



REIKI

*Primeiros Passos Nessa
Maravilhosa Técnica de Cura Energética*

Geovane Moreira Jorge | Book 2017



REIKI

*Primeiros Passos Nessa
Maravilhosa Técnica de Cura Energética*

Geovane Moreira Jorge | Book 2017

GEOVANE MOREIRA JORGE

REIKI
PRIMEIROS PASSOS NESSA MARAVILHOSA TÉCNICA DE CURA
ENERGÉTICA

1ª. edição

Hortolândia
Geovane Moreira Jorge Barbosa Leite
2017

J82 Jorge, Geovane Moreira, 2017

Reiki Primeiros Passos Nessa Maravilhosa
Técnica de Cura Energética Geovane Moreira Jorge
Barbosa Leite. - Hortolândia: Edição do Autor, 2017

p.124

ISBN 978-85-924191-0-3

1 Reiki 2 Primeiros passos em Reiki 3 Anatomia
Energética

1. Título

CDD: 610

CDU: 615.19

*Dedico este livro em especial ao Projeto Luz, onde tive
minha primeira iniciação em Reiki, e a todos os
Mestres Reikianos que formaram a Mestre que hoje sou*

*Também à minha mãe por tudo que me ensinou e
ensina todos os dias - minha primeira e maior Mestre
de Vida*

Sumário

INTRODUÇÃO

TERAPIA HOLÍSTICA

ANATOMIA ENERGÉTICA

Corpos Áuricos ou Corpos Energéticos

1º Corpo – Corpo Físico

2º Corpo – Corpo Etérico

3º. Corpo – Corpo Mental

4º. Corpo – Corpo Astral

5º. Corpo – Corpo Superior

6º. Corpo – Corpo Causal

7º. Corpo – Corpo Espiritual

Chacras

Chakra Base

Chakra Umbilical

Plexo Solar

Chakra cardíaco

Chakra laríngeo

Chakra frontal

Chakra coronário

Meridianos

Os 12 Canais Regulares ou Meridianos Principais

Os Oito Canais Extras

REIKI

Definição

Representação

Ideograma

Cor

Bambu

HISTÓRIA

PRINCIPAIS CARACTERÍSTICAS

Da Reiki

Diferença entre Reiki e Outras Energias de Cura

Do Reiki

FUNCIONAMENTO

EFEITOS DO TRATAMENTO

Resultados Científicos

ÉTICA

OS 5 PRINCÍPIOS REIKI

SÍMBOLOS

POSIÇÕES

INICIAÇÃO

Efeitos das Iniciações

Iniciação de Cura

UM POUCO DE MIM

INTRODUÇÃO

O mundo está em constante evolução e diariamente encontramos novas formas de curar o corpo e o espírito.

Reiki é uma dessas técnicas maravilhosas de cura energética que enxergam o ser vivo além do corpo carnal.

Nosso estudo não tem a pretensão de esgotar todo o assunto, ao contrário, é uma introdução, guiando o leitor para conhecer o assunto e dar os primeiros passos no imenso caminho holístico a percorrer dentro da técnica Reiki.

Veremos, entre outros assuntos, o que é Reiki, sua história e características, como funciona e quais efeitos podemos esperar.

Boa leitura e um bom aprendizado!

PARTE I
TERAPIA HOLÍSTICA

TERAPIA HOLÍSTICA

Terapia é qualquer tratamento que busca amenizar ou acabar com os efeitos de uma doença.

A palavra tem origem no grego THERAPIA, que significa ato de curar. Therapia, por sua vez, tem origem no verbo THERAPEUEIN, que significa curar. Outra palavra na mesma linha é THERAPON, aquele que serve ou atende alguém.

Holístico, ou holista, se refere a holismo, palavra derivado do grego Holus, que significa todo ou inteiro. Holismo é um conceito criado por Cristhiaan Smuts em 1926, que o definiu como “a tendência da natureza de usar a evolução criativa para formar um ‘todo’ que é maior que a soma de todas as partes”

Podemos, então, definir Terapia Holística como qualquer tratamento que busca curar o ser vivo como um todo, considerando físico, energia e espírito, enquanto a Medicina Tradicional se limita a estudar e curar o ser físico.

Para a Terapia Holística todas as doenças têm origem em desequilíbrios energéticos que, se não tratados a contento, acabam enraizando e se manifestando através de doenças e sintomas físicos e emocionais.

Seu objetivo é, justamente, curar estes desequilíbrios, retornando o ser vivo ao estado original de saúde plena, daí dizermos que o Tratamento Holístico é um perfeito preventivo para doenças físicas e emocionais.

Quando o desequilíbrio está apenas a nível energético, o terapeuta holístico, por si, consegue reverter o problema e curar, porém quando já há manifestação no físico e emocional, atua em conjunto com a medicina tradicional, como um coadjuvante na cura ou na melhora do quadro geral do paciente, quando a medicina tradicional ainda não encontrou a cura para a doença.

Terapeuta Holístico não faz diagnóstico de doença, não receita remédios alopáticos e não substitui o profissional da medicina tradicional. Faz, isso sim, diagnóstico energético, identificado e analisando os desequilíbrios

energéticos encontrados para indicar o melhor caminho à necessária restauração.

Também não faz diagnóstico psicológico ou emocional, não aconselha, não diz o que fazer nem indica o caminho a seguir, partindo do princípio que ninguém pode saber o que é melhor para o outro, ninguém conhece o outro como ele mesmo e todos têm em seu inconsciente as respostas que precisa.

Boa parte do resultado de seu trabalho depende do receptor do tratamento, o qual alguns preferem chamar de interagente e não paciente já que este último dá idéia de passividade, de esperar pacientemente pela cura e o outro termo nos remete à necessária ação conjunta com o paciente, seguindo exatamente as instruções recebidas e alterando o modo de vida que gerou o desequilíbrio.

Em uma época de profunda evolução espiritual energética do planeta não é de se admirar que a cada dia mais o ser humano esteja preocupado com sua cura completa, não só a eliminação da doença, porém é preciso ter a consciência de que, repito, o tratamento depende da ação do interagente e jamais a conduta tradicional pode ser dispensada, sendo o terapeuta holístico um coadjuvante na cura, não uma divindade que realiza milagres ou o médico que diagnostica e cura doenças.

Reiki é uma das inúmeras técnicas holísticas existentes para cura energética, produz efeitos surpreendentes e é o alvo do estudo desse livro.

Vamos lá?

ANATOMIA ENERGÉTICA

Já que vamos tratar de cura de desequilíbrio energético é necessário, antes, conhecermos nossa anatomia energética.

Nosso corpo é um maravilhoso sistema energético em constante interação com a energia a nossa volta e formado por corpos áuricos, chacras e meridianos.

As doenças sempre começam com desequilíbrios energéticos, que se não tratados e corrigidos se enraízam e manifestam doenças físicas e emocionais.

Esses desequilíbrios, por sua vez, são causados por atitudes e sentimentos negativos, como mágoa, ódio, perfeccionismo extremo, etc.

Para a cura efetiva é necessário alterar o padrão de comportamento e corrigir esse desequilíbrio ou a doença não evolui satisfatoriamente ou acaba tendo várias recaídas^[1].

Como exemplo podemos citar casos em que duas pessoas com a mesma doença e mesmo tratamento uma alcança a cura e outra não. Na primeira o desequilíbrio foi curado, na segunda não. Ou duas pessoas sofrem da mesma doença e alcançam a cura, em uma nunca mais repete e em outra é constante a recaída. Mais uma vez na primeira foi restabelecido o equilíbrio original e não segunda não.

Corpos Áuricos ou Corpos Energéticos

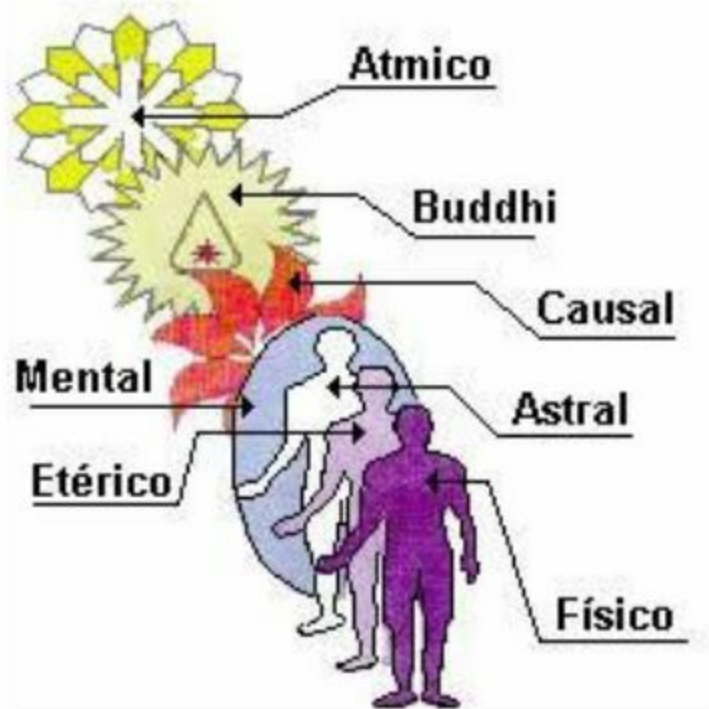
Aura é uma trama energética em torno e ao redor do corpo físico que nós vemos.

Composta de camadas, chamadas Corpos Áuricos ou Corpos Energéticos, é parte do conjunto de nosso organismo vivo, sendo corpo físico visível + corpos áuricos invisíveis um todo que deve ser trabalhado em conjunto quando se busca a cura.

Hoje temos conhecimento de 12 Corpos Áuricos, sendo 7^[2] considerados para fins terapêuticos. Os outros atuam em planos vibracionais inacessíveis ao ser humano.

Cada corpo áurico, do mais distante ao mais próximo do corpo físico, penetra totalmente a camada seguinte, sendo por isso a Aura considerada uma trama energética, um corpo entra no outro e forma um todo único.

A seguir faremos um breve estudo destes 7 corpos áuricos com nomenclatura seguida pela maioria dos estudiosos terapêuticos, porém não a única existente, o leitor pode em outros livros se deparar com nomes diferentes para o mesmo corpo sem alterar suas características.



1º Corpo – Corpo Físico

É nosso corpo visível, tratado pela Medicina Tradicional e onde os desequilíbrios se manifestam em forma de doença se não tratados

Também chamado de Sthula-sharira (invólucro do alimento), diferente dos outros corpos, necessita de alimentos sólidos, água e descanso para se manter.

O núcleo emissor de energia do corpo físico está no sistema nervoso, que fornece a energia necessária para as reações físico-químicas. E toda produção energética se dá por meio das glândulas endócrinas, as quais correspondem aos chacras existentes nos corpos sutis.

Quando em equilíbrio reflete dinamicidade, disposição, saúde, vivacidade e boa imunidade.

Se em desequilíbrio apresenta debilidade, fraqueza, doença, indisposição, preguiça e cansaço.

2º Corpo – Corpo Etérico

Também chamado de Emocional ou Linga-sharira (invólucro das emoções).

É a cópia perfeita do corpo físico, o corpo energético mais próximo do corpo físico e o único capaz de se expandir e retrair por entre todas as camadas áuricas.

Fácil de ser afetado por sentimentos, pensamentos e ações é o corpo áurico mais delicado de todo o sistema energético. Qualquer sensação é imediatamente absorvida, seja ela da própria pessoa ou do ambiente em que estiver.

Além de absorver de imediato as sensações presentes, também é o propulsor de vontades, desejos, planejamentos e diretrizes.

É considerado um mensageiro entre os corpos áuricos sutis e o corpo físico, sendo, assim, o mais importante de toda a anatomia energética.

Quando em equilíbrio reflete disposição, alegria, vivacidade, afetuosidade, gentileza, polidez, receptividade, serenidade, perseverança e expressividade.

Se em desequilíbrio, raiva, ódio, vingança, rispidez, compulsão, gula, mau-humor, introspecção, ressentimento, timidez, medo, hesitação, apatia, preguiça e prostração.

3º. Corpo – Corpo Mental

Também chamado de Inferior ou Kama-manas (invólucro dos desejos) é o espelho da atividade mental.

Sua forma é fixa e transmite energias mentais lógicas e concretas. Impregnado de ideais materiais, afetivos, espirituais, é o responsável por sentimentos de ilusão, superstição e credice, além de ser o arquivo do que

pensamos e como agimos.

Em equilíbrio reflete disciplina, organização, responsabilidade, bom relacionamento social, aceitação do próximo, busca da arte, busca da ciência e busca da filosofia.

Em desequilíbrio, dominação, crueldade, ambição, egoísmo, racismo, ceticismo, arrogância, incompreensão, inflexibilidade, impaciência, intolerância, fanatismo, superstição, fantasia, ilusão e utopia.

4º. Corpo – Corpo Astral

Duplo etérico, sentimental, perísprito ou Pranamaya Kosha (invólucro de saber cármico), corresponde ao modelo exato do corpo físico e está a 10 a 20 centímetros de distância.

É onde todas as doenças surgem, mesmo as psicossomáticas e guarda a memória do passado e do presente: tudo o que se pensa, deseja e sente fica nele registrado, mesmo que não se tenha a devida consciência e seja fruto de encarnações passadas.

Para fins de tratamento consideramos até o 4º corpo energético, pois o 5º., estudado a seguir, reflete todos os seus desequilíbrios e a partir do 6º. não temos acesso para cura, tratando-os apenas através dos chacras e meridianos.

5º. Corpo – Corpo Superior

Superior, Mental Superior, Atávico ou Manas (invólucro do altruísmo) reflete, ou repete, os desequilíbrios do Corpo Astral e a partir dele os corpos energéticos encontram-se mais próximos do universo espiritual, transcendendo a qualquer necessidade física ou espiritual.

É o repositório de todo conhecimento inconsciente herdado de outras encarnações, da voz interior e da inspiração divina.

Em equilíbrio apresenta humanitarismo, filantropismo, transcendência,

devoção, fé é autoconhecimento.

Em desequilíbrio, obsessão, fanatismo, extremismo, ditatorialismo, ateísmo, incredulidade e psicopatias em geral.

6º. Corpo – Corpo Causal

Também conhecido por Celestial ou Budhi (invólucro da beatitude), abriga todo o conhecimento profundo, as experiências ancestrais e as causas dos acontecimentos ao longo das encarnações.

É o veículo da intuição e mediunidade.

Seus desequilíbrios se limitam ao chacras e meridianos.

7º. Corpo – Corpo Espiritual

Corpo Espiritual, Cósmico, Divino, Etérico, ou Atma (invólucro da camada celestial) é o que guarda nosso espírito, envolve e fornece energia a todos os outros corpos.

Como o 6º. Corpo, seus desequilíbrios se limitam aos chacras e meridianos.

Chacras

Chakra, em sânscrito Shakra, significa roda da vida ou círculo de fogo.

São centros de energia localizados nos Corpos Áuricos, ao longo da coluna vertebral, que giram como pequenos redemoinhos e a principal função é manter uma transferência contínua entre o Cosmos (energia Cósmica), a Natureza (energia Telúrica) e o corpo orgânico.

Em cada corpo energético que passam adquirem novas formas de consciência, outros níveis de compreensão ou regência de uma área específica do corpo físico.

O ser humano possui centenas de chacras, porém apenas 7 – contados de baixo para cima - são trabalhados para cura e são conhecidos por Chacras Principais. Ex: no Corpo Causal o chacra laríngeo trabalha a clarividência; no corpo astral desenvolve a sociabilidade; no corpo mental estimula a comunicação; no físico comanda a garganta e os ouvidos. O que possuem em comum? Saber ouvir, responder adequadamente, ter paciência e reciprocidade, seja no plano humano ou no espiritual.

Quando estão acelerados, com excesso de energia, diz-se que estão dilacerados e, ao contrário, obstruídos. Nenhuma dessas situações é bem vinda, o ideal é que estejam em equilíbrio ou neutros, assim sempre produzem saúde, enquanto os desequilíbrios provocam doenças físicas e emocionais.

Como no caso dos Corpos Áuricos, tais desequilíbrios podem ser gerados por comportamentos ou sentimentos inadequados, por terceiros e pelo ambiente.

Chakra Base

Mantra: Lam

Palavra chave: Ativação

Cor: Vermelho e marrom

Cristais: Jade Vermelho, Ônix, Quartzo Fumê, Hematita, Turmalina Preta e outras pedras de coloração vermelha ou preta

Óleos essenciais: Cravo, Alecrim, Gengibre

Símbolo: Flor de Lótus de 4 pétalas

Elemento: terra

Chakra Base, Básico, Raiz, Fundamental, Sacro, Kundalini ou Muladhara (raíz da vida) é o primeiro chakra, localizado no ventre, entre o ânus e os órgãos genitais e vibra em toda a região pélvica.

É transmissor de energia física – disposição, segurança, sobrevivência, sexo e adequação ao meio ambiente. Está relacionado ao olfato, coluna, ânus, intestinos grosso e delgado, próstata, sangue, constituição celular, vagina, útero, dentes, unhas, cabelos, ossos, pélvis, coxas, pernas e pés.

Possui dois chacras auxiliares localizados um em cada pé, que absorve energia telúrica, controla a saúde física e aterra, tirando do “mundo da lua”.

No físico corresponde às glândulas suprarrenais, também denominadas adrenais, responsáveis pela manutenção basal de todo o organismo.

Aspectos terapêuticos de diagnóstico

EQUILIBRADO: perseverança, confiança, força de vontade, coragem, autoestima elevada, vivacidade, reconhecimento da identidade pessoal e social, busca da segurança pessoal, do trabalho como sobrevivência, da satisfação de forma honrada, da construção da vida material e sentimental de modo honesto e sereno.

DILACERADO: hostilidade, raiva, possessividade, gula, fobia, desajuste social, compulsão sexual, vícios em geral, queda de cabelos, ossos e dentes fracos, infecção óssea ou nos órgãos excretórios.

OBSTRUÍDO: preguiça, apatia, impotência, frigidez, insegurança, falta

de apetite, inflamação nos órgãos excretórios ou nos ossos.

ALGUNS COMPORTAMENTOS QUE PODEM GERAR DESEQUILÍBRIOS: problemas familiares, excesso de responsabilidade, dificuldades na estrutura de vida, falta de dinheiro, falta de emprego, etc.

ALGUMAS DOENÇAS QUE OS DESEQUILÍBRIOS PODEM CAUSAR: indisposição física, falta de vitalidade, dores nas articulações, torcicolo, inflamação no nervo ciático, desânimo e falta de entusiasmo, falta de aterramento, doenças ósseas, hemorroidas, unhas encravadas crônicas e infecção no sistema renal.

Chakra Umbilical

Mantra: Vam

Palavra chave: Cotidiano

Cor: Laranja

Cristais: Cornalina, jasper laranja ou outras pedras de coloração laranja

Óleos essenciais: Mirra, baunilha e laranja

Símbolo: Flor de Lótus de 6 pétalas

Elemento: água

Denominado Umbilical, Sacro, Sexual, Esplênico ou Svadhishtana (morada próxima da divindade), o segundo chacra está localizado 2 a 3 cm abaixo do umbigo.

