genésico. Faça o mesmo do outro lado do quadril.
7. Conserve uma das mãos no Chakra Genésico e deslize a outra mão até o Chakra do Plexo Solar.
8. Conserve uma das mãos no Chakra do Plexo Solar e deslize a outra mão até o Chakra Cardíaco.
9. Nesse ponto, coloque uma das mãos na palma da mão do receptor alinhando os chakras ali existentes e deslize a outra mão até a parte frontal do cotovelo. Faça o mesmo no outro braço.
10. Conserve uma mão na parte frontal do cotovelo e deslize a outra mão até o ombro. Faça o mesmo no outro braço.
11. Conserve uma mão no braço e deslize a outra mão até o Chakra Cardíaco. Faça o mesmo a partir do outro braço.
12. Conserve uma mão no Chakra Cardíaco e deslize a outra mão até o Chakra Laríngeo.
13. Conserve uma mão no Chakra Laríngeo e deslize a outra mão até o Chakra Frontal, em linha reta ou pelo lado do rosto do receptor.
14. Conserve uma mão no Chakra Frontal e deslize a outra mão até o Chakra Coronal.
15. Deslize a mão que está no Chakra Frontal até o Chakra Coronal.
16. Separe e conserve as duas mãos nos dois hemisférios cerebrais.
17. Termine levando as duas mãos acima do Chakra Coronal como se tivesse “empurrando” a energia para cima.



Limpeza da Aura – Observar o caminho a ser seguido conforme a indicação do desenho.

O processo acima descrito é realizado com o receptor deitado de costas. Peça para o receptor virar-se e ficar de bruços e refaça todos os passos descritos.

Limpeza da coluna

Avalie com o pêndulo a necessidade de uma limpeza na coluna do receptor ou então “sinta” essa necessidade com outros recursos que você tenha, como por exemplo, a Percepção Extra Sensorial. Trata-se, via de regra, de uma boa coisa, pois limpa a principal corrente de energia vertical do campo áurico.

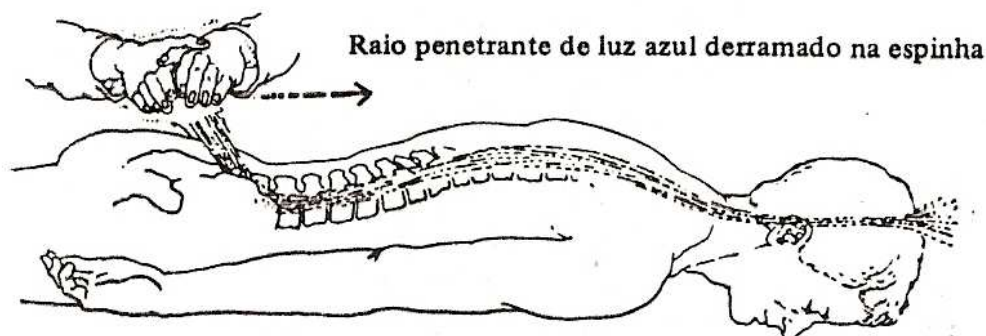
Para realizar a limpeza da coluna, peça ao receptor que se deite de bruços. Tenha, para isso, uma mesa que permita olhar diretamente para baixo, pois o receptor não deve virar a cabeça para lado nenhum neste trabalho. Se você não possuir este tipo de mesa, procure com ajuda de travesseiros, garantir que o receptor não vire a cabeça para o lado.

Massageie a área do sacro. Usando os polegares, massageie os forames (orifícios do osso, onde passam os nervos) do sacro.

O sacro é um conjunto de ossos unidos, com a ponta dirigida para baixo, acima do *gluteus maximus*, com cinco forames de cada lado do triângulo. A última vértebra lombar se assenta sobre ele, e o cóccix se estende para baixo, a partir da extremidade inferior.

Faça pequenos círculos com os polegares na área dos forames do sacro, obedecendo à ordem de giro de cada chakra e a região que eles abrangem, para homem e mulher. Envie energia Reiki pelos polegares acrescidos da cor de cada chakra, uma vez que massageados os forames, deve-se percorrer a coluna de baixo para cima fazendo massagens do lado de cada vértebra, e trocando de cor conforme a área de atuação de cada chakra.

Feito isso. Desça as mãos até a área do sacro e com as duas mãos em conjunto canalize a luz azul como se fosse um raio laser, percorrendo toda a coluna e saindo pelo alto da cabeça, através do Chakra Coronal.



Posições de mãos e dedos durante o Reiki

Durante uma sessão de Reiki, para o Reiki que poderíamos chamar de Reiki de Hayashi e Takata, temos 12 posições básicas de mãos para um tratamento completo. Cada posição de mãos, olhando pelo lado da técnica de uma forma simplista, sem que haja pelo lado do doador, recursos para melhor análise e sua intuição ainda não esteja apurada o suficiente; o tempo necessário é de cinco minutos em cada posição.

Todavia, independente do processo puramente técnico, há de levar em conta as necessidades do receptor. Para tanto, uma dor, por exemplo, em um lugar diferente das posições habituais, deve ser tratada com maior atenção, assim como outros vários problemas que o receptor possa apresentar.

A intuição é o melhor termômetro para definição dos pontos do corpo do receptor que há necessidade de tratamento. Confie nas tuas mãos; elas te guiarão para o melhor caminho para o receptor, inclusive para você mesmo, no auto - Reiki.

À parte desse processo, colocamos aqui as possibilidades de uso das mãos e dedos durante um tratamento:

- Testa – mão inteira sobre a testa, coincidindo chakra da mão com o chakra frontal.
- Têmporas – duas mãos, uma em cada têmpora.
- Região occipital – duas mãos na região occipital, com os dedos terminando na medula oblongata.
- Nuca – mão inteira na nuca
- Garganta – duas mãos enlaçando a garganta com as pontas dos dedos se tocando.
- Topo da cabeça – mão inteira sobre o topo da cabeça, coincidindo o chakra da mão com o chakra coronal.
- Estômago e Intestinos – uma mão no estômago e outra no abdômen cobrindo os intestinos em ambos os lados do corpo.
- Olhos – uma mão em cada olho, coincidindo os chakras das mãos com os olhos.
- Entre os olhos e nariz – dedo indicador e polegar na base superior do nariz.
- Entre os olhos e têmporas – três dedos de cada mão tocando o ponto entre os olhos e as têmporas. Dois lados.
- Osso nasal – mão esquerda no chakra coronal e dois dedos, indicador e médio em cima do osso nasal, a partir de sua base.
- Laterais do nariz – mão esquerda no chakra coronal e dois dedos, indicador e médio nas laterais do nariz.
- Meio da testa – dedo indicador com a ponta exatamente em cima do chakra frontal.
- Canal auditivo – dedo indicador ou médio suavemente colocado na entrada do canal auditivo. Dois lados.
- Parte anterior e posterior das orelhas – com as mãos nas duas orelhas, enlaçando cada orelha entre os dedos indicador e médio.

- Boca – sem cobrir os lábios, uma mão enlaçando a boca entre os dedos: indicador, médio anular e mínimo. O dedo indicador fica entre o nariz e a boca e os restantes no queixo. A outra mão no chakra correspondente ao chakra frontal, na parte posterior da cabeça, na altura da medula oblongata.
- Língua – colocar o dedo indicador ou médio na parte anterior da língua. Usar luvas de látex descartáveis.
- Raiz da língua - colocar o dedo indicador ou médio na raiz da língua, tomando-se o cuidado de não provocar vômito. Usar luvas de látex descartáveis.
- Cartilagem da garganta – uma mão na nuca e outra tocando a cartilagem da garganta usando os dedos indicador e médio.
- Meio da testa – uma mão no chakra coronal e outra usando os dedos: indicador, médio e anular cobrindo verticalmente o chakra frontal.
- Meio do lábio superior – uma mão no chakra coronal e outra usando o dedo indicador ou médio entre o nariz e o lábio superior.
- Pulmões – mãos colocadas ao longo vertical dos pulmões frente e costas. Considerar a parte alta e baixa dos pulmões.
- Fígado – uma ou duas mãos diretamente sobre o fígado.
- Intestino grosso superior e lado, intestino grosso inferior e região do intestino delgado – Colocar as duas mãos nas regiões determinadas e afetadas.
- Região da bexiga – colocar uma mão ligeiramente acima do púbis, sobre a bexiga.
- Região do útero – colocar uma mão ligeiramente mais acima do púbis, sobre o útero.
- Trompas, ovários – colocar as mãos entre o útero e os ossos salientes do quadril.
- Órgãos genitais – Esta posição deve ser feita sem encostar, até 2,5 cm de distância do corpo, com uma mão. Conservar a outra mão em qualquer outra parte do corpo, para não perder a ligação energética.
- Diafragma – uma ou duas mãos diretamente sobre o diafragma.
- Traqueia – uma mão diretamente na traqueia no sentido vertical.
- Brônquios – duas mãos diretamente no começo da ramificação dos brônquios.
- Região do coração – nunca colocar a(s) mão(s) diretamente sobre o coração. Para esta área, colocar as mãos em forma de “T” considerando uma mão sobre o chakra cardíaco na vertical e outra acima, na horizontal, formando o “T”.
- Apêndice xifoide – uma mão diretamente no apêndice xifoide ou dois dedos, o indicador e médio.
- Apêndice – Uma mão diretamente no apêndice.
- Ureter – uma mão diretamente no ureter. Esta posição deve ser realizada sem tocar, a exemplo de “órgãos genitais”.
- Seios – duas mãos, uma em cada seio, sem tocar, avisando o receptor da retirada das mãos ou uma mão sem tocar nos seios e outra tocando em qualquer outro lugar do corpo.
- Vértex cervicais, torácicas e lombares – conforme a região afetada, usar os dedos de uma ou das duas mãos. Cada dedo sobre cada vértebra.
- Sacro, cóccix – uma mão diretamente sobre o cóccix.

- Rins – uma mão em cada rim.
- Glândulas suprarrenais – a mesma posição dos rins, apenas um pouco acima.
- Deslizamento para recolocação do receptor à realidade – deslizar as mãos lado a lado com a coluna, desde o sacro até a medula oblongata. Repetir por três vezes.
- Cotovelos – uma mão em cada cotovelo.
- Palmas – centralizar os chakras das palmas das mãos com os chakras das palmas das mãos do receptor.
- Plantas dos pés – uma mão em cada planta dos pés, abrangendo toda a região do pé.
- Região anal – uma mão no cóccix e outra dirigida diretamente ao ânus do receptor, sem tocar.
- Percussão punho ou dedos – percutir onde a intuição mandar com o punho fechado ou com a ponta de três dedos: indicador, médio e anular.
- Glândulas – manter as mãos sobre cada glândula importante no corpo humano.
- Varizes – colocar uma mão no início da veia e outra no final. Repetir na outra perna, mesmo que não haja necessidade.
- Celulite – mãos no início e final. Repetir na outra perna.
- Culote – mãos no início e final. Repetir na outra perna.
- Joelhos – uma mão em cada joelho, frente e atrás.
- Panturrilha – uma mão em cada panturrilha, atrás e na frente.
- Tornozelos – uma mão em cada tornozelo, frente e atrás.
- Peito do pé - Uma mão em cada peito de pé.
- Ciático – Uma mão no início do nervo ciático, na base da coluna e outra mão na planta do pé.

Como se pode perceber, vista a pequena relação acima “o céu é o limite” para aplicação do Reiki. Além das posições já consagradas (12), temos inúmeras variações. Deixe sua intuição te levar pelo caminho do coração e do amor enquanto estiver aplicando Reiki. O Reiki o conduzirá. Não deixe também de levar em conta as avaliações pendulares ou através da P.E.S. ou de qualquer artifício extrassensorial, ou de simples análise que lhe ajude nessa empreitada.

Algumas regras, contudo, não podem ser infringidas e outras seguidas rigorosamente, a saber:

- Os braços e pernas do receptor não podem ficar cruzados.
- Se o receptor quiser ficar com as mãos colocadas na barriga, por exemplo, durante todo o tratamento de costas, aplicar o Reiki por sobre as mãos do mesmo.
- O doador de Reiki não deve cruzar as pernas durante a sessão e de preferência manter os dois pés ao solo.
- A falta de órgãos e membros não justifica a não necessidade de Reiki. A parte etérica continua presente.
- Considerando que o corpo do receptor tem uma parte yin e outra, yang, qualquer colocação de mãos que não seja pontual, devem abranger os dois lados do corpo do receptor, mesmo que a energia Reiki não seja polarizada.

- O doador de Reiki não deve cruzar as mãos por sobre o receptor. Se tiver que trocar de posição e haja esta necessidade, levantar a mão e circundar o corpo.
- Nunca o doador de Reiki deve retirar as mãos do receptor sem antes avisá-lo, no caso de uma emergência. Deve-se procurar manter sempre pelo menos uma mão em contato com o receptor até o final da sessão.
- Partes íntimas não devem ser tocadas, mesmo que haja permissão do receptor para tanto. Conservar a (s) mão (s) no máximo a 2,5 cm de altura do corpo do receptor.
- Ao tratar um receptor, esteja aberto a tudo o que os seus sentidos perceberem. Seja a personificação da atenção: registre cada pensamento, cada sentimento, cada inspiração, mesmo que pareçam totalmente irrelevantes. Observe seu receptor. A cor da pele dele e a posição do corpo. Os membros estão estendidos naturalmente? A coluna está reta ou apresenta desvios? O corpo se mexe durante o tratamento? Há sobressaltos? Contrações? É frio, meio-termo ou quente? A respiração é profunda ou superficial, regular ou irregular? Há rigidez ou descontração? Qual a expressão facial do receptor? Choro quieto ou convulsivo? Se você tem P.E.S., como se apresenta a aura do receptor? Estas observações entre tantas a nível observável e outras subliminares podem dar uma pista ao doador quanto às necessidades de energia do receptor.
- Sensações sexuais – sensações sexuais são as mais naturais no mundo e nos seres humanos. Porém, se a sexualidade é reprimida, ela passa a se manifestar em outro lugar, em geral de maneira indesejada. O que fazer se durante uma sessão de Reiki, o doador se sentir sexualmente excitado? Esta conotação de excitação pode partir simplesmente do doador ou ser uma sensação subliminar provinda do receptor, não importa o sexo. O método mais simples é pensar em outra coisa! Agora, se o estímulo é tão forte que o método anterior não funcione, inspire pelo nariz e sinta a energia fluindo para o corpo através do primeiro chakra. Assim como o ar desce até o abdômen, a energia sobe na direção oposta, do primeiro ao sexto chakra, até o nariz. Ela sai rapidamente do corpo nesse ponto, para voltar ao canal de energia com a expiração e então descer ao primeiro chakra. A energia sai rapidamente do corpo ali, e todo o processo se repete com a respiração seguinte. Outro método que produz um efeito imediato é imaginar / sentir uma bola reluzente em torno do doador em lindas tonalidades cor-de-rosa, permeável de dentro para fora e impermeável de fora para dentro.
- Sempre o doador deve permitir a presença de pessoas que estejam acompanhando o receptor, principalmente o caso de cônjuges. Evidentemente deve ser usado o bom senso, para que a sessão não fique prejudicada. Avisar aos acompanhantes quanto ao silêncio necessário e não intervenção.
- O doador de Reiki ou terapeuta Reiki ou Reikiano deve se preparar para ouvir. Muitas vezes, o receptor tem uma história de vida a contar e sente necessidade disso. Ter alguém para escutar seus problemas e que não esteja envolvido com eles é, para muitas pessoas, uma catarse relevante. O terapeuta não deve emitir opiniões se não for convidado a tanto. Caso haja o pedido, deve enfatizar que é apenas o que ele próprio faria em determinadas situações, não sugestionando o receptor a nada. Ser gentil é uma coisa, intrometer-se...

