

靈
氣

Reiki

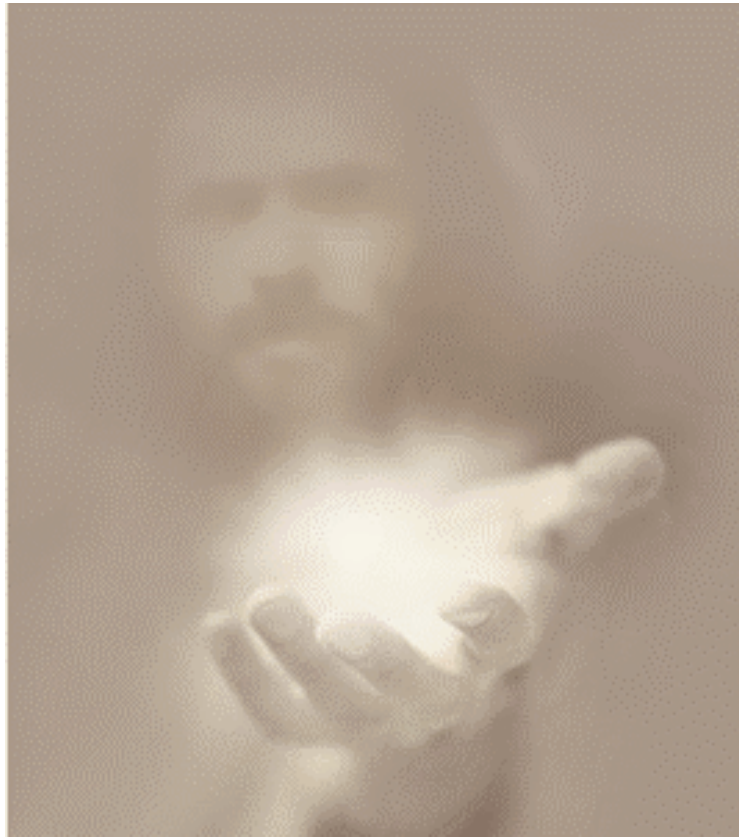
*Sistema Usui Shiki
Ryoho*

**Nível I
Shoden**

Plínio Ganzer Moreira
Mestre em Reiki Usui, Karuna Ki
e Seichim

Luiz Franklin Mattos
Mestre em Reiki Usui, Tibetano
Karuna Ki, Seichim e
Karuna Reiki®

Registrado no International Reiki Center
Michigan Nº 500.086



Vós sois as mãos de Cristo

Cristo não tem atualmente sobre a terra nem um outro corpo se não o teu;
outras mãos se não as tuas;
outros pés senão os teus;
tu és os olhos com os quais a compaixão de Cristo deve olhar o mundo;
tu és os pés com os quais Ele deve ir fazendo o bem;
tu és as mãos com os quais Ele deve abençoar os homens de hoje.

Santa Teresa D'Ávila



Índice

Apresentação.....	04
Cura e medicina.....	04
Definição de técnica holística.....	05
Definição de Reiki.....	06
Particularidades.....	07
Doença – causas e finalidades.....	07
Mantendo a boa saúde.....	08
Resumindo.....	09
Origem do Reiki – A versão que contam.....	09
Os cinco princípios do Reiki.....	10
História do Reiki:	
Introdução.....	10
Mikao Usui.....	11
Chujiro Hayashi.....	12
Hawoyo Takata.....	13
Deturpações.....	14
O aprendizado e as sintonizações.....	16
Os vinte e um dias.....	16
O que o Reiki pode oferecer a você e aos outros.....	17
O ideograma.....	17
Informações não reikianas:	
Os chakras.....	18
Tabela dos chakras.....	22
A aura.....	23
Principais glândulas endócrinas.....	24
Imposição de mãos.....	27
Carta energética.....	28
Os símbolos Reiki.....	29
Sugestão de procedimentos.....	31
A correlação entre Reiki e as iniciações esotéricas.....	32
As Mãos.....	32
Reiki na internet – ReikiBr.....	33
Entre em contato.....	33
Floral de apoio.....	33
Bibliografia.....	35

Apresentação

Vários de nós, em momentos distintos de nossas vidas, buscam mecanismos de harmonização através de Terapias Holísticas. É uma busca ao novo, ao místico e ao Divino.

As diversas técnicas de cura em Terapias Holísticas nada mais são do que Sistemas Antigos, das mais variadas culturas e civilizações que redescobrimos nestes tempos de turbulência psico-espiritual que aflige a toda a sociedade.

Este é o momento que aflora de dentro de cada um de nós um sentimento de busca, de procura, uma força que nos impulsiona para uma nova conexão com o “Divino em Nós”.

Existem muitos métodos eficientes de cura e harmonização em Terapias Holísticas, o **REIKI** é um deles.

Através desta apostila, pretendemos lhe dar os conhecimentos básicos necessários a um bom terapeuta holístico.

Cura e medicina

A lei brasileira exige que seja informado:

Todas as afirmações contidas nestes textos não possuem nenhuma relação com a medicina, curas médicas ou práticas médicas.

As afirmações se referem exclusivamente com a CURA em sentido HOLÍSTICO onde o bem-estar energético e espiritual determina condições de harmonização energética.

Em caso de doenças graves recomende a procura a um médico e não sugira a interrupção de nenhum tipo de tratamento convencional.



Técnica holística – O que é isso?

Em 1971, Dennis Gabor recebeu um Prêmio Nobel por haver construído o primeiro holograma, uma fotografia sem lente em que um campo de ondas de luz disseminada por um objeto era registrado como padrão de interferência sobre uma chapa. Quando se coloca o holograma ou o registro da fotografia num laser ou num raio de luz coerente, o padrão original de ondas se regenera numa imagem tridimensional. Cada pedaço do holograma é uma exata representação do todo e reconstruirá a imagem inteira.

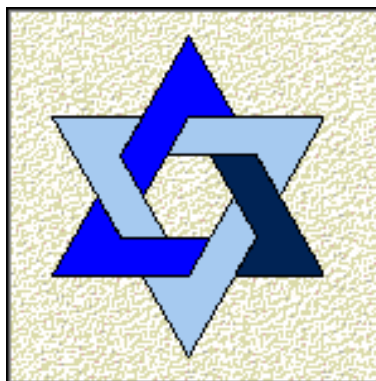
O que seria então uma técnica de cura holística? Qualquer técnica que “vê” o ser humano como um todo, não apenas um corpo físico, mas também todas as partes energéticas mais sutis que o compõe. Tratar uma doença através dessas técnicas leva em conta não só as causas físicas, como também os aspectos emocionais, mentais, espirituais, etc. Um exemplo: certa pessoa tem uma doença e vai ao médico. Ele tratará com os meios que dispõe – remédios, cirurgia, radioterapia e tantos outros que visam apenas o nível físico. Um terapeuta holístico vai preocupar-se com o que ele come, pensa, faz e sente, e ainda com o meio em que vive, sua visão perante a vida, possibilidade de a mesma estar sendo assediada, etc.

Um reikiano nunca vai fazer um tratamento apenas na região afetada pela enfermidade, pois as verdadeiras causas podem estar muito longe desse local, até mesmo em outros planos... Se alguém está com dor de cabeça, ele não vai aplicar Reiki apenas nessa região, mas sim fazer uma sessão completa, pois estará visando o equilíbrio energético daquele ser. Uma pessoa equilibrada energeticamente é seu próprio curador, não necessitando de agentes externos para conseguir este feito. Infelizmente essas pessoas são raras em nosso plano, devido a uma série de fatores. Busquemos devolver a cada um seu potencial de cura, compartilhando nosso conhecimento a todo aquele que **demonstrar verdadeiro interesse**. “Explicar e difundir a verdade é a maior de todas as caridades” (Buda).

Como somos parte inseparável do todo, podemos, elevando nossa frequência vibratória, imergir na consciência do todo. Nesse estado holístico, teremos a capacidade do conjunto, não apenas do eu. Quanto maior for a sua facilidade de ficar nesse estado de ausência de ego, maior será sua evolução espiritual, e conseqüentemente, terá aumentada a sua capacidade como curador.

Se você tem consciência que é o todo, passará a respeitar infinitamente mais os outros seres, pois saberá que cada um (um grão de areia, uma estrela ou outro ser humano) também é parte de você.

"O que está em cima é como o que está embaixo, e o que está embaixo é como o que está em cima." (Hermes Trismegisto).



Definição de Reiki

O Reiki é uma técnica curativa milenar que é aplicada através da imposição das mãos.

Reiki: uma palavra genérica japonesa, utilizada para descrever qualquer tipo de trabalho de Cura que utiliza a Energia ou Força Vital. Não é um nome exclusivo do Sistema Usui de Cura Natural, porém é comum chamá-lo assim no Ocidente.

Para entender o Reiki, precisamos entender que todo o ser vivo é composto de vários níveis de **Energia**. O equilíbrio e a harmonia dessa energia é que gera a vida e a saúde.

Usui criou o seu Sistema Usui de Cura Natural – Reiki, preocupado em criar um sistema de harmonização e cura simples, por meio da imposição das mãos, que, sem exercícios complicados ou longos treinamentos, pudesse recuperar, harmonizar e estimular a cura dos seres vivos. A energia oriunda desse processo é composta de duas partes, a saber:

Rei

Inteligência Divina manifesta. Matriz de tudo o que é. Gerencia o fluxo da energia Ki em todos os seres, fazendo-os retornar aos moldes originais, quando necessário. Notem que todos os seres tem, originalmente, a matriz correta do fluxo da energia Ki. Como temos livre-arbítrio, o Universo permite que nos afastemos dessa harmonia, através de bloqueios oriundos de comportamentos, emoções e crenças danosas. Contudo, o mesmo Universo dá a oportunidade de obter novamente esse equilíbrio que gera felicidade, saúde e prosperidade, por meio da mudança interior. A energia Reiki é uma potente catalisador nessa processo.

Ki

Os japoneses chamam essa energia de **Ki**, os Chineses de **Ch'i**, Pitágoras de **Fogo Central**, Hipócrates de **Fogo Interior**, Mesmer de **Magnetismo**, os hindús de **Prâna**, Reich de **Orgônio**, na antiga União Soviética era chamada de **Energia Bioplasmática**, os judeus de **Nefesh**, os alquimistas de **Fluido da Vida** e tantas outras definições... É oriunda do sol, e pode ser captada pela radiação desse astro, por alimentos frescos “*in natura*”, pelo ar, e em contato direto com uma pessoa harmonizada (canalizador).

Veja que a Ki que compõe a Reiki **não** provém do terapeuta. Separamos as duas apenas para fins de explicação, pois a energia é uma só, com propriedades ímpares, ainda que seja o somatório de duas energias com propriedades definidas.

REI - Energia Celestial, divina, que gerencia a distribuição da KI - Energia Vital.

Particularidades da Reiki

A energia Reiki é apolar, ou seja, nem positiva nem negativa, podendo assumir a polaridade que o paciente precisa. Além disso, ela é de alta frequência, sendo que, literalmente, destrói os bloqueios energéticos que impedem a livre circulação de energia no corpo (geralmente a causa das doenças). Além disso, ela não provém do terapeuta, sendo que este **não fica exaurido** mesmo após várias seções de cura. Por incrível que pareça, o reikiano também é beneficiado pela energia quando trata outras pessoas, pois a Reiki passa por ele para chegar ao paciente. Isso é conseguido apenas se a técnica for usada corretamente: não tentando controlar o processo de cura, deixando apenas a energia fluir e fazer o que for possível.