É responsável pela energização geral do organismo e por ele entram as energias cósmicas, a seguir distribuídas pelo corpo. É o gerador de todo tipo de emoção e atua, também, sobre a sexualidade, a criatividade e o compartilhamento íntimo ou social.

No organismo rege o paladar e a saúde dos ovários, testículos, seios, bexiga, rins, intestino grosso, músculos, cartilagens, veias,

pele, quadris, tubas uterinas, sangue, linfa, sucos digestivos, esperma, pélvis e região lombar.

As glândulas gônadas (ovários e testículos) são a representação física do Chakra Umbilical, produzindo a progesterona e o estrogênio que contribuem com a forma masculina-feminina, bem como a atração sexual (libido).

Representa a vontade de viver numa maneira mais natural e original, o poder criativo divino e as emoções originais. As memórias de nossa existência, inclusive de vidas passadas, são armazenadas no Chakra Umbilical.

Aspectos terapêuticos de diagnóstico

EQUILIBRADO: autoestima, serenidade, segurança emocional e mental, bons pensamentos, socialidade, integração familiar, coragem e motivação na realização dos desejos de forma honesta e justa.

DILACERADO: ciúme, vingança, vaidade, lascívia, compulsão sexual, alcoolismo, ansiedade, desespero, sudorese, cistite, diarreia, infecção do sistema urinário, intestino grosso, ovários ou próstata.

OBSTRUÍDO: incerteza, receio, vergonha, medo, culpa, reclusão, tristeza, inquietação, sensação de inadequação social, autorrepressão sexual, falta de libido, cólica, flatulência, deficiência de produção de leite materno, coágulos sanguíneos nos membros inferiores (má circulação).

ALGUNS COMPORTAMENTOS QUE PODEM GERAR DESEQUILÍBRIOS: dificuldades nos relacionamentos, autolimitação nas realizações, falta de aceitação do corpo, baixa autoestima, dificuldade de viver a vida.

ALGUMAS DOENÇAS QUE OS DESEQUILÍBRIOS PODEM CAUSAR: deficiências no sistema linfático, falta de orgasmo, incapacidade de ereção, ejaculação precoce, descontrole menstrual, acúmulo de gordura na

região do quadril e obesidade geral, cistos nos ovários e infertilidade.

Plexo Solar

Mantra: Ram

Palavra chave: Eu

Cor: Amarelo

Cristais: Citrino, Safira Amarela, Topázio, Turmalina Amarela e outras pedras na cor amarela

Óleos essenciais: Camomila, erva-doce, funcho, lavanda.

Símbolo: Lótus de 10 pétalas

Elemento: Fogo

Chakra do plexo solar, baço ou Manipura (repleto de jóias espirituais) atua na área do estômago – aproximadamente 2 dedos acima do umbigo na altura das costelas inferiores - e está relacionado com as emoções

Sua função é transmitir o calor (vida, energia) ao organismo e se encontra conectado ao plano mental consciente (razão, ideias, planejamento) e também à saúde psíquica.

No organismo rege visão, estômago, aparelho digestivo respiratório, vesícula, baço, sistema nervoso vegetativo, fígado, intestino delgado e região dorsal.

A glândula pancreática, responsável pelo hormônio insulina e pela digestão das proteínas, lipídeos e amidos, é a representação do Plexo Solar.

Aspectos terapêuticos de diagnóstico

EQUILIBRADO: autoconfiança, flexibilidade, compreensão, dedução,

organização, expressão sincera dos desejos, conhecimento da exata proporção da própria realidade, planejamento do futuro de forma racional às necessidades pessoais.

DILACERADO: perfeccionismo, impaciência, intolerância, irritabilidade, ambição, ganância, moralismo, preconceito, arrogância, falta de concentração, dispersão, esquecimento, compulsão alimentar, úlcera, gastrite, cirrose, diabetes, colesterolemia

OBSTRUÍDO: obsessão, devaneio, utopia, inveja, orgulho, indecisão, hesitação, ilusão, distorção dos fatos, mentiras, estresse, insônia, má digestão, perda do apetite, problemas digestivos, hipoglicemia

ALGUNS COMPORTAMENTOS QUE PODEM GERAR DESEQUILÍBRIOS: raiva, medo, insegurança, mágoa, tristeza, remorso, arrependimento, não aceitação da vida, intolerância, desejos não realizados, ansiedade, angústia, pânico, falta de perdão, vitimização, infantilidade, inflexibilidade, carência, vergonha e culpa.

ALGUMAS DOENÇAS QUE OS DESEQUILÍBRIOS PODEM CAUSAR: deficiência digestiva e estomacal, úlcera, gastrite, oscilações de humor, depressão, introversão, hábitos alimentares não saudáveis, instabilidade nervosa, câncer de estômago, desequilíbrio emocional, insegurança, pancreatite, hepatite, compulsão por consumo e hérnia de hiato.

Chakra cardíaco

Mantra: Yam

Palavra chave: afetividade

Cor: Verde e Rosa

Cristais: Quarto Rosa, Quarto Verde, Amazonita, Turmalina Melancia e outras pedras verdes ou rosas.

Óleos essenciais: rosa, estragão e cárdamo

Símbolo: Flor de lótus de 12 pétalas

Elemento: Ar

Chakra cardíaco, do coração ou Anahata (divino e inviolável pelo homem) é o 4º. Chakra e vibra na região torácica, no centro do peito entre os mamilos.

Possui a função de transmitir a energia prânica pelo organismo (vida, oxigenação) e se encontra integrado ao amor, à paz, e à coletividade^[3].

É considerado o chakra da cura, por essência relacionado às práticas Reikianas e diretamente ligado aos chacras das mãos^[4] ou chacras palmar, que, um em cada mão, possuem a função da cura energética e de transmissão da energia do amor universal gerado pelo coração.

Tem função de controlar as emoções e o organismo rege o tato, coração, circulação sanguínea, pulmões, esôfago, traqueia e região cervical.

A glândula timo é a condensação desse vórtice chácrico, sendo responsável por todo o sistema imunológico.

O chakra cardíaco também elabora a conexão entre os três chacras inferiores (vida material) e os três superiores (vida espiritual), simbolizando, assim, o equilíbrio da vida.

Aspectos terapêuticos de diagnóstico

EQUILIBRADO: amor-próprio, esperança, compaixão, perdão, felicidade, fraternidade, tolerância, alegria de viver, compreensão, ajuda ao próximo, devoção e fé

DILACERADO: amargura, revolta, ódio, rancor, medo de amar, desespero, vergonha, autopiedade, angústia, taquicardia, palpitações, hipertensão, infecção do sistema respiratório inferior ou do circulatório, doenças cardíacas

OBSTRUÍDO: nostalgia, carência, mágoa, melancolia, desalento, vazio

interior, lamentação, ressentimento, frustração, arrependimento, perda da fé, dor ou pressão no peito, falta de ar, hipotensão, coágulos sanguíneos na parte superior do corpo, enfarte, deficiência imunológica, doenças cardíacas.

ALGUNS COMPORTAMENTOS QUE PODEM GERAR DESEQUILÍBRIOS: sentimentos reprimidos, tristeza, materialismo em excesso, incompreensão, insensibilidade, excesso de apego, sensação de perda e abandono.

ALGUMAS DOENÇAS QUE OS DESEQUILÍBRIOS PODEM CAUSAR: infarto, angina, taquicardia, parada cardiorrespiratória, deficiência pulmonar, má circulação sanguínea, baixa imunidade, enfisema pulmonar, câncer de mama, lúpus, doenças sanguíneas em geral e gripes.

Chakra laríngeo

Mantra: Ham

Palavra chave: Comunicação

Cor: Azul claro, prateado e azul esverdeado

Cristais: Água Marinha e outros de cor azul clara ou azul esverdeado.

Óleos essenciais: eucalipto, hortelã e cânfora

Símbolo: Flor de lótus de 16 pétalas

Elemento: Eter

Chakra laríngeo, do pescoço, da garganta ou Vishddha (purificar a vida) é o 5º chakra e vibra na base da garganta, na altura da laringe entre a junção das clavículas.

Sua função é acumular energia vital (prana, longevidade), que é distribuída para todo o complexo energético. Também está relacionado à capacidade de percepção mais sutil e à voz. É o centro da comunicação e da audição, incluindo a clareza da audição, da receptividade e da criatividade e do acesso ao padrão etérico. Por ele se desenvolve a autorreflexão e a intuição,

ao estimular o contato com a voz interior.

O chacra laríngeo é o portal de comunicação de todos os chacras, principalmente dos inferiores com o centro da cabeça, e serve como ligação entre sentimentos e pensamentos, impulsos e reações, também expressando no exterior tudo o que existe no interior, riso e choro, amor e alegria, medo e raiva, intenções, idéias, desejos e percepções.

Possui importantes auxiliares: um pequeno chacra na região da orelha e outro localizado debaixo da língua – ambos associados com a saúde física e longevidade.

No organismo rege a saúde da garganta, laringe, faringe, boca, ouvidos, canal dental, língua e pescoço. É responsável pelo metabolismo, crescimento, renovação celular e a formação óssea.

A glândula tiróide é a representação desse chacra.

Aspectos terapêuticos de diagnóstico

EQUILIBRADO: plena comunicação verbal do plano mental e sentimental, boa interação familiar e social, direção dos objetivos, criatividade, autocontrole, polidez, educação

DILACERADO: tagalerice, criticidade, sarcasmo, ansiedade, irritabilidade, inquietação, nervosismo, egoísmo, intolerância, mudanças de humor, crescimento irregular de uma parte do corpo ou órgão, infecção do sistema nervoso, garganta ou ouvidos.

OBSTRUÍDO: gagueira, serviçalismo, retração, introspecção, hesitação, afonia, atrofia de qualquer membro ou órgão, inflamação do sistema nervoso, garganta ou ouvidos.

ALGUNS COMPORTAMENTOS QUE PODEM GERAR DESEQUILÍBRIOS: não falar ou opinar o que deseja, não verbalizar sentimentos - engolir sentimentos reprimidos - não colocar projetos em prática.

ALGUMAS DOENÇAS QUE OS DESEQUILIBRIOS PODEM CAUSAR: falta de criatividade para verbalizar pensamentos, dificuldade de expressão e comunicação – principalmente em público, asma, artrite, alergia, laringite, dor de garganta, problemas menstruais, herpes, aftas na boca, problemas de pele e cabelo, descontrole do crescimento do corpo na infância, bócio, câncer na garganta, perda da voz, surdez, problemas nos dentes e gengivas, hipotireoidismo, hipertireoidismo, obesidade.

Chakra frontal

Mantra: Om ou Ksham

Palavra chave: Compreensão

Cor: índigo ou violeta

Cristais: Lápiz lazuli, sodalita, ametista ou outra de cor azul escuro ou roxa.

Óleos essenciais: jasmim, erva príncipe, manjeriço

Símbolo: Flor de lótus de 96 pétalas

Elemento: Não tem

Chakra frontal, do terceiro olho ou Ajna (saber além da matéria) ressoa na parte frontal do rosto, na região central da testa, logo acima das sobrancelhas.

É a sede do intelecto, mas também da intuição e da percepção extra-sensorial.

Possui a função de elevar o ser humano ao plano espiritual, e está relacionado com a intuição, a percepção, a sensibilidade e a evolução. Representa a intuição, mediunidade, espiritualidade.

É a sede das forças mentais mais elevadas, do discernimento intelectual, da memória e da vontade, constituindo a central de comando mais elevada do sistema nervoso central.

No chacra frontal desenvolve-se a filosofia, a arte e a espiritualidade e, dessa forma é possível associar o sexto chacra ao hemisfério cerebral direito (frontal – abstração, sentimento, arte).

No organismo rege a saúde dos olhos, fossa nasal, cérebro, neurônios, eletricidade nervosa e cerebral.

A representação física se dá pela glândula hipófise, também denominada pituitária, que possui importantíssima função no organismo: estimula os hormônios da glândula tireoide (vida metabólica), da gônada (procriação) e da mamária (criação).

Aspectos terapêuticos de diagnóstico

EQUILIBRADO: autoconhecimento, poder mental e espiritual, compreensão do universo cósmico e telúrico, encontro com o “eu superior”, intuição, percepção, sabedoria atávica.

DILACERADO: irracionalidade, alucinação, incoerência, fanatismo, utopia, paranoia, psicose, desequilíbrio endócrino, alergia respiratória, infecção do sistema nervoso simpático, das fossas nasais e olhos.

OBSTRUÍDO: negativismo, depressão, fatalismo, baixa autoestima, perda da memória, letargia, esquizofrenia, hipocondria, rinite, sinusite, catarata, inflamação do sistema nervoso simpático, das fossas nasais e olhos.

ALGUNS COMPORTAMENTOS QUE PODEM GERAR DESEQUILÍBRIOS: ceticismo, materialismo excessivo, excesso de preocupações na vida, não saber dar limites na vida, excesso de negatividade, raiva do mundo, futilidade, dificuldade em viver a vida, excessiva visão racional e lógica de tudo.

ALGUMAS DOENÇAS QUE OS DESEQUILÍBRIOS PODEM CAUSAR: incapacidade de visualizar e compreender conceitos mentais, incapacidade de colocar idéias em prática, influência a função de todas as

outras glândulas, dores de cabeça, sinusite, confusão mental, dificuldade de compreensão, memória ruim, otite, hiperatividade mental.

Chakra coronário

Mantra: Om ou Ksham - Aum

Palavra chave: Percepção

Cor: Violeta e branco

Cristais: Roxo Fluorite, Ametista, Quartzo transparente e qualquer outro branco ou roxo.

Óleos essenciais: pau rosa, incenso e neroli

Símbolo: Flor de lótus de 1000 pétalas na cor violeta

Elemento: Não tem

Chakra coronário, da cabeça, coronal ou Sahasrara (mil pétalas ou mil luzes do espírito) é o sétimo e mais importante os chacras e vibra na região acima da cabeça, no centro externo da cabeça ou no “cocuruto” como diziam os antigos.

Ele é o elo entre o ser humano e o universo espiritual, do contato com os mestres superiores ou divindades – não confundir com religião, religiosidade ou devoção, que são atributos do chakra do plexo solar e do cardíaco. É a ligação entre o plano físico e o nosso Eu Superior, a Divina Presença Interior. É onde se localiza o cordão de prata que liga os corpos astrais.

A tradição de coroar os Reis fundamenta-se no princípio de estimulação desse chakra, de modo a dinamizar a capacidade espiritual e a consciência superior do ser humano.

Regula o instinto humano e suscita o universo inconsciente ou transcendente.

Rege a saúde do DNA, da memória genética, tectônica, nuclear.

A glândula pineal, também denominada hipotálamo ou epífise é sua condensação no plano físico, estimula a glândula hipófise a produzir hormônios; conecta o sistema nervoso ao endócrino, funcionando ao ritmo cardíaco.

Aspectos terapêuticos de diagnóstico

EQUILIBRADO: transpessoalidade, autoconhecimento, amor incondicional, compressão dos desígnios divinos, do destino, da vida e da morte.

DILACERADO: degeneração celular, deformidade orgânica ou mental evoluída durante a existência (pós-nascimento). O desequilíbrio sempre estará conectado com outro chacra, por exemplo: loucura (frontal), câncer (cardíaco), diabetes (plexo solar), artrite (umbilical), osteoporose (base) entre outras possibilidades.

OBSTRUÍDO: degeneração celular, deformidade orgânica ou mental evoluída no ventre materno (pré-nascimento), a desarmonia com o mundo humano existe por razões carmáticas, tanto do espírito tanto quanto da família que o acolhe, síndrome de Down, autismo, esquizofrenia, hermafroditismo, xifopagia.

ALGUNS COMPORTAMENTOS QUE PODEM GERAR DESEQUILÍBRIOS: negligência espiritual, alienação da causa e missão espiritual, falta de fé, incredulidade, não aceitação do mundo, falta de ligação com a consciência divina, falta de fé na divindade, rejeição da origem.

ALGUMAS DOENÇAS QUE OS DESEQUILÍBRIOS PODEM CAUSAR: desequilíbrio no relógio biológico e do sono, torpor consciente, espírito alterado, desarmonia nos vínculos entre o corpo físico e os sutis, falta de integração da personalidade com a vida e os aspectos espirituais, tumor no cérebro, obsessão espiritual, depressão, Alzheimer, Parkinson, Esquizofrenia, Epilepsia, mal funcionamento dos outros chacras.

Meridianos

Meridianos são canais por onde a energia percorre o corpo.

Comparando a anatomia energética com uma cidade, os corpos áuricos são a cidade, os chacras, as casas e o meridianos, as ruas.

Há 12 Meridianos Principais também chamados de Canais Regulares e 8 Secundários ou Extraordinários.

Os 12 Canais Regulares ou Meridianos Principais

Três Canais Yin da Mão	Canal do Pulmão e da Mão – Taiyin Canal Pericárdio da Mão – Jueyin Canal do Coração da Mão - Shaoyin
Três Canais Yang da Mão	Canal do Intestino Grosso da Mão – Yangming Canal do Triplo Aquecedor da Mão – Shaoyang Canal do Intestino Delgado da Mão - Taiyang
Três Canais Yin do Pé	Canal do Baço do Pé – Taiyin Canal do Fígado do Pé – Jueyin Canal do Rim do Pé - Shaoyin
Três Canais Yang do Pé	Canal do Estômago do Pé – Yangming Canal da Vesícula do Pé – Shaoyang Canal da Bexiga do Pé - Taiyang

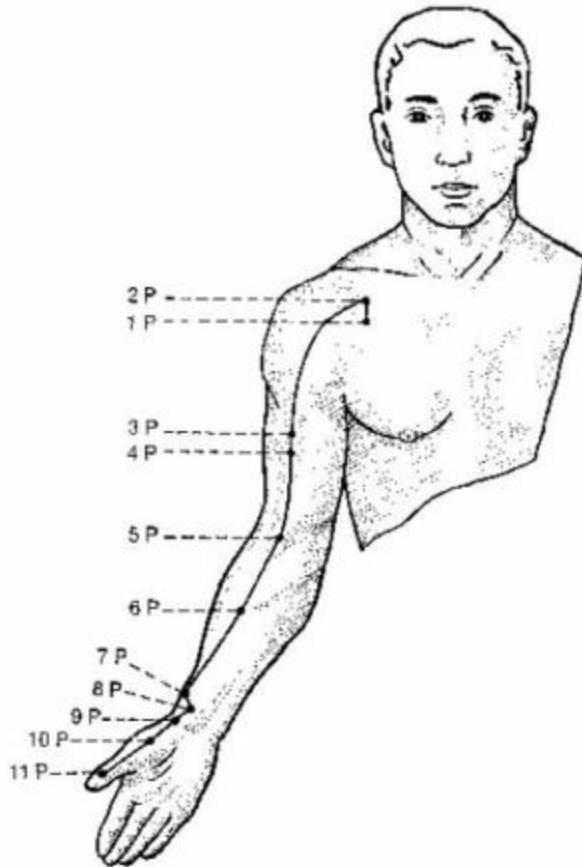
- O Canal do Pulmão e da Mão – Taiyin

Curso - O canal dos pulmões da mão – Taiyin origina-se no aquecedor médio, a porção entre o diafragma e o umbigo da cavidade do corpo, correndo para baixo para comunicar-se com o intestino grosso. Voltando para trás, ele vai ao longo dos orifícios do estômago (o piloro e a cárdia), depois para cima através do diafragma para dentro de seu órgão pertinente, os pulmões.