- Fazer mensurações periódicas com o pêndulo, P.E.S. ou outro artifício, para avaliação do estado dos chakras entre outras avaliações de cunho físico, mental, emocional e espiritual.
- Verificar se o receptor já superou os problemas iniciais e finais e gentilmente retirar o tratamento. Muitas pessoas ficam “viciadas” em Reiki e usam-no sem necessidade. O terapeuta tem que estar atento a isso, para que o receptor comece a “andar com suas próprias pernas”.

Consideração sobre sensações relacionadas ao trabalho com Reiki

Muitas pessoas questionam o que eles podem esperar ou experimentar durante ou após as suas sessões de Reiki. Muitas vezes as pessoas não estão dispostas a submeter-se a terapias alternativas, simplesmente porque eles estão com medo - medo do inesperado ou do desconhecido, mas o medo é simplesmente causado por falta de consciência, falta de conhecimento, falta de educação espiritual ou de uma falta de compreensão. As pessoas devem se envolver em seu programa de tratamento e aceitar a responsabilidade por participar ativamente. É claro que muitos são resistentes a isso e preferível deixar que o praticante crie o seu próprio "milagre". Mas, para compreender plenamente a importância de estar envolvidas para que o sucesso possa ser alcançado, as pessoas devem perceber que eles devem se tornar pró-ativas, educando-se. Isso é ser responsável por si mesmo.

Existe um mito atualizado, pois mais atualizado que isso impossível. Nos anos 90 nem se falava sobre isso, pois nunca houve premissa do Reikiano ter que "sentir" sensações inerentes ao trabalho com Reiki, ou seja, sensações que podem chegar à questão física, emocional, mental, espiritual, incluindo nesse mister luzes, cores, cheiros, etc, e muitos candidatos a Reikianos e Reikianos mesmo tem essa mesma dúvida: sentir ou não sentir?

Se sentiu, por que sentiu?. Se não sentiu, por que não sentiu? Se sentia antes e não sente agora, naquele receptor específico, por que não sente?. A lista é longa. O que importa mesmo e parece que isso está esquecido, são os resultados para quem esta sendo feito o Reiki ou enviado à distância mesmo, e não sentimentos a respeito do que ao doador.

Se acontecerem, perfeito, pois isso não passa de sensações subjetivas correlacionadas com o estado Alfa que o receptor pode entrar e eventualmente o doador também, mas em menor intensidade, pois seu estado está entre a vigília e o Alfa. Destarte, se não acontecerem “sensações”, mesmo no receptor e no doador, e a pessoa ficar bem da mesma forma, o importante seria isso. Sentir “coisas” durante uma sessão de Reiki não significa que o trabalho é melhor e mais proficuo em detrimento daqueles que não “sentem”, pois a energia atuará da mesma forma.

Essa vontade de sentir “sensações” seria um sintoma de ego?

Quando nos deixamos à disposição a cuidar de alguém, o que menos importa é o que sentimos e sim a ajuda que podemos confiar para alguém que necessita e sofre.

O Ritual do Reiki para o Shoden, Okuden e Shinpiden

O ritual do Reiki não é obrigatório, porém exerce funções muito importantes no processo de aplicação. Ajuda o Reikiano a entrar em contato com a egrégora do Reiki, ou seja, o campo energético criado por todos os praticantes de Reiki no mundo todo em todos os tempos.

Além disso, um ritual estabelece uma sequência e ordem que orienta o Reikiano, preparando-o internamente para centralizar-se no coração, e assim, ser um bom e verdadeiro canal. Com a repetição continuada do ritual, o cérebro entrará automaticamente em alfa sempre que for iniciado.

O ritual Reiki pode sofrer algumas alterações de Mestre para Mestre, porém destacamos alguns pontos fundamentais:

- A autocentralização.
- A evocação da energia universal.
- O acariciamento ou alisamento da aura.
- A reverência à pessoa.
- A reverência à energia.

O Ritual Reiki – Procedimentos preparatórios

Nas iniciações introdutórias ao Primeiro Grau de Reiki, alguns Mestres Reiki adotam e ensinam rituais antes e depois de um tratamento completo, isto é, um tratamento aplicado no corpo inteiro do receptor. Como acontece em todos os procedimentos formais, é proveitoso conhecer o significado e o uso dos rituais de Reiki, como o que se segue:

- **Remover as joias**

Quase todos gostam de usar joias: pedras preciosas ou semipreciosas, metais preciosos, objetos feitos de madeira ou couro, Por mais bonitas que essas coisas possam parecer, elas podem causar problemas no nível energético.

Metais e pedras atraem certas energias sutis e a terapia da medicina alternativa usa essa qualidade para tirar do corpo essas energias negativas. Mas, a capacidade desses auxiliares é limitada, pois os terapeutas que usam

pedras preciosas ou semipreciosas (gemoterapia) sabem por experiência que precisam limpar regularmente as pedras usadas em processos de cura.

Se essas pedras não forem purificadas, elas não terão condições de curar ou, o que é pior, elas mesmas ficarão “doentes”. Além disso, pedras saturadas com energias negativas irradiam emanções equivalentes. Isto se aplica também aos metais, ao vidro e ao plástico. Os materiais orgânicos, como a madeira e o couro são menos suscetíveis do carregamento energético negativo.

As joias que as pessoas usam durante todo o dia entram em contato com toda sorte de vibrações energéticas. Saturadas com as energias do ambiente, elas irão atuar como emissores em miniatura e irão causar efeitos adversos em seus portadores, de acordo com a susceptibilidade de cada indivíduo às vibrações sutis. Assim, sua dor de cabeça pode desaparecer rapidamente se você limpar seus óculos em água corrente, com regularidade. Brincos de qualquer modelo constituem-se em um caso especial: existem dezenas de pontos de acupuntura no ouvido externo que podem afetar o corpo todo. Os brincos são fixados diretamente ao lado desses pontos e por isso transferem sua emissão diretamente para os canais energéticos do corpo.

Anéis, correntes e relógios muitas vezes formam um circuito fechado de metal e estes por terem uma energia de forma implícita, podem impedir a livre circulação das energias sutis que circulam nos meridianos do corpo, não alimentando adequadamente os nódos e, conseqüentemente os chakras principais. Na prática se constata que esses “circuitos” fechados tem uma natureza extremamente tênue para interferir no processo da absorção da energia Rei pelo receptor, entretanto, não custa deixar de lado estes materiais quando da aplicação da energia.

Como se pode aferir facilmente com um pêndulo ou por P.E.S., esses circuitos fechados reduzem o fluxo de energia sutil no corpo. A energia Reiki, por ser uma forma de energia mais elevada do que a energia comum, seu fluxo não será detido com facilidade. Entretanto, o sistema de energia sutil do corpo do receptor pode deixar de responder plenamente à energia Reiki, factuado que está pelo enfraquecimento provocado por esses circuitos de metal.

Os relógios de quartzo emitem vibrações que podem ser medidas eletronicamente ou através da radiestesia. Avaliados com um pêndulo, todos os relógios movidos à bateria e batimento vibratório dos cristais de quartzo, fatalmente indicarão uma energia negativa. Como o corpo humano também possui uma frequência vibratória, mas diferente, o que não o torna invulnerável ao ritmo do relógio de quartzo, já que este atua como uma fonte constante de interferência a que o corpo humano precisa se contrapor. Essa interferência potencial precisa ser evitada, pelo menos durante uma sessão de Reiki. O ideal seria que as pessoas, sem qualquer intuito propagandístico, pensassem em usar relógios mecânicos, pelo menos a favor de sua própria saúde.

Naturalmente, todas essas orientações também se aplicam ao terapeuta Reikiano, se ele pretende ser um mais eficiente canal da Energia Vital.

- **Lavar as mãos**

Para os conhecedores da Bíblia, em seu Novo Testamento, Pôncio Pilatos disse durante a condenação de Cristo: “Eu lavo minhas mãos; sou inocente”. Certamente, esse não é o exemplo mais positivo do simbolismo de lavar as mãos, mas ele contém a palavra-chave: inocência.

Além do propósito higiênico óbvio, o ato de lavar as mãos tem ainda um significado estético. As mãos tocam continuamente muitas coisas e também transpiram, para certas pessoas. Nas posições iniciais do tratamento completo, o terapeuta coloca as mãos diretamente sobre o rosto, ou próximo a ele (Reiki sem toque); o receptor pode imediatamente sentir odores e as próprias mãos através dos nervos faciais, extremamente sensíveis. Se as mãos tiverem um cheiro neutro e se não grudarem na pele do receptor, sem dúvida o tratamento será muito mais agradável.

Outro motivo, mais sério, para lavar as mãos antes e depois de um tratamento com Reiki, se localiza no plano sutil. O corpo humano é envolvido pela aura, que desempenha nesse plano uma função semelhante à que a pele exerce no plano mais denso: ela protege o corpo energético interno e é responsável pela transferência da informação sutil e das energias que fluem para dentro o fora do corpo. Como acontece com a superfície da pele, a aura também absorve com muita intensidade as impressões das coisas com que ela entra em contato. Essas impressões podem causar irritações em sensitivos, mas são facilmente eliminadas com água corrente. O terapeuta Reikiano pode começar o seu trabalho, convicto dessa pequena limpeza áurica. Todavia, se por algum motivo, o terapeuta não dispuser de água, pode obter o mesmo efeito de limpeza energética, expondo as mãos à chama de uma vela por alguns segundos.

- **Enxaguar a boca**

Pelo mesmo princípio exposto da necessidade de lavar as mãos antes da aplicação do Reiki e depois também, evidentemente por uma questão de higiene física e áurica, a boca contém todas as premissas áuricas da pele. Mais ainda que a pele com os seus detalhamentos, quando ingerimos alimentos, a boca permanece com resíduos mínimos mesmo que feita adequada higienização. Os alimentos industrializados com os mais variados produtos químicos para a sua conservação produzem resíduos de inevitável negatividade.

A higiene da boca, incluindo os dentes e a língua é crucial para a própria saúde de qualquer indivíduo. O simples ato de enxaguar a boca antes de uma sessão de Reiki não retira a necessidade da higienização.

No Okuden, a utilização dos símbolos é intensa e uma das técnicas é exatamente aquela em que a boca é utilizada: soprar os símbolos já mentalizados em qualquer região do corpo do receptor e, certamente, não seria nada agradável pelo menos para o receptor, receber um ar inconveniente.

Repleto de “n” símbolos, sem dúvida, mas desprovido do frescor e leveza necessários.

- **A autocentralização**

Antes de se iniciar um tratamento completo ou mesmo pontual e emergencial, reunindo-se as condições necessárias, o terapeuta Reikiano deve fazer a invocação da Energia Vital.

Pessoas que já estudaram sobre o poder das velas, têm entendimento que estas, acesas para um determinado fim, carregam no seu bojo uma espécie de retransmissor dos pedidos e orações realizados diante delas. Enquanto arde a chama da vela, os pedidos vão se repetindo no éter de uma forma constante, levando essa corrente ou forma-pensamento para se juntar a egrégora formada por milhares de criaturas que participam dessa mesma forma de pensar, caracterizando-se então um retorno poderoso às criaturas inseridas nesse contexto. Não podemos deixar de anotar a questão da religiosidade de cada um; porém esse é apenas um aspecto subjetivo nessa relação. A fé expressada em uma dimensão não palpável, onde o antropocentrismo do ser humano fez nascerem diversas religiões e credos que existem, sem dúvida empresta ao ser humano uma benesse a mais nos seus atos concretos.

A incerteza de quem somos de onde viemos e para onde iremos e, principalmente o medo oculto da morte faz o ser humano procurar respostas na fé e nas incertezas dessa mesma fé.

A autocentralização é simplesmente um ato de fé. Para um terapeuta seguidor de uma determinada religião, sua invocação certamente se dará em nome de Deus, de Cristo ou aos seus santos de louvação. Para um ateu, que nega a existência de Deus, apesar de ser paradoxal, pois quem nega alguma coisa por não conhecê-la, nos seus aspectos íntimos e subliminares, admite a existência dessa coisa, pois se não houvesse suporte, não teria porque negar a existência de algo que não existe. Seria no mínimo, ilógico. As mentes humanas são complexas, mas para esse ateu, supondo ele como um terapeuta Reikiano, a fé ou convicção naquilo que está por fazer já significa um alento.

Portanto, autocentralização é a ligação que o Reikiano tem com a sua parte divina, naquilo que ele acredita como divino nele mesmo e naquilo que ele acredita como divino fora de si. E essa invocação pode ser feita à maneira de cada um: rezando, meditando, conversando com o seu próprio eu, mas antes de tudo, fortalecendo a sua fé no trabalho terapêutico do Reiki.

É muito importante interceder, pedir pela recuperação de seu receptor, mesmo fora de qualquer padrão religioso, pois mesmo assim estará erigindo uma importante forma-pensamento.

Nota: uma vela acesa sem fé, é apenas uma vela acesa.

- **A Evocação da Energia Universal**

Para um Reikiano iniciado no Okuden), ele irá trabalhar com três símbolos: o Hon Sha Ze Sho Nen, o Sei He Ki e o Cho Ku Rei. Estes símbolos irão acompanhá-lo para o resto de sua existência. O terapeuta tem que tê-los permanentemente em sua memória e alma.

Após a autocentralização ele pode desenhar a sequência dos símbolos, fechando a série com o Cho Ku Rei, gesticulando no ar com uma mão e com a outra aposta ao chakra Cardíaco, mantralizando cada yantra desenhado. Pode ainda, e este processo é mais fácil e denso, mentalizar os yantras e os mantras respectivos, isso, com as duas mãos apostas ao chakra Cardíaco. O Reikiano deve esperar alguns instantes, para que ocorra algum indício da conexão com a Energia Vital, como por exemplo, uma pequena aceleração na respiração, no batimento cardíaco, um calor subindo ou descendo pela coluna, formigamento ou calor nas mãos ou uma pequena e suavíssima tontura. Cabem aqui somente alguns exemplos do momento da conexão com a Energia Vital (Rei); poderão ser muitos e variados e cada um terá a sua compreensão desse momento. Pode-se ter apenas um desses sintomas, partes, ou o conjunto deles.

Que se anote que a energia Reiki sempre estará presente independente de rituais. Basta a um Reikiano tocar em algo, que já estará canalizando a energia. Esfregar as mãos, para muitos, é um código particular para a energia começar a fluir. Isso depende da emergência ou a preferência de cada um. Todavia, o ritual de Evocação como descrito agrega uma corrente-pensamento muito poderosa ao terapeuta e seu trabalho se dará dentro de uma atmosfera mais densa sob o aspecto energético e facilitará também a conexão emergencial.

- **A Reverência à Energia Reiki**

Sem nenhum conteúdo místico ou religioso, o terapeuta Reikiano deve ter em conta que o processo de canalização da Energia Vital se envolve em aspectos que a física quântica tenta explicar sem sucesso, portanto esbarra na questão do extraordinário.

O indivíduo se conecta a uma Energia não palpável, transmite-a ao receptor e seus efeitos são inquestionáveis dado às recuperações de dores, doenças físicas e emocionais, muitas vezes sem acompanhamento médico, como soe acontecer com a população carente de recursos.

Barbara Ann Brennan, autora do livro *Mãos de Luz*, em seu segundo livro, "*Luz Emergente*" tenta equacionar a questão dos curadores (não Reikianos) com experiências de laboratório, onde um doador e um receptor são conectados para leitura de seus respectivos eletroencefalogramas. Discorre a Dra. Bárbara, que após o começo da doação da energia, ambos, doador e receptor, que estavam com o cérebro em estado de vigília, normalmente na frequência de

13/14 ciclos por segundo (13/14 Hz), começaram quase de imediato a entrar no chamado estado Alfa, na frequência de 7,8 ciclos por segundo (7,8 Hz).

Ocorre que já é fato consumado na ciência médica que o cérebro, trabalhando nessa frequência Alfa, trabalha a favor da pessoa, agindo diretamente no sistema imunológico que, por algum motivo depauperado, retoma seu ritmo normal, combatendo doenças físicas instaladas.