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, mas isso geralmente dura pouco. Outras pessoas inibem a cura quando mantêm padrões de vida desequilibrados, mesmo com a nova “visão” proporcionada pela energia Reiki.

A Reiki não faz e nem fará parte de alguma religião. Qualquer pessoa, independente de credo pode praticá-la sem qualquer restrição.

Crianças e idosos podem ser excelentes curadores com essa técnica, pois ela depende mais do amor incondicional que oferece o terapeuta do que conhecimentos teóricos acumulados por ele.

Causas e finalidades das doenças

Classificamos a causa das doenças em 4 grupos:

- a) oriundas dos desequilíbrios em nossa forma de agir, pensar, sentir; má alimentação, excesso de trabalho, etc.
- b) carmais – onde a causa pode ter sido gerada em outras vidas, como por ex. nascer cego;
- c) químicas – originárias do meio físico, ex. cigarro, exposição a agentes químicos;
- d) terminais – que tem por finalidade promover o desencarne.

A energia Reiki age em todos esses tipos, sendo que na impossibilidade da cura, ela minimiza o sofrimento, tornando os processos menos dolorosos.

Em essência, a doença é resultado do conflito entre a alma e a mente, e ela jamais será erradicada exceto por meio de esforços mentais e espirituais. **Nenhum esforço que se destine apenas ao corpo pode fazer mais do que reparar superficialmente um dano, e nisso não há nenhuma cura, pois a causa ainda continua em atividade e pode, a qualquer momento, manifestar novamente a sua presença, assumindo outro aspecto.**

A doença, ainda que pareça cruel – uma punição de Deus – é, na verdade, uma ferramenta para nossa evolução, tendo em vista que ela nos guia na direção de nossos defeitos. Se formos em busca de suas verdadeiras causas estaremos promovendo a cura e nossa própria evolução. Resumidamente, podemos dizer que apesar da dor oriunda desse processo, a doença pode nos fazer pessoas melhores e mais evoluídas, desde que encarada da forma correta.

Não estamos patrocinando a idéia de que a doença e a dor é bem-vinda. Absolutamente. Estamos apenas afirmando que, se ela aparece, é porque o Universo já tentou usar de outros meios para nos fazer evoluir, e não obteve sucesso. Dizem os espíritas: Quem não aprende pelo amor, o faz pela dor. Sejam compassivos com todos os doentes e com nós mesmos, mas sem ignorar a verdadeira finalidade dessa situação.

A medicina atual está fracassando pelo fato de ocupar-se somente dos efeitos, não das causas. Ela faz uso da alopatia que, apesar de ser uma ferramenta válida, gera efeitos colaterais muitas vezes mais desastrosos que a própria doença que se pretende combater. No futuro, inevitavelmente, os médicos deverão ter dois objetivos principais:

O primeiro será o de ajudar o paciente a alcançar um conhecimento sobre si e apontar-lhe os erros fundamentais que ele possa estar cometendo, as deficiências em seu caráter que ele teria a corrigir e os defeitos de sua natureza que têm de ser erradicados e substituídos por virtudes correspondentes. Esse médico terá de ser um grande estudioso das leis que governam a humanidade e a própria natureza humana, de modo que possa reconhecer em todos os que a ele acorrem os elementos que estão causando conflito entre a alma e a personalidade. Terá de ser capaz de aconselhar o paciente de como restabelecer melhor a harmonia requerida, que ações contra a Unidade (veja a definição de holismo) deve deixar de praticar e que virtudes necessárias deve desenvolver para eliminar seus defeitos.

O segundo dever do médico será ministrar os remédios que ajudem o corpo a recobrar a força, auxiliem a mente a serenar-se, ampliem seu panorama e sua luta pela perfeição, trazendo, assim, paz e harmonia para toda a personalidade. Tais remédios existem na natureza, e foram colocados ali pela graça do Divino Criador para a cura e conforto da humanidade.

Mantendo a boa saúde

Para manter a boa saúde é necessário atender as necessidades:

1. fisiológicas (sono, fome etc.)
2. de segurança (estabilidade, ordem)
3. de amor e fraternidade
4. de estima (auto-respeito, auto-aprovação)
5. de auto-atualização (desenvolvimento das capacidades)
6. do espírito (desenvolvimento espiritual)

Além disso, deve-se perceber que a saúde, a harmonia, a paz e a felicidade dependem de não colocarmos muita atenção no aspecto negativo de um acontecimento e sim de estarmos voltados principalmente para um nível além: para a realidade estável, criativa e construtiva – a nossa realidade interna e imortal. Veremos também que essa harmonia requer capacidade de aceitar as coisas como são e de perceber que por trás de tudo há uma bem maior. A partir daí podemos realmente transformar as situações.

A prevenção e a cura acontecem quando localizamos o erro dentro de nós mesmos e suprimimos esse defeito por meio do cuidadoso aprimoramento da virtude que o destruirá; não combatendo diretamente o erro, mas desenvolvendo tanto essas virtudes opostas que ele chegue a ser varrido de nossas naturezas.

Resumindo:

Reiki é uma arte que alia simplicidade, amor e eficácia, visando estimular a cura por meio da imposição de mãos. Essa técnica japonesa ensina transmitir uma energia harmoniosa, que leva o receptor a um estado de equilíbrio, podendo assim ter condições de eliminar seus traumas, liberar problemas físicos e energéticos, e a buscar efetivamente a sua evolução e cura.

A origem do Reiki: a versão que contam

Nota: Esta é a história contada pelos mestres, que a receberam de Takata. Porém, pesquisas recentes nos dão conta de que, em alguns aspectos, esta versão foi ocidentalizada para que a Técnica Reiki fosse mais bem aceita nos Estados Unidos e Europa no período pós-guerra (2ª Guerra Mundial – 1939-1945). Considere como verdadeira a apresentada sob o título: “História do Reiki”, nesta apostila.

O fundador do Reiki como sistema de harmonização natural é Dr. Mikao Usui, sacerdote, que no final do século XIX era reitor na Universidade de Doshisha, em Kyoto – Japão.

Um de seus alunos perguntou se o Dr. Mikao Usui aceitava o conteúdo da Bíblia. Após a resposta afirmativa, o aluno continuou seu questionamento perguntando como é que se processava a cura propiciada por vários Mestres da antiguidade. Usui não sabia e a procura por esta resposta mudou completamente seu objetivo de vida.

Uma semente foi plantada. No dia seguinte, Dr. Usui demitiu-se do cargo de reitor da Universidade e viajou para os Estados Unidos da América onde permaneceu durante vários anos. Aprofundou seus estudos nas Escrituras Sagradas na Universidade de Chicago na tentativa de desvendar o segredo de como Jesus e seus discípulos curavam os doentes.

Não tendo encontrado a resposta, retornou ao Japão e aprofundou-se na filosofia budista em diversos mosteiros. Encontrou apoio de um abade que também estava interessado nesta mesma questão, entrando assim em contato com os Sutras, escrituras budistas.

Estudou as traduções japonesas das escrituras budistas, mas não encontrou a explicação que buscava. Decidiu aprender sânscrito para ter acesso aos textos budistas originais e às documentações que não tinham sido traduzidas.

Após sete anos, finalmente encontrou o que tanto procurava! Anotações de um discípulo de Buda lhe deram a chave, os símbolos e a descrição de como este grande Mestre curava.

Embora tenha redescoberto o conhecimento, não tinha ainda o poder da cura. Havia comentado o fato com seu velho amigo abade e decidiu dirigir-se a uma montanha sagrada para meditar em busca deste poder.

Na montanha sagrada meditou durante vinte e um dias. Para ajudar na sua contagem do tempo, colocou diante de si a mesma quantidade de pedrinhas que eram descartadas uma a uma, dia após dia.

No vigésimo primeiro dia viu no horizonte luzes que vindo ao seu encontro deram formação aos símbolos que ele havia encontrado nas anotações em sânscrito. Perdeu os sentidos e ao recobrá-los percebeu ter entrado em contato com o poder de cura que tanto procurava.

Primeira constatação foi que, apesar de ter jejuado durante vinte e um dias, não se sentia faminto e nem esgotado. Tinha recobrado miraculosamente as suas energias.

A segunda: ao descer a montanha para contar o ocorrido ao seu amigo abade, feriu seu dedão do pé. Impôs suas mãos sobre o ferimento e constatou, para sua surpresa, que a hemorragia e a dor cessaram instantaneamente.

Ao pé da montanha, Mikao Usui parou num pequeno albergue e pediu uma refeição. Apesar do jejum ele comeu normalmente e nada sentiu. Esta lhe foi servida por uma menina que, pelo seu aspecto, percebia-se estar com muita dor de dente. Com o toque das mãos de Mikao Usui, a dor que afligia a menina desapareceu.

Ao regressar ao mosteiro, Usui soube que seu amigo estava acamado com crise de artrite. Impondo-lhe as mãos nos pontos doloridos, aliviou-o da dor com as suas mãos de cura. O abade curado exclamou contente: “Isto é Reiki! Energia Universal da Vida”.

Durante os sete anos seguintes, Dr. Usui trabalhou curando doentes em um gueto de mendigos no Japão. Algumas pessoas que haviam sido beneficiadas pelo toque de suas mãos assumiram novos papéis em suas vidas, porém algumas retornaram à mendicância, não querendo novas responsabilidades. Entendeu, então, que curar o corpo é apenas uma parte do processo, e que a cura total só ocorre quando a energia atinge a mente, o corpo e o espírito.

Mikao Usui diante deste fato sentiu a necessidade de criar as Máximas de Vida no Sistema Reiki, que são:

Os cinco princípios do Reiki

- 1. No dia de hoje, não me preocuparei.**
- 2. No dia de hoje, não me aborrecerei.**
- 3. No dia de hoje, agradecerei minhas várias bênçãos e honrarei meus pais, mestres e amigos.**
- 4. Ganharei meu pão diário honestamente.**
- 5. Demonstrarei gratidão e bondade para com tudo o que é vivo.**

História do Reiki – introdução

Desde sempre, todos os praticantes de Reiki nutrem uma enorme simpatia e curiosidade sobre o fundador do sistema, Mikao Usui. Da mesma forma, sempre houve uma grande curiosidade acerca da história do Reiki, do seu desenvolvimento e da influência da vida de Usui, nas práticas do Reiki.

Na seqüência desta crescente curiosidade, algumas pessoas começaram a canalizar teorias acerca destas questões e, nesta seqüência, o Reiki começou a ser descrito como oriundo do Tibete, da Atlântida, do Egito ou da Lemúria. Já se fez constar também, que os fundadores originais do Reiki, são mestres ascensos, seres de outras galáxias, um chinês de tempos remotos chamado Wei Chi, e muitos outros.

Embora estas canalizações sejam interessantes e algumas delas façam bastante sentido, faltam-lhes as evidências históricas que lhes possibilitem serem observadas de um ponto de vista sério e rigoroso.