Da série pulmonária, incluindo a traquéia, a garganta, etc.), ele vai transversalmente para a axila (fora do ponto zhongfu, P1). Ele desce ao longo da face medial do braço superior, e passa em frente do canal do coração da mão – Shaoyin e do canal do pericárdio da mão – Jueyin. , para baixo em direção à porção média do cotovelo. Dali ele corre ao longo do limite anterior do rádio sobre a face medial do antebraço e vai para dentro de Cunkou, o lugar no pulso sobre a artéria radial onde é sentido o pulso. Então chega ao tenar, corre ao longo de seu limite e emerge do lado medial da ponta do dedo indicador (Ponto Shaoshang, P11). O ramo do canal corre diretamente na face mais próxima do pulso (ponto Lieque, P7) para dentro do lado radial da ponta do índice (ponto Shangyang, P11), no qual liga-se com o canal do intestino grosso da mão – Yangming.

Sintomas Patológicos - O primeiro sintoma resultante de uma desordem do próprio canal é distensão dos pulmões, caracterizada por dispnéia, tosse e dor na fossa supraclavicular. A dor pode ser tão aguda que o paciente crisca suas mãos diante do peito com visão enevoada, que é chamada de “bijue” na MTC.

CANAL DO PULMÃO



Uma desordem do canal, afetado por doença do pulmão, é sintomatizado por tosse, asma, sede, impaciência, sensação de plenitude no peito, dor e sensação de frio ao longo do peito anterior do lado médio do braço, com uma sensação de queimação na palma da mão. Quem tiver Qi excessivo do canal tem uma dor no ombro e nas costas, ou coriza, causada pelo vento e o frio, ou suor devido a Ter estado exposto a vento patogênico, ou micção freqüente e oligúria. Quem tiver Qi deficiente do canal tem dor e sensação de frio no ombro e nas costas, ou tem dificuldade para respirar ou mudanças de cor na urina.

- O Canal do Intestino Grosso da Mão – Yangming

Curso – este canal começa da ponta do lado radial do dedo índice (ponto Shangyang, P11) corre para cima ao longo do lado radial do dedo índice e

passa entre os ossos metacarpianos I e II, vai para dentro da depressão entre os tendões do músculo “extensor pollicis longus e brevis”, depois ao longo da face ântero-lateral do antebraço à parte lateral do cotovelo (ponto Quchi, IG11). Ao longo da borda anterior da parte lateral do braço superior, ele sobe para o ponto mais alto do ombro (ponto Jianyu, IG15), e então vai ao longo do limite anterior do acrômio até a 7ª vértebra cervical (ponto Dazhui, Du14), donde vem para baixo para dentro da fossa supraclavicular e comunica-se com os pulmões. Descendo através do diafragma, ele penetra o seu órgão pertinente, o intestino grosso. O canal ramo da fossa supraclavicular corre para cima para o pescoço, passa através da face, e penetra nos dentes inferiores e gengiva. Então curva-se em volta dos lábios e encontra no ponto Renzhong (Du26), ou philtrum, o entalhe na meia linha do lábio superior. Dali o canal do lado esquerdo vira-se para a direita, enquanto o canal do lado direito volta-se para a esquerda. Eles vão para cima para ambos os lados das asas do nariz (ponto Yingxiang, IG20) e liga-se com o canal do estômago do pé – Yangming.

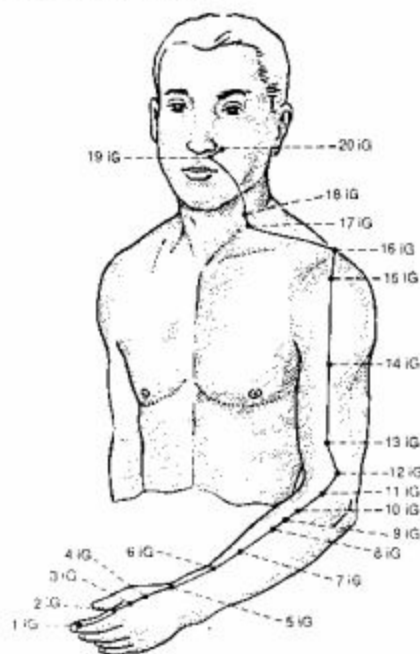
Sintomas Patológicos – Uma desordem do mesmo canal causa dor de dente e edema do pescoço. Uma desordem do canal, que é causada pela doença do intestino grosso e o patometabolismo do fluido do corpo que a doença causa, dá lugar a esclera icterica, boca seca, epistaxe, faringite, dor ao longo do limite anterior do ombro e do braço superior, a akinesia do dedo índice. Os que têm o Qi excessivo do canal provavelmente sofrem de calor e inchaço das regiões onde o canal passa, enquanto os que têm o Qi do canal deficiente frequentemente sofrem de calafrio intenso.

- O Canal do Estômago do Pé – Yangming

Curso – este canal começa do lado do nariz (ponto Yingxiang), e sobe para a raiz do nariz, encontrando o canal da bexiga. Depois ele desce ao longo da face lateral do nariz e entra na gengiva superior. Emergindo e contornando em volta dos lábios, ele passa em direção para baixo e liga-se com o canal simétrico no ponto Chengjiang (Ren24) no sulco mentolabial. E corre ao longo do lado pósterior inferior da glândula parótica, através do ponto Daying (E5), e do ponto Jiache (E6)

sucessivamente, depois sobe na frente da orelha, através do ponto Kezhuren, i.e., Shangguan (VB3), o ponto do canal da vesícula do pé – Shaoyang. E finalmente, corre ao longo da linha dos cabelos e atinge a testa (pto. Touwei, E9). Um de seus ramos brota em frente de Daying (E5), desce para Renying (E9), e vai ao longo da garganta para dentro da fossa supraclavicular.

CANAL DO INTESTINO GROSSO DA MÃO



Desce através do diafragma, entra no estômago, e comunica-se com o baço. Um ramo direto da fossa supraclavicular desce para o limite medial da “papila mammae”. Depois faz sua descida ao longo do lado do umbigo e entra no ponto Qijie, i.e., Qichong (E30).

Um de seus ramos começando do piloro desce através da cavidade abdominal, e junta-se diretamente ao ramo no ponto Qijie (E30). Dali desce através do ponto Biguan (E31),

Futu (E35), para o joelho. Ao longo da parte ântero-lateral da tíbia, vai em direção ao dorso do pé, e depois para a face lateral da ponta do segundo dedo do pé (ponto Lidui, E45).

Outro ramo que brota da região a 3 cun individuais do joelho (ponto Zusanli, E36), desce para a face lateral do dedo médio do pé. O ramo que brota do

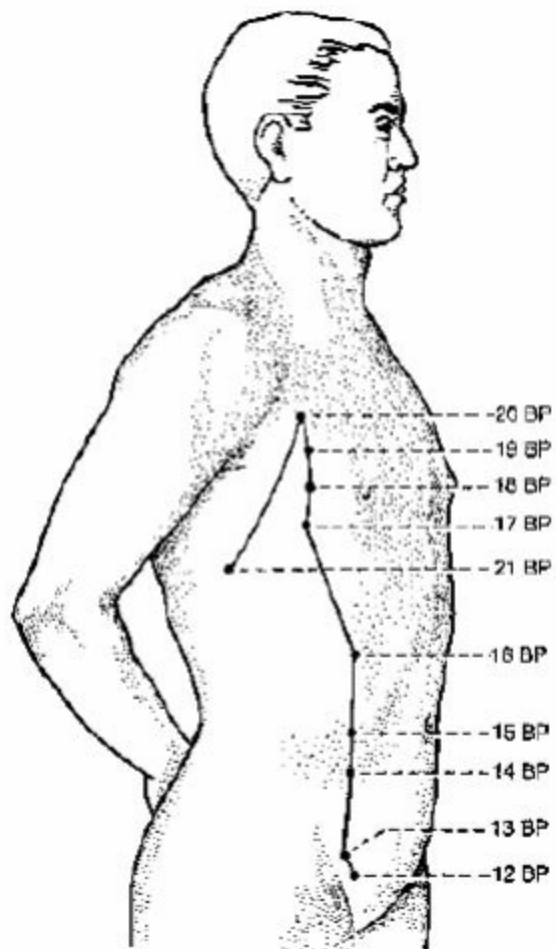
dorso do pé (ponto Chongyang, 42) desce para a margem medial do halux, e através de sua ponta (ponto Yinbai, BP1), liga-se com o canal do baço do pé

–

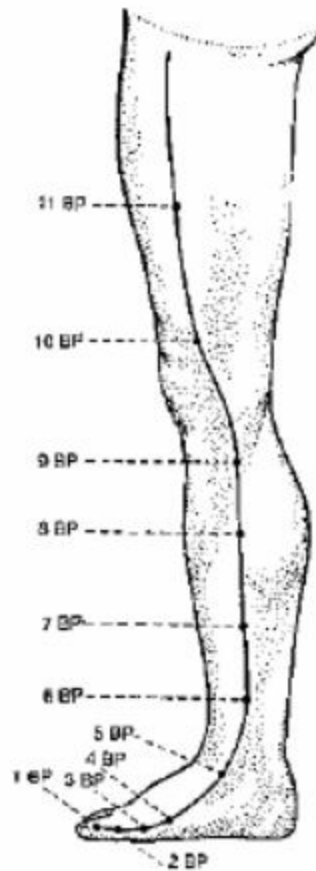
Taiyin.

Sintomas Patológicos – uma desordem do próprio canal causa os seguintes sintomas: tremor de frio com uma sensação de água gelada sendo borrifada sobre o corpo, freqüentes gemidos, bocejos repetidos, e uma cor preta e escura da pele da testa. Quando uma doença do canal ocorre, o paciente fica muito inclinado a evitar encontrar-se com pessoas e fogo. É muito provável que ele seja atraído para ouvir o som da mata e prefira uma vida solitária. Sua condição pode ser tão séria que ele chega ao ponto de cantar sozinho e correr às voltas completamente nu. Ele tem burburinho e distensão abdominal, que é chamado de “Ganjue” na MTC. Alguns sintomas que podem estar presentes devido a problema de sangue causados por uma desordem do estômago são: mania, malária, doença febril, hidrose, epistaxe, desvio da boca, bolha nos lábios, edema do pescoço, inflamação da garganta, ascite, edema e dor na patela, (rótula do joelho) dor ao longo do curso do canal no peito, na mama, Qijie (E30), na coxa, Futu (E32), na face lateral anterior da tíbia e no dorso do pé, e akinesia do dedo médio do pé. Um paciente que tem Qi excessivo do canal pode sentir calor na parte anterior do corpo. A hiperfunção do estômago levará a digestão rápida, fome e urina amarelada. O paciente cujo Qi do canal é deficiente pode ter tremor de frio freqüente na parte anterior do corpo. Se o problema de estômago for causado por frio patogênico, ele terá distensão abdominal.

CANAL DO BAÇO DO PÉ - TAIYIN



CANAL DO BAÇO DO PÉ - TAIYIN



- O Canal do Baço do Pé – Taiyin

Curso – o canal começa da ponta do lado medial do dedão do pé (Yinbai, Sp 1). Dali ele corre ao longo da junção da pele vermelha e branca da face medial do dedo grande do pé, passa para a superfície posterior do “Hegu”, o processo nodular na face medial da primeira junta metatarsofalangeal e sobe em frente do maléolo medial para a parte medial do couro cabeludo. Faz seu caminho ao longo do limite posterior da tíbia, sobe em frente do canal do fígado do pé – Jueyin, vai através da parte anterior medial do joelho e coxa, e para dentro da cavidade abdominal, depois entra em seu órgão pertinente, o baço, e comunica-se com o estômago. Dali ele vai através do diafragma, e para cima ao longo dos dois lados da garganta, alcança a raiz da língua e espalha-se sobre sua superfície inferior. O ramo do canal brota do estômago, vai para cima através do diafragma, dispersa-se para dentro do coração e liga-se com

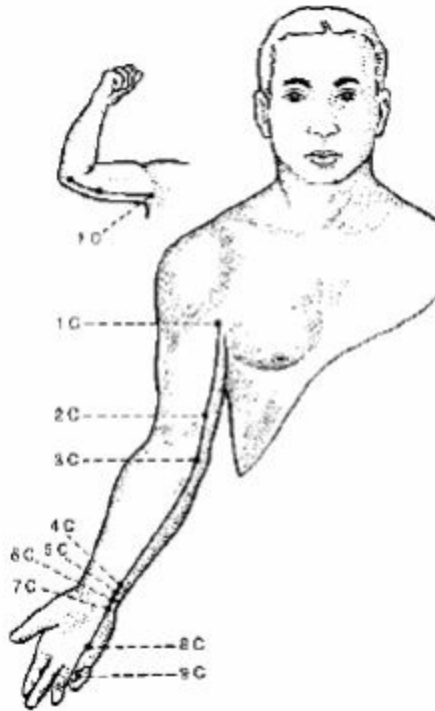
o canal do coração da mão – Shaoyin.

Sintomas Patológicos – os sintomas mais óbvios que resultam de uma desordem do próprio canal são os seguintes: língua dura, vômito após as refeições, dor de estômago, flatulência e eructação freqüente, que podem ser aliviados após movimentar os órgãos Fú e “quebrar o vento”, e sensação de peso de todo o corpo. Quanto a sintomas devido a uma desordem do canal afetado por distúrbio do baço, eles existem principalmente, na forma de dores na raiz da língua, aquinesia, falta de apetite, irritação, dor aguda na parte superior do abdômen, diarréia e disenteria, disúria, amarelidão, ficando impossibilitado de deitar-se e dificuldade de ficar em pé, edema da parte medial da coxa e do joelho, extremidades frias, e incapacitação do dedo grande do pé.

- O Canal do Coração da Mão – Shaoyin

Curso – este canal começa no coração, sai do sistema cardíaco (os grandes vasos ligando-se com outros órgãos) e desce através do diafragma para ligar-se com o intestino delgado. O ramo do canal brota do sistema cardíaco, corre para cima ao longo da lateral da garganta, e junta-se aos conectores oculares (as estruturas ligando o globo ocular com o cérebro, incluindo os vasos sanguíneos e nervos óticos). O canal original sobe do sistema cardíaco para os pulmões e desce para a axila.

CANAL DO CORAÇÃO DA MÃO - SHAOYIN



E então move-se ao longo do limite posterior da face medial do braço superior, passa atrás do canal dos pulmões da mão – Taiyin e o canal do pericárdio da mão – Jueyin, vai para baixo e atinge a fossa do cúbito. Continua a correr ao longo do limite posterior da parte medial do antebraço, e chega ao osso em forma de cabeça mais perto da palma. Ele movimentar-se através do limite posterior da parte medial da palma, e depois ao longo do lado medial do dedo mínimo alcança a ponta (ponto Shaochong, C9), e finalmente liga-se com o canal do intestino delgado da mão – Taiyang.

Sintomas Patológicos – garganta seca, dor precordial e sede são os sintomas mais comuns resultantes de uma desordem do dito canal, que é chamado de “Bijue” na MTC. Uma desordem do canal causado pelo problema do coração dá lugar a esclera icterica, dor no hipocôndrio e limite posterior da parte medial das extremidades superiores, mãos e pés frios,

e palmas doloridas e quentes.

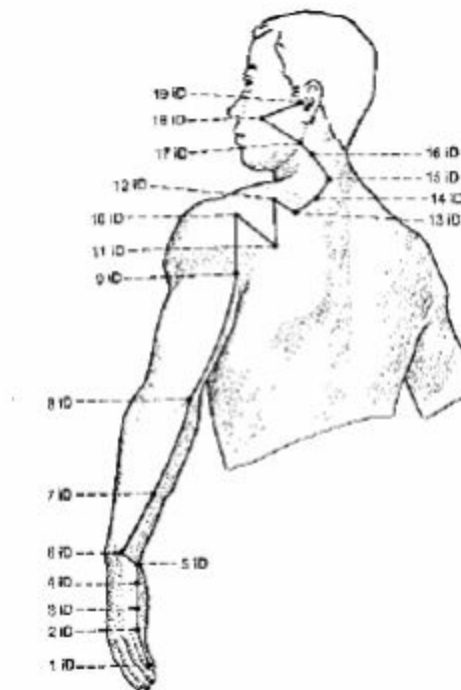
- O Canal do Intestino Delgado da Mão – Taiyang

Curso – este canal começa da ponta do lado ulnar do dedo mínimo (ponto Shaoze, ID1), e segue o limite ulnar do dorso da mão, sobe para o punho, e depois através do processo estilóide da ulna e o limite posterior do antebraço, passando finalmente entre o olecrânio da ulna e o epicôndilo medial do úmero. Continua a mover-se ao longo do limite posterior da parte lateral do braço superior, e fora da junta do ombro. Depois contornado o omoplata, encontra o canal Du no ponto Dazhui, (Du14). Dali vai para frente para dentro da fossa

supraclavicular e então liga-se com o coração, subindo ao longo do esôfago, passa o diafragma, alcança o estômago, e entra no seu órgão pertinente, o intestino delgado. Um dos ramos deste canal emerge da fossa supraclavicular, e sobe ao longo do pescoço para a face. Dali alcança o canto exterior do olho e então vai para dentro do ouvido (ponto Tinggong, ID19). O outro ramo do canal que é separado da face, sobe para a região infra-orbital (ponto Quanliao, ID18), alcança a parte lateral do nariz e termina no canto interior. Depois é distribuído obliquamente por sobre o zigoma e liga-se com o canal da bexiga do pé – Taiyang.

Sintomas Patológicos – os principais sintomas devidos a uma desordem do próprio canal são os seguintes: inflamação da garganta, inchaço do queixo, pescoço duro, dor insuportável no ombro como se arrancado, e dor aguda no braço superior como se estivesse fraturado. Os sintomas primários que são devidos a uma desordem do canal, causados por problema do fluido que é originado por doença do intestino delgado, são mostrados na forma de surdez, esclera inctérica, inchaço na face, e dores ao longo do limite posterior da parte lateral do pescoço, do queixo, do ombro, do braço superior, do cotovelo e do antebraço.

CANAL DO INTESTINO DELGADO DA MÃO - TAIYANG



- O Canal da Bexiga do Pé – Taiyang

Curso – este canal começa do canto interior, sobe para a testa e junta-se com seu canal simétrico no vértice (ponto Baihui, Du20). Um dos seus ramos biparte-se do vértice e vai para a parte superior da aurícula. O canal original deixa o vértice em direção ao cérebro, onde ele reemerge e corre para baixo para a parte posterior do pescoço. Continuando ao longo da face medial da escápula, move-se paralelamente à coluna vertebral e alcança a região lombar. Passando os músculos paravertebrais, comunica-se com os rins e entra em seu órgão pertinente, a bexiga.