A Dra. Bárbara afirma ainda em seu livro, que a frequência do campo eletromagnético em volta da Terra pulsa a 7,8 ciclos por segundo (7,8 Hz), concluindo então que o doador capta esse campo eletromagnético. Sendo a fase eletromagnética conhecida pela radiestesia como curativa, e o transmite para o receptor, razão pela qual os cérebros de ambos entram em ressonância entre si e a Terra.

Trocando em miúdos, afirma-se que o processo seria a captação do campo eletromagnético pelo doador e condensado através das suas mãos, adentraria na aura e no corpo do receptor, onde então se daria a cura dos mais diversos males que afligem os seres humanos.

O argumento parece ser concreto, todavia seria duvidoso seguir apenas por esse caminho. Não estamos todos à mercê do campo eletromagnético da Terra? Então, quais as razões das doenças?

Se interagirmos por outro ângulo, poderíamos nos perguntar: como a Terra e os seres humanos surgiram? O universo? O infinito? Não há explicações plausíveis nem pela ciência, nem pelos mais nobres pensadores que já tentaram explicar, sem demonstrar, teorias e mais teorias sobre a Criação. O aporte de tudo isso só pode se resguardar por hipóteses sem estofa. Entramos então, na natureza sobrenatural das coisas.

E por sobrenatural, não inoculado de explicações clarificantes, temos que nos ater aos efeitos que a Energia Vital (Rei) em conjunto com a energia que dá vida aos corpos (Ki), canalizada por um indivíduo (doador), trabalha em padrões alterados física, emocional, mental e espiritual em outro indivíduo (receptor) e o recupera aos padrões de naturalidade. E isso se dá há centenas, senão milhares de anos, uma vez que a Energia Vital já era conhecida e utilizada há mais de 2.500 anos.

Destarte, quando se fala em Reverência à Energia, presume-se que estamos adentrando no campo sobrenatural e este, por proporcionar o bem-estar aos seres humanos, deve ser respeitado por tal motivo.

O Reiki não é religião e sim manifestação. E há de se ter respeito por uma manifestação não palpável, porém de visibilidade ímpar, pelos seus feitos e efeitos.

Então, Reikiano, agradeça e reverencie a Energia Vital pelo simples fato dela existir e poder ser transmitida através de você.

- **A Reverência à Pessoa**

Após todos os procedimentos descritos, onde o terapeuta pede, ora, para que a Energia Vital flua através dele e que seja um bom canal e concomitante intercede pelo receptor para a recuperação dos seus problemas. Realizada a conexão com a Energia Vital, o terapeuta aproxima-se lentamente do receptor e, a mais ou menos um metro de distância, une as palmas das mãos e aproxima-as a altura do Chakra Frontal e saúda o receptor dizendo: **“Namastê”** (e o nome da pessoa).

Namastê é uma palavra que significa de imediato “o Divino que está em mim, saúda o Divino que está em você”, além de outros significados com outras palavras, mas com o mesmo teor reverencial.

O terapeuta deve ter a consciência de que mesmo que esteja trocando seus serviços por pecúnia ou caridade, o ser humano ali, à sua frente, merece todo o respeito que se possa dar e principalmente o Amor.

Aqui, cabe um importante destaque: Rei é uma energia, que se unindo à energia pessoal do terapeuta (Ki), se transforma na energia Reiki. Entenda-se como “trocar seus serviços por pecúnia ou caridade”, mormente a primeira hipótese, o terapeuta não está cobrando, nem poderia, cobrar por algo que permeia todo o Universo e está à disposição de qualquer um que queira, através de uma Iniciação, utilizá-la para a sua benesse ou de terceiros. O terapeuta pode quando muito receber algo em troca, pela sua disposição e o seu **tempo**, como em qualquer outra profissão.

- **A Aproximação**

Após a Reverência à Pessoa, o terapeuta deve se aproximar muito lentamente do receptor, com os braços estendidos e com as palmas das mãos viradas para frente.

A aproximação deve ser gradual e isso se explica pelo fato que o terapeuta envolto com a sutileza das suas camadas áuricas, se aproxima e se adentra e interage com as também sutis camadas áuricas do receptor.

Como cada chakra, em sua forma de cone invertido, quando das interações humanas, saem do seu bojo, fios etéricos que se unem, entrelaçam com qualquer pessoa que esteja dentro do seu campo áurico e seus respectivos fios etéricos.

Há de se considerar e compreender que, na maioria dos casos, quando uma pessoa procura um tratamento holístico e alternativo, já está de certa forma, desiludido com a medicina ortodoxa. Para muitos, psicologicamente, trata-se da sua “última esperança”. Então, fora os problemas pertinentes à sua procura pelo tratamento alternativo, some-se a ansiedade em ter a sua questão física, emocional ou mental resolvida. A aura desse indivíduo carrega-se das impressões de seus problemas, mais a ansiedade adicional, sem falar as

possíveis doenças ou problemas plasmados na sua aura e ainda não densificados nos seus corpos físico e mental.

Mesmo no campo dos relacionamentos interpessoais, é negativo para os envolvidos aproximarem-se com muita rapidez de pessoas conhecidas, ou pior, desconhecidas. A interação das pessoas quer uma, quer as duas ou mais, pode ser uma experiência negativa para algumas delas, pelo sentimento densificado do problema alheio em sua própria aura.

Para o terapeuta Reikiano em especial, a atenção deve ser redobrada, porque estará em definitivo, diante de uma pessoa com problemas. As aproximações graduais, que deveria ser dessa forma ou em todas as relações humanas são importantes para o terapeuta, dado que os fios etéricos que saem pelos chakras se entrelaçam suavemente e não uma interação energética tão poderosa naquele momento.

Igualmente, após o tratamento / sessão, a desaproximação também deve ser lenta, senão mais ainda, para que esse entrelaçamento etérico se desfaça naturalmente, sem rompimentos, para que não haja resquícios áuricos negativos, absorvidos da outra pessoa. Diz-se que a energia Reiki só tem um caminho: do Universo passando pelo doador diretamente ao receptor e que não existem retornos negativos do receptor para o doador. Isto é verossímil, porém, cuidados adicionais são de excelente aceitabilidade.

- **Acariciamento ou Alisamento da Aura**

Aproximando-se do receptor, o terapeuta desenha com uma mão, o símbolo Cho Ku Rei, da cabeça até o final do tronco e entoa o seu mantra, uma vez.

A seguir, com uma das mãos aposta sobre o seu plexo solar, começa o Acariciamento ou Alisamento da Aura.



A finalidade precípua do Alisamento da Aura tem por proporcionar um relaxamento inicial para o receptor. Muitas pessoas que entram em contato com a energia Reiki pela primeira vez vêm acompanhadas de uma ansiedade natural pelos resultados passíveis de serem alcançados com o tratamento, fora, evidentemente seus problemas físicos ou emocionais, que pode incluir

deveras, a própria ansiedade. Ao proceder dessa forma, o terapeuta também estará retirando em parte, resíduos tóxicos já presentes na Aura do receptor.

O terapeuta começa o Alisamento da Aura a partir da cabeça, rodeando o corpo inteiramente, acompanhando a silhueta do receptor, com a mão livre sempre virada para si, “desenhando” o corpo do receptor a uma distância máxima de 3,0 cm da pele. Depois de completadas três voltas no entorno do corpo do receptor, o terapeuta toca em qualquer parte (normalmente no ombro) do corpo do mesmo e, a partir daí, começa o tratamento, sem deixar pelo menos uma mão em contato com o receptor. Cabe observar que esse movimento de alisamento deve ser lento e contínuo. Pessoas com grande sensibilidade podem dentro de um movimento muito rápido pelo terapeuta, sentir tonturas ou náuseas.

Após os Tratamentos Sistemáticos com o Reiki, estando o terapeuta com uma das mãos no corpo do receptor, realizará o mesmo Alisamento da Aura, finalizando com o influxo da energia na direção conveniente, conforme a necessidade e o problema do receptor.

O terapeuta retira as mãos lentamente e desenha novamente o símbolo Cho Ku Rei e desta vez, repete o mantra três vezes. Abre os braços com as palmas das mãos viradas para sua frente e desaproxima-se lentamente e, na mesma distância anterior, faz novamente a Reverência à Pessoa e afasta-se, desacoplando-se do receptor, esfregando as mãos vigorosamente e soprando-as por três vezes, isso, para diluir uma possível injunção kármica terapeuta / receptor.

A Reverência à Energia é válida no final do processo, agradecendo pela oportunidade de ser um doador e pedindo pelo restabelecimento do receptor. E, se houver vela acesa, deve ser apagada sem soprá-la.

Tratamento Sistemático com o Reiki - Considerações

Inicialmente o processo começa com quatro aplicações por quatro dias consecutivos em função da Limpeza, Harmonização e Fixação (LHF), com uma sessão a mais para garantir a Fixação. Após esse período, passa-se a fazer sessões semanais espaçadas conforme a gravidade do problema do receptor e com a progressão do tratamento, o número de sessões vai diminuindo (quinzenalmente, mensalmente, até a alta). Vamos considerar como “alta”, a percepção do receptor que já se considere curado ou atenuado do seu problema.

O Reikiano sempre deverá ter o cuidado de não retirar impressões erradas a respeito do seu receptor, pois somente este é que pode avaliar os benefícios a curto ou em longo prazo em função da terapia. Tecnicamente quem se dá “alta” é o próprio receptor.

O terapeuta deve fazer avaliações periódicas quanto ao estado dos chakras entre outros aspectos do problema do receptor e informá-lo do progresso do tratamento.

Deve-se evitar maneira delicada, que o receptor desenvolva dependência das aplicações de Reiki. Os aspectos subjetivos da mente humana travam verdadeira batalha contra a cura. Isso, porque às vezes a doença é uma válvula de escape para muitas pessoas. Sentimentos de abandono, rejeição entre outros tantos, podem levar o receptor não querer que a doença seja curada, pois assim continua sendo alvo de atenções e preocupações por parte de seus parentes e entes queridos.

Muitas vezes o receptor é “empurrado” pela família ou amigos para um tratamento que ele não deseja, pois assim perderia o status da atenção e preocupação.

Há pessoas, indene de quaisquer dúvidas, acham, por princípios religiosos, fé em algo fora de si, consciência ou inconsciência de atos praticados no passado ou presente, que merecem tal doença, tal problema emocional, etc.

Para essas pessoas, sentir-se melhor durante e após as sessões de terapia Reikiana, é quase um sofrimento insuportável, pois logo terá que se apresentar à sua realidade.

Daí resulta num “vício” ou círculo vicioso, onde o receptor faz a terapia, sente-se bem, mas não quer perder o que já tinha conseguido com sua doença. Pode voltar inúmeras vezes para tratamentos longos com aparente melhora e recaídas constantes. O processo pode ser consciente ou inconsciente.

O que o terapeuta deve sempre fazer é explicar os aspectos do tratamento Reikiano ao receptor e suas correlações. Uma recaída inicial nos dois primeiros dias de tratamento é normal, uma vez que o processo de cura do Reiki começa a se dar a partir da terceira aplicação. Nem todos tem a experiência dessa recaída, pois cada receptor reage a seu modo ou ao modo que seu organismo e sua mente sente à presença da Energia Vital.

A partir das explicações iniciais, o terapeuta, com o decorrer do tratamento vai se defrontar com um aspecto quase que universal nos tratamentos com Reiki: o receptor passa por uma catarse e começa, com o desenvolvimento da confiança no terapeuta, a expor-se de uma maneira mais relaxada e tranqüila.

É quando o terapeuta se quiser ter um sucesso no processo do tratamento, deve-se preparar para algo que os especialistas do divã sabem muito bem: ouvir.

Ouvir e pouco interferir, a não ser, é claro, que seja um profissional nessa área da saúde.

O terapeuta deve ouvir e apenas dar sua opinião somente se consultado, enfatizando que a opinião relatada é de cunho pessoal, ou seja, atitude que tomaria se ele, terapeuta, estivesse no lugar do receptor.

O terapeuta deve sempre lembrar que existem pessoas altamente sugestionáveis e que uma palavra ou um palpite mal colocado pode ativar atitudes no receptor que se mal conduzidas, podem redundar num estrondoso fracasso, com consequências desagradáveis para o receptor e para o terapeuta leigo, este principalmente por invadir uma área da medicina ortodoxa sem ter preparo para tanto.

O Reiki, certamente é praticado também por profissionais da área da medicina ortodoxa. O maior número de Reikianos situa-se entre os leigos e, apesar da terapia Reikiana não estar enquadrada na Organização Mundial de Saúde (O.M.S.) como muitos presumem, como apoio alternativo à medicina convencional, o terapeuta Reikiano leigo deve-se inteirar das complicações legais e no âmbito da lei, quanto ao exercício da profissão.

Após algum estudo não se encontra o Reiki visto como uma terapia apoiada pela OMS. Agora a OMS, o órgão da Organização das Nações Unidas (ONU), pelo "O Decreto "Alma Ata" que criou a Medicina Alternativa Internacional e estabeleceu em 1962 a "The Open International University For Complementary Medicines", que envolve diversos segmentos tradicionais das medicinas não convencionais. A prática Reiki, embora empregue essa terminologia moderna, é uma prática milenar e está inserida no contexto das práticas terapêuticas alternativas, reconhecida pela OMS e consagrada no Extremo Oriente há centenas de anos.”.

Entretanto, pesquisando diretamente no site da OMS, pode-se perceber que não há citação da palavra Reiki em absolutamente nenhum lugar. Mas um olhar mais atento apercebe-se que não se trata exatamente de Reiki e, sim, práticas com o mesmo "teor", baseadas no mesmo princípio de Energia Vital (Prana, Ki...), muitas delas citadas nominalmente no site.

Atualmente o site da OMS cita várias práticas não convencionais de saúde, inclusive Reiki em alguns trechos, versando sobre sistemas e pesquisas sobre tratamentos, mas nunca o citando como reconhecido oficialmente. Pelas experiências e resultados obtidos ao longo dos últimos anos de prática com Reiki, que isso não é absolutamente significativo para os seus praticantes.

Não é o reconhecimento oficial, ou a ausência dele, que determina a eficácia do método.

Os limites de atuação do terapeuta Reikiano devem ser observados com o rigor necessário para não cair no descrédito. Por isso, todo cuidado é pouco quando se invade o espaço de um receptor com pretensões que não seja aquela de doar a energia Reiki, pura e simplesmente.

Nenhum profissional da área da medicina ortodoxa seria inconsequente em prometer curas, quer no âmbito físico e principalmente nos meandros do mental e emocional. O terapeuta Reikiano deve seguir a mesma conduta, principalmente sendo leigo. Vemos muitos “Reikianos” por aí, prometendo

curas a todos os males que afligem a humanidade. Além de um despropósito, poderia esse procedimento ser considerada charlatanice, curandeirismo, entre outras denominações.

O terapeuta Reikiano deve ter em conta que o Reiki não é uma panaceia para todos os males humanos, mesmo apesar de muitos tratamentos poderem até serem considerados “milagrosos”. Coincidência ou merecimento? Fé pelo receptor ou momento certo para entrar em contato com a Energia Vital? Perguntas demais, respostas de menos. Nem os mais estudiosos e eloquentes defensores do Reiki poderiam responder essas perguntas a não ser com conjecturas.

O importante para o terapeuta Reikiano é a sinceridade com os seus receptores, não prometendo nada que não tenha certeza que vai objetivar-se. O ser humano pode ser comparado em seu funcionamento como um perfeito computador. Quanto às interações cérebro, corpo, mente, alma, nem os mais doutos se atrevem a conclusões, quando muito a suposições e hipóteses, apesar dos avanços da medicina.

O Reiki cura? Sim, o Reiki cura. Muitos tentam explicações doutoradas a respeito, porém as diversidades de opiniões são tantas que se torna impossível saber em quem acreditar. O cérebro, a mente, a alma, o homem ainda não consegue explicar a não ser por teorias, normalmente sem estofo suficiente para se autossustentar.