Movidos pela curiosidade e confusos com tantas teorias, alguns mestres Ocidentais foram ao Japão constatar se aquilo que se dizia sobre o Reiki era verdadeiramente real, acendendo luzes muito interessantes sobre a realidade dos fatos, através de documentos escritos, entrevistas com familiares de Mikao Usui ou mesmo através da pedra memorial erguida ao criador do Reiki.

História do Reiki – Mikao Usui

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

Segundo as investigações de Frank Arjava Petter, reveladas no seu livro em parceria com Walter Lubeck e William Rand, “The Spirit of Reiki”, Usui estudou **Kiko** (a versão japonesa do Chi Kung – uma arte oriunda da China para melhorar a saúde através de meditação, exercícios de respiração e exercício em movimento) quando era jovem, num templo de Budismo Tendai, no monte Kurama, Norte de Kyoto.

Nas práticas do 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 e que terá feito nascer a semente daquilo que hoje conhecemos como Reiki.

Segundo William Rand (no mesmo livro), Usui viajou depois por todo o Japão, China e Europa em busca de conhecimento nas áreas da medicina, psicologia, religião e desenvolvimento espiritual. Numa dessas etapas, juntou-se a um grupo designado **Rei Jyutu Ka**, onde a sua formação acerca do mundo espiritual foi fortificada. Todo o intenso e continuado interesse no conhecimento teriam criado as fundações da incrível bênção que deixou à humanidade.

A 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. Aqui, Usui conheceu muitas pessoas influentes de todo o Japão tendo iniciado um negócio por conta própria com bastante sucesso.



Em 1914, o negócio começou a correr mal e Usui decidiu tornar-se monge budista. Voltou, anos mais tarde, ao Monte Kurama, onde tinha estado a estudar Kiko quando era jovem.

Usui iniciou então um retiro de vinte e um dias, onde jejuou, cantou, orou e meditou. Uma dessas meditações poderá ter sido ficar debaixo de uma cascata do Monte Kurama com a água a cair sobre a cabeça, para abrir e purificar o chakra da coroa, uma prática que é efetuada ainda hoje pelos monges do Templo Kurama.

No final do retiro em março de 1922, Mikao Usui teve a sua experiência de Satori (Iluminação) onde ficou sabendo de que forma utilizar energia para a cura sem ficar desvitalizado. Usui aplicou então a energia em si próprio e depois na sua família.

Criou em **abril de 1922** a escola que ainda hoje existe, **Usui Reiki Ryoho Gakkai** em Tóquio.

Usui desencarnou em 9 de março de 1926 em Fukuyama. Seus poucos discípulos passaram a difundir a técnica seletamente no Japão, só chegando ao Ocidente através de uma havaiana chamada Hawayo Takata (1900-1980) que se submeteu a um tratamento com Reiki devido a graves problemas de saúde (câncer). Depois de curada ela passou alguns anos no Japão para aprender a técnica com Chujiro Hayashi, um dos discípulos diretos de Usui. Voltando para sua terra natal passou a ensinar e divulgar o Reiki no Ocidente (1938).

História do Reiki – Chujiro Hayashi

Está escrito na última morada do Dr. Usui, na pedra memorial do túmulo que os seus alunos mandaram erguer, que o criador do Reiki terá ensinado mais de 2000 pessoas; tendo algumas delas chegado ao Nível Shinpiden, aquilo que se conhece hoje como Mestrado de Reiki. No entanto dizia-se até pouco tempo no Ocidente (e ainda se conta em algumas escolas) que o sucessor de Mikao Usui teria sido Chujiro Hayashi, um outro fato que viria a verificar-se como incorrecto.

Chujiro Hayashi era um oficial aposentado da Marinha que recebeu de Usui os ensinamentos de Mestre Reiki em 1925, com 47 anos, afastando-se depois da escola Usui Reiki Ryoho Gakkai e criando o seu próprio método “Reiki Hayashi Shiki Ryoho” que significa: Método de Cura Natural Reiki de Hayashi.

Hayashi abriu uma clínica de cura em Tóquio, onde terapeutas Reiki trabalhavam em grupo e iam também à casa de pessoas incapacitadas de se deslocarem à clínica. Uma das pessoas que recorreu à clínica de Hayashi para se curar, em Shina No Machi, foi Hawayo Takata.

Faleceu com 63 anos, em 10 de maio de 1941.



SAIBAM:

Um dos modos de Hayashi adquirir terapeutas para sua clínica era fornecer o grau de nível um de sintonização em troca de três meses de ajuda não remunerada. Depois deste tempo ele ofereceria para os melhores estudantes o segundo nível em troca de um compromisso adicional de nove meses. Aqueles que completassem esse ciclo teriam a chance de adquirir o 4º símbolo. Depois de um compromisso adicional de dois anos (o qual envolvia auxiliar Hayashi na sala de aula) eles aprendiam sintonizações e tinham permissão para ensinar.

Portanto, duvide de quem afirma que é obrigatória uma troca financeira para receber iniciações ou tratamento Reiki.

História do Reiki – Hawayo Takata

Hawayo Kawamura (Takata, mais tarde) nasceu em 24 de Dezembro de 1900, numa família de cortadores de abacaxi, na Ilha de Kauai, Havaí, em Hanamaulu.

Casou-se com o tesoureiro de uma plantação, Saichi Takata, em 1917; foram felizes e tiveram duas filhas. Saichi Takata morreu de um ataque cardíaco aos 32 anos, em outubro de 1930. Durante os cinco anos seguintes, Hawayo Takata, viúva e com duas crianças pequenas, passou a ter graves problemas de saúde entre os quais, esgotamentos nervosos. Diagnosticou-se também uma doença de fígado que exigia uma cirurgia, mas devido a problemas respiratórios, o uso de anestésicos era contra-indicado. A sua saúde deteriorou-se tendo-lhe os médicos afirmado que sem uma cirurgia, ela não sobreviveria, mas, se praticada, ela morreria.



Mais tarde foi para o hospital Maeda, em Akasaka onde ficou internada por várias semanas. Foi marcada a cirurgia. A essa altura, foi também diagnosticada apendicite, um tumor e cálculos biliares.

Na noite anterior à intervenção cirúrgica, Takata ouviu uma voz interior que disse: “A operação não é necessária”. Quando estava já na mesa de cirurgia, ouviu de novo a voz e questionou o cirurgião se não haveria outro método para a sua cura. O médico respondeu-lhe: “Sim, se puder permanecer no Japão o tempo necessário”. Falou-lhe então, sobre a clínica de Reiki de Chujiro Hayashi; Takata dirigiu-se logo para lá. Em quatro meses, estava completamente curada no nível físico, mental e espiritual.

Takata ficou tão maravilhada, que pediu que lhe passassem os ensinamentos. De início foi recusada, não porque fosse mulher, mas porque era estrangeira. Hayashi não queria que o Reiki fosse praticado fora do Japão, naquele tempo, mas com a insistência de Takata, cedeu.

Hawayo Takata, recebeu os ensinamentos de Reiki I, na primavera de 1936 juntando-se aos terapeutas que trabalhavam na clínica e, em 1937, recebeu os ensinamentos do Reiki II, voltando de seguida ao Havaí onde inaugurou a sua primeira clínica Reiki em Kapaa, sendo bem sucedida no seu trabalho.

No inverno de 1938, Chujiro Hayashi visitou Takata e juntos empreenderam uma digressão no ensinamento e divulgação o Reiki. Ela recebeu os ensinamento do Shinpiden (Mestrado), em 21 de Fevereiro de 1938, tendo apresentado Hayashi nessa ocasião, a Sr. ^a Takata como Mestre / Professora e sua sucessora. Em 1939, Takata inaugurou o seu segundo centro de Reiki em Hilo.

Graças a Takata, o Reiki espalhou-se então pelo Ocidente; depois do Hawaii, o resto dos Estados Unidos da América e finalmente para o Canadá e Europa. Viveu até aos 80 anos, apresentando sempre uma aparência jovial. Consta que formou centenas de pessoas no Reiki, homens e mulheres. Faleceu em 11 de dezembro de 1980.

História do Reiki – deturpações

Quando o Reiki foi introduzido no Ocidente foram inseridas algumas alterações na história; algumas foram alterações “cirúrgicas” e de extrema utilidade para que o Reiki se espalhasse por todo o planeta, tal como o Dr. Usui desejava, outras perfeitamente dispensáveis. As principais alterações foram as seguintes:

1 – “O Reiki é oriundo do Tibete” – O Reiki tem como base o trabalho com uma energia cósmica universal e ao longo dos tempos, muitas culturas têm trabalhado com energias cósmicas. Isso não significa que qualquer trabalho com energias cósmicas universais seja Reiki.

Reiki foi criado por Mikao Usui na segunda década do século XX e tal como Usui escreveu no seu manual (descoberto por Frank Arjava Petter): “O meu Usui Reiki Ryoho é original, não existe nada como este método no mundo. Por isso gostaria de mostrá-lo ao público para que todos possam beneficiar-se dele, para que todos alcancem a felicidade. O meu Reiki Ryoho é um método original baseado no poder intuitivo existente no universo. Através deste poder, o corpo torna-se mais saudável, a vida torna-se mais feliz e atinge-se a paz de espírito. Atualmente as pessoas necessitam de progredir e de reconstruir a sua vida exterior e interiormente. Deste modo, divulgo o meu método para ajudar todas as pessoas com doenças do corpo e da mente”.

Parece-nos, que a introdução do Tibete terá nascido devido a uma onda de simpatia por aquele povo, o que faz muito sentido porque o povo tibetano é na realidade admirável, mas que em nada contribuiu para um sistema que já era completo e original.

2 – “O Dr. Usui era Professor Universitário de Teologia” – Um dos primeiros mestres a tomar a iniciativa de ir ao Japão para investigar as origens do Reiki foi o norte-americano William Rand, o qual, não encontrou registos sobre Mikao Usui nem na Universidade de Doshisha no Japão, como diretor, professor ou aluno, nem da sua presença na Universidade de Chicago, nem de Usui ter recebido qualquer diploma de qualquer das universidades. Rand, no seu livro “Reiki: The Healing Touch, First and Second Degree Manual, Southfield, Vision Publications, 1991”, mostra documentos recebidos por fax das duas universidades, a corroborar estes fatos.

Segundo se sabe, Usui não tinha qualquer grau universitário e o título de “Doutor” ter-lhe-á sido atribuído pelos seus alunos de Reiki, devido ao enorme respeito que lhe tinham e também pela bênção que deixou à humanidade que já proporcionou tantas e tantas curas.

3 – “O Dr. Usui era um Padre Cristão” – Sabe-se hoje que Usui teve diversas profissões e que as suas ligações com religiões terão passado pelas duas mais representativas do Japão, o Xintoísmo e o Budismo.

Frank Arjava Petter descobriu também que o aspecto cristão da história foi introduzido no Ocidente pela Senhora Takata, para que os americanos aceitassem o Reiki. Quando a Sr. ^a Takata “trouxo” o Reiki para o Ocidente vivia-se a 2ª Guerra Mundial, com o eminente

envolvimento dos E.U.A. e Japão na mesma. Introduzir um sistema de cura japonês nos E.U.A. sem moldar determinados aspectos talvez fosse complicado.

Contudo, hoje se entende a sua posição e sabe-se que Mikao Usui era budista e foi sepultado no Templo Saihoji em Tóquio – um templo de pura terra Budista – e não Cristã.