O ramo da região lombar corre para baixo paralelamente à coluna vertebral (1,5 cun individuais lateralmente à parte posterior da meia linha), através da região glútea, e para

dentro da fossa poplíteia. Outro ramo emerge do canal original atrás do pescoço, do lado medial da escápula

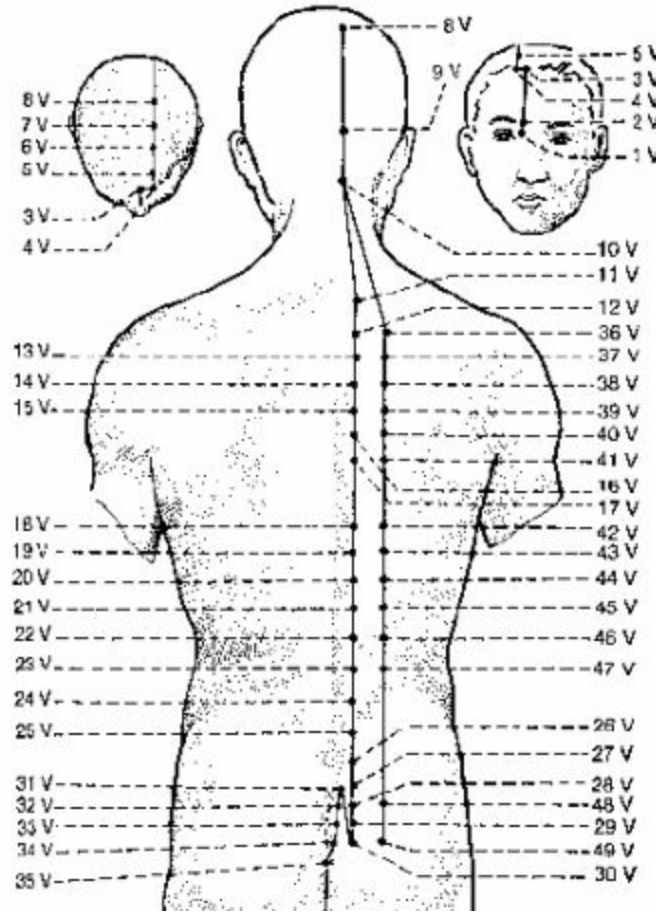
passa através da escápula, e corre para baixo paralelamente à coluna vertebral (3 cun individuais lateralmente à parte posterior da meia linha). Depois corre através do trocanter

maior do fêmur, em direção abaixo ao longo do limite posterior da parte

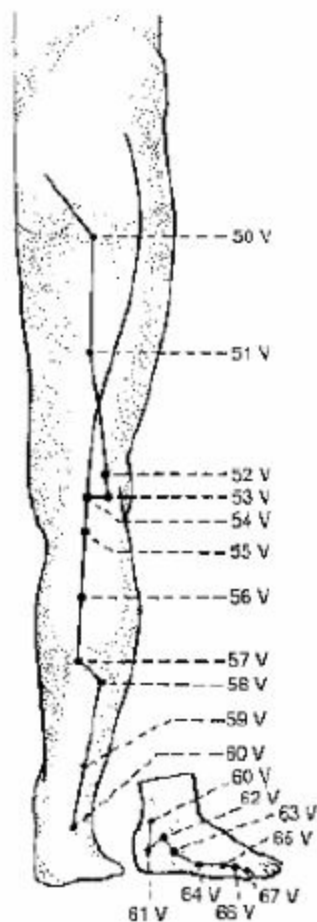
lateral da coxa onde ele encontra o ramo que desce da região lombar na fossa poplíteia. Dali ele faz seu caminho para baixo através do músculo gastrocnêmio, emerge da parte posterior do maléolo externo, corre ao longo do ponto Jinggu (B64) para a parte lateral da ponta do dedo mínimo do pé (ponto Zhiyin, B67), onde se liga como canal do rim do pé – Shaoyin.

Sintomas Patológicos – como resultado de uma desordem do próprio canal, o paciente terá dor de cabeça com sensação de Qi elevando-se para cima, dor nos olhos como se saltados para fora, dor na parte posterior do pescoço como se fosse puxado, dor na espinha e lombo como se estivessem quebrados, acampsia da coxa, espasmo dos tendões na fossa poplíteia como se estivessem amarrados, e dor no gastrocnêmio como se estivesse partido, o que é chamado de “Huai Jue”. Um paciente que sofre de desordem do canal que é causada por problema do tendão devido a doença da bexiga terá hemorróidas, malária, insanidade, epilepsia, esclera ectérica, lacrimejamento, epistaxe, dores na fontanela e outras partes tais como parte posterior do pescoço, lombo, região sacra, fossa poplíteia, no músculo gastrocnêmio, e no pé, e disfunção dos dedos pequenos do pé.

CANAL DA BEXIGA DO PÉ - TAIYANG



CANAL DA BEXIGA DO PÉ - TAIYANG



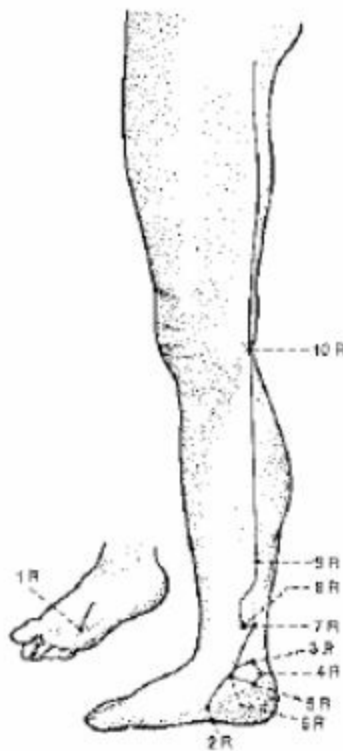
- O Canal dos Rins do Pé – Shaoyin

Curso – o canal dos rins do pé –Shaoyin começa da superfície plantar do pequeno dedo do pé, e corre obliquamente para o centro da sola do pé (ponto Yongquan, KI). Emergindo do ponto Rangu (K 2) (na parte interior da tuberosidade do osso navicular) corre atrás do maléolo medial, e alcança o calcanhar. Depois ele sobe ao longo do lado medial do músculo gastrocnêmio e emerge do lado medial da fossa poplíteia. Subindo continuamente ao longo da parte médio-posterior da coxa, ele corre através da coluna vertebral. Dali ele entra no seu órgão respectivo, os rins, e comunica-se com a bexiga. Seu ramo direto re-emerge dos rins, corre diretamente para cima através do fígado e diafragma, para dentro dos pulmões, dos quais movimentava-se ao longo da garganta e termina na raiz da língua. Outro ramo dele, sai dos

pulmões, liga-se com o coração, e é distribuído por sobre a cavidade torácica para encontrar-se com o canal do pericárdio da mão – Jueyin.

Sintomas Patológicos – quando devido a uma desordem do próprio canal, o paciente pode sentir fome mas não ter nenhuma vontade de comer. Além disso, ele pode apresentar compleição escura, hemoptise, somido branquial e visão turva. Pode sentir-se desconfortável ao sentar-se. Parece estar tão faminto como se seu coração estivesse pendurado no ar. Se este canal for deficiente em Qi, o paciente é capaz de tornar-se nervoso e ter palpitação com medo de ser apanhado, o que é chamado de “jue do osso”. Um paciente que sofre de desordem do canal afetado por problema dos rins pode ter sensação de queimação na boca, língua seca, garganta inchada, dispnéia respiratória, faringe com inflamação seca, irritação, dor precordial, amarelidão, disenteria, dores na espinha e na borda posterior da parte medial da coxa, síncope, flacidez, sonolência e sensação de queimação nas solas dos pés

CANAL DOS RINS DO PÉ - SHAOYIN

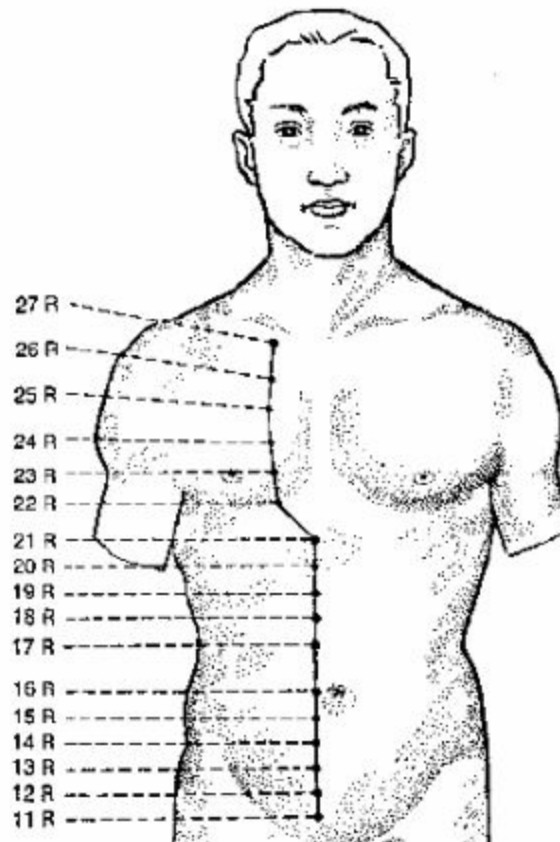


- O Canal do Pericárdio da Mão – Jueyin

Curso – este canal começa no tórax onde sai do órgão pertinente, o pericárdio. Desce depois através do diafragma e liga-se com os triplo aquecedores nas porções superiores, médias e inferiores da cavidade do corpo.

Um de seus ramos corre ao longo do tórax, através da região costal num ponto a 3 cun individuais abaixo da axila, e sobe para a axila. Da parte medial do braço superior, faz seu caminho para baixo entre o canal dos pulmões e o canal do coração, e alcança a fossa do cúbito.

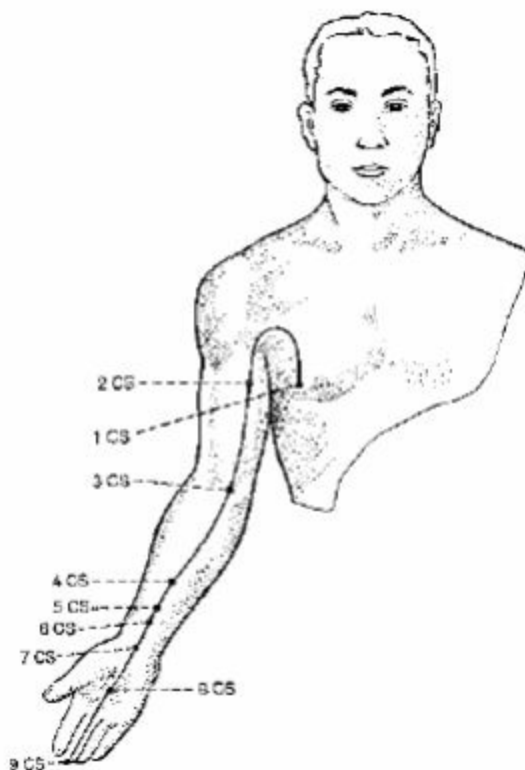
CANAL DOS RINS DO PÉ - SHAOYIN



Dali corre ainda mais para baixo para o antebraço entre os tendões do “musculus palmaris longus” e o “musculus flexor carpi” e entra na palma da mão. Corre ao longo do dedo médio para a sua ponta (ponto Zhongchong, PC9). Outro ramo dele deixa a palma da mão (ponto Laogong, PC8), corre ao longo do dedo anular para a sua ponta (ponto Guanchong, TA1), e liga-se

com o canal do triplo aquecedor da mão – Sahaoyang.

CANAL DO PERICÁRDIO DA MÃO - JUEYIN



Sintomas Patológicos – como resultado de uma desordem do próprio canal o caso é sintomatizado por sensação febril no centro da palma, espasmo e contração do braço e cotovelo, edema da axila, sensação de enchimento no peito e hipocondria, palpitação violenta e irritabilidade, face corada, esclera ictérica e mania. Se a desordem do canal for causada por problema do pericárdio, o caso é sintomatizado como irritação, dor precordial, e sensação de calor nas palmas das mãos.

- O Canal do Triplo Aquecedor Sanjiao da Mão – Sahaoyang

Curso - este canal começa no lado ulnar da ponta do dedo anular (ponto Guanchog, TA1) e corre para cima entre os dois dedos, i.e., o quarto e o quinto ossos metacarpianos. Ao longo do dorso do pulso, ele corre para o lado dorsal do antebraço entre os dois ossos, rádio e ulna. Ele sobe através do

olecrânio, ao longo da parte lateral do braço superior, para a região do ombro, onde encontra com o canal da vesícula do pé – Shaoyang, e depois deixa sua parte posterior para a fossa supraclavicular. Da fossa desce mais, é distribuído para o ponto Shanzhong (Ren17), ou a região no centro entre os dois seios, e comunica-se com o pericárdio. Descendo através do diafragma, alcança sucessivamente o triplo aquecedor, i.e. as porções superiores, médias e inferiores da cavidade do corpo. Um de seus ramos origina-se do ponto Shanzhong (Ren17) e sobe para a fossa supraclavicular, donde vai para cima para a nuca. Do limite posterior do ouvido, faz uma subida direta através da parte superior da aurícula, curva-se para baixo para a face, e depois atinge a região infraorbital. Outro ramo origina-se na região retro-auricular e passa para dentro do ouvido. Emergindo na frente do ouvido, corre na frente de Kezhuren, i.e., ponto Shangguan (VB3), através do ramo acima mencionado na face e atinge o cantus exterior, onde se liga com o canal da vesícula do pé – Shaoyang.

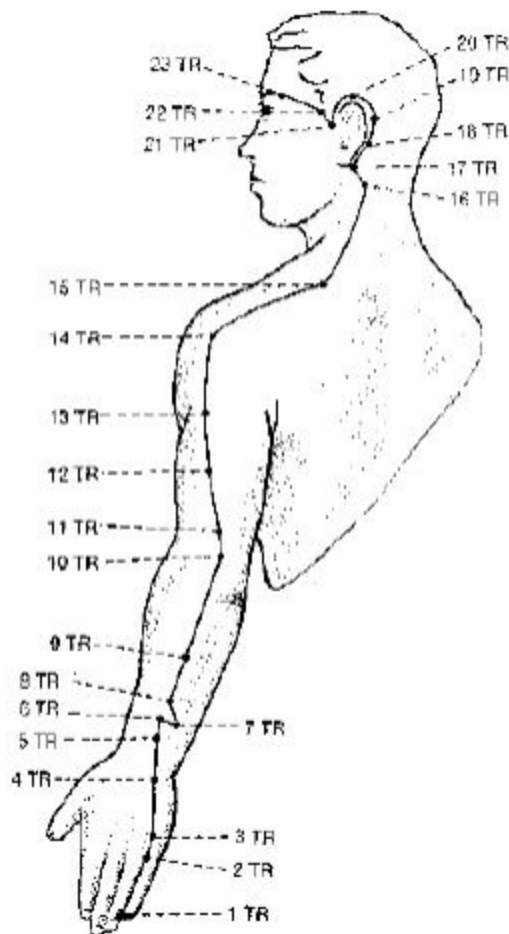
Sintomas Patológicos – os sintomas devidos a uma desordem do próprio canal são os seguintes: surdez, zumbido, edema de laringe e inflamação da garganta. Uma desordem do canal é causada quando seu Qi é perturbado, ou quando seu órgão relevante adocece, tem as manifestações seguintes: hidrose, dor no cantus exterior do olho, dor na face, dores no limite posterior do ouvido e ao longo da parte lateral do ombro, braço superior, cotovelo e antebraço, e disfunção do dedo anular.

- O Canal da Vesícula do Pé – Shaoyang

Curso – este canal começa do canto exterior do olho, corre para cima para o canto da testa, e curva-se para baixo para a região retro-auricular. Depois corre ao longo do lado do pescoço na frente do canal do triplo aquecedor para o ombro. Retroagindo, vai para trás do canal do triplo aquecedor da mão – Shaoyang, e entra na fossa supraclavicular. Um de seus ramos origina-se na região retro-auricular, passa através do ouvido, reemerge na frente da orelha e depois atinge a parte posterior do cantus exterior do olho. Outro ramo deixa o cantus exterior para o ponto Daying e encontra o canal do triplo aquecedor da mão – Shaoyang novamente. Dali ele atinge a

região infra-orbital, depois desce através do ponto Jiache (E6) para o pescoço, donde ele passa para dentro da fossa supraclavicular e encontra o canal original. Depois continua a correr através do peito, do diafragma, do fígado, e então para a vesícula. Depois corre ao longo do interior do hipocôndrio, através do ponto Qijie ou Qichong (E30), em torno da margem da púbis, transversalmente para o ponto Huantiao (VB30). Um terceiro ramo direto desce da fossa supraclavicular para a axila, donde continua sua descida ao longo da parte lateral do peito, através do hipocôndrio, para Huantiao (VB30), e encontra p ramo acima mencionado.

CANAL DO TRIPLO AQUECEDOR SANJIAO DA MÃO - SAHAOYANG



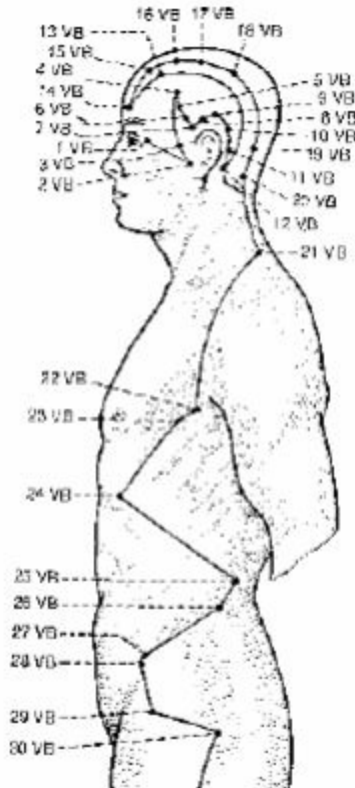
De Huantiao, ele vai para baixo ao longo da parte lateral da coxa, emerge da parte lateral do joelho e continua seu caminho para baixo ao longo da parte anterior da fíbula, e diretamente para Juegu, i.e. uma cavidade na parte

baixa da fíbula e a 3 cun individuais acima do maléolo externo. Correndo além para baixo, ele emerge na frente do maléolo externo. Ao longo do dorso do pé, ele encontra seu término na parte lateral da ponta do quarto dedo do pé. Um quarto ramo deixa o dorso do pé, faz seu caminho primeiro entre o primeiro e o segundo ossos metacarpianos, depois através da porção distal do dedo grande do pé, de volta para sua unha e finalmente fora da porção de pelo mais perto dele, e comunica-se com o canal do fígado do pé – jueyin.

Sintomas Patológicos – um paciente que sofre de uma desordem do próprio canal pode ter os sintomas seguintes: gosto amargo, bocejamento freqüente, dor precordial e no hipodôndrio, incapacidade para virar-se, palidez (em casos sérios), cútis de esteatose, e sensação de calor na parte lateral do dorso do pé, que é chamado de “Yang Jue” na MTC.

Um paciente que sofre de desordem óssea causada por problema de vesícula pode ter dor de cabeça, dores no queixo, no cantus exterior do olho, e na fosa supraclavicular, edema da axila, tuberculose dos nódos linfáticos, hidrose, tremor de frio, malária, e dores ao longo do curso deste canal, tais como no peito, no hipocôndrio, costela, coxa, parte lateral da parte do joelho até a fíbula e sua parte inferior, maléolo externo e juntas, e disfunção do quarto dedo do pé.