Destarte, o importante dessas divagações para o terapeuta Reikiano é que os sentimentos mezinhas não lhe subam à cabeça e não se sinta um deus. Fora isso tudo é colocar muito **Amor** no que faz, assim como em qualquer aspecto da vida. O resto, Deus, como quer que seja concebido, provê.

O Reiki impulsiona o processo natural de cura através da ativação de energias de autocura do receptor, estas últimas já comprovadas pela ciência, porém não substitui os cuidados médicos e nem os remédios.

É possível e recomendável ao Reikiano desenvolver o hábito de realizar o tratamento em si mesmo, pois, faz parte da higiene energética, ajudando ainda o desenvolvimento do doador, além de ser extremamente prazeroso. As mesmas posições usadas para o tratamento em outra pessoa podem e devem ser usados pelo Reikiano em si mesmo.

Considerações sobre o equilíbrio e reconstrução dos chakras

Quando se trabalha com a energia Reiki em um receptor em que previamente já foi visto o seu histórico de problemas atuais ou passados e já foi realizada a medição dos chakras para confirmar certos sintomas físicos, emocionais, mentais ou espirituais, deve-se levar em consideração que durante a aplicação da energia, os chakras já a recebem de modo satisfatório para que ocorra certo corretivo de modo individual.

Entretanto, como já enunciado, os chakras têm íntima ligação entre si através de um tronco de distribuição que corre ao longo da coluna.

Tal configuração chábrica promove a desfiguração de não apenas um determinado chakra. As decorrências físicas, mentais, emocionais ou espirituais, podem fechar um determinado chakra.

Para esse chakra tentar se suprir, ele pode começar a retirar energia de outros chakras, que estão interligados, ocorrendo que outros chakras irão também apresentar desequilíbrios, aumentando as decorrências.

É claro que as decorrências podem, devido a sua própria complexidade, atingir vários chakras ao mesmo tempo. O terapeuta criterioso pode, através das medições dos chakras, traçar um panorama próximo da realidade do receptor, incluindo aí, nuances que o próprio receptor renega.

As posições padrões de aplicação do Reiki trabalham praticamente chakra a chakra. Todavia, é necessário e interessante que se faça o equilíbrio dos chakras frontais, dos dorsais e entre os frontais e os dorsais e, naturalmente, as pontas do tronco, que são os chakras Coronal e Raiz.

Equilíbrio dos Chakras Coronal e Raiz

- Colocar uma mão, alinhando o chakra da palma da mão com o chakra Coronal.
- Colocar a outra mão, alinhando o chakra da palma da mão com o chakra da Raiz.
- Esperar até que as duas mãos tenham sensações semelhantes.
-



Equilíbrio dos Chakras Frontais

- Sempre alinhando os chakras das palmas das mãos, colocar uma mão no chakra Genésico e outra mão no chakra Frontal.
- Colocar uma mão no chakra do Plexo Solar e outra mão no chakra Laríngeo.
- Juntar as duas mãos no chakra Cardíaco.
- Sempre esperar que as duas mãos tenham sensações semelhantes.



Equilíbrio dos Chakras Dorsais

- Em técnica semelhante ao do Equilíbrio do Chakras Frontais, sempre alinhando os chakras das palmas das mãos, colocar uma mão no correspondente dorsal do chakra Genésico e outra mão no correspondente dorsal do chakra Frontal.
- Colocar uma mão no correspondente dorsal do chakra do Plexo Solar e outra mão no correspondente dorsal do chakra Laríngeo.
- Juntar as duas mãos no correspondente dorsal do chakra Cardíaco.
- Sempre esperar que as duas mãos tenham sensações semelhantes.

Reconstrução dos Chakras

- Sempre alinhando os chakras das palmas das mãos, colocar uma mão no chakra Frontal e outra mão no chakra dorsal correspondente.
- Colocar uma mão no chakra Laríngeo e outra mão no chakra dorsal correspondente.
- Colocar uma mão no chakra Cardíaco e outra mão no chakra dorsal correspondente.
- Colocar uma mão no chakra do Plexo Solar e outra mão no chakra dorsal correspondente
- Colocar uma mão no chakra Genésico e outra mão no chakra dorsal correspondente
- Sempre esperar que as duas mãos tenham sensações semelhantes.

Algumas considerações:

- O equilíbrio dos chakras constitui um padrão quando não se conhece a profundo os problemas enfrentados pelo receptor naquele momento.
- Percebe-se que pela técnica apresentada o terapeuta carrega a energia para o chakra Cardíaco.
- Caso o receptor precise de energia (apesar de que a energia Reiki é tida como “inteligente” e vai onde é preciso) mais nos chakras inferiores ou nos superiores, deve-se considerar o que vêm a seguir.

Necessidade de energia nos chakras inferiores

- Colocar uma mão, alinhando o chakra da palma da mão com o chakra da Raiz.
- Colocar a outra mão, alinhando o chakra da palma da mão com o chakra da Coronal.
- Manter a mão no chakra da Raiz e descer a outra mão, chakra a chakra, até o chakra Genésico.
- Esperar até que as duas mãos tenham sensações semelhantes.

Nota: técnica muito usada em receptores com histórico de depressão.

Necessidade de energia nos chakras superiores

- Colocar uma mão, alinhando o chakra da palma da mão com o chakra Coronal.
- Colocar a outra mão, alinhando o chakra da palma da mão com o chakra da Raiz.
- Manter a mão no chakra Coronal e subir a outra mão, chakra a chakra, até o chakra Frontal.
- Esperar até que as duas mãos tenham sensações semelhantes.

Nota: técnica muito usada em receptores com histórico de ansiedade.

Necessidade de energia nos chakras superiores e inferiores

- Colocar as duas mãos, alinhando os chakras das palmas das mãos com o chakra Cardíaco.
- Uma mão sobe e a outra desce, chakra a chakra, terminando com uma mão no chakra Coronal e outra mão no chakra da Raiz.
- Esperar até que as duas mãos tenham sensações semelhantes.

Nota: técnica muito usada em receptores com histórico de depressão bipolar, onde se alternam ansiedade (euforia) com intensa depressão.

Importante!

Quando de uma aplicação de Reiki sem que haja uma avaliação prévia do estado dos chakras, faz-se um alisamento da aura no começo e no final, sendo que o último movimento do alisamento final é “puxar” (carrear) a energia para cima, em direção ao chakra Coronal.

Considerando as técnicas de Equilíbrio e Necessidade, o alisamento final deve ser realizado normalmente e o último movimento deve seguir o que foi realizado dentro dessas técnicas. Compreendendo melhor: carrear a energia para baixo ou para cima, para o chakra central (Cardíaco) ou deste para cima e para baixo.

Selamento dos Chakras (não-Reiki)

Este trabalho pode ser realizado depois de trabalhar com Reiki ou somente em todos os chakras ou em algum chakra em especial. Esta é uma forma de purificar a energia e de selar e proteger a energia delicada dos chakras, fortalecendo o campo áurico.

Ter certeza seja qual for a técnica de análise (radiestesia, radiestesia mental, vidência, etc.), que os chakras estejam suficientemente abertos e equilibrados para se realizar este selamento.

Pode-se fazê-lo independente de um trabalho específico de Reiki. Basta saber se os chakras estão abertos e equilibrados. O selamento garantirá o equilíbrio e abertura por mais tempo, conservando a saúde física, emocional, mental e espiritual.

O procedimento para o selamento dos chakras é o que se segue:

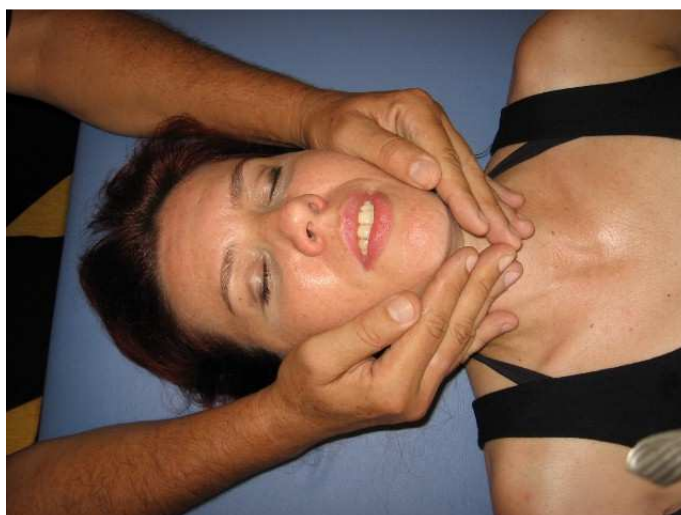
1. Pegar uma vela acesa e traçar três vezes ao redor do corpo o contorno de uma cruz luminosa dentro de um círculo de luz. Fazer o movimento na direção horária.
2. Trace um círculo luminoso em volta do corpo.
3. Forme cruces luminosas dentro de círculos de luz em volta de cada chakra. Fazer o movimento em sentido horário.
4. Circunde o corpo três vezes com um círculo luminoso. Movimento horário.
5. Trace uma cruz luminosa dentro de um círculo de luz por todo o corpo.
6. Faça uma cruz luminosa dentro de um círculo de luz, do alto da cabeça à base da coluna vertebral.
7. Faça uma cruz luminosa dentro de um círculo de luz no peito, no ponto em que os braços se ligam ao tronco.

O procedimento deve ser realizado nas costas e depois na frente do corpo após a sessão de Reiki.

Passos a serem seguidos sempre num tratamento completo

1. Kenyoku
2. Gassho
3. Reiji-Ho
4. Aproximação
5. Alisamento áurico
6. Chiryō
7. Alisamento áurico
8. Desaproximação da mesma forma da aproximação
9. Reiji-Ho como agradecimento pelo trabalho executado
10. Kenyoku

Posições tradicionais de mãos durante um tratamento com Reiki, inseridas no Reiki ocidental, por Takata









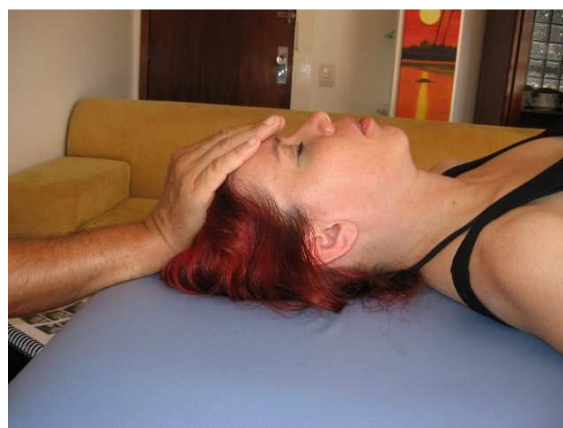
Posições de mãos livres e intuitivas ou previamente marcadas pelo Byosen preconizadas por Mikao Usui



Nuca



Garganta



Chakra Coronal ou Chiryō-Ho



Chakra Frontal



Têmporas



Região occipital



Parótidas



Olhos



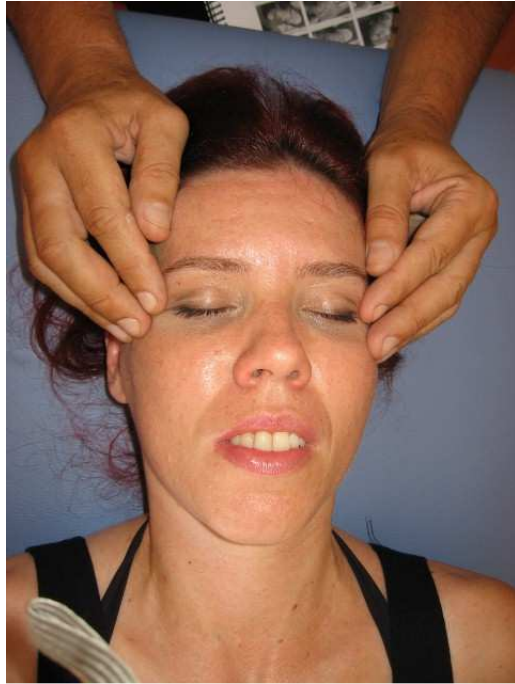
Base do nariz



Base do nariz



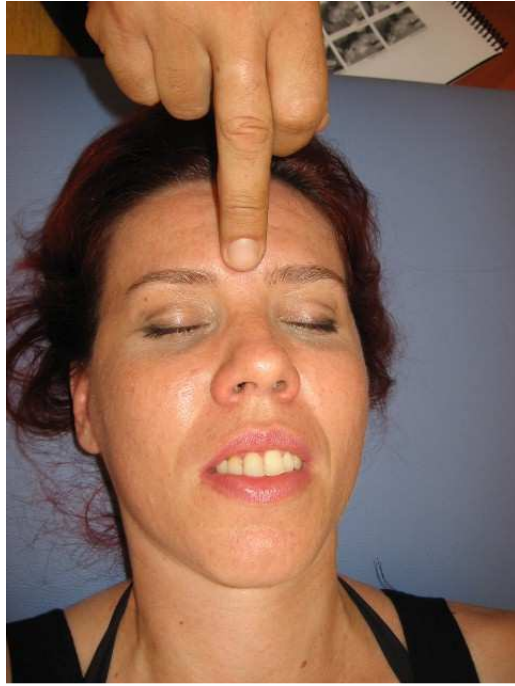
Lados dos olhos



Lados dos olhos (outra forma)



Dois lados do nariz



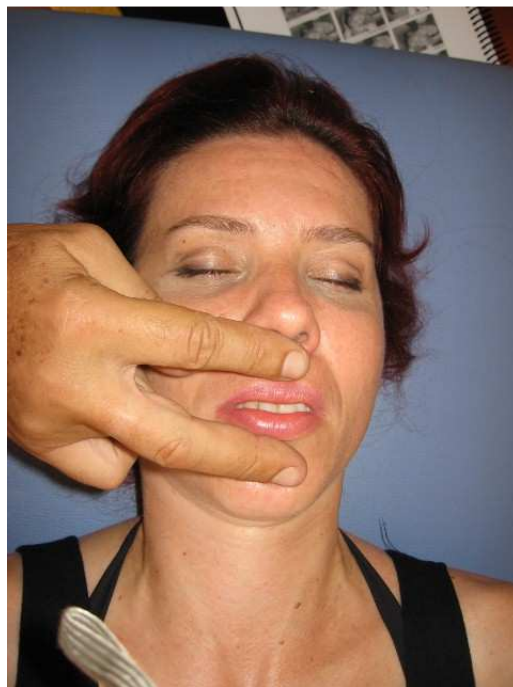
Chakra Frontal



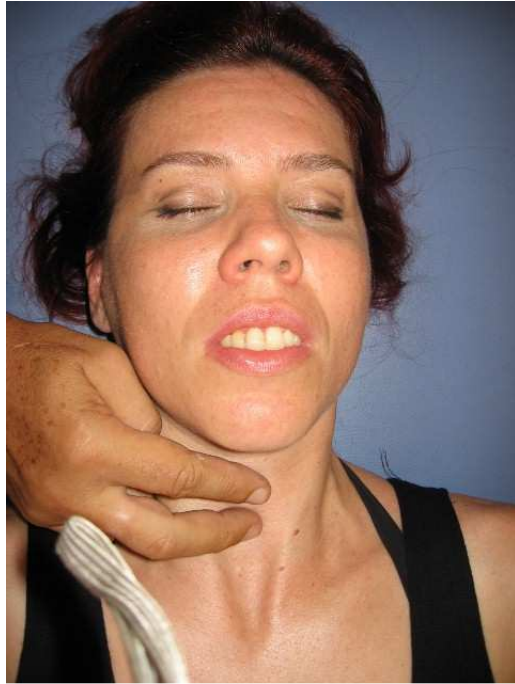
Canal auditivo



Canal auditivo (outra forma)



Boca



Chakra Laríngeo



Chakra Frontal (outra forma)



Boca (outra forma)



Parte alta dos pulmões



Parte baixa dos pulmões



Intestino grosso (alça)



Chakra Cardíaco



Chakra Cardíaco (outra forma)