4 – “O Dr. Usui viu os símbolos no último dia do retiro de vinte e um dias” – Conta-se histórias fantásticas acerca do aparecimento dos símbolos ao Dr. Usui no seu retiro de vinte e um dias, como por exemplo: “veio uma luz do céu que lhe bateu fortemente no terceiro olho que o deixou a ver milhões de bolas de cores arco-íris; depois veio uma luz branca e intensa e os símbolos surgiram-lhe à sua frente, em dourado”.

Sabe-se hoje que tal não se passou assim; os símbolos foram dos últimos elementos a serem introduzidos por Mikao Usui no seu sistema, devido ao fato dos seus alunos terem alguma dificuldade em conseguirem ser canais para a Reiki. Entretanto o misticismo criado à volta dos símbolos serviu e serve muitos interesses, desvirtuando em alguns casos a pureza do Reiki.

Hoje, vivemos no século XXI, num contexto político, econômico e social completamente distinto de há cem anos atrás e não há necessidade de ocultar ou inventar verdades, mas sim, apresentar o Reiki tal como ele é: simples!

O aprendizado e as sintonizações

O aprendizado de Reiki é feito em três níveis, sendo que é realizada uma sintonização específica para cada um deles:

Reiki I

Os canais de energia são abertos e o iniciado aprende as posições básicas do tratamento no corpo físico, permitindo o aplicar a energia Reiki em si e nos outros. Recebe o primeiro símbolo (em algumas escolas este símbolo só é ensinado no nível II).

Reiki II

É o momento em que o discípulo aprende outros dois símbolos de cura: a) o segundo símbolo é para tratamento do corpo emocional; b) o terceiro símbolo é para tratamento à distância e para o corpo mental. Prende aqui a trabalhar a “ausência de ego” podendo trabalhar independente da distância ou do tempo.

Reiki III

É o nível de mestrado, no qual o discípulo pode ingressar após aprender e praticar extensivamente os ensinamentos recebidos nos níveis anteriores. O quarto símbolo é para tratamento do corpo espiritual e de grupos; o quinto para uso nas iniciações somente. Este nível costumeiramente é dividido em III-A – Mestre Curador e III-B – Mestre Instrutor. A diferença está na autorização ou não para fazer a sintonização, ou seja, ensinar as técnicas Reiki e formar novos praticantes.

Em cada nível do Reiki recebe-se símbolos através de sintonização específica, podendo, após, trabalhar com o aspecto da energia Reiki que ele representa.

O processo de sintonização (ou iniciação)

O processo de sintonização energética, feito por um mestre devidamente habilitado, é uma cerimônia sacra. O contato com a energia universal é restabelecido através da ativação dos centros energético superiores (chakras), fazendo com que nossa vibração e frequência aumentem e transformem-se, passando a níveis mais elevados.

Com a sintonização, as mãos irradiam vibrações que fluem a partir da cabeça, quando estão em contato com áreas em desarmonia. As mãos estão aptas para curar doenças agudas e crônicas. Este é o momento sublime de renascimento das faculdades curadoras em um indivíduo.

A responsabilidade pela manutenção dessa perfeita harmonia energética é de cada um de nós, para que possamos ser canais adequados para essa energia. Convém seguir os cinco princípios do Reiki e manter uma vida saudável em todos os aspectos: alimentação, sentimentos, remoção de vícios e comportamentos negativos como raiva, ciúme, posse, fúria (entre outros). Parece fácil, mas exige muito esforço e disciplina.

Analisando de forma simplificada, podemos imaginar o processo de iniciação assim: Você encontra-se em uma casa escura e desconhecida. O mestre leva-o a cada um dos cômodos e acende a luz. Ou seja: a iniciação Reiki “apenas” leva luz a determinados pontos da sua consciência. Ao redescobrir esses potenciais esquecidos, abre-se um longo caminho de desenvolvimento de suas faculdades de cura. Cabe apenas a você trilhá-lo.

Um verdadeiro mestre de Reiki recebe uma série de transmissões de energia e está apto a sintonizar, aplicar e ensinar aos outros. O bom mestre de Reiki não exerce poder sobre seus alunos; é simplesmente alguém que escolheu aceitar em sua vida a grande responsabilidade de passar aos interessados todo o conhecimento adquirido.

Os vinte e um dias

No sistema tradicional Usui e em seus escritos não existe nada que afirme a necessidade de “purificação” por vinte e um dias.

Recomenda-se, contudo, que depois de cada sintonização em cada um dos três níveis, o estudante perceba o processo de purificação psíquica, pois a frequência vibratória liberada do corpo físico e etérico causam um certo desconforto, à medida que ocorre a liberação / depuração / desbloqueio. Este processo pode levar cerca de vinte e um dias.

A sintonização do Reiki, em qualquer nível, harmoniza nossos veículos da consciência, amplificando a frequência vibratória que acelera os processos depurativos das energias

negativas, transubstanciando-as para energias amorosas, que passam a tonificar nossos sistemas orgânicos, gerando um certo desconforto psíquico, inicialmente.

As mudanças vibracionais são rápidas, mas o ajuste leva de três a sete dias, para que esta energia se mova por entre cada um dos sete chakras principais, mesmo sabendo-se que a concentração/abertura ocorra principalmente entre o cardíaco e o coronário, os chakras inferiores se ajustam de forma simultânea.

Nos vinte e um dias posteriores a sintonização, recomenda-se a auto-aplicação do Reiki para facilitar a circulação energética.

Alguns dos sintomas que podem ocorrer durante os vinte e um dias de purificação incluem sonhos, sensações estranhas, mudanças emocionais, mudanças físicas, desintoxicação, mudança de hábitos, desarranjos intestinais, gástricos, urinários, deixar de fumar, de beber, etc.

O que o Reiki pode oferecer a você e os outros

- ✓ Realinhamento dos centros de energia (chakras)
- ✓ 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)
- ✓ Remoção de ligações espirituais "indesejadas" (obsessão espiritual)
- ✓ Cirurgia psíquica
- ✓ Cura de vidas passadas
- ✓ Cura à distância
- ✓ Expansão da Consciência
- ✓ Para as mulheres, maior controle dos sintomas pré-menstruais e combate a TPM

O ideograma

O ideograma pode ter várias leituras. Além de “Reiki” pode significar “*chuva milagrosa de energia vital*” ou “*chuva milagrosa que dá a vida*”.

A conjunção Rei e Ki do ideograma dá toda uma idéia de pertinência e de ida e volta, algo como a comunhão entre uma energia superior com outra mais terrena, porém que se pertencem mutuamente.



Informações não-reikianas - Os chakras

Os chakras são os centros captadores, armazenadores e distribuidores de energia vital (prana) do nosso corpo. A palavra chakra vem do idioma sânscrito e significa roda ou círculo. Existem milhares de centros de força distribuídos pelo corpo, os quais são interligados por canais energéticos chamados nadis. Em sânscrito, nadi significa tubo ou vaso. Os nadis formam uma imensa malha energética que leva a prana para todos os pontos do corpo e, segundo textos clássicos do Oriente, existem ao todo setenta e duas mil nadis. Os nadis desempenham uma função importantíssima, pois sem essa distribuição de prana em nosso corpo não teríamos energia para desempenhar nenhuma das funções vitais que sustentam nosso organismo. No sistema energético do homem, os chakras agem como estações receptoras, transformadoras e distribuidoras das diversas frequências da prana. Absorvem energias vitais do meio ambiente, do Cosmos e das fontes básicas de toda e qualquer manifestação de vida e transformam-nas em frequências necessárias aos mais variados setores de todos os corpos do ser humano (desde o físico até o mais sutil), para sua manutenção e desenvolvimento. Essa transferência energética é feita através dos nadis, sendo que também existe o movimento contrário, ou seja, os chakras irradiam energia para o ambiente.

Apesar do grande número de chakras existentes (144.000 ao todo), os principais são sete e se encontram dispostos ao longo da coluna vertebral e na cabeça. Seus nomes em sânscrito são: Muladhara, Swadhisthana, Manipura, Anahata, Vishuddha, Ajna e Sahasrara. Estes chakras se assemelham a pequenos discos de quatro ou cinco dedos de largura, cada um possuindo brilho próprio, e giram vertiginosamente em sentido horário (a aparência depende do estado evolutivo da pessoa, e de sua saúde em geral). Cada um deles possui uma cor específica e um bija mantra, isto é, um som semente, ao qual responde quando é devidamente estimulado. São representados como se fossem flores abertas com um número definido de pétalas. Sobre elas aparecem inscritos fonemas do alfabeto sânscrito, os bijas menores, que representam as manifestações sonoras do tipo de energia de cada chakra. Dessa forma, cada fonema estimula uma pétala definida de um chakra.

Os chakras podem sofrer lesões, como fissuras e obstrução. Podem ficar “desalinhados” e desequilibrar totalmente uma pessoa. A energia Reiki alinha e restaura o equilíbrio dos chakras, harmonizando-os para que possamos receber energia da natureza, através do ar, da água, da terra e das pessoas.

Os sete chakras principais:

Nota: As cores referidas abaixo podem variar de um autor para outro, tendo em vista que dependem da descrição dos clarividentes, algumas vezes contraditórias.

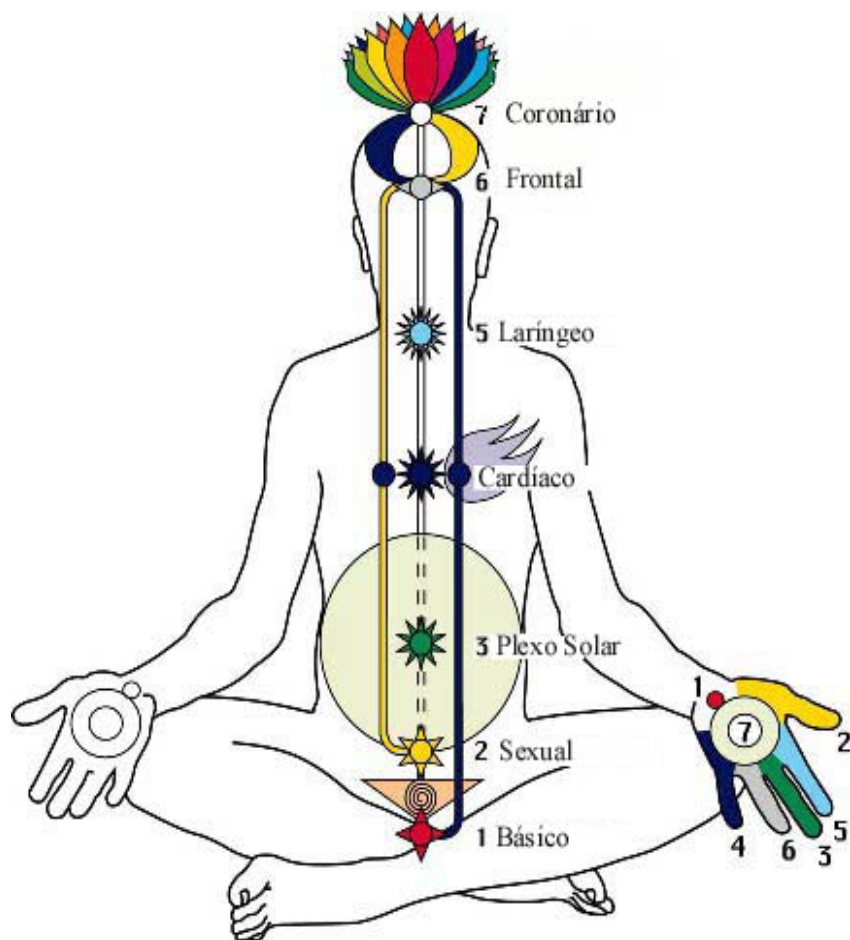
1- BÁSICO - MULADHARA CHAKRA - O nome muladhara significa, em sânscrito, o suporte da raiz. Esse chakra, que possui a cor vermelha, situa-se na base da coluna vertebral, entre os genitais e o ânus. Corresponde ao plexo sacro, na base da coluna, e está ligado às glândulas supra-renais, que segregam a adrenalina. É nele que está armazenada a energia ígnea conhecida como kundalini, cujo despertar e posterior caminho ascensional através dos chakras, leva o ser humano ao estado de iluminação suprema, também conhecido como nirvana (não é à toa que essa região é chamada sacra, que significa sagrada em latim). Este lótus aparece circundado por quatro pétalas e o bija mantra (som) que ativa este centro é LAM. Sua função é a sobrevivência, sustentação e postura perante o mundo. Seu elemento é a terra e rege as pernas, os pés, os ossos e o intestino grosso. Equilibrando esse chakra, surge o desejo de experiências e

informações agindo como força motivadora, um ímpeto básico para o desenvolvimento individual.