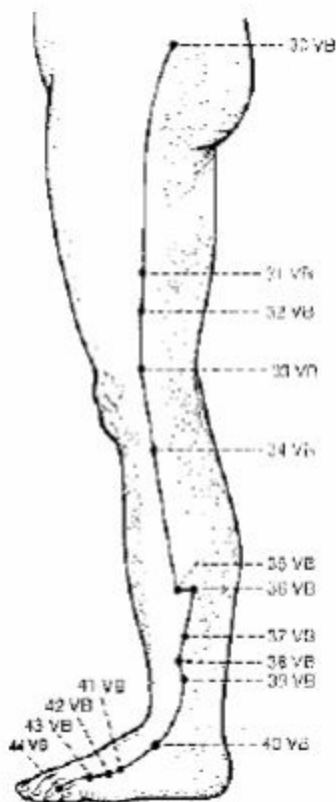
CANAL DA VESÍCULA DO PÉ – SHAOYANG



. - O Canal do Fígado do Pé – Jueyin

Curso - O canal do fígado do pé – Jueyin começa do limite dos pelos atrás do dedo grande do pé, passa o dorso do pé e alcança a região a um cun individual na frente do maléolo médio. Dali, sobe 8 cun individuais acima do maléolo médio onde cruza o canal do baço do pé – Taiyin, depois corre atrás do canal para o limite medial da fossa poplítea. Continua sua subida ao longo do lado médio da coxa, para a região púbica, onde curva em volta dos genitais externos e entra no abdômen inferior.

CANAL DA VESÍCULA DO PÉ – SHAOYANG



Dali, corre para cima através do estômago para dentro do seu órgão pertinente, o fígado, e comunica-se com a vesícula. Ainda mais para cima, passa através do diafragma, é distribuído para o hipocôndrio, e sobe ao longo da parte posterior da laringe para a nasofaringe, onde se liga com tecidos circundantes do olho, depois emerge da testa, e finalmente encontra o canal Du no vértice. Um de seus ramos origina-se nos tecidos que ligam o globo ocular com o cérebro, desce para a face e curva-se em torno da superfície interior dos lábios. Outro ramo origina-se no fígado, passa através do diafragma e penetra nos pulmões, onde se liga com o canal dos pulmões da mão – Taiyin.

Sintomas Patológicos – se o caso resulta de uma desordem do próprio canal, seus sintomas são lumbago que impossibilita o paciente de curvar-se, testículos inchados e doloridos, edema do baixo abdômen nas mulheres, garganta seca em casos

graves e palidez. Se o caso é devido a uma desordem do canal afetado por problema do fígado, manifesta-se como uma sensação de enchimento no peito, vômito, diarreia aquosa contendo comida não digerida, hérnia inguinal, urinar na cama e disúria.

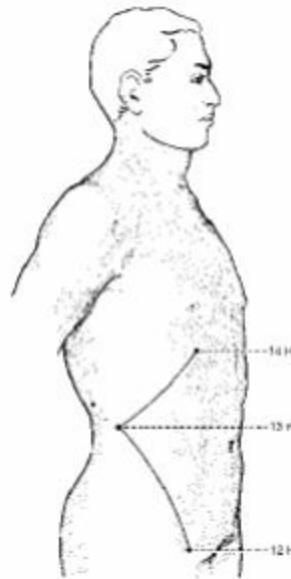
Os Oito Canais Extras

– O Canal Du – Canal da Meia Linha das Costas

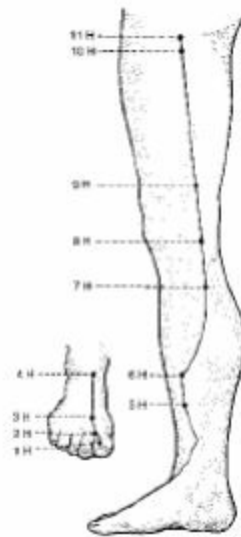
Curso – o canal origina-se na parte inferior do abdômen abaixo do umbigo, faz seu caminho para baixo através do períneo, depois sobe ao longo da coluna espinhal, e atinge Dulb FengFú na parte posterior do pescoço onde ele entra no cérebro. Continua a subir de Feng Fú (Du16), ao longo da meia linha da cabeça e passando pelo vértice, testa, columela do nariz e o lábio superior, depois para Yinjiao (Du28). Os ramos deste canal ligam-se com o rim e passam através do coração.

Sintomas Patológicos – espinha rígida, opistotonus, raquialgia, dorsalgia, dor de cabeça, insanidade, emissão de esperma, impotência, ejaculação prematura, esterilidade, prolapso do reto, etc.

CANAL DO FÍGADO DO PÉ - JUEYIN



CANAL DO FÍGADO DO PÉ - JUEYIN



– O Canal Ren – Meia Linha da Frente

Curso – este canal origina-se no útero, e faz seu caminho para baixo através do períneo, através da parte púbica, ao longo da meia linha do abdômen e do tórax, através da garganta para a mandíbula onde ele contorna os lábios e para cima até Yinjiao (Du28). Através da face, dois ramos do canal sobem para as regiões

abaixo das órbitas oculares.

Sintomas Patológicos – Menoxenia, esterilidade, aborto, leucorréia profusa, hérnia, massa no abdômen, inflamação da garganta, etc.

– O Canal Chong – Canal Vital

Curso – _este canal origina-se no útero, desce e emerge no períneo, depois sobe através da coluna espinhal. O ramo superficial do canal passa o ponto Qichong (E30), encontra com o canal do rim do pé – Shaoyin, e corre ao longo de ambos os lados do abdômen, atinge a garganta e finalmente contorna os lábios.

Sintomas Patológicos – desordem menstrual, sangramento uterino, esterilidade, hipogalactia, cuspir de sangue, elevação anormal do qi, espasmo do abdômen, etc.

– O Canal Dai – Canal do Cinto

Curso – este canal começa abaixo do hipocôndrio, desce obliquamente para o ponto Daimai (GB 26), depois corre transversalmente em volta da cintura.

Sintomas Patológicos – leucorréia profusa, aborto, histeroptose, distensão abdominal, sensibilidade e debilidade da cintura.

– O Canal Yinqiao e o Canal Yangqiao

Curso – os canais Qiao são feitos dos canais Yinqiao e Yangqiao, ambos que se originam na região abaixo dos maléolos, mas correm separadamente ao longo dos lados esquerdo e direito do corpo. O canal Yinqiao sobe do ponto Zhaobai (R6) abaixo do maléolo médio para a porção superior do maléolo. Depois corre ao longo da parte médio-posterior dos membros inferiores, diretamente para os

genitais externos. Dali sobe ainda mais ao longo do abdômen e tórax para dentro da fossa supraclavicular. Correndo ao longo da garganta, passa em frente do ponto Renying (E9) e do lado médio da região zigomática, e atinge o cantus interior do olho onde o canal encontra-se com o canal Taiyang da mão e do pé assim como o canal Yangqiao. O canal Yangqiao move-se de Shenmai (B62) abaixo do maléolo externo, para cima para o maléolo, através do limite posterior da fíbula e da parte lateral da coxa, ao lado posterior da região hipocondríaca. Através da dobra axilar posterior, ele faz seu caminho através do ombro e sobe ao longo do pescoço para o canto da boca. Passando ao lado das narinas, ele vai para dentro do cantus onde o local comunica-se com os canais Taiyang da mão e do pé assim como com o canal Yinqiao. Dali ele se move ao longo do canal da bexiga do pé – Taiyang para a testa para cima para dentro da linha dos cabelos, depois vai atrás da orelha e encontra-se com o canal da vesícula do pé – Shaoyang no ponto Fengchi.

Sintomas Patológicos –. a doença Yinqiao é sintomatizada pela miastenia da parte lateral dos membros e mio-espasmos do lado médio dos membros, larigalgia e sonolência. A doença Yangqiao é sintomatizada pela miastenia do lado médio dos membros e mio-espasmo do lado lateral dos membros, insanidade, insônia e dor no cantus.interior.

- O Canal Yinwei e o Canal Yangwei

Curso – o canal Yinwei origina-se na região onde três canais yin cruzam na parte média do couro cabeludo, sobe ao longo da parte média das extremidades inferiores e atinge o abdômen para juntar-se ao canal do baço do pé – Taiyin. Dali ele corre para cima para o hipocôndrio para encontrar-se com o canal do fígado do pé – Jueyin. Depois sobe ao longo do tórax para comunicar-se com o canal Ren no pescoço. O canal Yangwei origina-se no calcanhar, sai do maléolo externo e sobe ao longo do curso do canal da vesícula do pé – Shaoyang. Passa a parte lateral da extremidade inferior e parte posterior lateral do tronco, sobe atrás da axila para o ombro. Dali ele continua seu caminho através do pescoço em direção à testa, espalhando-se por sobre os lados da cabeça e da nuca e assim

comunicando-se com o canal Du.

Sintomas Patológicos – distúrbio do canal Yinwei causa os sintomas seguintes: dor no peito, dor de estômago e dor precordial. Distúrbio do canal Yangwei causa sintomas como surtos alternados de calafrio e febre.

PARTE II

REIKI

REIKI

Definição

Reiki é a palavra japonesa usada por Mikao Usui para designar a energia de cura^[5] que sentiu no topo de sua cabeça ao final do retiro no Monte Kurama^[6] e também é usada para denominar os diversos sistemas de tratamento de cura vibracional que fazem uso dessa energia.

靈

É formada pela junção de dois kanji^[7]: Rei e Ki.

雨氣

O kanji REI é composto por 24 passos. O seu significado literal é espírito, alma, fantasma, Universo, algo vindo de cima. Seu radical significa chuva.

O kanji KI é composto por 10 passos. Significa vapor, ar, atmosfera, espírito, energia vital. Seu 气 radical representa espírito, vapor.

Traduzindo para o português podemos definir Reiki como a chuva de energia universal que dá a vida ou chuva de energia universal que cura, ou chuva de energia cósmica que cura ou, ainda, qualquer definição que a designe como uma energia que vem do alto para restabelecer a vida^[8].

Quando usada para denominar a energia a palavra é escrita no feminino e com letra minúscula: a reiki e quando usada para sistema de tratamento é grafada no masculino e com letra maiúscula: o Reiki.

Reiki é uma Energia Universal Cósmica de Cura, ou energia de cura vinda diretamente do Cosmos, do Poder Criador, que de tão pura e forte tem a capacidade de curar.

Na perspectiva do Taoísmo, podemos considerar a reiki como Wuji, a energia primordial, sem fim, infinita. Wuji é a fonte do tai chi (yin-yang), que origina todas as coisas. É a Energia Vital Universal ou Energia Cósmica, oriunda da Fonte Criadora de tudo.

Pela explicação de Hawayo Takata temos a seguinte definição para a

energia:

“Aqui está o grande espaço que nos circunda: o Universo. Há infinita finita e enorme energia, a qual é universal. Sua fonte definitiva é o criador. É uma força ilimitada. É a fonte de energia que faz as plantas crescerem e os pássaros voarem. Quando um humano no tem dores ou problemas, ele ou ela podem livrar-se deles. É uma fonte externa, uma onda de um poder grandioso, que pode revitalizar ou recuperar a harmonia. É a natureza. É Deus. O poder que ele disponibiliza aos seus filhos que precisam dela.”^[9]

O Reiki é o tratamento vibracional, ou técnica vibracional, que usa a reiki para curar.

Atualmente há inúmeros Sistemas de Tratamento Reiki e o que os diferencia é a maneira como canalizam a energia reiki. Se comparar ao sistema de cura tradicional, Usui é a Clínica Geral e cada outro Sistema é uma especialização da medicina, ou uma maneira específica de trabalhar o conhecimento médico.

Não há Sistema melhor do que o outro e não há Mestre melhor que outro, o que há são visões e maneiras diferentes de ensinar e trabalhar, todas corretas e eficazes dentro do que propõem.

A quantidade de Sistemas hoje existente é infinita, impossível precisar todos porque a cada momento surge um diferente, muito provável que enquanto você lê esse e-book algum esteja sendo criado.

O Reiki e a reiki não faz, nem nunca farão, parte de algum sistema religioso. Qualquer pessoa, independente de credo, pode praticar sem restrição. Crianças e idosos podem ser excelentes praticantes desta técnica, pois ela depende mais do amor incondicional que oferece o terapeuta do que conhecimentos teóricos por ele acumulados.

Representação

Ideograma

A palavra Reiki é representada na caligrafia kanji (alfabeto japonês) de duas formas ligeiramente diferentes.

A imagem da esquerda é a forma mais moderna, enquanto na imagem da direita está representada uma forma mais antiga e mais tradicional de escrever a palavra.

Segundo o contexto, esses ideogramas podem ter várias leituras com os seguintes significados:

I. Chuva maravilhosa de energia vital

II. Chuva maravilhosa que dá vida.

III. A idéia de algo, que vem do cosmos e que seu encontro com a terra produz o milagre da vida.

IV. Chuva maravilhosa que produz o milagre da vida.

V. A comunhão de uma energia superior com uma terrena, porém que se pertencem mutuamente



Grafia moderna

Grafia antiga

.VI. Energia maravilhosa que está acima de todas as demais, está em você e você pertence a ela.

Cor

A cor simbólica do Reiki é o verde que é a cor da cura, assim como do amor; haja vista sua correlação com o Chákra cardíaco, responsável pelo nosso amor incondicional e sistema imunológico.

Seus ideogramas são feitos em dourado, pois essa é a cor cósmica: Reiki é luz que nos leva de volta à grande luz.

Bambu

Da natureza o Reiki tomou como símbolo o bambu que, em sua simplicidade, resistência ao vento (quando enverga), vazio, retidão e perfeição, pode representar, metaforicamente, o funcionamento da energia.

O bambu é flexível, apesar de forte; ele reverencia o vento que o toca soprando, ele se dobra a vida mostrando-nos que quanto menos um ser se opuser à realidade da vida, mais resistente se tornará para viver em plenitude. O bambu é forte, servindo para construção de embarcações, móveis e construções, ou seja, todos que receberam o Reiki tendem a ficar fortes e resistentes.

Entre um nó e outro o bambu é oco, vazio; como vazio é o espaço entre o céu e a terra, representando os que escolheram serem canais de Reiki, os quais passam a funcionar nesse vazio como verdadeiros “tubos” direcionadores de energia cósmica. Para os budistas, os espaços vazios entre seus nós representa a vacuidade do coração.

A retidão sem igual do bambu, a perfeição do seu projetar-se para o alto, assim como seus nós, os quais simbolizam os diferentes estágios do caminho, simbolizam o objetivo do nosso itinerário interior, o nosso crescimento e a

evolução em direção à meta.

No Japão, o bambu é uma planta de bons auspícios, ou sorte; pintar o bambu é considerado não só arte como também um exercício espiritual. Em algumas culturas africanas o bambu é um símbolo de alegria, da felicidade de viver sem doenças e preocupações e é interessante observar como essa simbologia tem a ver com os princípios do Reiki.

HISTÓRIA

“Se o Reiki se espalhar pelo mundo, tocará o coração humano e a moral da sociedade. Será útil a muitas pessoas, não apenas no tratamento de doenças, mas também para a Terra como um todo”.^[10]

Há várias versões sobre a origem do Reiki, muitas fantasiosas, especialmente a respeito de seu codificador, Sr. Mikao Usui.

A mais aceita atualmente, e mais lógica, é a narrada a seguir.

Mikao Usui era, entre outras coisas, um monge budista. Nasceu no Japão, em 15 de agosto de 1865, numa pequena Vila chamada Taniai, Distrito de Yamagata, Prefeitura de Gifu.

Usui começou os seus estudos budistas ainda quando criança. Acabou por explorar diversas formas de budismo, viajando bastante e aprendendo várias línguas, de modo a poder dedicar muitos anos da sua vida ao estudo do budismo e de outros textos sobre espiritualidade e regeneração.



Mikao Usui

Além do seu conhecimento sobre o budismo, era especialista em diversas artes marciais, pelo que compreendia bem a Ki, energia vital.

Embora o seu maior empenho estivesse relacionado com o desenvolvimento espiritual, Usui interessou-se pela regeneração física, um aspecto dos ensinamentos budistas que tinha praticamente desaparecido no Japão, onde o foco durante muitos anos foi purificação e regeneração do espírito em lugar do corpo.

Estudou Taoísmo e pesquisou sobre a Medicina Tradicional Tibetana.

Segundo as investigações de Frank Arjava Petter, reveladas no livro “The Spirit of Reiki”, Usui estudou Kiko (a versão japonesa do Qicong – uma arte oriunda da China para melhorar a saúde por meio de meditação, exercícios de respiração e exercício em movimento) quando era jovem, num Templo de Budismo Tendai, no monte Kurama, situado a Noroeste de Kyoto.

Nas práticas de Kiko usa-se a própria energia vital para a cura de outras pessoas, ficando o doador dessa energia desvitalizado, algo que não foi do agrado de Mikao Usui.

Segundo William Rand (no mesmo livro), Usui, inconformado, viajou por todo o Japão, China e Europa atrás de conhecimento nas áreas da medicina, psicologia, religião e desenvolvimento espiritual. Numa dessas etapas juntou-se a um grupo denominado Rey Jyutu Ka, onde sua formação sobre o mundo espiritual foi solidificada. Todo o intenso e continuado interesse no conhecimento criaram as fundações da incrível benção que deixou à humanidade.

Sua formação e clareza mental ajudaram-no a conseguir um emprego como secretário de Shinpei Goto, então responsável de um Departamento de Saúde e Bem Estar e, mais tarde, Presidente de Kyoto. Ali, Usui conheceu muitas pessoas influentes e iniciou um negócio próprio com bastante sucesso.

Em 1914 o negócio começou a correr mal e Usui decidiu-se tornar monge budista.

Anos depois, aos 50 anos, voltou ao Monte Kurama, onde tinha estado a estudar Kiko quando era jovem, e iniciou um retiro de 21 dias, onde jejuou, cantou, orou e meditou (uma destas meditações pode ter sido ficar debaixo de uma cascata do Monte Kurama, com água a cair sobre a cabeça, para abrir e

purificar o chacra da coroa, uma prática ainda efetuada pelos monges do Templo Kurama).

No final do retiro, em março de 1922, Usui teve sua experiência de Satori (iluminação), sentiu-se pleno de uma grande força curativa e passou por visões de um determinado número de símbolos sagrados, descobertos durante seus estudos. Descobriu, ainda, de que forma usar energia para curar sem ficar desvitalizado, bem como a maneira de transferir esse dom para outros.

Usui aplicou, então, a energia em si próprio e, depois, em sua família, desenvolvendo seu sistema terapêutico, O Usui Reiki Ryoho, o qual passou a praticar e ensinar na clínica que fundou em abril de 1922 em Harajuku, Tóquio.

Embora o tratamento físico fosse uma parte importante do trabalho de Usui^[11], ele também enfatizava a necessidade de desenvolvimento espiritual e para isso sua técnica de cura incorporava meditação, limpeza energética e prática diária de cinco princípios para uma boa vida^[12], além de imposição de mãos sobre o corpo.

Estima-se que Usui tenha ensinado o seu sistema de cura apenas durante os últimos 4 anos de sua vida, desencarnando aos 60 anos em 9 de março de 1926 em Fukuyama. Estima-se, também, que nesse período passou o primeiro nível para várias centenas de pessoas, o segundo para 30 a 50 alunos e o terceiro para apenas 17 discípulos, entre eles Chujiro Hayashi, que o sucedeu na presidência da escola fundada.