Brônquios



Parte baixa dos pulmões, fígado, pâncreas, estômago



Intestinos delgados



Trompas, ovários, gônadas



Intestino delgado



Pulmões parte baixa (laterais)



Pulmões parte baixa (laterais)



Intestino grosso parte baixa



Virilha



Fígado



Bexiga



Celulite



Varizes (fazer na outra perna)



Joelhos



Parte anterior da panturrilha



Parte anterior do tornozelo



Peitos dos pés



Solas dos pés



Chakras Coronal e Básico



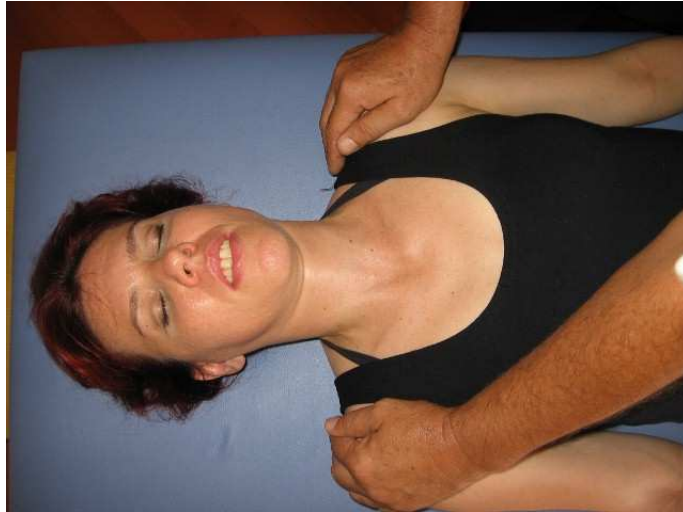
Chakras Frontal e Genésico



Chakras Laríngeo e Plexo Solar



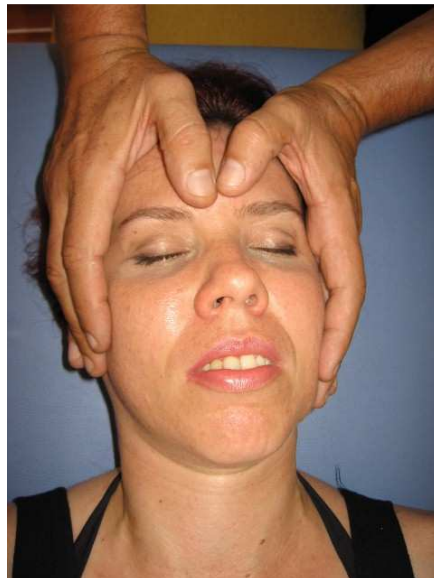
Chakra Cardíaco



Ombros



Dentes



Acerto do Chakra Frontal



Apêndice



Energia em um ponto (laser)



Energia em um ponto (laser)



Mão e cotovelo



Mão e parte anterior do cotovelo



Ombro e cotovelo



Seio (sem tocar) – Uma mão tocando em qualquer ponto do corpo



Seio (outra visão)



Dedos



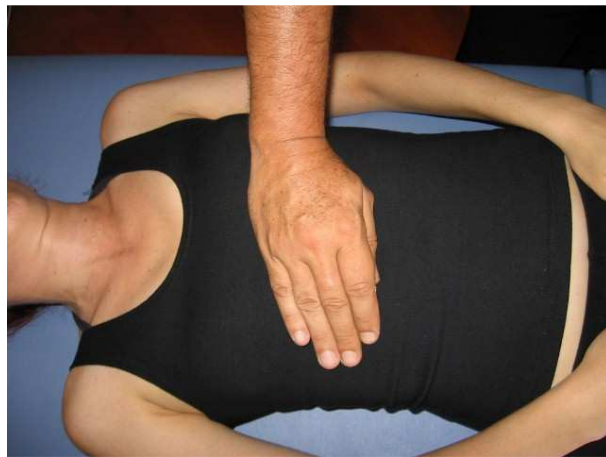
Dedos



Mãos por cima do receptor



Estômago



Fígado



Escápulas



Parte média dos pulmões



Rins



Nádegas



Varizes, dores



Varizes, dores



Parte posterior dos joelhos



Tornozelos



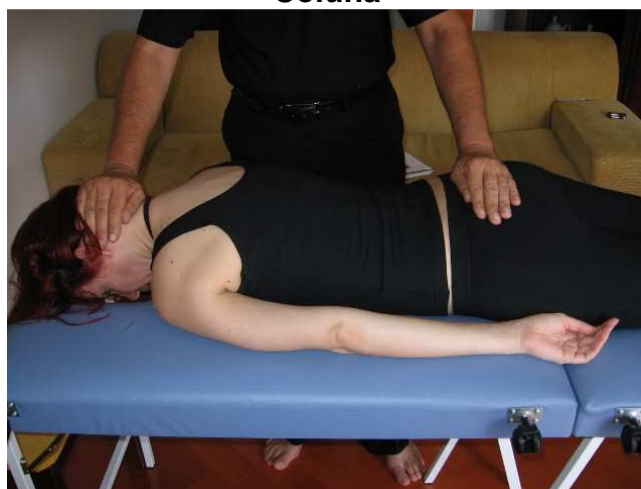
Planta dos pés



Para o caso de doenças no ânus ou aparelho genital



Coluna



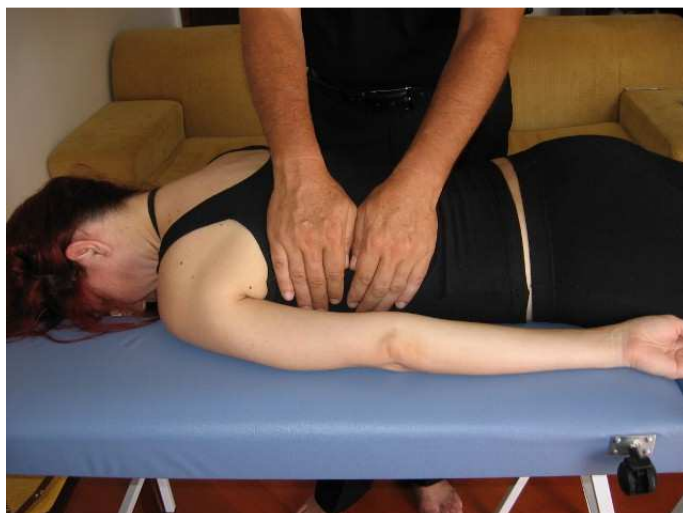
Coluna



Coluna



Coluna



Pulmões



Coluna



Coluna



Percussão na coluna (sempre para baixo)



Percussão na coluna



Percussão (outro modo)



Percussão no braço (sempre para baixo)



Percussão na perna (sempre para baixo)



Percussão no pé



Nervo ciático (repetir no outro pé)



Olhar



Sopro



Língua (usar luvas de látex)



Coluna



Coluna



Coluna



Coluna



Planta dos pés



Planta e peito do pé



Peito do pé e região anterior do tornozelo



Tornozelo e joelho

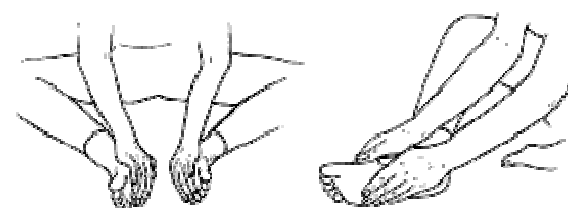
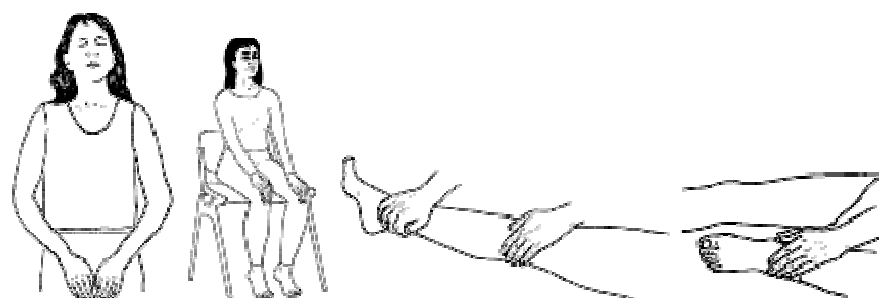
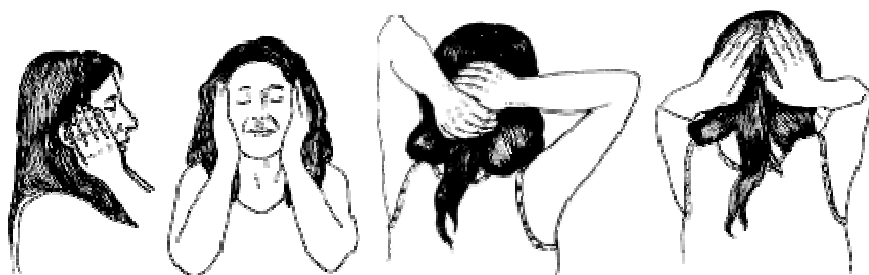


Joelho e quadril



Quadril e Chakra Genésico

Reiki em si próprio:



Reiki para crianças e bebês

O Reiki é extremamente benéfico para bebês e crianças de qualquer idade.

Algumas das vantagens são:

- Desenvolvimento da autoestima, segurança e equilíbrio
- Maior relaxamento e diminuição de tensões
- Aumento da capacidade de memória e concentração
- Alívio de angústias e depressões
- Eliminação de bloqueios
- Sono mais tranquilo
- Melhor fluidez de linguagem
- Melhor relacionamento com os outros

O Reikiano, por mais centrado que seja e ainda se for parente da criança ou do bebê, pode ter uma ideia desvirtuada quanto ao tratamento que pode fazer.

Sem comparações, Reiki em bebês deve ser realizado exatamente como faríamos em animais de pequeno porte: ao menor sinal de impaciência ou calmaria (dormir, parar de chorar), encerra-se o tratamento não importando o tempo despendido. O Reiki atua muito rapidamente nesse caso.

Pelo tamanho, o Reikiano não deve ficar procurando todas as posições possíveis de quando pratica em um adulto. Uns bebês muito novinhos, dois ou três posições já bastam: parte da frente do corpo e de trás, e muito pouco tempo na cabeça.

Genetsu-Ho é bem eficiente para acalmar febres, porém não se exclui uma visita imediata ao médico.

Para crianças maiores, mas que ainda não tem a compreensão necessária quanto a este tipo de tratamento alternativo, explicar da melhor maneira possível o que vai ser realizado. Mesmo autorizado a fazer o tratamento, havendo alguma reação negativa (choro, birra, tentativa de fuga) encerra-se e tenta-se outra hora ou outro dia.

Alguns Reikianos que são pais também acham de alguma forma, mesmo com a melhor boa vontade, que devem quase que à força que seus filhos recebam a energia e não pode ser assim. Devem o mesmo respeito aos filhos que teriam com qualquer outra pessoa.

Crianças que já tem certo discernimento quanto a entender o que é o Reiki, devem ser tratadas como adultos, desde que o permitam, pois talvez já estejam exercendo seu pleno livre-arbítrio.

Buracos na Aura Humana



Frequentemente um Reikiano pode se queixar que seu tratamento não está obtendo o resultado que se esperava, o que seria até normal em alguns casos mais graves, porquanto o Reiki não é uma panaceia geral que muitos acreditam ser. Entretanto cabe uma ressalva interessante e que poderia ser seguida em alguns casos aparentemente simples, mas ao mesmo tempo renitentes.

A aura humana pode estar, às vezes, comprometida com o que chamamos de buracos áuricos, como se fossem definitivamente rombos na aura, por onde a energia vital escapa. Os motivos para isso acontecer são vários e não cabem aqui comentários, porém o resultado direto dessa condição é que a energia Reiki aplicada numa sessão acaba por esvaír-se muito antes de chegada outra sessão de tratamento. Podemos então fechar os buracos áuricos para evitar esse escape de energia.

Procede-se assim:

- 1.Com a pessoa deitada numa maca, cama, chão, onde for realizado tal tratamento, vagarosamente, muito vagarosamente, coloca-se a mão por cima da pessoa num espaço entre 15 cm de altura do corpo e o corpo propriamente dito;
- 2.Fazendo um movimento suave para cima e para baixo, devagar se começa a notar certa resistência para baixar a mão, como se tivesse um colchão de ar, impulsionando a mão para cima (claro que se forçar a mão, ela descerá, mas não é o caso);
- 3.Se faz isso em alguns pontos diferenciados do corpo, sempre procurando essa sensação de resistência ao abaixamento da mão;
- 4.Vencida essa etapa, começa-se a escanear o corpo da pessoa desde os pés até a cabeça, objetivando encontrar na aura da pessoa, depressões, ou seja, a mão abaixa até um certo ponto, chegando às vezes a tocar no corpo, para depois subir novamente. Anotar todos os pontos encontrados;

Nota: na cabeça a aura parece maior, com essa técnica.

5. Anotados todos os pontos encontrados, o Reikiano já tendo realizado os rituais preparatórios para o tratamento, começa com a mesma mão que realizou o escaneamento, um movimento de vai e vem, para a direita e para a esquerda como se estivesse “tapando” o buraco áurico com a “argamassa” Reiki. Faz isso em todos os pontos anotados com depressões, ou seja, onde a mão baixou praticamente sem nenhuma resistência da aura.

6. “Tapando” todos os buracos áuricos, refaz todo o escaneamento para notar o resultado obtido, que na maioria das vezes já teve resultado, ou seja, a aura está “reta”, sem depressões (buracos).

7. Fazer isso com a pessoa deitada de bruços, e de lado (ambos os lados).

8. Uma vez isso conclusivo, continuar com o tratamento normal com Reiki.

Ritmo Cardíaco e Respiratório - A Proporção Saudável

Nas terapias holísticas, e o Reiki não foge a essa regra, precisa-se entender a relação entre o ritmo cardíaco e respiratório do corpo. Para que a terapia tenha o máximo de eficácia, esses dois ritmos, ou a sua proporção precisa estar em equilíbrio para que a energia do corpo (Ki) funcione de maneira satisfatória.

A proporção de 5:1 é considerada ideal, sendo a medida do coração a mais alta e a da respiração a mais baixa, embora 4:1 ou 6:1 sejam também suficientes para o propósito de cura.

Para medir o ritmo cardíaco, a pulsação deve ser tomada colocando-se um ou dois dedos, com exceção do polegar, na linha do polegar, sobre o ligamento intermediário do pulso, por um minuto. No cálculo do ritmo respiratório, computamos um movimento completo: uma inalação e uma exalação correspondem a um movimento.

Exemplificando: se o ritmo cardíaco for 75 batimentos por minuto, considerado normal (mais alto nas crianças) e o ritmo respiratório for de 15 movimentos por minuto, a proporção é 5:1, isto é, 75 divididos por 15.

Ritmo respiratório muito rápido – proporção < 5 – quando o batimento cardíaco for mais ou menos normal, mas o ritmo respiratório for demasiadamente rápido (ex: $75/25 = 3:1$), os pulmões terão que trabalhar excessivamente para receber a quantidade apropriada de oxigênio e muitas vezes não libera totalmente o gás carbônico e as toxinas. Durante o Reiki o doador deverá dar certa preferência de tempo à região pulmonar, na região alta e baixa, anterior e posterior, visualizando, canalizando a luz Índigo.

Ritmo respiratório muito lento – proporção > 5 – quando o ritmo cardíaco for normal e o respiratório muito baixo (ex: $75/10 = 7,5: 1$), o corpo não estará recebendo oxigênio suficiente, pois os pulmões estão enfraquecidos ou, talvez, o centro respiratório no cérebro esteja sofrendo ação de toxinas e, portanto, é

incapaz de ajudar a desintoxicar o corpo. Durante o Reiki, o doador deverá dar certa preferência de tempo à região pulmonar, na região alta e baixa, anterior e posterior, visualizando e canalizando a luz Laranja, para ativação dos pulmões. Em seguida é preciso fazer uma desintoxicação geral nos pulmões, canalizando a cor Verde.