2 - SEXUAL - SWADHISTHANA CHAKRA - O nome swadhisthana significa, em sânscrito, o fundamento de si próprio. Esse chakra, que possui a cor laranja, situa-se na raiz dos órgãos genitais, quatro dedos abaixo do umbigo. Corresponde ao plexo prostático e está ligado às gônadas (glândulas sexuais). Este lótus aparece circundado por seis pétalas e o bija mantra (som) que ativa este centro é VAM. Sua função é a sexualidade e a criatividade, regendo nossas sensações, sentimentos e a aceitação do que o Universo nos oferece. Seu elemento é a água e rege os rins, sistema reprodutor, sistema circulatório e bexiga. Equilibrando esse chakra, adquire-se a capacidade de usar a energia criativa e sustentada para elevar-se às artes refinadas e às relações puras, tornando-se livre da luxúria, ira, ganância, insegurança e ciúme.

3 - PLEXO SOLAR - MANIPURA CHAKRA - O nome manipura significa, em sânscrito, a cidade da jóia. Esse chakra, que possui a cor amarela, situa-se na região lombar, acima do umbigo. Corresponde ao plexo solar e está ligado ao pâncreas. Este lótus aparece circundado por dez pétalas e o bija mantra (som) que ativa este centro é RAM. Sua função é a vontade, poder e modo como agimos e nos colocamos no mundo. Seu elemento é o fogo e rege o sistema digestivo, fígado, baço, estômago e intestino delgado. O equilíbrio desse chakra

Chakra trará a compreensão da fisiologia, do funcionamento interno do corpo e do papel das glândulas de secreção interna em relação às emoções humanas. A concentração no umbigo, centro de gravidade do corpo, impede a indigestão, constipação e todos os problemas da região intestinal. Consegue-se uma vida longa e saudável. Perde-se o egoísmo. A fluidez vinda pelo segundo chakra assume a forma de praticabilidade e organização. Atinge-se o controle da fala, podendo expressar as idéias de maneira muito mais eficaz. O equilíbrio do Chakra Manipura é o serviço abnegado, isto é servir sem esperar recompensas.

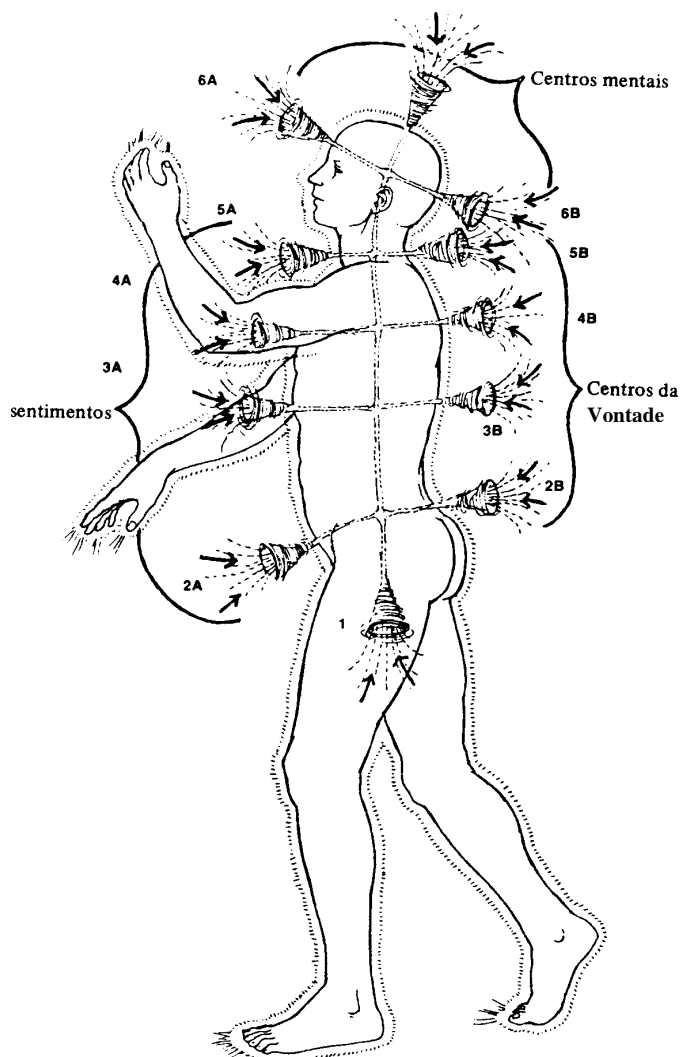


O Sistema Sutil

4 - CARDÍACO - ANAHATA CHAKRA - O nome anahata significa, em sânscrito, o som não produzido. Esse chakra, que possui a cor verde, situa-se na região do tórax, entre a quarta e a quinta vértebra. Corresponde ao plexo cardíaco e está ligado ao timo, que é a glândula responsável pelo funcionamento do sistema imunológico. Este lótus aparece circundado por doze pétalas e o bija mantra (som) que ativa este centro é YAM. É nosso chakra de doação de AMOR ao Universo. Seu elemento é o ar e rege o pulmão, coração, braços e mãos. Evoluindo através do quarto chakra, domina-se a linguagem, a poesia e todos os empreendimentos verbais, bem como os desejos e funções físicas. A pessoa torna-se senhor de si mesmo, ganhando sabedoria e força interior. As energias masculina e feminina ficam equilibradas, e a resolução das duas interagindo fora do corpo cessam como problema, pois todas as relações tornam-se puras. Os sentidos são controlados, e a pessoa flui livremente, sua vida passa a ser uma fonte de inspiração para os outros pois descobrem a paz e a calma em sua presença

5 - LARÍNGEO - VISHUDDHA CHAKRA - O nome vishuddha significa, em sânscrito, o grande purificador. Esse chakra, que possui a cor azul, situa-se na garganta. Corresponde ao plexo laríngeo e está ligado às glândulas tireóide e paratireóide, que regulam o metabolismo do corpo. Este lótus aparece circundado por dezesseis pétalas e o bija mantra (som) que ativa este centro é HAM. Sua função é a inspiração, a criatividade e a comunicação. O seu avesso está diretamente relacionado com nossa vida profissional. Seu elemento é o éter, também conhecido pelo nome de akasha, e rege o pescoço e os ombros. O equilíbrio desse chakra produz calma, serenidade e pureza, voz melodiosa, comando da fala e dos mantras e a capacidade de escrever poesias

6 - FRONTAL - AJNA CHAKRA - O nome ajna significa, em sânscrito, o chakra do comando. Esse chakra, que possui a cor anil (azul escuro), situa-se no intercílio, que é a região localizada entre as sobrancelhas (este é o famoso "terceiro olho", que os hindus destacam através do uso de jóias ou tatuagens no meio da testa). Corresponde ao plexo cavernoso e está ligado à glândula pituitária (hipófise), que é responsável pela segregação da endorfina (hormônio tranqüilizante que causa uma agradável sensação de bem-estar). Este lótus aparece circundado por duas pétalas e o bija mantra (som) que ativa este centro é OM. Sua função é a sabedoria interior, controle, percepção, intuição e a clarividência. Não possui elemento relacionado e rege os olhos e a memória. Equilibrando esse chakra a pessoa torna-se unidirecionada. Se torna sat (verdade) (cabe fazer uma observação de que SAT significa (verdade) e OM desde os tempos remotos foi sempre tido



como símbolo máximo da perfeição, o próprio senhor Krishna se autodenomina OM.)

7 - CORONÁRIO - SAHASRARA CHAKRA - O nome sahasrara significa, em sânscrito, o lótus das mil pétalas. Esse chakra, que possui a cor violeta, situa-se no alto da cabeça. Corresponde ao plexo cerebral e está ligado à glândula pineal (epífise), que é responsável pela produção de melatonina (substância que regula o sono e outros ritmos biológicos). Este lótus aparece circundado por mil pétalas, o que significa que para ele convergem mil nadis (dutos de energia). Rege o cérebro e não possui nenhum bija mantra (som) e elemento relacionado. Sua função é a espiritualidade e a iluminação. Este chakra só é ativado quando a energia ígnea conhecida como kundalini chega até ele, após ter atravessado e ativado os outros seis chakras, fazendo com que a pessoa atinja o nirvana (iluminação e libertação). Portanto, o equilíbrio deste chakra se dá somente após todos os outros.