Hayashi se tornou o mais conhecido discípulo de Mikao Usui, conheceu o método em 1930 e abriu uma clínica em Tóquio, onde fazia aplicações rápidas de Reiki, com três ou mais terapeutas do sexo masculino. Em 1938, ao pressentir a iminência de uma grande guerra onde muitos homens morreriam, iniciou a esposa – Chie Hayashi – e outras mulheres no Mestrado de Reiki, entre elas Hawayo Takata (1900 a 1980), uma havaiana descendente de japoneses.

Viúva aos 30 anos e mãe de duas filhas pequenas, Takata trabalhou desde cedo no cultivo da cana-de-açúcar como bóia-fria. Aos 35 anos já

apresentava problemas pulmonares, dores abdominais intensas e desestrutura psicológica.

Quando uma de suas irmãs faleceu, Takata foi ao Japão comunicar os pais e aproveitou a viagem para fazer tratamento médico. Foi, então, diagnosticada com um tumor abdominal que exigia cirurgia e enquanto a aguardava foi informada sobre uma nova forma de cura que estava sendo praticada, o Reiki.

Visitou a clínica de Chujiro Hayashi, recebeu tratamentos diários até ser diagnosticada como curada e ficou tão entusiasmada que resolveu aprender a técnica, para isto vivendo com a família de Hayashi e trabalhando voluntária em sua clínica por 01 ano em troca dos dois primeiros níveis de ensino. Já de volta ao Havaí, abriu uma clínica de Reiki e completou seus estudos como Mestre quando Hayashi e família a visitaram em 1938, passando, então, a ensinar a técnica no Ocidente, diga-se, com adaptações necessárias para que nos tempos pós 2ª. Guerra Mundial uma técnica japonesa de cura fosse aceita nos Estados Unidos.^[13]

Durante muitos anos Takata foi a única Mestre em Reiki no Ocidente, ensinando-o nos Estados Unidos e no Canadá. Até o início da década de 70 ensinou apenas os Níveis Shoden e o Okuden, denominando-os, respectivamente, Primeiro Nível e Segundo Nível. Em 1972 começou a ensinar o nível Shimpiden, o qual batizou de Terceiro Nível ou Mestrado de Reiki, formando um total de 22 Mestres até sua morte em 1980.

Juntamente com esses 22 Mestres fundou a American International Reiki Association (AIRA), uma organização com o objetivo de divulgar o Reiki no Ocidente.

Em 1982, após o falecimento de Takata, surgiram divergências entre os mestres tendo alguns deles se retirado e fundado uma segunda organização, denominada The Reiki Alliance, nomeando, como grã-mestre Phyllis Lei Furumoto (neta de Takata).^[14] Outros mestres permaneceram na antiga organização e nomearam Bárbara Weber Ray como sua grã-mestre.^[15]

Um terceiro grupo de Mestres de Takata decidiu não aceitar as orientações e diretrizes das duas associações criadas, e resolveu tomar seu

próprio caminho na interpretação da técnica e se autodenominou de mestres independentes, formando suas próprias associações ou escolas de Reiki.

Todas as linhas são válidas e transmitem o verdadeiro Reiki. Quanto à técnica de sintonização e uso dos símbolos, não há diferença fundamental. Há diferença apenas na subordinação, forma de ensino e prática. Por exemplo, algumas escolas não ensinam o primeiro símbolo no nível 1, mas quando o ensinam é o mesmo símbolo, com a mesma função e significado do ensinado pelas outras escolas.

Ao longo do tempo, especialmente no Ocidente, se desenvolveram muitas variantes do ensinado por Usui. Algumas variações foram com o intuito de adaptar a prática do Reiki com os novos tempos, ou aprimorar certos aspectos da técnica pouco desenvolvidos. Outras vieram para restringir o acesso a níveis mais elevados, principalmente ao mestrado. Daí ser correto afirmar que atualmente existe uma grande diferença entre o Sistema Moderno de Reiki e o Tradicional de Mikao Usui, porém apenas no que concerne à simplicidade da aplicação, número de níveis, tipos de aplicação e divulgação; a essência da técnica continua a mesma, os símbolos originalmente ensinados continuam os mesmos, Reiki Usui continua Reiki Usui desde que foi formatado inicialmente.

Além destas variantes existentes no método Usui, alguns Mestres vem modificando o modo de trabalhar com o Reiki, acrescentando outras energias e ferramentas ao método original.

Daí surgiram os vários Sistemas Reiki, como Reiki Celta – que trabalha energia Reiki com telúrica e do mar, Wiccan Reiki – Reiki com ferramentas usadas pelas Ancestrais Curadoras, Teramai – um complemento do ensinado em Usui, Karuna Ki – um complemento do ensinado em Usui com Chi Kung, Reiki Imara – considerado um 5º. Nível de Usui ou sua pós graduação pelo aumento da força que proporciona à energia, Reiki Elemental – trabalha a energia Reiki com a dos Elementais da Natureza, Gaia Reiki – trabalha a energia Reiki em conjunto com os 4 elementos da Natureza mais a energia da Lua, do Sol, Ying e Yang, Reiki Tibetano – um conjunto formado pela energia Reiki com cultura e símbolos Tibetanos e Om Nioray Reiki Ho – usa a energia Reiki com a sabedoria e energia dos deuses budistas.

PRINCIPAIS CARACTERÍSTICAS

Da Reiki

A reiki é uma energia simples, universal e onipresente – está presente em todo lugar ao mesmo tempo, disponível a todos que dela precisar

Possui uma frequência abrangente - é comum a todas as pessoas, animais e matéria - curadora e vital – corresponde à energia vital que nos anima, é a energia da criação, que dá vida a todas as coisas vivas.

Está diretamente ligada à capacidade de amar incondicionalmente, de onde vem sua ligação com o chacra cardíaco, o chacra do amor e da cura.

É apolar, ou seja, é recebida exatamente na intensidade necessária ao receptor, bem como não é nem positiva nem negativa, assumindo a polaridade que o paciente necessita.

Como toda energia, é inteligente, e direciona-se sozinha ao local e com a intensidade que se faz necessária, de modo que não é necessário diagnóstico. O terapeuta atua apenas como um canal da energia cósmica, o receptor a “puxa” conforme sua necessidade sem perigo de “overdose”.

Além disto, é de alta frequência, literalmente destrói os bloqueios energéticos que impedem a livre circulação da energia no corpo (geralmente a causa das doenças), bem como penetra qualquer coisa (inclusive o gesso), portanto, não é necessário despir ou tocar o receptor.

Não provém do terapeuta, pois está disponível pairando no universo (energia cósmica universal), de modo que não o exaure, mesmo após contínuas sessões de cura, o beneficia e energiza a cada aplicação e quanto mais utiliza mais expande-se o seu canal e aumenta sua capacidade de cura.

Casos de reações adversas são raros, pois a reiki não causa mal. O que pode acontecer é uma fase de adaptação ao novo estado, onde o organismo estará se reequilibrando, se reorganizando energeticamente em virtude da remoção dos bloqueios e, geralmente, dura pouco.

Diferença entre Reiki e Outras Energias de Cura

ENERGIA PRÂNICA (Prana, Chi ou Ki)

Objetiva, principalmente, vitalizar os corpos físico e etérico. Para atingir outros corpos é necessário usar técnicas complementares.

Apresenta polaridade.

É necessário o conhecimento prévio do estado físico do paciente e amplo domínio da técnica.

Utiliza a energia pessoal do aplicador e, assim, pode esgotá-lo física, espiritual ou emocionalmente.

MENTAL ou ESPIRITUAL (Prana + Plasma Espiritual)

Objetiva, principalmente, transmitir um entendimento intuitivo para afetar a atitude mental (mente consciente) e as impressões emocionais (mente subconsciente).

Por depender de um processo de sintonia complexo e frágil, exige controle absoluto do pensamento, das emoções, dieta alimentar, atitudes e hábitos.

Necessita da aceitação do paciente no processo de cura e, muitas vezes, da fé como ampliador.

É a soma da energia de um estado mental específico do terapeuta em sintonia com energia de planos superiores, ainda pertencentes ao campo eletromagnético do planeta.

REIKI

Objetiva sintonizar o paciente com seu próprio ser espiritual, de modo a fortalecer e clarear a mente, cujas consequências são o equilíbrio das

emoções, a reorganização da energia dos corpos físico e etérico, a limpeza dos meridianos, dos nadis e do campo eletromagnético, e o despertar de sentimentos como compaixão, perdão e igualdade.

Por promover o realinhamento dos canais energéticos e permitir ao aplicador a absorção da energia ao aplicar, esta técnica não causa desgaste do aplicador nem depende de seu perfeito equilíbrio físico, mental ou espiritual.

Do Reiki

Reiki é uma técnica segura de cura, suave, não intrusiva, onde a energia flui do emissor Reikiano para o receptor, que pode ser humano, animal, vegetal, planta, mineral, remédio alopático, água ou alimento.

É simples de aprender e praticar, sendo a intenção e o amor incondicional os aspectos mais importantes tanto para o aprendizado quanto para a aplicação.

Não tem prazo de validade nem necessita de reciclagem. Uma vez Reikiano, Reikiano para sempre. Basta uma sintonização em cada nível para ser Reikiano daquele nível até o fim da vida, ainda que o indivíduo fique muito tempo sem aplicar.

Pode ser trabalhado presencialmente ou à distância – à distância apenas a partir do nível 2 – no presente, passado e futuro – para o passado e futuro apenas após o nível 2.

O Reiki não desgasta energeticamente o praticante, pois se utiliza da energia universal e não da individual. Quanto mais usado, mais energiza o Reikiano.

Equilibra os Chácras, bem como remove bloqueios dos canais de circulação de energia, promovendo o retorno ao estado original de saúde física, emocional, existencial a espiritual.

É mais do que apenas uma forma de terapia holística, pois um dos seus objetivos fundamentais é encorajar a consciência e o crescimento pessoal e espiritual.

Foi reconhecido pela OMS – Organização Mundial da Saúde como prática terapêutica alternativa, principalmente porque ser muito eficiente para relaxamento e redução do estresse, e no Brasil o SUS – Sistema Único de Saúde – inclui a prática Reikiana em seus procedimentos, desde que praticada por profissionais da área da saúde.

Resumindo são essas as principais características para a reiki e o Reiki:

- Disponibilidade: disponível a quem precisar. Para emitir Reiki é necessário ser iniciado por um Mestre habilitado, mas para receber qualquer pessoa que deseje e se mantenha receptiva pode se beneficiar.

- Simplicidade: é uma técnica simples, que não exige rituais para funcionar. Quanto mais simples for a aplicação, quanto menos o emissão intervir no processo, mais perfeito e eficaz será o resultado.

- Durabilidade: uma vez iniciado, essa iniciação não tem prazo de validade, dura até o final da vida do Reikiano. Mesmo que fique uma vida toda sem aplicar, ao desejar retornar à prática não é necessário fazer outra iniciação. Caso o Reikiano deseje passar por reciclagem para se atualizar não há impedimento, porém, não é obrigatório.

- Universalidade e Atemporalidade: a partir do segundo nível de aprendizado é possível enviar a energia para o presente, futuro e passado, para quem estiver à frente ou do outro lado do mundo.

- Energização: não desgasta o Reikiano, ao contrário, o primeiro a se beneficiar com a energia é quem emite. A energia entra no Reikiano, passa por todo seu sistema energético e depois é direcionado ao receptor, então, antes de beneficiar quem recebe trata quem emite. Ao final de um sessão de Reiki, o Reikiano está sempre energizado e renovado.

- Equilíbrio e Desbloqueio: equilibra energeticamente os chacras e dissolve bloqueios dos meridianos.

- Saúde: promove o retorno ao estado original de saúde, ao eliminar os desequilíbrios energéticos causadores de doenças. Faz com que o receptor fique “zerado” para escrever uma nova história.

- Diversidade: pode ser aplicado em animais, vegetais e minerais.

FUNCIONAMENTO

Cada vez mais o pensamento ocidental afasta-se dos conceitos de análises estruturalistas onde se estudam as partes por níveis para chegar ao conjunto. A Física Quântica mostra que tudo pode ser reduzido a energia e a sua manipulação. Vemos que a energia precede a matéria, igualmente como os pensamentos e emoções precedem a ação. Assim, aproximamo-nos, cada vez mais, dos conceitos orientais que declaram a energia como o princípio que, condensado, forma a matéria.

Esse fato cientificamente nos é apresentado pela fórmula de Einstein ($E = M \times C^2$) que nos mostra a íntima ligação entre energia (E) e matéria (M).

Milenarmente, a história mostra a transformação da energia moldando a matéria. Portanto, ENERGIA é a base de tudo, não existindo energia boa ou ruim.

Nos seres humanos a energia circula de forma livre pelos caminhos sutis: Chákras, Meridianos e Nadis. Também percorre nosso campo energético, nossa Aura. Essa energia alimenta órgãos e células, regulando ainda as funções vitais. Se há bloqueios na livre circulação energética, prejudicando o trânsito, advém o desequilíbrio e a consequência no corpo Físico. Esses bloqueios ocorrem muitas vezes por excessos cometidos de naturezas diversas quando o corpo libera energias que produzem barreiras impedindo o fluxo de energia vital, atuando no corpo físico e criando doenças.

A energia REIKI entra pelo Chakra Coronário do Reikiano e pode ser enviada para o receptor por meio das mãos, dos olhos ou do Chakra Cardíaco, curando ao passar pelo bloqueio do campo energético enquanto eleva o nível vibracional em todos os nossos corpos, dissolve barreiras formadas por nódulos originados em pensamentos e sentimentos prejudiciais e aumenta infinitamente a qualidade da vida.

No início um tratamento Reikiano pode dar a impressão de piora dos sintomas, mas na verdade é o início da cura.

Para melhor entender, costumo comparar tratamento como limpar uma casa, cuja sujeira foi deixada embaixo do tapete por muito tempo. Tem-se a

impressão de um lugar limpo e harmônico, mas na verdade há muita sujeira escondida. Retirando essa sujeira debaixo vê-se que o local ficou sujo, mas somente assim é possível limpar verdadeiramente o ambiente e remover tudo o que não presta. O tratamento Reikiano tira as “sujeiras” escondidas no receptor, tudo aquilo que ele não quer encarar e prejudica seu equilíbrio energético. Em um primeiro momento tem-se a impressão de piora porque está sendo colocado pra fora tudo o que não se deseja encarar, mas somente assim, e então, é possível fazer uma varredura e limpar profundamente todos os desequilíbrios para começar o trabalho de cura.

EFEITOS DO TRATAMENTO

- Realinhamento dos centros de energia (chacras);
- Maior clareza mental;
- Redução do stress;
- Assistência no equilíbrio das emoções;
- Remoção das toxinas do sistema;
- Remoção de bloqueios;
- Aceleração de todos os processos biológicos da cura (ação sobre a causa)^[16];
- Remoção de ligações espirituais indesejadas;
- Cirurgia psíquica;
- Cura de vidas passadas (envio de Reiki ao passado)^[17];
- Cura à distância^[18];
- Expansão da consciência;
- Para as mulheres, maior controle dos sintomas da TPM

Resultados Científicos

Com o avanço dos resultados práticos obtidos com Reiki, alguns trabalhos científicos já são encontrados para consulta, comprovando os benefícios da prática.

Como exemplo temos:

- Reiki: Um Estudo Localizado Sobre Terapias Alternativas, Ideologias E Estilo de Vida de Paula de Campos Babenko para a Universidade Federal de São Carlos, com os resultados:

“Há 3 meses encorajada por uma amiga a procurar ajuda terapêutica, a paciente afirmou estar progressivamente se desvencilhando da insegurança. ‘Estou começando a me conhecer e mais que isto, estou cada vez mais clareando meus objetivos. Acho que dessa forma será mais fácil me aceitar e saber do que sou capaz!’

(...)

Transcorrido um ano do início da terapia, o entrevistado, motivado pela própria psicóloga, recebeu a iniciação em reiki. A partir de então afirmou compreender melhor a intenção das sessões terapêuticas e, de acordo com sua psicóloga, passou a cooperar consigo mesmo.

(...)

De acordo com a terapeuta após 6 meses de tratamento onde foram intercaladas sessões de atendimento psicológico, aplicações de reiki e a participação em um grupo de mutua-ajuda formado por compulsivos, a paciente aprendeu a lidar melhor com suas ansiedades, suas compulsões e hoje está livre do vício dos jogos.

(...)

há quatro meses recebe sessões quinzenais de Reiki. Declarou ela, a respeito de seu tratamento:

Sinto-me mais feliz, pois busquei em minha consciência essa ajuda, reconheci que de fato posso me curar e tudo dependerá de mim (...).

(...)

Diante disso pode-se dizer a respeito do reiki que já não se trata exatamente de uma prática alternativa, no sentido de uma utilização restrita a grupos específicos que fariam um uso exclusivo de terapias não oficiais, mas que, objetivamente, corresponde a uma prática que elabora verdadeiros modelos para os sujeitos responderem ao mundo, assentada em um conjunto de valores convencionados como ‘positivos’ à construção da própria ‘pessoa’ e que visam, sobretudo, desenvolver o auto-equilíbrio, o autodesenvolvimento e a autopercepção.”

- Efeitos do reiki na evolução do granuloma induzido através da inoculação do BCG em hamsters e do tumor ascítico de Ehrlich induzido em camundongos de Ricardo Rodrigues Garé para Faculdade de Medicina Veterinária e Zootecnia da Universidade de São Paulo com os resultados:

“Nota-se, no entanto, que no grupo controle um número maior de células imunocompetentes povoam a periferia das lesões, o que é bem mais discreto nos grupos que foram submetidos a tratamento (...).”

(...)

Como se pode observar na figura 4, o grupo Reiki A obteve uma taxa de sobrevida estatisticamente maior que a do grupo Controle ($p = 0,003$, teste de Logrank).

(...)

No presente trabalho pudemos observar seu efeito na redução do edema, também denominado tumor, presente nessa fase da inflamação e que invariavelmente progride para a clássica inflamação granulomatosa nesse modelo.

(...)

Na fase aguda do tratamento relativo à lesão granulomatosa, houve uma redução significativa nas medidas de diâmetro das patas. Sugerindo um efeito redutor da fase edematosa do processo.

(...)

No experimento com camundongos portadores de Tumor Ascítico de Ehrlich, notou-se um aumento significativo na taxa de sobrevivência no grupo tratado.

(...)

Embora não tenha sido quantificado, notou-se que os animais dos grupos tratados nos diferentes experimentos apresentaram uma significativa melhora do estado geral.”

ÉTICA

Reiki é um método de cura único. Ele requer que você toque em outra pessoa, mas não com suas mãos, e sim, com energia. Você compartilha a energia amorosa da Fonte que Deus fez disponível a todos. É um presente único e especial.

É imperativo que você não viole a confiança que depositam em você. Se uma pessoa está experimentando liberação emocional, como resultado de um tratamento é essencial que você mantenha sua confidencialidade e respeite suas vidas.