Ritmo cardíaco muito rápido – proporção > 5 – com batimentos cardíacos muitos acelerados e um ritmo respiratório normal (ex: $105/15 = 7:1$), o coração precisa ser tranquilizado por meio da aplicação do Reiki, canalizando a cor Púrpura na região do chakra cardíaco frontal, nunca diretamente sobre o coração.

Ritmo cardíaco muito lento – proporção < 5 – com batimentos cardíacos muito lentos e um ritmo respiratório normal (ex. $45/15 = 3:1$), o coração precisa ser estimulado por meio da aplicação do Reiki, canalizando a cor Escarlate na região do chakra cardíaco frontal, nunca diretamente sobre o coração.

Quando não se sabe ao certo se ritmo cardíaco é rápido ou lento demais em determinada pessoa, uma vez que ele se altera com a idade, com a prática de exercícios físicos e com a alimentação, deve-se sempre observar a proporção. Faça os tratamentos com Reiki, canalizando as cores determinadas e observe a proporção a cada sessão.

Resumo das proporções:

| |
|---|
| Proporção 5:1 – saúde boa ou boa chance de recuperação. |
| Proporção 4:1 – saúde relativamente boa e chances relativamente boas de recuperação. |
| Proporção 3:1 – necessidade de tratamento urgente, possivelmente tóxico. |
| Proporção 2:1 ou menor – a morte pode estar próxima, mas o restabelecimento sempre é possível. |
| Proporção 6:1 ou superior – toxinas podem estar sobrecarregando o coração ou o centro da respiração no cérebro. O corpo provavelmente está sendo afetado por toxinas. |

A importância da proporção – antes de colocar em prática o Reiki, o doador terá que calcular essa proporção para verificar se os batimentos cardíacos e os movimentos respiratórios estão funcionando normalmente e, portanto, mais receptivos ao tratamento. É importante que esses dois sistemas de energia vital funcionem nas proporções 4:1, 5:1, 6:1 ou nas suas entre fases.

Em casos graves, o tratamento dos principais sintomas deve ser iniciado imediatamente após o Chiryō (tratamento). Em casos menos críticos, deve-se equilibrar a relação coração / pulmão a uma proporção saudável, durante o tratamento com Reiki.

Caso todo o esforço realizado com Reiki, não obtenha sucesso no equilíbrio da proporção, deve-se sugerir ao receptor um acompanhamento clínico

especializado na área cardíaca e respiratória, paralelo ao tratamento com Reiki.

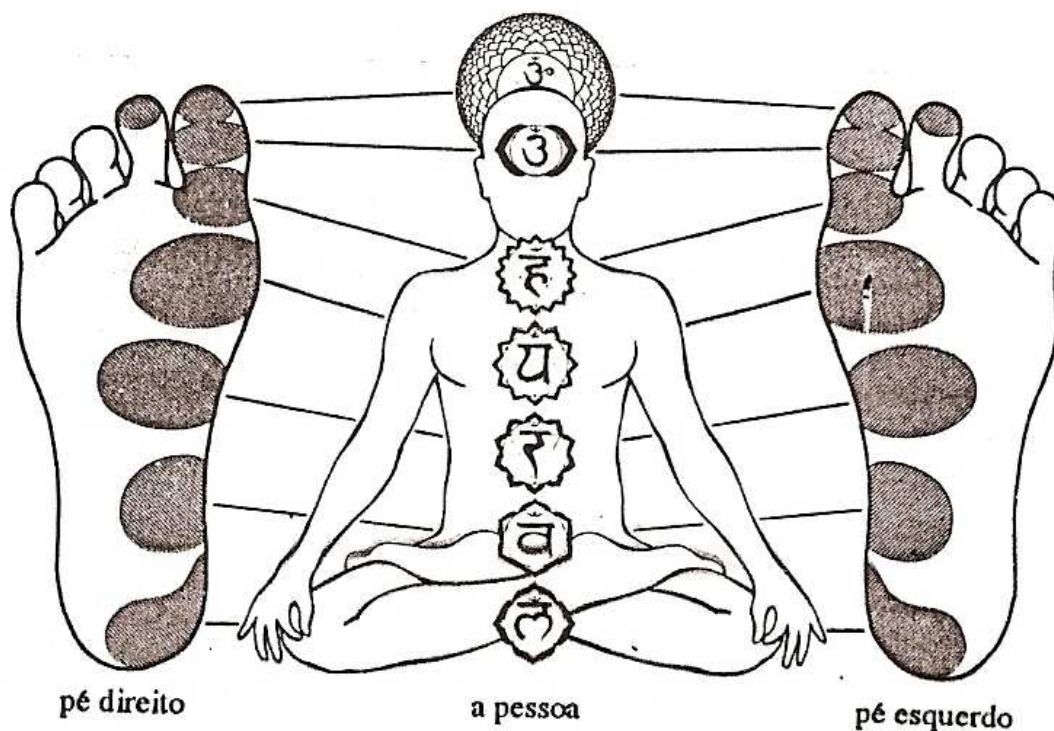
Distúrbio do equilíbrio proporcional – quando a proporção volta a desequilibrar-se dentro de alguns dias após a aplicação do Reiki canalizado com as cores devidas e ter efetuado o equilíbrio, isso talvez possa indicar que a pessoa vive num ambiente tóxico. Converse com o seu receptor se há toxinas poluindo o ar como: pesticidas, bolinhas de naftalina, herbicidas, produtos de limpeza, tintas, fumaça de tabaco, etc., no interior ou em volta do ambiente. Peça ao seu receptor remover ou neutralizar esses produtos tóxicos. Não se descarta, todavia, a hipótese de uma doença cardíaca e/ou respiratória casual ou genética. Nesse caso, o acompanhamento médico especializado é imprescindível.

Massagem nas Zonas de Reflexo nos Pés

Tornou-se um fato bastante conhecido entre os terapeutas que cada parte do corpo e cada órgão apresentam zonas de reflexo correspondentes. Além das orelhas e de outros pontos no corpo humano (mãos, rosto, olhos, nariz, cabeça e costas), talvez a zona de reflexo mais conhecida sejam os pés, nos quais o organismo inteiro é refletido em pequenas zonas.

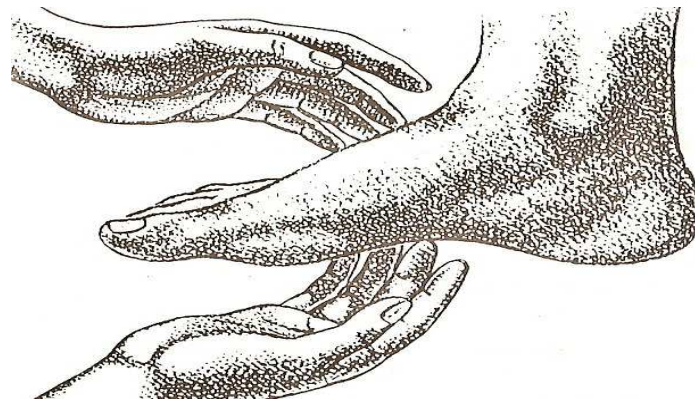
A tradicional terapia das zonas de reflexo dos pés consiste numa massagem especial de pontos específicos dos pés.

Para essa massagem, considerar os órgãos afetados por alguma doença ou falta de energia, localizados nas zonas de reflexo de cada pé e aplicar o Reiki em forma de pressão usando o dedo médio ou em massagens circulares usando o mesmo dedo.

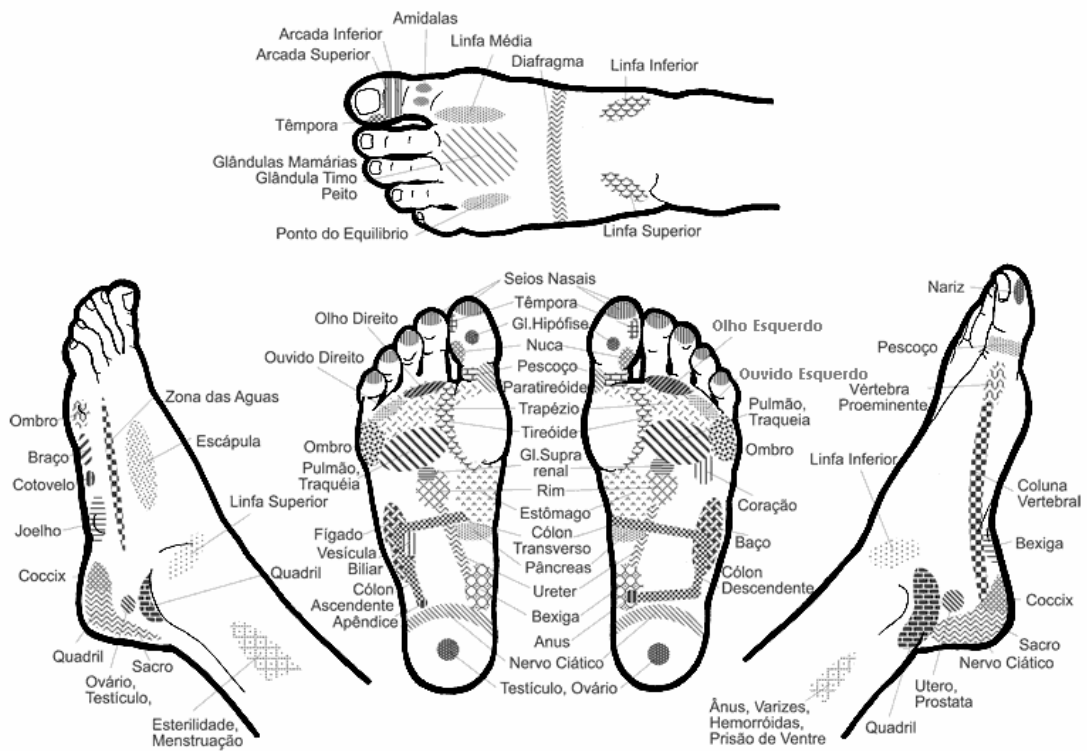


Considerar que cada chakra rege, conforme já explanado, determinados órgãos e tecidos do corpo humano. Destarte, a massagem de cada órgão / tecido, deverá ser feita em movimentos circulares, conforme o giro de cada chakra: dextrogiro ou sinistrogiro, considerando-se homem e mulher.

Os setes chakras também têm sua “zona de conexão” própria nos pés e isso nos dá a oportunidade de tratar terapêuticamente, através dos pés, todos os chakras do corpo com igual eficiência.



O tratamento, equilíbrio e reconstrução dos chakras podem ser realizados nos pés, conforme o já apresentado para o corpo. A única exceção a considerar é que se devem realizar os procedimentos nos dois pés.



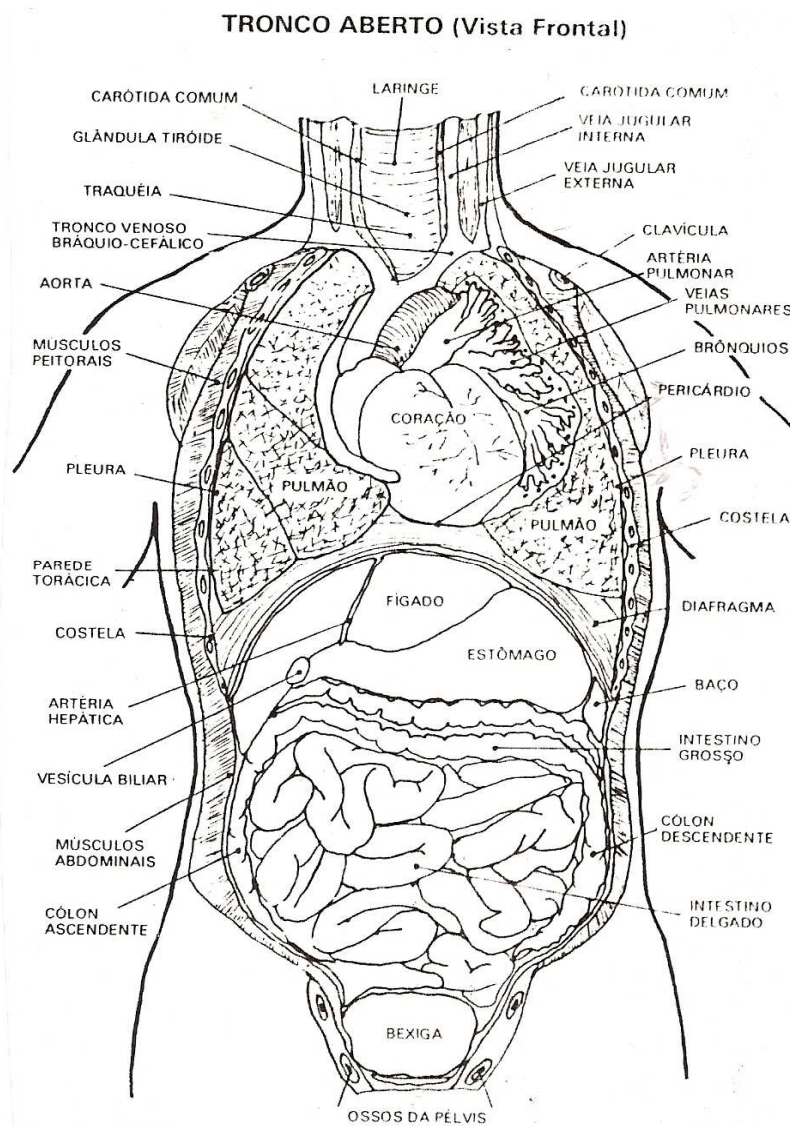
O Corpo Humano

Quem se dedica a terapias holísticas, como o Reiki, deve procurar conhecimentos a respeito da estrutura do corpo humano, localização e funcionamento dos órgãos.

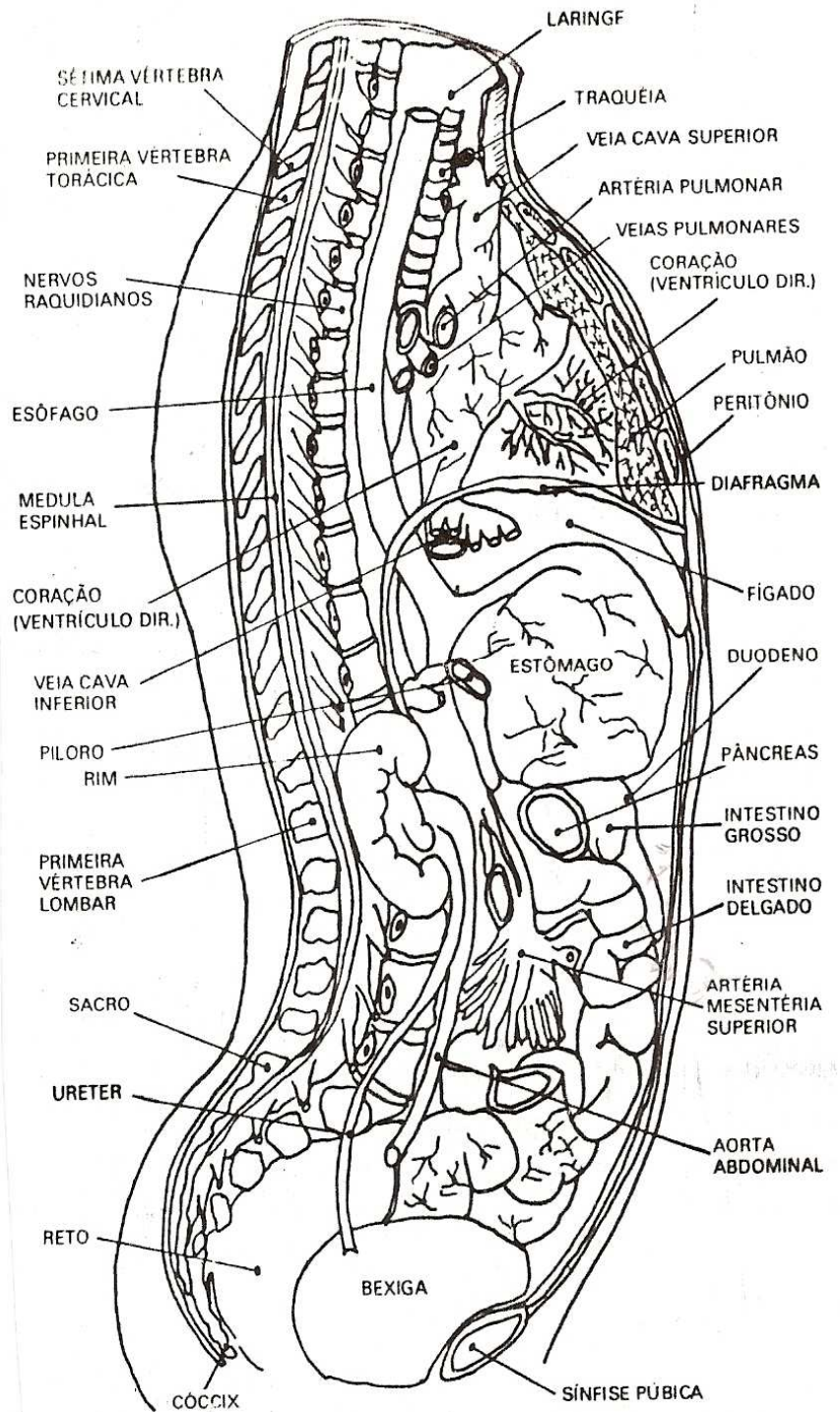
Quanto mais se souber a respeito, maior eficácia conseguirá com o Reiki.