CHAKRA	NÍVEL DE CONSCIÊNCIA	ALGUMAS PATOLOGIAS FÍSICAS LIGADAS A ELE	ALGUMAS PATOLOGIAS EMOCIONAIS LIGADAS A ELE
1-Básico Cor: Vermelha Elemento: Terra Mantra: LAM	Eu sinto fisicamente. Eu existo.	Pressão baixa, cansaço, Anemia, circulação deficiente pouco vigor muscular, problemas no intestino grosso, nos pés e ossos.	Medo, timidez, crise de identidade, remorso, reserva, tormento, raiva, sentimento de inferioridade, agressividade, intolerância, introspeção, orgulho, auto-opressão, competitividade excessiva, confusões relacionadas ao papel cultural ou sexual e impaciência.
2-Sexual Cor: Laranja Elemento: Água Mantra: VAM	Eu sinto emocionalmente	Cãibras, cólicas, desajustes menstruais, dificuldades no sono (excesso de energia nesse chakra), problemas nos rins, sistema circulatório, sistema reprodutor, órgão sexuais e bexiga.	Desejo excessivo ou ausência de desejos sexuais, materialismo, apego e hostilidade.
3-Plexo Solar Cor: Amarelo Elemento: Fogo Mantra: RAM	Eu penso	Problemas no sistema urinário, sistema digestivo, intestino delgado, baço, fígado e estômago.	Estresse, fadiga mental, pensamentos obsessivos, negligência, falta de concentração, incerteza, rigidez mental, preocupação excessiva, paranóia, falsidade, esquizofrenia, não aceitação de seu papel no mundo.
4-Cardíaco Cor: Verde/Rosa Elemento: Ar Mantra: YAM	Eu amo humanamente	Doenças nos pulmões, coração, braços e mãos. Perda da capacidade imunológica.	Dificuldades de relacionar-se com ou outro, falta de amor, frieza emocional, solidão e pânico.
5-Laríngeo Cor: Azul Elemento: Éter Mantra: HAM	Eu quero	Rigidez muscular na região do pescoço ou ombros, problemas nas cordas vocais, laringite, faringite, gripes e resfriados constantes, sensação de “nó” na garganta, enfraquecimento da capacidade imunológica.	Falta de criatividade, mágoas, dificuldades de expressar-se, problemas no relacionamento com colegas de trabalho e sono agitado.
6-Frontal Cor: Índigo Elemento: não tem Mantra: OM	Eu amo universalmente	Esquecimento, problemas de visão, uso de drogas e todo o tipo de vício (inclusive por comida).	Sentimentos de superioridade, de perseguição, uso da inteligência para o mal, manipulação, arrogância e ganância.
7-Coronário Cor: Violeta Elemento: não tem Mantra: não tem	Eu sei. Eu sou.	Insônia, desordens no sistema nervoso, disfunções sensoriais e dores de cabeça.	Depressão, obsessão, ataques psíquicos, desorientação e formas negativas de pensamento.
<p>Inter-relação entre os chakras: Os chakras estão todos interligados, contudo, as disfunções em um se refletem mais fortemente em outro, na seguinte ordem:</p> <p>Básico no Laríngeo Sexual no Frontal Plexo Solar no Coronário.</p>			

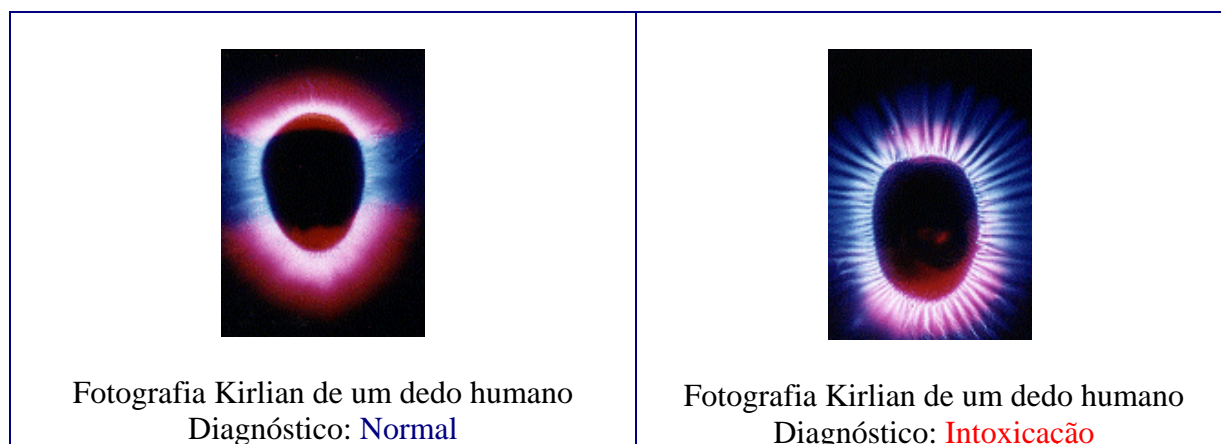
A Aura

A aura é um campo de energia que circunda o corpo, protegendo-o como envoltório de luz. Este envoltório pode ir de poucos metros até alguns quilômetros em seres iluminados como Jesus e Buda. Além da extensão, a cor é determinante para se conhecer o estado emocional e de saúde de uma pessoa. Quando ficamos doentes a aura se retrai e a sua cor adquire tonalidades escuras, tornando-nos suscetíveis a sofrer ataques por parte de energias desarmônicas, o que tende a agravar ainda mais nosso estado. Nos processos de assédio espiritual a aura e os chakras (em especial o Plexo Solar) são os alvos.

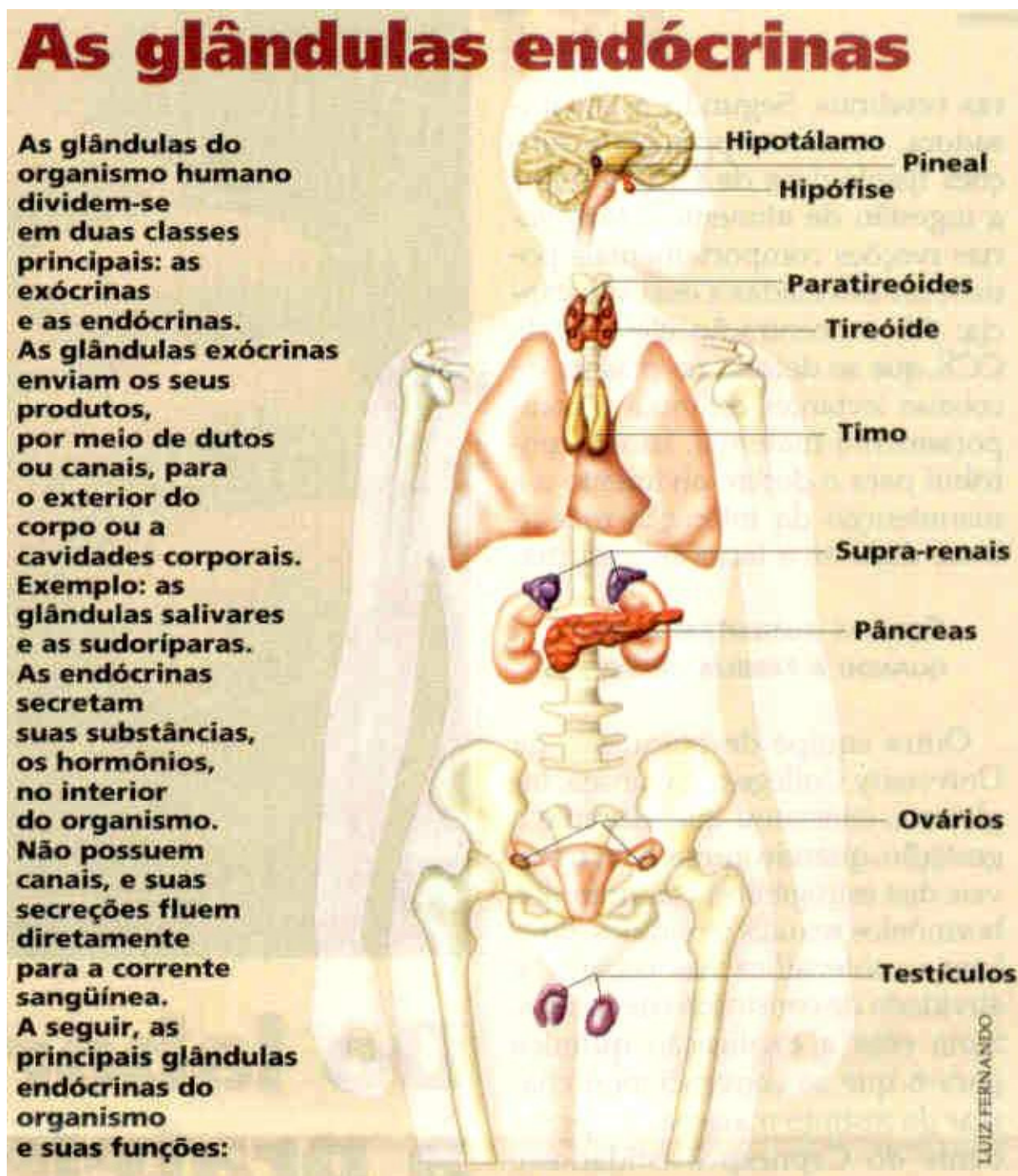
Da mesma forma que age nos chakras, a Reiki age na aura, restaurando, limpando fortalecendo e protegendo.



Hoje em dia já é possível visualizar o estado da aura através de um processo chamado Fotografia Kirlian. Atente para o fato de que uma fotografia Kirlian **não** é foto da aura, e sim o registro fotográfico de um fenômeno elétrico influenciado por ela e registrado em um filme comum. Através desta fotografia pode-se analisar o estado geral do paciente nos mais diversos níveis, e até diagnosticar doenças com vários meses de antecedência, pois os corpos energéticos precedem o físico. Isto permite adiantar o tratamento, evitando muitas vezes o aparecimento da enfermidade.



Principais glândulas endócrinas



Uma série de atividades do organismo humano são controladas e estimuladas pelas glândulas. Existem as glândulas exócrinas, que liberam secreções para fora da corrente sanguínea (ex. sudoríparas, salivares, etc).

As glândulas que lançam suas substâncias químicas na circulação sanguínea são chamadas de glândulas endócrinas. As principais são: Pineal, Hipófise, Tireóide, Timo, Supra-Renais, Pâncreas (Ilhotas), Gônadas. Estas liberam substâncias chamadas hormônios.

Faremos uma pequena abordagem sobre as glândulas e seus hormônios:

1. Pineal

Alguns estudiosos afirmam que esta glândula não possui funções biológicas muito claras ou definidas. Outros afirmam que ela tem ligações com uma espécie de terceiro olho atrofiado, devido à existência de células semelhantes às encontradas na retina (olho).

Apresenta-se em forma cônica, lembrando uma pinha, sendo maior nas crianças e menores nos adultos, maior que um grão de feijão/trigo, estando ligada à base do cérebro (junto a abóboda do 3º ventrículo).

Existem na literatura informações de que ela governa as funções sexuais e o cérebro. Em geral na puberdade atinge o máximo de desenvolvimento funcional e estrutural.

No campo da Espiritualidade, podemos afirmar que a evolução mental associada intimamente à evolução moral é determinante para a potencialização da glândula pineal, pois as pessoas possuem a mente regida por fortes emoções em nosso estágio evolutivo. Se o Espírito fosse responsável pela regência ou controle destas emoções, elas sempre seriam convertidas para o bem. Concentrar, meditar, harmonizar os pensamentos e emoções servem muito para ampliar as vibrações da pineal no campo da divindade, promovendo a evolução do ser e a sua harmonia em sua expressão física.

2. Hipófise

Conhecida também como glândula pituitária, com um cm. de diâmetro, localizada na cela túrcica, na base do crânio, estando ligada ao hipotálamo pela haste ou talo hipofisário. Encontra-se dividida em duas partes a adeno-hipófise e a neuro-hipófise.

É considerada a glândula de controle mais importante do organismo. Secreta hormônios que estimulam e controlam a função de quase todas as outras glândulas endócrinas. Favorece o crescimento e controla o equilíbrio hídrico do corpo.

3. Tireóide e Paratireóide

É formada de dois lóbulos ligados entre si, de cor marrom, situadas diretamente abaixo da laringe, na parte anterior da traquéia, dividida em duas partes:

Tireóide: produz hormônios que controlam o crescimento dos ossos e a taxa de metabolismo. A produção excessiva de hormônios da tireóide (hipertireodismo) leva a hiperatividade, enquanto que a falta deste leva à letargia.

Paratireóide: o hormônio produzido por esta glândula mantém os níveis de cálcio e fósforo no sangue e estimula a reabsorção óssea.