O que segue são algumas considerações éticas para auxiliá-lo a ficar atento a alguns assuntos que você poderá encarar como resultado da prática do Reiki:

- Peça permissão antes de tratar alguém, seja presencialmente ou à distância. Algumas pessoas realmente não desejam ser curadas - respeite seus desejos e não interfira no livre arbítrio. Também não esqueça que Reiki pode causar sonolência pelo relaxamento profundo que possui e, assim, ser fator de acidente caso o receptor esteja dirigindo, manipulando objetos perfurocortantes, operando máquinas ou praticando qualquer outra ação de risco.

- Considere todas as informações que lhe forem dadas pelas pessoas como confidenciais. Qualquer informação discutida em uma sessão Reiki deve ser mantida confidencial entre você e a pessoa.

- Antes de fazer Reiki em alguém, dê à pessoa uma breve descrição do que acontece durante uma sessão e de onde você a estará tocando. Deixe-as indicar que concordam com o toque, também indicando quaisquer áreas que não devam ser tocadas.

- Nunca prometa a cura. Nunca diagnostique. Explique às pessoas que sessões de Reiki não garantem uma cura e que não são substitutas do cuidado médico apropriado e nunca sugira a um cliente trocar o tratamento ou medicamento prescrito ou interfira com o tratamento de um profissional de saúde licenciado.

- Sugira referências a profissionais médicos ou psicólogos/psiquiatras quando necessário. Não tente diagnosticar ou fazer terapia com pessoas se esta não é sua especialidade na qual está autorizado ou licenciado a fazer.

- Respeite os limites e os toques nas pessoas. Nunca é preciso desnudar os clientes para um tratamento Reiki. Não toque em áreas particulares.

- Quando estiver trabalhando com crianças, assegure-se de ter a permissão dos pais.

- JAMAIS DIAGNOSTIQUE OU PROMETA CURA E MILAGRE ou cometerá crime segundo a legislação brasileira^[19]

OS 5 PRINCÍPIOS REIKI

Com o tempo Mikao Usui começou a perceber que seus pupilos não se dedicavam a evoluir moralmente, regredindo em vez de progredir como desejado, então, adaptou os Princípios para uma Boa Vida do Imperador Meiji para a prática Reikiana, criando os 5 Princípios de Reiki, o quais, muito mais do princípios para nortear a conduta Reikiana podem ser considerados princípios para qualquer um viver em harmonia e evoluir energeticamente.

Há várias traduções dos 5 Princípios, mas todas contêm a mesma essência: não irritar, não preocupar, ser grato, ser honesto e gentil.

Aqui segue uma dessas traduções:

- Apenas hoje, não se irrite
- Apenas hoje, não se preocupe
- Apenas hoje, agradeça suas bênçãos e seja humilde
- Apenas hoje, ganhe a vida honestamente
- Apenas hoje, seja gentil e amável com todos os seres vivos

Quando um Reikiano decide, não apenas utilizar o método do Reiki através da canalização da energia cósmica e da aplicação dessa energia, mas também, a sabedoria desses princípios, aplicando-os em sua vida, seus benefícios são mais amplos e plenos

Mikao Usui ensinava a seus discípulos a reflexão diária dos 5 Princípios por meio da meditação Gassho:

- Sente-se o mais ereto possível, é bom apoiar as costas e relaxar os ombros, feche os olhos e respire profundamente três vezes
- Mantenha as mãos relaxadas e unidas em frente ao peito ou garganta, com os dedos direcionados para cima
- Focalize a atenção no ponto onde os dedos médios se tocam. A concentração no toque dos dedos ajudará a manter o tônus da meditação

Gassho, sem grandes devaneios

- Quando sentir um bom nível de tranquilidade mental repita pausadamente, refletindo suas palavras, os cinco princípios do Reiki e, se possível, suas reflexões. Se não conseguir realizar a reflexão, procure repetir, ao menos, os Princípios

Segue um exemplo da reflexão, mas existem outras igualmente sábias e proveitosas para a meditação.

“APENAS HOJE, NÃO SE IRRITE.

Só por hoje, não me aborreço, não sinto raiva nem me zango.

A raiva gera energias que criam doenças em nosso corpo físico. Diariamente, a cada momento, temos uma razão para expressar nossa gratidão.

Nossas emoções nos pertencem, se alguém fizer ou disser algo que nos deixe irritado, enraivecido é porque essa emoção já existe. Essa pessoa apenas “acionou o interruptor” que a fez se manifestar. Nós somos a fonte dessa emoção.

A melhor forma de agirmos nesta situação é agradecermos a essa pessoa por ter nos mostrado que essa emoção existe e desta forma daremos o primeiro passo para transmutá-la.

Quando temos consciência de que somos a fonte de nossas emoções e de que elas, também, são energias, fica mais fácil nossa relação com elas, pois, podemos nos dirigir à fonte e transformá-las em amor.

A única forma de se vencer uma guerra, é não entrarmos nela. Um grande exemplo disso é Mahatma Gandhi que libertou seu país sem o uso da violência, apenas o amor.

APENAS HOJE, NÃO SE PREOCUPE.

Só por hoje, não me preocupo.

A preocupação com acontecimentos passados é totalmente inútil, visto que deles só aproveitamos os ensinamentos, aprendizados, enfim as lições aprendidas.

Nossa energia é direcionada ao nosso foco. Se nos preocupamos com algo, direcionamos nossa energia para essa preocupação. No entanto, ela poderia ser mais bem aproveitada para a superação deste desafio.

Quando a ansiedade e a preocupação estão presentes, as dimensões são distorcidas, os desafios sempre parecem maiores do que realmente são.

A “pré-ocupação” não irá evitar um acontecimento, ao contrário, ela poderá torná-lo mais extenso, pois ele já estará causando sofrimento mesmo antes de se manifestar. Nossa vida acontece em ciclos, portanto, projetemos nossa energia na sementeira, desta forma a colheita será sempre abençoada.

APENAS HOJE, AGRADEÇA SUAS BÊNÇÃOS E SEJA HUMILDE.

Só por hoje, agradeço pelas minhas várias bênçãos e respeito pais, mestres e os mais idosos.

Ao nos posicionarmos com uma atitude de gratidão pelo que recebemos, o universo, por sua vez, disponibiliza abundância.

Todo momento tem um potencial criador, transformador. E mesmo determinadas situações que nos parecem um castigo, futuramente, poderemos reconhecê-las como uma bênção.

Cada momento é um momento único e uma fonte de aprendizado. Se tivermos essa consciência, reconhecemos os “presentes divinos” que estão presentes em cada momento.

A humildade é a consciência de que tudo é parte do Todo. Tudo no Universo tem a mesma importância.

Pois somos todos, manifestações da mesma energia.

Sermos humildes é fazermos nossa parte sem nos preocuparmos com o reconhecimento, apenas pela satisfação de estarmos cumprindo nossa missão e termos consciência de que a nossa é, não mais e nem menos importante, que a missão de nossos semelhantes.

APENAS HOJE, GANHE A VIDA HONESTAMENTE.

Só por hoje, trabalho honestamente.

O trabalho apresenta as circunstâncias através das quais, podemos criar e evoluir, se fizermos isto honestamente, a auto-estima será alta e isto cria as condições ideais para uma conexão com o nosso Eu Superior.

Fazermos o que deve ser feito é gratificante. Aprendermos a amar o que fazemos uma bênção. Sermos corretos em nossas atividades é mostrarmos nossa gratidão e reconhecermos essa bênção.

A honestidade é uma semente preciosa, entre seus frutos estão a tranqüilidade e a abundância. Quando trabalhamos honestamente somos abençoados com o suprimento de todas as nossas necessidades.

APENAS HOJE, SEJA GENTIL E AMÁVEL COM TODOS OS SERES VIVOS.

Só por hoje, serei gentil para todos os seres vivos.

A gentileza é o sinal sagrado do Reikiano, a chave dos cinco princípios.

“Não somos ondas, somos parte do oceano. Embora indivíduos, afetamos o universo à nossa volta”.

Tendo consciência de que tudo no universo é manifestação de uma mesma energia, ao projetarmos nosso amor aos nossos semelhantes e/ou à natureza, estaremos sendo beneficiados, também, com isso.

Muitas vezes, o simples ato de sorrirmos para alguém que encontramos a caminho do serviço, estudo, etc... é capaz de transformar inteiramente o

dia dessa pessoa. E isso, não nos custa nada, ao contrário, nos beneficia, pois o amor é uma energia ilimitada, inesgotável.

Quanto mais a projetamos, mais temos a nossa disposição. E ele sempre reflete-se em nossa direção.” Autor desconhecido

SÍMBOLOS

No começo do ensino Reikiano Mikao Usui não ensinou ativar a energia Reiki através dos símbolos que recebeu em sua iluminação, porém, assim como percebeu que seus discípulos não seguiam uma disciplina moral, também notou que vários tinham dificuldade em canalizar a energia e, então, passou a transmití-los como forma segura de canalizar e enviar Reiki.

Cada Sistema Reiki possui seus símbolos próprios e vários emprestam alguns do Sistema Usui, especialmente o símbolo para envio à distância.

Todos, entretanto, usam os ideogramas para ativar a energia, fazendo com o que o Reikiano imediatamente canalize e envie a energia com os atributos necessários.

Em alguns sistemas, como Reiki Usui, ativa-se o símbolo traçando-o e verbalizando ou mentalizando seu nome 3 vezes, em outros basta apenas visualizar o símbolo, ou seja, o modo de trabalhar com eles é particular de cada um, porém todos possuem uma peculiaridade: com a prática disciplinada de Reiki a energia começa a fluir sozinha e naturalmente pelas mãos, pelos olhos, pelo coração, por todos os poros do Reikiano, basta ter um receptor necessitando da energia e um Reikiano disponível próximo e reiki começará a fluir sozinha.

Como exemplo, sendo Reiki Usui o primeiro Sistema formatado e, por muitos, considerado o principal, a seguir trataremos, resumidamente de seus símbolos tradicionais, ensinados por Mikao Usui, lembrando que não basta conhece-los e saber aplicar para usá-los. É preciso ser sintonizado por um Mestre em Reiki Usui.

CHOKU-REI



Entre outras interpretações, Choku-Rei significa “Deus está aqui” ou o “Poder está aqui”. É a descida da Luz, Poder, Energia.

Inicialmente foi visto por Mikao Usui na cor violeta (transmutação e força divina). De origem Celta (presente sobretudo entre os Druidas) foi também encontrado em escritos essênios.

Considerado “Símbolo do Poder”, efetua a ligação imediata com a Energia Cósmica, é usado apenas presencialmente, com limite de tempo e espaço, na cura do corpo físico, trazendo grande quantidade de energia cósmica para o local onde é aplicado.

Também pode ser usado para:

- Proteção dos chakras e dos corpos energéticos, bem como limpeza e purificação dos meridianos;
- Purificação e proteção de ambientes;
- Limpeza energética e magnetização de água e alimento;
- Diminuição dos efeitos colaterais e potencialização do poder de cura de remédios alopáticos ou fitoterápicos;
- Transmutação de pensamentos negativos;
- Proteção em situações de perigo.

SEI HE KI

Assemelha-se com um dragão. Nas culturas antigas, principalmente a chinesa, o dragão representa a capacidade de renascimento, renovação, mudança, coragem para realizar as coisas e bravura ao enfrentar obstáculos míticos, mágicos, emocionais ou condicionamentos espirituais (karma).



Significa “Deus e homem se tornam um” e é considerado o símbolo da transmutação. Conforme a história “oficial” da codificação do Reiki, Mikao Usui o viu na cor verde-folha, a cor do Chakra Cardíaco, que representa cura e renovação.

Recomenda-se seu uso na maioria dos tratamentos, sendo a chave da cura ao trabalhar diretamente com o Corpo Emocional. Nas aplicações com o Choku Rei, a energia reiki passa atuar no Corpo Emocional após impregnar o Físico; com o Seï He Ki, basta ativá-lo para que a energia ir diretamente ao Emocional e a harmonia gerada reflete-se no Físico.

Choku Rei potencializa a energia Reiki; o Seï He Ki a modulariza.

É útil tanto em tratamentos de humanos como nos de animais. Os animais domésticos que mantêm laços de carinho muito intensos com seus donos, estão propensos a participar do mal-estar dos mesmos, trazendo sacrifícios tais como: medos, depressões, frustrações, etc. Os animais podem absorver cargas de seus donos e de suas casas, vindo a falecer. Eles assumem o papel de purificar o ambiente onde vivem.

Seus principais benefícios são:

- Cura bloqueios e harmoniza o corpo emocional
- Alivia estresse
- Elimina hábitos mentais/emocionais que não lhe servem mais
- Ajuda a reforçar e suportar mudanças positivas de hábitos
- Dilui os padrões negativos advindos de qualquer conflito sensorial (sentimentos, lembranças, etc.),
- Faz o receptor descobrir onde está o problema que precisa ser trabalhado, conduzindo à origem dos padrões mentais negativos escondidos
- Alinha os quatro chákras superiores e trabalha, principalmente, os Chákras Cardíaco e Plexo Solar.
- Aumenta o fluxo da energia cósmica nos Chákras Laríngeo, Frontal e Coronário ampliando a sensação de bem-estar.
- Atua na região da cabeça, no subconsciente promovendo equilíbrio, harmonia e tranqüilidade.
- Aliado à meditação, amplifica o relaxamento e possibilita alcançar mais facilmente estados alterados de consciência
- Extremamente útil em casos de pessoas com mediunidade ou dons psíquicos dos quais ainda não tem controle
- Desbloqueia problemas energéticos causados por traumas, maus sentimentos, más lembranças, conflitos, hábitos indesejados, vícios, compulsões, traumas, registros kármicos, lembranças negativas de outras vivências, etc.
- Purifica alimentos e água
- Limpa energias negativas (em conjunto com o Choku Rei) do ambiente e bloqueia a entrada de novas

HON SHA ZE SHO NEN

O terceiro símbolo, Hon Sha Ze Sho Nen, focaliza a mente consciente, diferente do Sei He Ki que focaliza o subconsciente e o emocional.

Hon Sha Ze Sho Nen pode ser traduzido como “nem passado, nem presente, nem futuro” ou “A divindade que existe em mim saúda a divindade que existe em você”, “O Buda que existe em mim vá de encontro ao Buda que existe em você”, “A casa da luz brilhante (A casa de Deus) venha a mim neste momento (imediatamente).”

Conforme a história “oficial” do Reiki, Mikao Usui, em sua meditação o viu na cor azul índigo, cor da devoção e idealismo.

Suas principais funções são:

- Envio de Reiki à distância, podendo a energia ser projetada para o outro lado da sala ou a qualquer canto do planeta ou universo com a mesma facilidade.

- Envio de Reiki para o passado e futuro, rompendo a barreira do tempo. Quando projetado para o passado influencia e reprograma situações, suavizando como suas consequências são encaradas no presente. Quando projetado para o futuro programa as situações para que ocorram em harmonia com o Cosmos.

本者正念

DAI KOO MYO

Day Koo Myo é o símbolo de cura espiritual. A palavra “espírito” gera grande confusão em virtude da sua vasta aplicação nas religiões. Dentro do estudo Reikiano deve-se entender por espírito a soma dos corpos energéticos com frequência superior ao do mental ou emocional, ou seja, o elo energético do ser encarnado com seu EU SUPERIOR.

大
正
念

Conhecido como o símbolo da realização, o símbolo dos mestres, pode ser traduzido como: “Nos levando de volta a Deus”, ou “Deus (Grande Ser

do Universo), brilhe sobre mim e seja meu amigo”, ou ainda, “A Casa de Deus”.

O Dai Koo Myo amplia e acelera os efeitos dos demais símbolos de Reiki e possibilita o acesso a um volume de energia ilimitado.

O Choku-Rei atua mais intensamente no corpo físico, o Sei He Ki no corpo emocional, o Hon Sha Ze Sho Nen no corpo mental. Já o Dai Koo Myo, conecta o receptor diretamente com a fonte. Atua mais intensamente no corpo espiritual, onde se originam as doenças. Em consequência, manifestam-se transformações profundas e ilimitadas possibilidades de cura, pois tratando o espírito é possível evitar que a doença atinja o físico, ou se já atingiu, sua efetiva cura.

Seus principais benefícios são:

- Abre os canais energéticos para a energia Reiki, sendo fundamental na iniciação Reikiana.
- Trata o espírito
- Amplia e acelera os efeitos dos demais símbolos de Reiki
- Proporciona transformações profundas
- Amplia a capacidade de discernir o que lhe é melhor dentro das várias linhas de ensinamento.
- Aumenta a percepção, a sensibilidade e a manifestação de dons psíquicos
- Conecta com as entidades espirituais protetoras

POSIÇÕES

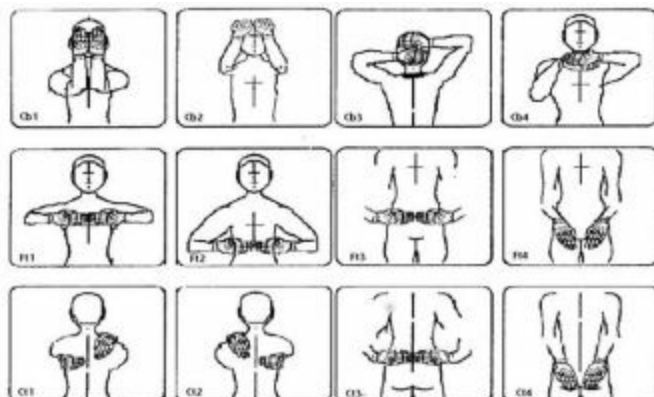
Na verdade não há posições obrigatórias na técnica Reiki, pois a energia busca o desequilíbrio, porém há posições pré-definidas, próximas aos chacras, que facilitam a entrada da energia no receptor.