Aspectos de psicologia, linguagem do corpo, filosofia entre tantos assuntos que a ciência nos concede, são de muita valia para um bom desempenho do terapeuta.

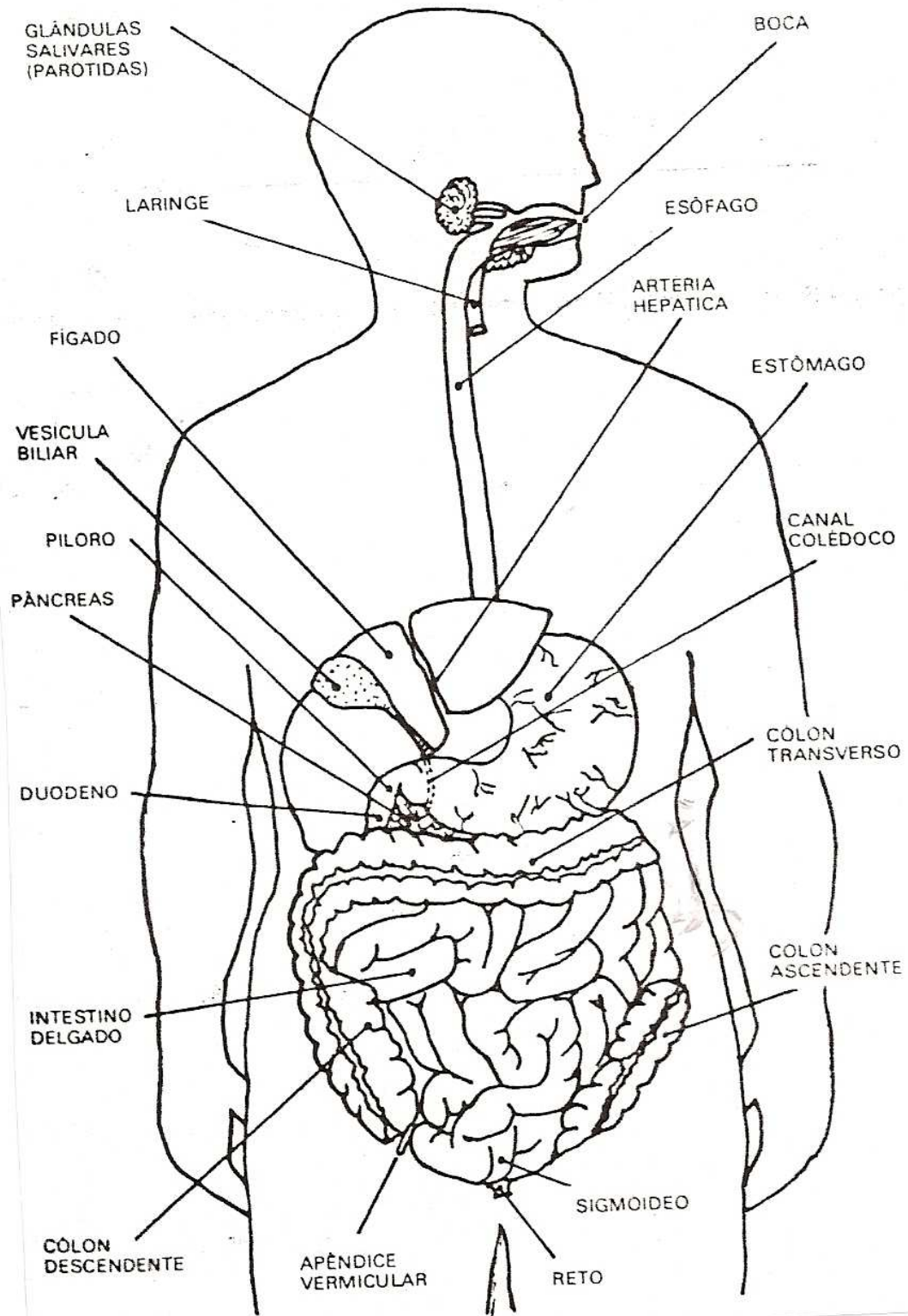
A seguir, algumas visões esparsas do corpo humano:



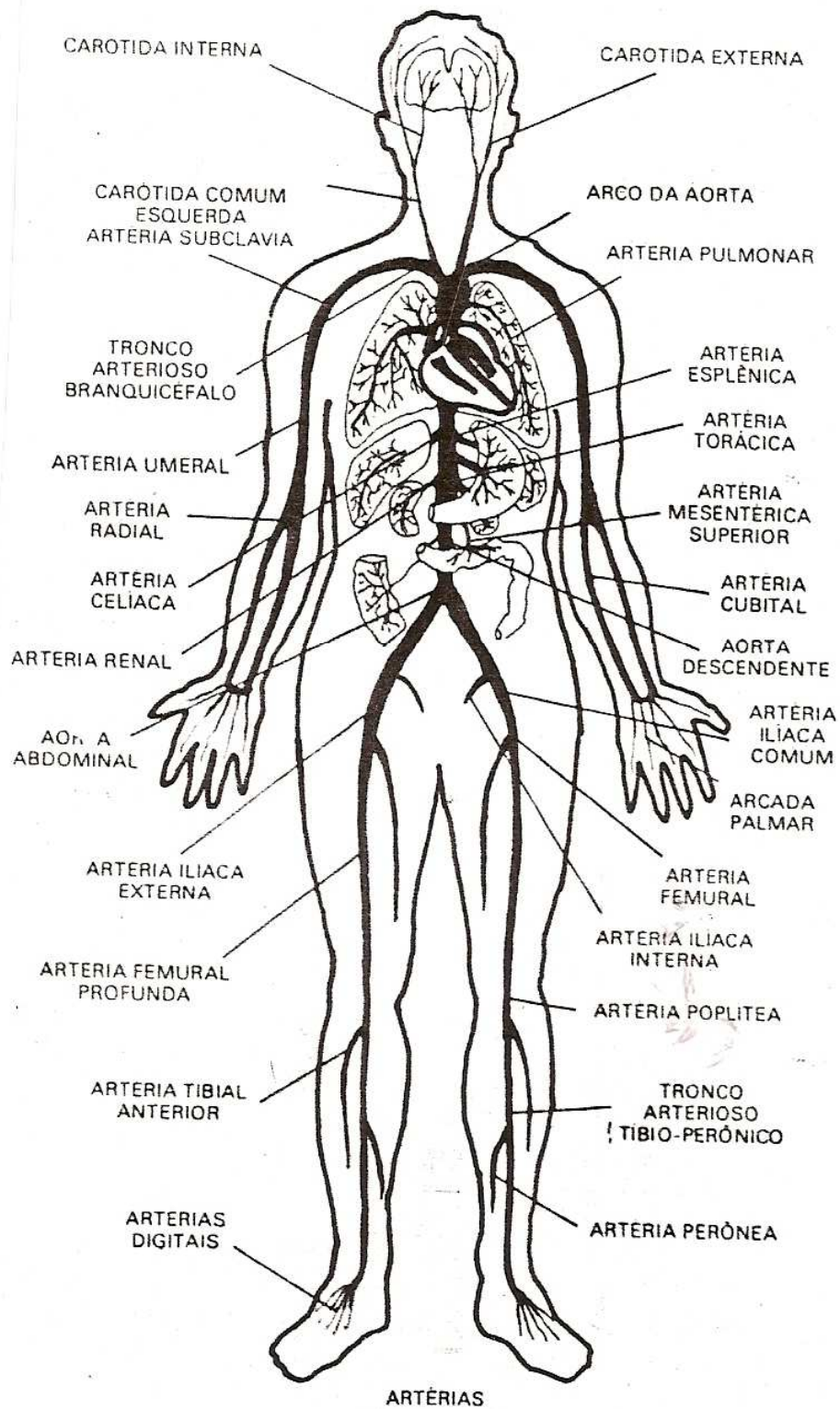
TRONCO ABERTO (Vista Lateral)