4. Timo

Está situada no na altura do peito, entre os pulmões e atrás do osso esterno. Descendo sobre o coração, envolvendo-o na parte superior dos grandes vasos. Seu maior tamanho é alcançado na puberdade, perdendo com a idade sua estrutura glandular, sendo substituída por fibras e tecido adiposo. Algum resquício do tecido tímico persiste e a secreção de suas células permanece por toda a sua vida.

Tem como função específica promover a defesa do organismo contra as infecções. É o órgão mais importante neste papel. Os órgãos linfáticos periféricos tais como os linfonodos e o baço, com linfócitos T imunocompetentes, são responsáveis pela imunidade celular.

5. Supra-renais

Localiza-se acima de cada rim. As secreções produzidas regulam o equilíbrio de sais e água no organismo, mantém a pressão arterial, atuam sobre o sistema imunológico e regulam o metabolismo dos lipídios, das proteínas e dos hidratos de carbono. Os esteróides sexuais do córtex supra-renal têm um impacto mínimo sobre o aparelho reprodutor.

6. Pâncreas

O Pâncreas secreta insulina, hormônio que regula a utilização de glicose pelo organismo. Uma deficiência na produção de insulina ou a inibição de sua ação sobre as células origina a doença chamada Diabetes Melitos, que se não for tratada em tempo hábil, pode ocasionar lesões nos olhos, nos rins, no coração e nas extremidades.

7 Gônadas

São glândulas sexuais, representadas no homem pelos testículos e na mulher pelos ovários.

Os testículos são responsáveis pela produção do hormônio testosterona que determina, principalmente nos indivíduos que atravessam a adolescência, os caracteres secundários masculinos, maturação dos espermatozoides, desenvolvimento da libido, crescimento da musculatura e dos ossos.

Os ovários são responsáveis pela produção dos hormônios estrogênio e progesterona. O estrogênio atua no desenvolvimento do útero, além de estimular em adolescentes também as características sexuais secundárias e a libido. A progesterona prepara o útero para a gravidez, além de atuar no desenvolvimento das glândulas mamárias.

Tantos os testículos como os ovários encontram-se sob controle dos hormônios gonadotróficos, do lobo anterior da glândula hipófise.

Prática reikiana

A imposição das mãos



Não há posições exatas na técnica Reiki, pois a energia "busca" o desequilíbrio, porém há posições pré-definidas, próximas aos chakras. Caso sinta vontade, mude as mãos para onde sua intuição apontar, pois ela é seu maior mestre.

Particularmente preferimos a seguinte seqüência: 1) olhos; 2) têmporas; 3) parte posterior da cabeça; 4) garganta; 5) coração; 6) rins; 7) plexo solar e 8) chakra sexual. Se achar conveniente continue aplicando nos joelhos, tornozelos e nos pés.

Aplicar nas posições das costas é recomendável, mas opcional.

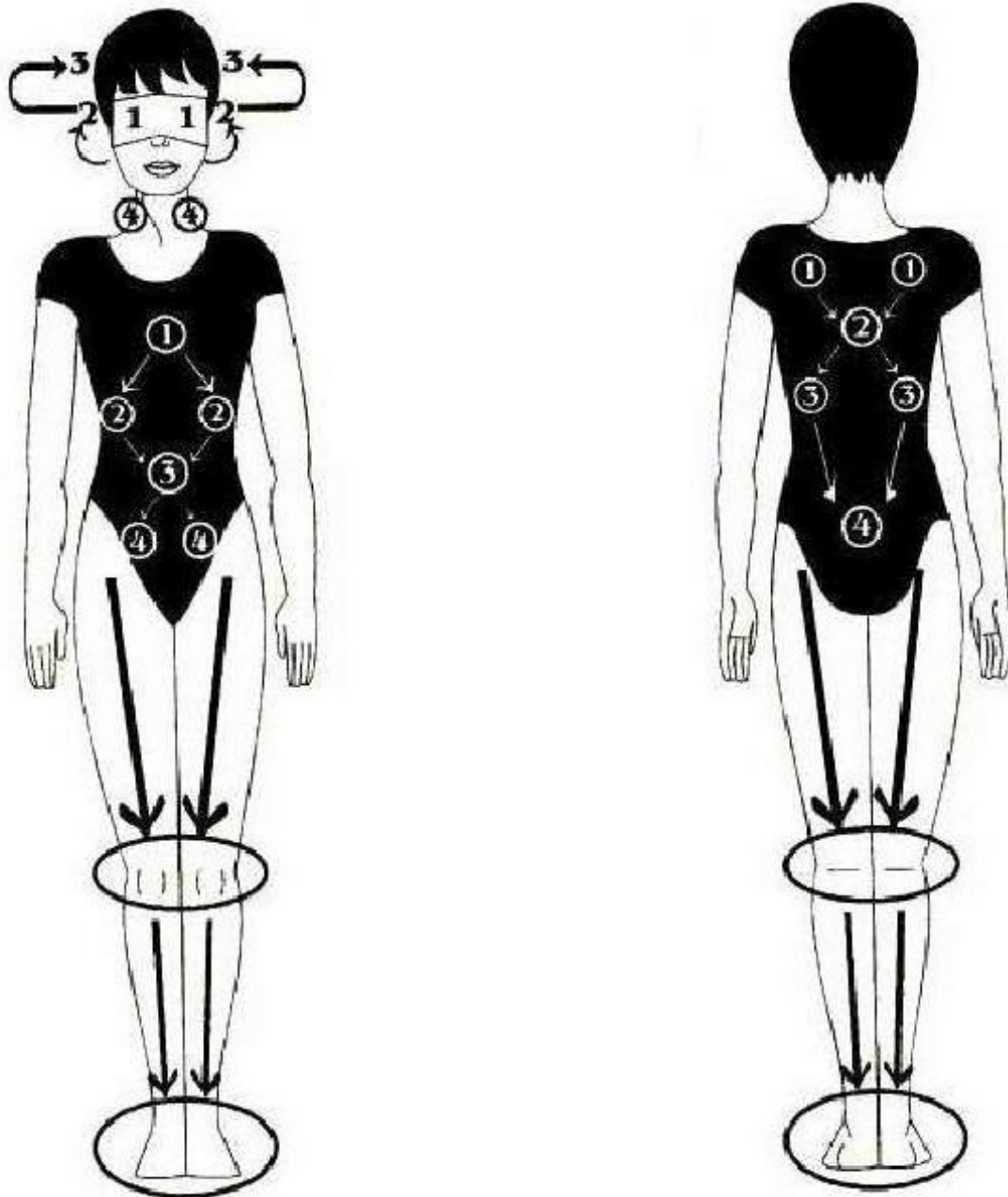
Há escolas onde a aplicação inicia pelos pés, baseado em tonificação por reflexologia (todos os órgãos se refletem nos pés), mas entendemos que as orelhas também apresentam esta relação de interdependência reflexa.

A regra geral é fazer imposição de mãos em cima da região mais afetada pela doença, e após uma sessão completa.

Podemos comparar a imposição de mãos com o regar de um jardim: O solo absorve a água (energia) que flui do regador (fonte). Você (canal) apenas sustenta o regador, mas nada flui de você. Enquanto não fizer automaticamente, mantenha uma ordem mental no sentido de que és apenas um canal, e que a energia (dor) do paciente não será absorvida por você. Caso peça que sua energia pessoal seja envolvida no processo, ou deixe que ela flua por descuido, a aplicação deixa de ser Reiki, o que pode lhe trazer cansaço, dores e muitos outros problemas. Só faça isso após estudar outras técnicas de cura que ensinam como captar e repor a energia pessoal perdida, como a Bioenergia, por exemplo.



Carta Energética Reiki



Essas posições servem para auto-aplicação (frente) e em terceiros (ambos os lados). Não force ou torça suas mãos para alcançá-las. Deixe-as na posição que for mais confortável, encostando ou não no corpo do paciente.

Os símbolos do Reiki

Os símbolos, como já diz o nome, são representações de um aspecto da energia Reiki. O Choku-Rei, por exemplo, representa o aspecto da energia que trabalha o nível físico. Eles não são secretos, são sagrados pela energia que simbolizam.

Foram introduzidos por Usui no sistema, quando alguns de seus alunos apresentaram dificuldade para canalizar a Reiki. O ato de desenhar e dizer seus nomes, é um estímulo que gera uma resposta: a conexão com a energia em uma pessoa que foi sintonizada. Por isso, usá-los sem a devida sintonização não surtirá efeito, já que eles apenas representam (não são) a energia.

Em nosso sistema de cura, há 5 símbolos a serem aprendidos. Todos são compostos de um desenho (yantra) e um som (mantra). **Ao usa-los é necessário fazer o traçado correto (com o dedo, olhar ou mentalmente) e pronunciar (ou mentalizar) seu nome.**

Como os símbolos são chaves de conexão, você não precisa estar em estado mediúnico ou meditativo para que ele funcione. Esteja apenas amoroso, consciente, receptivo e ciente de que o usa para um sentimento nobre e elevado de cura e harmonia de um ser vivente.

Conforme você desenvolve familiaridade com a energia, você naturalmente descobrirá que os símbolos, como todas as ferramentas, podem ser postas de lado quando não são mais necessárias. Não se apresse. Seja cauteloso. Leve o tempo necessário para que a conexão com a energia se fortaleça. Há pessoas com muito tempo de prática que optaram por continuar usando essa importante ferramenta dentro do Sistema Reiki.

Use os símbolos que receber com ética e respeito, sob pena de banalização dos mesmos. É possível usá-los em situações cotidianas, desde que seja respeitado o livre-arbítrio alheio.

O primeiro símbolo – Choku-Rei

Significa a descida da Luz, Poder, Energia. É usado quando há limite de tempo e espaço, na cura do corpo físico, trazendo grande quantidade de energia cósmica para o local onde for aplicado. Pronuncia-se “chokurei”.

Traz luz para o consciente, aumentando o fluxo energético, purificando, energizando e protegendo alimentos, cristais, lugares, objetos, pessoas, etc. Aplica-se também sobre os chakras bloqueados, transmutando emoções negativas como raiva, ciúme, e outras para um patamar mais elevado, além de filtrar as energias que por ali passam.

Onde ele é “plantado” as energias se amplificam e permanecem por muitas horas/dias, seja no ambiente ou paciente.

Entre algumas interpretações significa: “Deus está aqui” ou “O Poder está aqui”

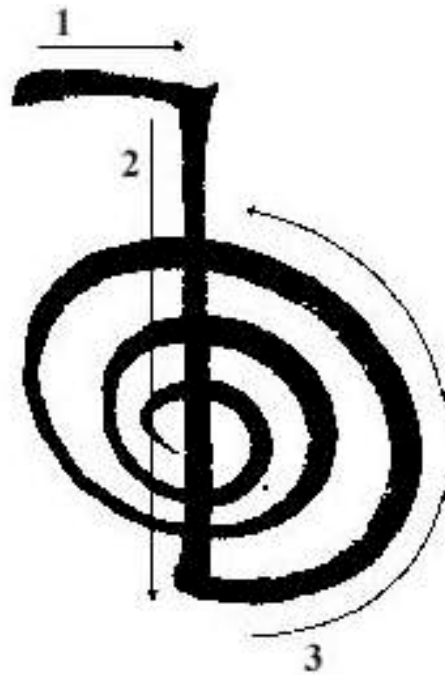
Ele pode funcionar como um mecanismo de proteção de nossos chakras e de nossa aura durante um atendimento ou em outras circunstâncias. Sempre que achar necessário, mentalize-os ou desenhe em suas mãos e leve a cada chakra, ou desenhe diretamente sobre eles, sempre repetindo seu nome (mantra) três vezes.