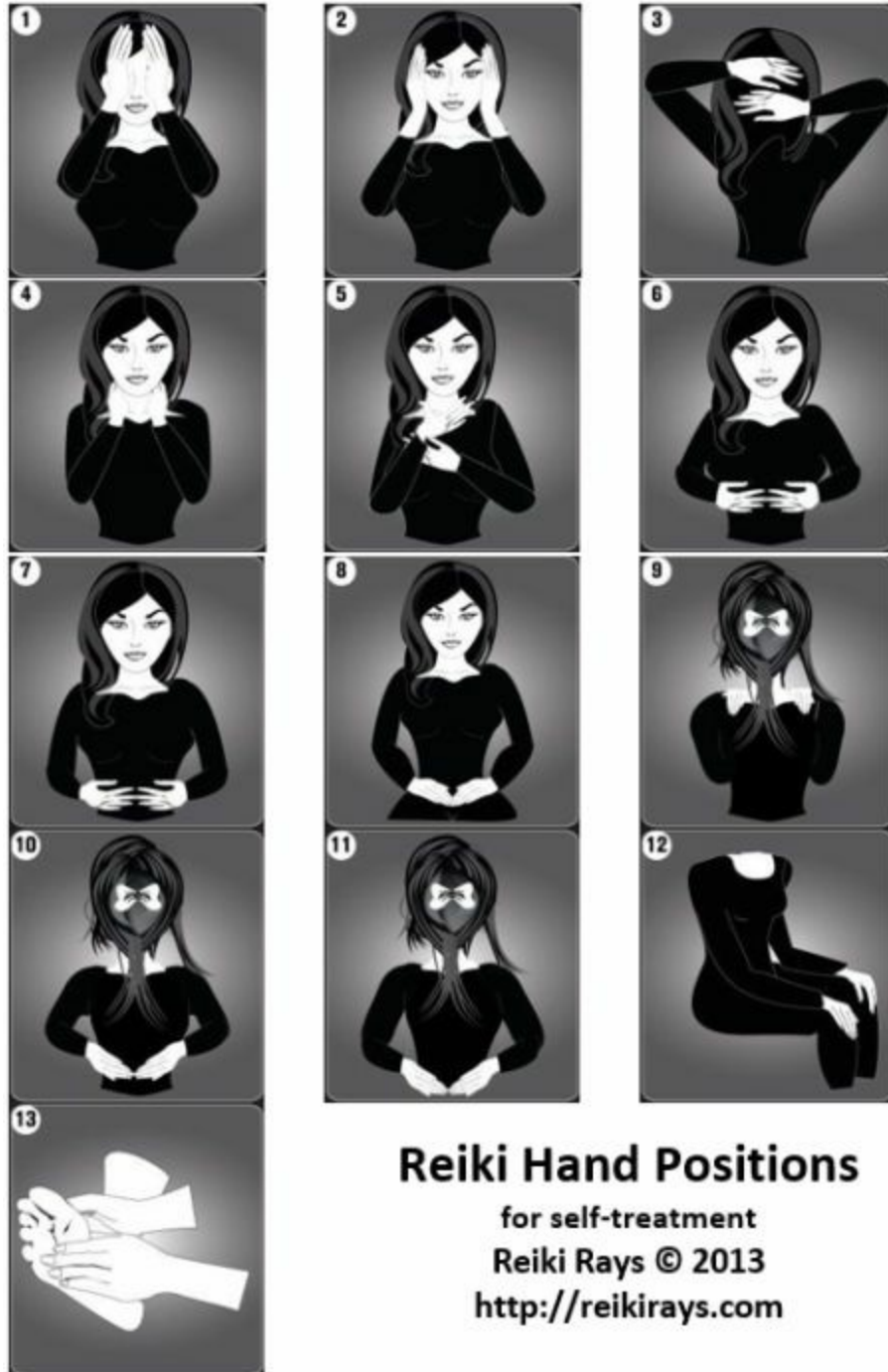
Especialmente no início, o Reikiano deve seguir tais posições, porém, com a prática contínua e o aprofundamento no estudo, especialmente após o grau mestre, tal rigor é dispensado e deve ser seguida a intuição, afinal, a energia segue para onde for necessário e pode até mesmo fluir automaticamente sem interferência alguma do Reikiano.

Da mesma maneira não há aplicação errada, então não é necessário preocupação ou cobrança de fazer tudo certo.

Há várias sequências conhecidas para aplicação, todas encontradas em sites de busca na internet, e não existe uma melhor ou mais correta. Cada Mestre ensina a que lhe é melhor ou a que aprendeu e cabe ao Reikiano buscar aquela mais confortável para si e o receptor, adaptando-a, com a intuição, de acordo com a necessidade do tratamento.

Para ilustrar segue algumas encontradas na internet para auto-aplicação e aplicação em outras pessoas:





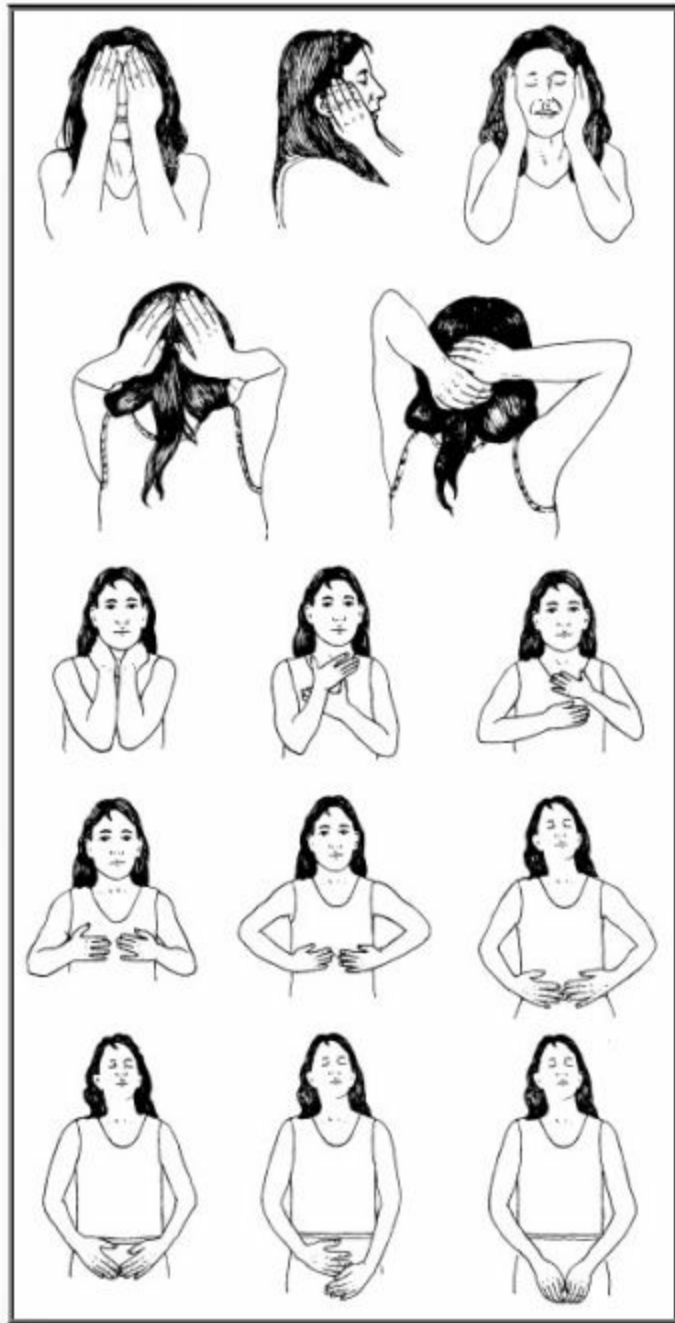
Reiki Hand Positions

for self-treatment

Reiki Rays © 2013

<http://reikirays.com>







INICIAÇÃO

Iniciação, ou sintonização energética, é o momento onde o Mestre ativa a energia Reiki e desbloqueio do fluxo da energia interna do aluno, para que se torne apto a utilizá-la conforme o nível da iniciação. É um conjunto de movimentos e mentalização capaz de proporcionar uma abertura no padrão energético do aluno, que perdura por toda a vida e viabiliza a canalização da reiki.

A primeira sintonização ativa no aluno um canal energético, através do qual a energia flui para dentro do seu Chakra Coronário, daí para seus corpos áuricos, meridianos e outros chakras, saindo em direção ao receptor. A energia, que espalhada atinge todos os reinos e dimensões, passa a ser recolhida e canalizada de forma concentrada através das mãos e outros pontos da pessoa iniciada.

As demais sintonizações expandem ainda mais este canal energético, aumentando a quantidade de Reiki que pode fluir através do indivíduo, bem como sua área de alcance.

Explicando melhor, a primeira iniciação ou sintonização energética funciona como se ligássemos um cano cósmico às mãos da pessoa.

Imagine uma torneira: para que funcione é preciso que seja ligada ou conectada a uma rede de canos por onde passa a água, somente assim podemos abrir a torneira e usufruir da água encanada.

Em comparação com a energia cósmica canalizada, a partir da sintonia abre-se a corrente e então a "água" (no caso a energia) começa a jorrar.

A partir dos próximos níveis aumenta a força da emissão, ou do jato de água, intensificando a capacidade e alcance da cura.

No passado, somente pessoas muito preparadas - os chamados sacerdotes - podiam receber a orientação para atuar como representantes dos Mestres. Os candidatos às iniciações precisavam passar por anos de treinamento e purificações, até que fossem considerados aptos para receberem importantes estímulos para seu desenvolvimento espiritual. Atualmente os caminhos são

outros. Tudo o que se pode receber está disponível, basta estar aberto.

Efeitos das Iniciações

Ao receber uma iniciação, a frequência energética é dinamizada e, em consequência, é elevado o padrão vibratório e outros efeitos são percebidos:

- Torna-se receptivo e apto a interagir em uma gama de informações e vivências acima do comum.

- Desprende-se das reações e pontos de vista que antes tínhamos. Dizemos que o nosso nível espiritual se eleva. Na verdade, nossa consciência é que se aproxima ou se abre um pouco mais para perceber o espiritual.

- A vida modifica completamente, tudo o que atrapalha a evolução energética é afastado e a vida se transforma completamente. É comum ouvir de Reikianos que não são os mesmos de antes da prática, eu mesma confirmar tais mudanças, que acontecem, diga-se, de maneira natural e sem dor pois mudanças, é fato, causam dor, porém Reiki trabalha também para que as transformações sejam tranquilas e sem sofrimento. Simplesmente um dia olha-se para trás e vê que tudo mudou.

- Interesses particulares e íntimos podem ser deixados de lado. Em contrapartida, coisas que pareciam distantes ou sem importância podem mostrar sua verdadeira face e tornarem-se interessantes.

- Bloqueios são liberados, nós são desatados ou desfeitos, pessoas são deixadas para trás.

- As consequências dessas mudanças vêm à tona em velocidade acelerada. Em vez de ser necessário anos para uma mudança radical, apenas meses ou semanas são necessárias.

- Quando os desequilíbrios estão muito enraizados, o reequilíbrio pode gerar consequências físicas e emocionais, manifestando-se como diarreias, problemas digestivos, febres, afloramento de pequenos problemas que pareciam resolvidos, etc... Estes efeitos manifestam-se durante os 21 dias seguintes à iniciação recebida em qualquer nível e geralmente ocorrem com mais frequência em pessoas que estão iniciando sua caminhada espiritual.

- Representa o processo de reinício, de recomeço ou renascimento. É o

final de um ciclo e começo de outro.

Iniciação de Cura

Ensinada, geralmente, no Mestrado a Iniciação de Cura é uma bênção que só pode ser transmitida com o propósito de curar e não habilita a pessoa a ser um terapeuta Reikano.

Permite receber a intensa energia de cura gerada pelo processo de Iniciação, ou seja, energias curativas de alta frequência, que atuarão constantemente em benefício do receptor. Acredita-se que o receptor receba em uma única sessão o benefício da energia equivalente a 100 (Cem) aplicações convencionais de Terapia Reiki.

É recomendada em doenças terminais ou processos de desequilíbrio e emocional e mental antigos, também é muito benéfica no tratamento de drogas, álcool e outras dependências.

Pode ser feita em qualquer pessoa, não havendo uma condição prévia para receber essa Iniciação.

UM POUCO DE MIM

Advogada e Técnica em Segurança do Trabalho, iniciei na área holística em 2007, quando me formei em Reiki Usui 1 pelo Projeto Luz. De lá pra cá a caminhada somou Mestrado em vários Sistemas Reiki e formação em Terapia Holística com reconhecimento pela Associação Brasileira de Terapia Holística – ABRATH.

Atualmente exerço as funções de:

- Agente de Segurança do Trabalho na Prefeitura de Hortolândia/SP
- Mestre Reikiana voluntária no Projeto Luz nos cursos de Reiki Usui e Reiki Karuna Ki.
- Mestre em Aromaterapia, Cromoterapia, Cristaloterapia, EFT, Terapeuta Xamânico, Terapeuta Energético Vibracional, Terapeuta em Radiestesia e Radiônica, Reiki Usui, Reiki Karuna Ki, Reiki Imara, Om Nioray Reiki Ho, Reiki Tibetano, Reiki Teramai, Elemental Reiki, Reiki Celta e Wiccan Reiki no EAD ABRATH.
- Responsável técnica do Viva Espaço Holístico Ensino e Tratamento.
- Terapeuta do Viva Espaço Holístico Ensino e Tratamento nas especializações Tarô Terapêutico, Radiestesia e Radiônica, Mesa Radiônica e Radiquântica, Cromoterapia, Aromaterapia, Floralterapia, Cristaloterapia, EFT – Acupuntura Sem Agulhas, Fitoterapia e Reiki (diversos sistemas)
- Mestre no Viva Espaço Holístico Estudo e Tratamento nas especializações: Formação em Terapia Holística, Fitoterapia, EFT Acupuntura Emocional Sem Agulhas, Tarô Terapêutico, Cura Xamânica Amadeus e Ma'heo'ho, DNA Realing, Formação em Terapias Corporais, Formação em Terapias Vibracionais, Formação em Terapias Orientais, Formação em Terapias Naturais, Golden Reiki, Imara Reiki, Kundalini Tantra Reiki, Om Nioray Reiki Ho, Radiestesia e Radiônica, Reiki Celta, Reiki Elemental, Reiki Karuna Ki, Reiki Tibetano, Reiki Usui, Sistema de Cura Chama Violeta, Sistema de Cura Chama Azul de S. Miguel Arcanjo, Shamballa, Sistema de Cura Sheken Seichim, Teramai Reiki, Gaia Reiki e

Wiccan Reiki.

Para contato use o email vivaespacoholistico@gmail.com, a página Viva Espaço Holístico no Facebook ou o canal Viva Espaço Holístico no Youtube.

[1] Lembrando que o Reikiano, como Terapeuta Holístico, é um coadjuvante na cura de doenças, jamais substitui o profissional da Medicina Tradicional.

[2] Incluindo o corpo físico

[3] Sentimento é diferente de emoção porque esta é a sensação física daquele; por conseguinte, o amor, a paz e o perdão estão subordinados ao quarto chacra, enquanto a paixão, a excitação e a libidinagem estão relacionados ao segundo.

[4] Por serem relacionados ao Reiki vale a pena trata-los mais profundamente:

Localizados nas palmas das mãos (são 2 chacras), não possui cor específica e tem um papel à parte dos demais chacras, com a mesma característica do cristal branco: acionam ou desativam a energia, sempre atuando em conjunto (ao acionar o chakra de uma mão, automaticamente acionamos o outro também).

São um veículo direto, através do qual as Forças Cósmicas operam, sem influência direta nossa. Agimos apenas dando o comando que deve ser dado em cada caso, quem atua efetivamente não somos nós.

Para carregar esses chacras com a energia cósmica basta esfregar as palmas das mãos uma na outra. Este é o gesto básico, o primeiro, de qualquer trabalho de energização. No momento em que fazemos isso captamos as partículas de energia do ar (Energia Cósmica), aglutinando-as e transformando-as em uma onda, como um raio laser. Podemos sentir calor ou formigamento nas mãos ou nada. Se sentir é normal, é a manifestação da energia ativada. Se não sentir, normal também, nem todos têm sensibilidade aflorada para sentir, o que não significa que nada esteja acontecendo.

Uma vez carregadas as mãos (durante uma energização devemos carregar-las sempre que sentirmos necessidade), vamos usá-las de acordo com a forma escolhida para a aplicação energética: Reiki, Passe Espírita, Visualização etc.

Um exemplo: ativar os chacras e impor as mãos sobre alguém, visualizando a emissão de uma cor verde sobre o corpo. Tanto podemos usar esse gesto de maneira generalizada, buscando o bem estar geral do outro, como podemos especificar o uso dando mentalmente ordem para tirar uma dor, angústia, fazer um pedido, etc.

Importante lembrar de desconectar após qualquer trabalho energético, seja sacudindo as mãos, lavando-as ou assoprando.

[5] O sentido de cura realizada pelo Reiki não é aquele praticado pela Medicina Tradicional.

Reiki proporciona a cura, o equilíbrio energético que leva a, se isso for possível.

Comparando uma pessoa com uma floresta, imagine que a mata está mal cuidada e extremamente poluída; imagine, também, o Reiki como sendo o ar puro que tenta invadir esse espaço para renová-lo: é difícil se o espaço não mudar. Por isso a cura depende muito da própria pessoa, da mudança de hábitos e padrão de comportamento.

Não podemos nos esquecer, ainda, que há condições irreversíveis. Nestes casos Reiki age diminuindo os efeitos secundários da doença e aumentando a qualidade de vida da pessoa.

Lembre-se sempre que o Reikiano não cura, é apenas o veículo da energia que reequilibra o campo energético e, daí, pode gerar a cura se a situação permitir.

[6] Vide tópico História do Reiki

[7] Kanjis são caracteres usados para escrever japonês. São ideogramas que expressam coisas concretas

e abstratas, por meio de radicais (partes ou desenhos indivisíveis dos Kajis), que somados formam uma palavra.

[8] Até pouco tempo eu usava o termo Energia Cósmica para Reiki, porém com o avançar dos Estudos concluí que a definição Energia Universal é mais isenta de conexões com aspectos religiosos. Cósmica pode dar idéia de uma religiosidade que não combina com a isenção religiosa da técnica Reiki

[9] Daniel F. Vennells. Reiki para Iniciantes (Locais do Kindle 43). Edição do Kindle.

[10] Inscrição existente em um memorial a Mikao Usui no Templo Seihoji em Suginami, Tóquio.

[11] Usui e seus alunos chegaram a ser reconhecidos e agraciados pelo Imperador Japonês pela ajuda que prestaram aos feridos do terremoto que atingiu Tóquio em 1923.

[12] Adotados do Imperador Mutsuhito (conhecido no Japão como Imperador Meiji). Vide capítulo “Os 5 Princípios”

[13] Um exemplo de adaptação foi a divulgação de que Mikao Usui era padre cristão e professor em Chigado, o que, hoje, sabemos não ser verdade.

[14] Linha seguida por meus Mestres e que passo a meus alunos

[15] A diferença entre as duas linhas de estudo é basicamente que a AIRA divide o Reiki em sete graus ou níveis, o denomina de "Radiance Technique" e não aceita alterações em seus princípios estabelecidos desde então, haja vista seus mestres precisarem de autorização da grã-mestre para iniciar novos mestres. Na "Reiki Alliance" cada mestre tem a liberdade de escolher e iniciar um novo mestre. Apresenta o Reiki em três níveis.

[16] A cura é derivada do binômio equilíbrio e merecimento. O Reiki realinha o campo energético, eliminando os desequilíbrios causadores da doença. A cura, entretanto, é derivada do merecimento do doente. Reikiano não cura, não faz milagres. Para um paciente terminal cura pode representar um desencarne tranquilo, para pacientes com doenças degenerativas sem cura pela medicina terrena, uma maior sobrevida com qualidade e bem-estar.

[17] A partir do nível 2

[18] A partir do nível 2

[19] Código penal:

Art. 282 - Exercer, ainda que a título gratuito, a profissão de médico, dentista ou farmacêutico, sem autorização legal ou excedendo-lhe os limites:

Pena - detenção, de 6 (seis) meses a 2 (dois) anos.

Parágrafo único - Se o crime é praticado com o fim de lucro, aplica-se também multa.

Art. 283 - Inculcar ou anunciar cura por meio secreto ou infalível:

Pena - detenção, de 3 (três) meses a 1 (um) ano, e multa.

Art. 284 - Exercer o curandeirismo:

I - prescrevendo, ministrando ou aplicando, habitualmente, qualquer substância;

II - usando gestos, palavras ou qualquer outro meio;

III - fazendo diagnósticos:

Pena - detenção, de 6 (seis) meses a 2 (dois) anos.

Parágrafo único - Se o crime é praticado mediante remuneração, o agente fica também sujeito à multa.