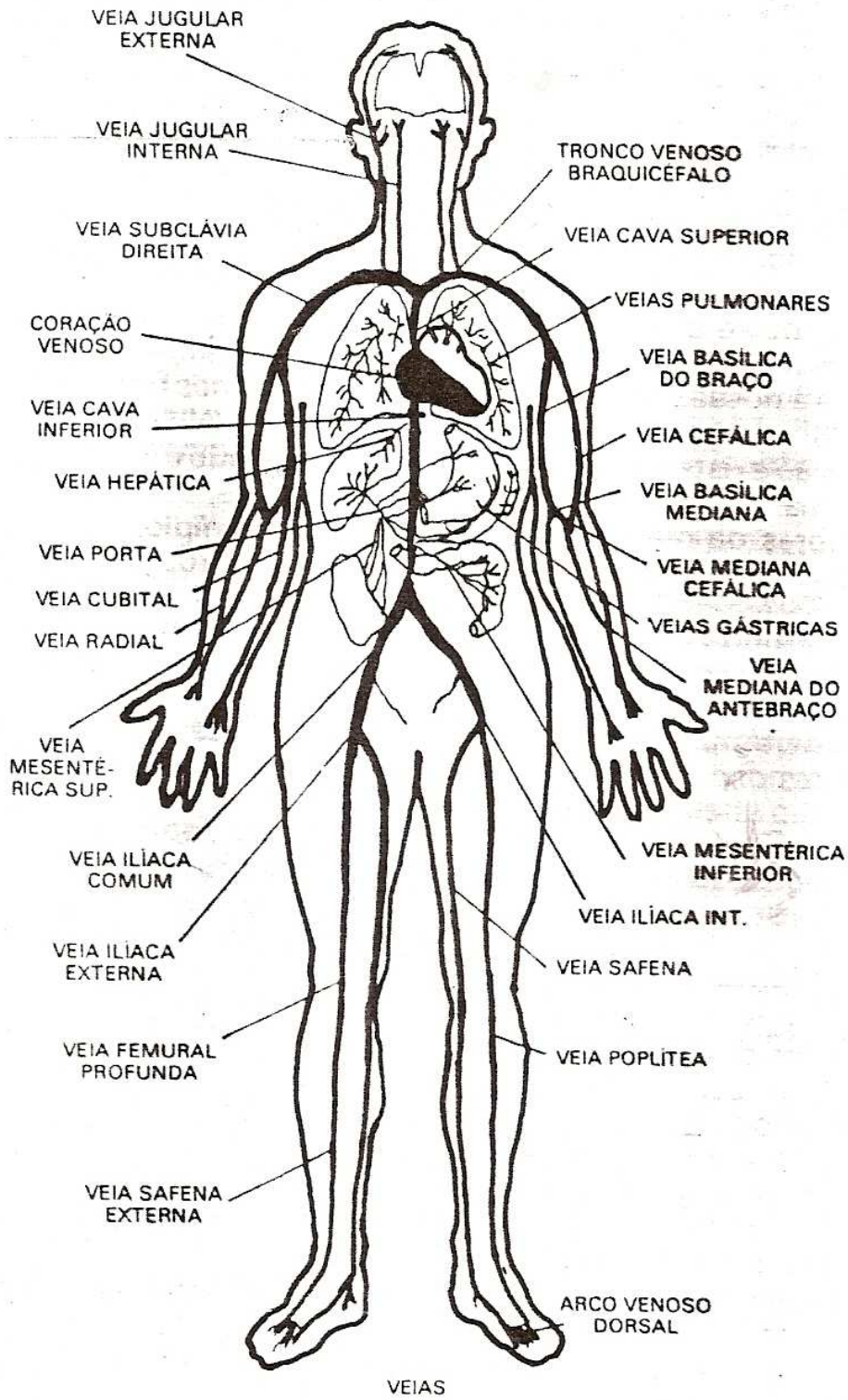
APARELHO DIGESTIVO



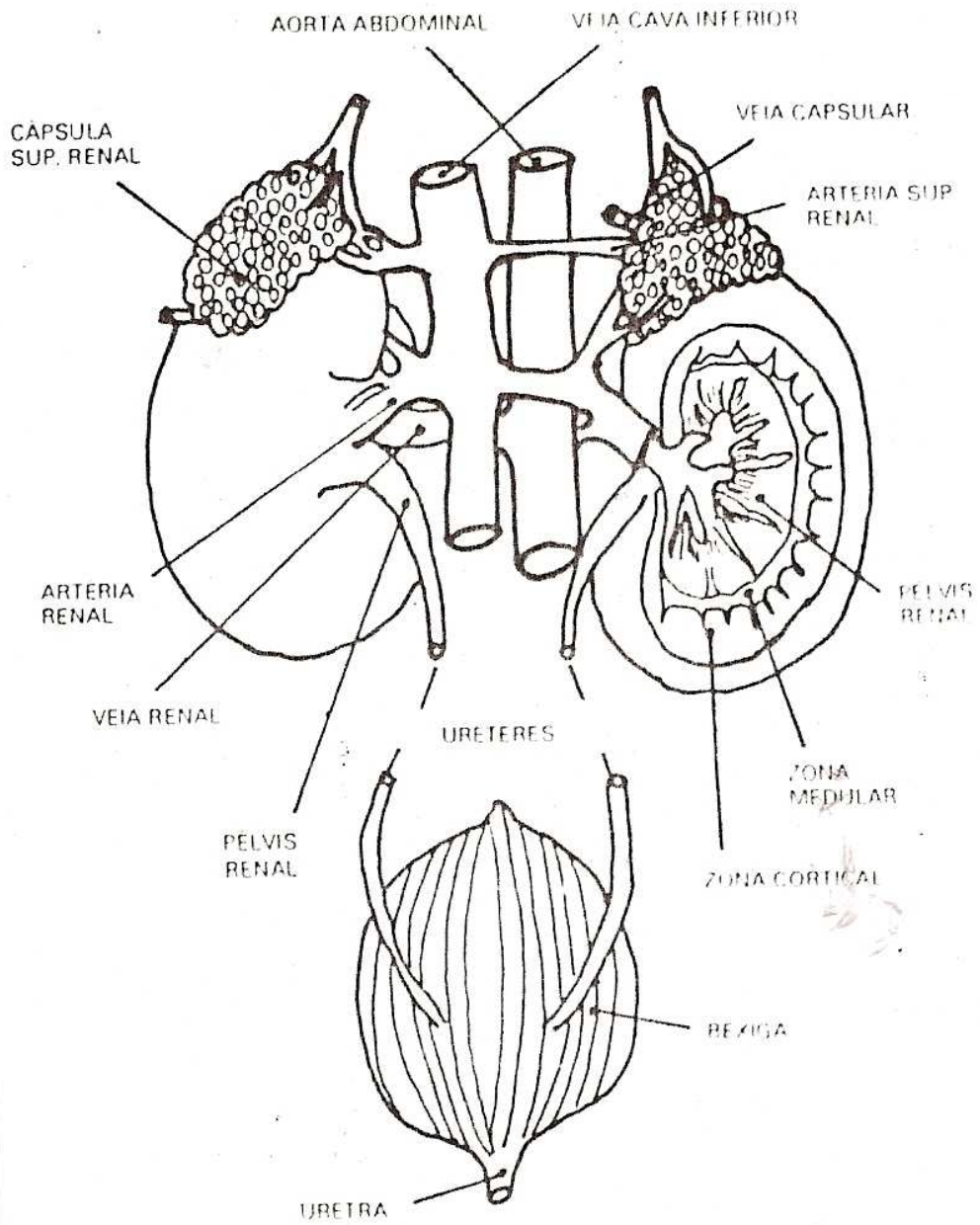
APARELHO CIRCULATORIO



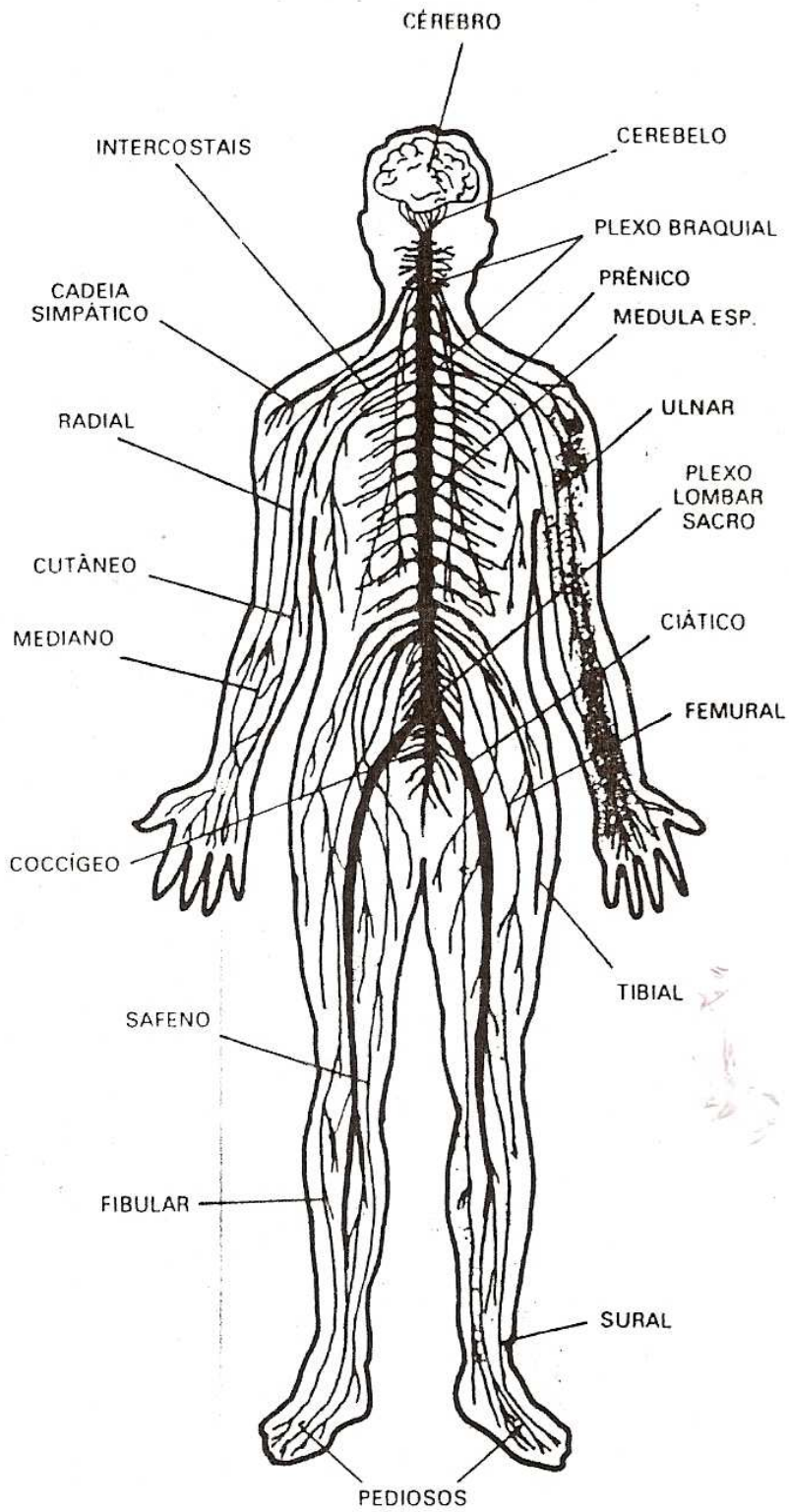
APARELHO CIRCULATÓRIO



APARELHO URINÁRIO

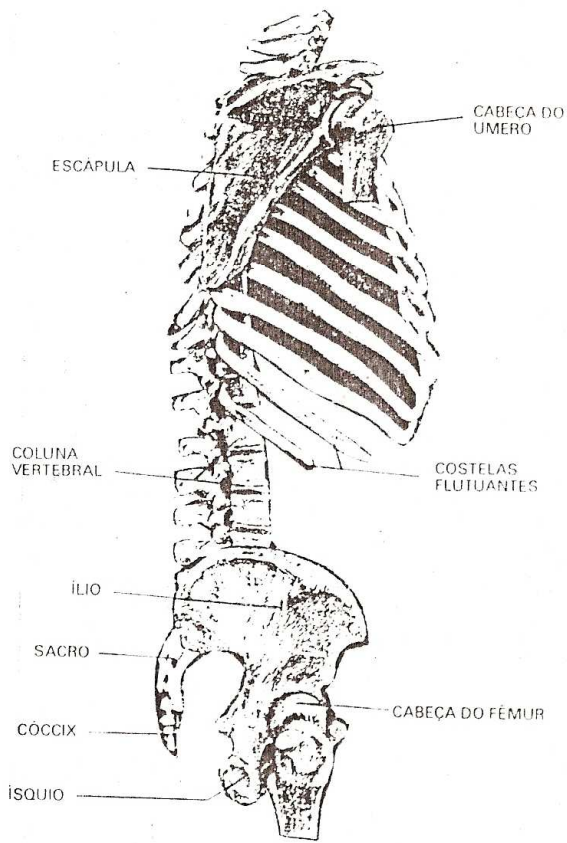


SISTEMA NERVOSO

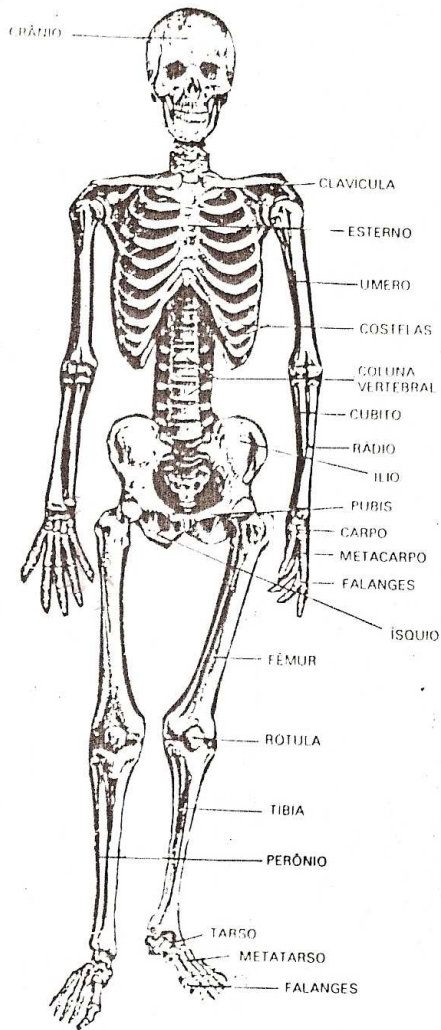


O ESQUELETO

VISTA LATERAL



O ESQUELETO



Reiki Emergencial

O Reiki Emergencial é executado quando não há possibilidades de se fazer um atendimento completo em uma pessoa que eventualmente não esteja passando bem, como por exemplo: enxaqueca, dores de cabeça não específicas, dores no corpo, tristeza, ansiedade, etc.

O receptor deve ser atendido em uma cadeira ou em qualquer lugar que se possam alcançar os pontos definidos. O terapeuta não precisa de nenhum ritual para ativar a energia Reiki. Afinal, onde um iniciado Reikiano toca, estará carregando a Energia Vital. Alguns Reikianos esfregam as mãos para ativar a Energia, nesses casos.

Os rituais são ótimos para tratamentos longos, para se manter uma egrégora positiva. As posições das mãos:

Por trás do receptor:

Mãos nos ombros



Duas mãos no topo da cabeça (chakra Coronal)



Ao lado do receptor, sem perder o contato:

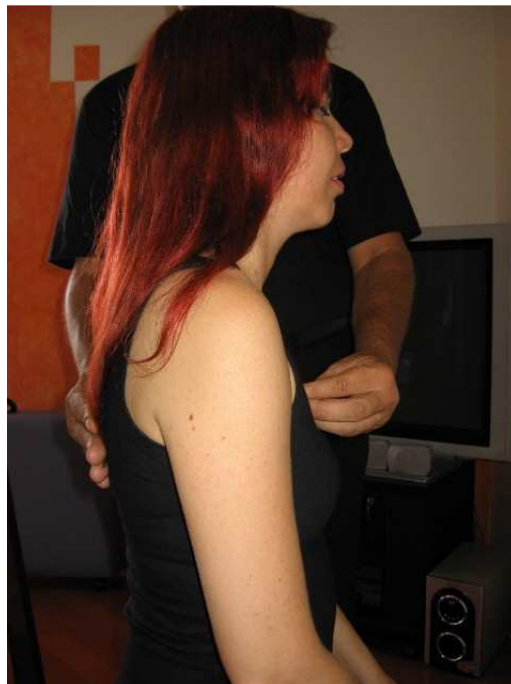
- Chakra Frontal, uma mão no frontal e a outra no dorsal.



Chakra Laríngeo, uma mão na garganta (frontal) e outra na sétima vértebra (dorsal).



Colocar as mãos na área frontal e dorsal do corpo do receptor, palmo a palmo, até atingir o máximo do final da coluna/púbis, sem constrangimento ao receptor. Manter as mãos nos pontos indicados de 3 a 5 minutos, ou quanto a intuição mandar.





Terminar o tratamento, puxando a energia de baixo para cima, acima do chakra Coronal.





Para emergência, o Reiki também pode ser usado pontualmente em dores, cortes, fraturas e infarto do coração. Todavia deve-se lembrar:

- Em cortes, doe o Reiki a uma distância de até 2,5 cm.
- Em fraturas, NUNCA coloque as mãos diretamente. Somente dos lados.
- Infarto do coração: NUNCA coloque as mãos diretas no coração. Coloque uma mão no Plexo Solar e peça ajuda.

Dores: pontualmente

Bibliografia

- Manual de Reiki - Walter Lubeck 1997 – São Paulo – Ed Ground
- Reiki, um caminho para o coração - Walter Lubeck 2002 – São Paulo – Ed Pergaminho
- Os chakras - C.W. Leadbeater 2002 – São Paulo – Ed Pensamento
- Reiki essencial - Diane Stein 1995, Diane Stein- Estados Unidos - Ed Pensamento
- Reiki, cure a si mesmo - Brigitte Muller 1997 – São Paulo. Ed Rocco
- Os chakras e os campos de energia humanos - Shafhica Karagulla 1989 – USA – Ed Pensamento
- Buda aquele que despertou - Martin Claret 1996 – São Paulo – Ed Martin Claret
- Os chakras que falam - Sonia Szeligowski Ramos 1998 – São Paulo - Editora Roka
- Reiki a cura natural ao alcance de todos - Píer Campadello sem data – São Paulo – Ed Madras
- Reiki para doenças comuns - Mari Hall 2001 – São Paulo – Ed Bertrand Brasil
- Chakras e a cura esotérica - Zachary F. Lansdowne sem data – São Paulo – Ed Roca Biomedicina
- Apostila do Instituto de Formação em Cosmociências e Terapias para despertar - Sta Cruz do Sul - RS - Reiki Máster Henrique Luiz Ghignatti
- O poder dos chakras - Martin Claret 1995 – São Paulo – Ed Martin Claret
- A Revolução da Medicina - Paulo Maciel 1999 – Paraná – Ed Araucária Cultural
- Ao encontro da sombra - Connie Zweig e Jeremiah Abrams 2008 – São Paulo – Ed Cultrix
- Chakras - Mandalas de Vitalidade e Poder – Shalila Sharamon e Bodo J. Barginski ...1988 - Scnnnelöwe Verlagsberantug & Verlag Aitrang – Alemanha - Ed Pensamento

- Reiki - A Terapia do 3º Milênio - Johnny D'Carli 2 003, São Paulo – Ed Madras
- Reiki Universal - Sistema Usui, Tibetano, Osho e Kahuna - Johnny D'Carli 2004 – São Paulo – Ed Madras
- Energias Além das Formas – Marly Del Corona – 1994 – by Marly Del Corona – São Paulo
- Mãos de Luz - Barbara Ann Brennan 1987 – Estados Unidos – Ed Pensamento.
- As Mais Belas Técnicas de Reiki – Walter Lübeck e Frank Arjava Petter 2004 – São Paulo – Ed Pensamento.
- A Técnica de Reiki do Dr. Hayashi - Frank Arjava Petter-Tadao Yamaguchi- Chujiro Hayashi...2000 - Scnnnelöwe Verlagsberantug & Verlag Aitrang – Alemanha - Ed Pensamento - Cultrix
- Manual de Reiki do Dr. Mikao Usui – Dr. Mikao Usui – Frank A. Petter 1999 – Scnnnelöwe Verlagsberantug & Verlag- Alemanha – Ed. Pensamento
- Reiki – Guia de Referência 1, 2 e 3 - Joel Cardoso.2001 –São Paulo – Ed Escala
- Site internet: James Deacon - <http://www.aetw.org/>
- Reiki – Medicina energética – Libby Narnett e Maggie Chambers 1996 – Estados Unidos – Distruidora Record de Serviços de Imprensa
- Reiki – O legado do Dr. Mikao Usui – Frank Arjava Petter... 1998 – Scnnnelöwe Verlagsberantug & Verlag, D87648 – Ed. Ground
- Transforme sua vida com o Reiki – Ademir Barbosa Júnior...2006, Ademir Barbosa Junior – São Paulo - Universo dos Livros Editora
- Reiki Plus – David G. Jarrel...Segunda Edição,14 abril de 1995, by David G. Jarrel, Estados Unidos - Ed Pensamento
-
- Luz emergente – Barbara Ann Brennan ...1993 – Estados Unidos – Editora Cultrix
- O grande livro de símbolos do Reiki – Mark Hosak e Walter Lübeck...2004 –Windpferd Verlagsgesellschaft mbH – Alemanha – Ed Pensamento - Cultrix
- A Medicina da Cor – Charles Klotsche 1997 – by Chales Klotsche – São Paulo – Ed Pensamento
- A Aura Humana – Walter J. Kilner 1992 – São Paulo – Ed. Pensamento
- Os Sete Níveis da Cura – Lilla Bek e Philippa Pullar 1986 – by Lilla Bek e Philippa Pular – São Paulo – Ed Pensamento

- Suas mãos podem curar – Ric A. Weinman 1988 – by Ric A Weinman – São Paulo – Ed Pensamento
- Cura energética – Silvio Camargo – 1995 – by Silvio Camargo – São Paulo – Ed Pensamento
- Cores para sua saúde – Gérard Edde 1982 – França – Ed Pensamento