Se quiser projete-o grande sobre o paciente e visualize-o “entrando” em seus corpos físicos e espirituais e ainda em cada chakra ou órgão.

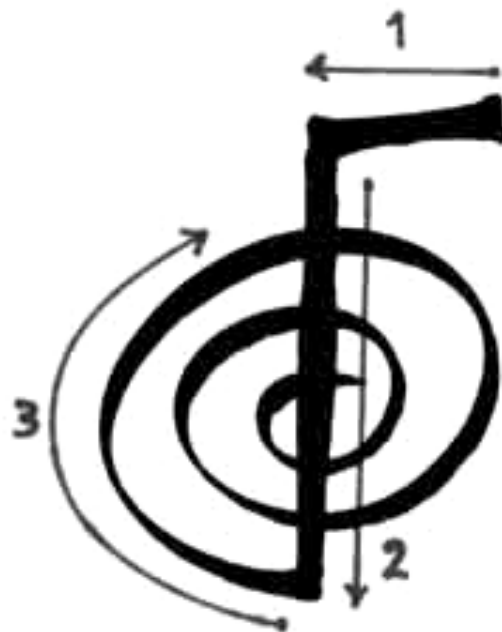
Para purificar e proteger os locais trace o símbolo nos cantos.

O Choku-Rei pode ser traçado de duas formas: no sentido anti-horário (no hemisfério Sul) prevalece a evocação e o aumento, no inverso (sentido horário) prevalece o decréscimo e a dispersão. No hemisfério Norte ocorre o contrário. Todavia, o que vai determinar a ação do símbolo é sua INTENÇÃO. Muitas pessoas usam apenas o sentido anti-horário, ensinado por Usui.

Sentido anti-horário (original):



Sentido horário (opcional):



Sugestão de procedimentos para aplicação de Reiki

- 1) Aplique o Reiki em um local apropriado, onde não haja interrupção.
- 2) Mãos limpas, aromatizadas (se quiser) com óleos ou essências leves.
- 3) Se quiser pode usar aromatização do ambiente, com incenso ou essências (desde que o paciente não seja alérgico) e também música ou sons relaxantes.
- 4) Explique ao paciente o que é o tratamento, o que vai acontecer, dê-lhe oportunidade de conversar, de desabafar ou se aliviar.
- 5) Apesar das posições comuns, use e confie em sua intuição, assim você não pode nunca errar. “Ouça” a voz silenciosa de seu coração.
- 6) Não aplique Reiki de qualquer modo. Tanto você como o paciente deve estar em uma posição confortável.
- 7) Não insista em aplicar Reiki em quem não quer ou quem não lhe deu autorização para isso.
- 8) É melhor pouco Reiki do que nenhum Reiki, mas sempre que possível procure fazer uma sessão completa.
- 9) Mantenha as mãos em concha, sem pressioná-las ou “deixá-las pesadas” sobre o paciente, pois não é a força que faz fluir a energia, é a intenção amorosa.
- 10) Inicie o tratamento pela cabeça, sem a obrigatoriedade de tocar, podendo manter as mãos afastadas do corpo do paciente uns dois ou três cm da pele.
- 11) Uma regra básica: aplique em áreas específicas e depois faça uma aplicação completa. Em média uma aplicação por dia, sendo o ideal 4 – 6 sessões consecutivas. Dependendo da enfermidade o tratamento pode se estender por meses, como no caso de Câncer.
- 12) Não há um tempo específico para cada posição, em média 3-5 minutos são suficientes. Tente sentir o fluxo energético e use sua intuição, não o relógio.
- 13) Evite passar de 30 minutos com crianças ou idosos se estes demonstrarem desconforto.
- 14) Evite ao máximo locais com luz fluorescentes e afins para uma sessão de cura. Prefira luz incandescente ou de velas, pois essas permitem melhor circulação das energias destoantes liberadas.
- 15) Limpe o seu local de aplicação sempre que achar necessário. "Plante" um Choku-Rei em cada canto e abra janelas e portas. Deixe entrar muita luz solar, pois ela traz prana.
- 16) Uma sugestão ao usar incensos: aplique Reiki na caixinha ou pacote com as varetas, pois ao queimá-los, estará liberando a energia no ambiente através da fumaça.

Desconectando-se

Após terminar a aplicação ao paciente, assopre ou lave as mãos. Isso compõe um pequeno ritual (usando um dos quatro elementos principais da natureza) de desconexão com a energia do paciente.

Agradeça por ter sido um canal para a Luz Divina.

Deixe o paciente descansando alguns minutos.

Levante-o devagar e com cuidado.

Deixe-o falar sobre o que sentiu (se o mesmo quiser).

“A iniciação é um ponto de partida, não um término. Quando você pede para que a energia daquele nível seja manifestada, você inicia um processo de limpeza que facilita o ingresso daquela energia no seu sistema de corpos físico/emocional/mental, que ocorre com rapidez igual ao da sua disposição de abrir mão dos bloqueios para isso. Existe uma série de renúncias que conduz à liberdade em relação a bloqueios inibidores e à liberação de hábitos, modos de vida e reações emocionais indesejáveis, da doença física e de uma miríade de atavismos inaceitáveis de reencarnações passadas. À medida que cada bloqueio é descartado, o espaço se torna disponível para mais energia. Quanto mais energia houver, mais elevado será o nível de consciência”.

(Além do Reiki – A correlação entre Reiki e as Iniciações Esotéricas – Lori George)

As Mãos

Há mãos que sustentam e mãos que abalam.
Mãos que limitam e mãos que ampliam.
Mãos que denunciam e mãos que escondem os denunciados.
Mãos que se abrem e mãos que se fecham.

Há mãos que afagam e mãos que agridem.
Mãos que ferem e mãos que cuidam das feridas.
Mãos que destroem e mãos que edificam.
Mãos que batem e mãos que recebem as pancadas por outros.

Há mãos que apontam e guiam e mãos que desciam.
Mãos que são temidas e mãos que são desejadas e queridas.
Mãos que dão com arrogância e mãos que se escondem aos dar.
Mãos que escandalizam e mãos que apagam os escândalos.
Mãos puras e mãos que carregam censuras.

Há mãos que escrevem para promover e mãos que escrevem para ferir.
Mãos que pesam e mãos que aliviam.
Mãos que operam e que curam e mãos que “amarguram”.

Há mãos que se apertam por amizade e mãos que se empurram por ódio.
Mãos furtivas que traficam destruição e mãos amigas que desviam da ruína.
Mãos finas que provam dor e mãos rudes que espalham amor.

Há mãos que se levantam pela verdade e mãos que encarnam a falsidade.
Mãos que oram e imploram e mãos que “devoram”.
Mãos de CAIM que matam.
Mãos de JACÓ que enganam.
Mãos de JUDAS que entregam.
Mas há também as mãos de Simão, que carregam a cruz,
e as mãos de Verônica, que enxugam o rosto de JESUS.

Onde está a diferença?

Não está nas mãos, mas no coração.

É na mente transformada que dirige a mão santificada, delicada.
É a mente agradecida que transforma as mãos em instrumentos de graça.

Mãos que se levantam para abençoar,
Mãos que baixam para levantar o caído,
Mãos que se estendem para amparar o cansado.

São como as mãos de Deus que criam, que guiam,
que salvam; que nunca faltam.
Existem mãos... e mãos...

As tuas, quais são?
De quem são?
Para que são?

Isaac Aço

Reiki na internet

Existe um fórum sobre Reiki na Internet, chamado ReikiBr. É composto por Reikianos de vários estados do Brasil (e alguns de outros países) com níveis, sistemas e escolas diferentes. Você se inscreve e recebe em seu e-mail (endereço eletrônico) todas os debates que lá acontecem. É muito simples.

Envie um e-mail em branco e sem título para:

reikibr-subscribe@yahogroups.com

e guarde confirmação automática.

Página do grupo:

<http://br.egroups.com/group/ReikiBr>

Lista auxiliar: Projeto LEU – tratamentos à distância:

[http://br.egroups.com/group/LEU ReikiBr](http://br.egroups.com/group/LEU_ReikiBr)

Página do Projeto Luz – Iniciações gratuitas à distância:

<http://br.groups.yahoo.com/group/ReikiBr/files/ProjetoLuz/projetoluz.doc>

Plínio G. Moreira

e-mail: holisticas@yahoo.com.br

Porto Alegre – Rio Grande do Sul – Brasil

Celular 51 – 9193.45.54

Franklin Mattos

e-mail: franklin@grude.org.br

Rio de Janeiro – RJ- Brasil

Floral de auxílio (opcional)

Em anexo, uma recomendação de Florais de Bach para apoio no processo de iniciações Reiki. Não é obrigatório usá-lo. Recomendo apenas aos se sentirem necessidade de um maior suporte nesse belo processo de transição energética. Iniciem o uso tão logo se inscrevam, dando tempo para que o efeito das flores seja efetivo.

RECOMENDAÇÃO TERAPÊUTICA
Plínio Ganzer Moreira
Terapeuta Holístico

Data: ___/___/___

Nome: _____

Uso Interno:

Florais de Bach

Crab Apple
Gentian
Mimulus
Walnut



diluídos em água mineral e
conservado com 30% de conhaque

Tomar 4 gotas, 5 vezes ao dia, pingando diretamente sob a língua (vide orientações em anexo), durante um período de 30 dias.



Fone 51 - 9193.45.54
e-mail holisticas@yahoo.com.br

- Pingar em baixo da língua.
- Não tomar perto do horário de escovar os dentes.
- Não deixar a pipeta encostar na boca
- Não deixar o frasco de uso na luz do sol, no calor, perto de perfumes, medicamentos ou equipamentos eletrônicos (principalmente celulares).
- Distribuir as doses de forma uniforme no decorrer do dia, como por ex. ao acordar, antes de almoçar, à tarde, no início da noite e antes de dormir.
- Nunca aumentar o número de gotas, se necessário, aumentar o número de doses/dia.

Bibliografia

- 1) BRENNAN, BARBARA 1991: Mãos de Luz. ed. Pensamento, S. Paulo
(está no arquivo da nossa lista)
1996: Luz Emergente, ed. Cultrix / Pensamento, S. Paulo
- 2) CURA-TE A TI MESMO Grupo Léon Denis de Estudo e Concentração Mental
(está no arquivo da nossa lista)
- 3) KING, ROBERTO
 ABARCA, ORIEL 2000: Reiki para todos: energia vital em ação, ed. Nova Era.
- 4) STEIN, DIANE 1998: Reiki Essencial, Ed. Pensamento, S.Paulo
- 5) BIBLIOTECA REIKIBR Vários livros e textos para auxiliá-lo:
<http://br.groups.yahoo.com/group/ReikiBr/files/>
<http://br.groups.yahoo.com/group/ReikiBr2/files/>

Versão desta apostila: 05/08/03

Muita luz e paz em sua jornada!