

靈
氣

*Seminário de
Reiki 1*

靈
氣

Material elaborado por:

Maria Isabel R. S. Fernandes

Sérgio Luiz Silveira Fernandes.

Índice

Apresentação.....	4
A História do Reiki	4
O Método do Reiki e seu Redescobrimto.....	5
Mikao Usui.....	5
Chujiro Hayashi (1878-1941).....	9
Hawayo Takata (1900-1980).....	10
Phyllis Furumoto.....	11
Linhagem de Mestres	11
As Máximas do Reiki.....	12
Canal Reiki	12
Quem pode ser?	12
O que é ser um Canal de Energia Reiki?	13
Processo de Iniciação	13
Limpeza Energética.....	14
Métodos	14
Chakras	14
Representação dos Chakras	16
Associações com o Corpo	17
Aplicação	19
Contraindicações	19
Crianças e Idosos	19
Senha	19

Funcionamento do Reiki.....	20
Auto Tratamento	20
Tratamento Emergencial	21
Exercício: Energização dos Chakras e “Fechamento da Aura”	21
Orientações para Aqueles que Querem Aplicar Reiki	22
Local.....	22
Procedimento na Aplicação em Outras Pessoas	23
Bibliografia.....	26

Apresentação

Reiki = Energia de Força Vital Universal (Rei = Energia Universal e Ki = Energia Vital)

Reiki é uma técnica de cura milenar que se pratica através da imposição das mãos. Foi trazida ao nosso planeta Terra pela misericórdia Divina, para ser doada a todos que a quisessem, independentemente de raça, religião, credo, condição social ou intelectual.

Texto extraído do livro de Cecília Ana Corte Wentzcovitch:

“O Reiki pode ser aplicado em objetos, minerais, vegetais, animais e pessoas, diretamente ou à distância. A energia Reiki é “inteligente”, pois se instala onde é preciso, nas moléculas ou no espaço entre elas. A energia pode ser muito quente ou muito fria, de acordo com a necessidade de quem ou do que a recebe”.

A História do Reiki

O ato de colocar as mãos sobre o corpo humano ou sobre um animal para transmitir bem-estar e aliviar a dor é tão antigo quanto o instinto. Quando sentimos dor, a primeira coisa que fazemos é colocar instintivamente as mãos sobre a região dolorida. O toque humano transmite calor, serenidade e cura, assim como carinho e amor. Quando um animal lambe uma ferida, está agindo com os mesmos instintos que o ser humano ao colocar as mãos.

Essa força (energia vital) recebeu nomes diferentes em cada cultura:

Por exemplo: os **Polinésios** chamam de **Mana**, os **Índios** de **Orenda**, os **Indianos** de **Prana**, os **Hebraicos** de **Ruach**, os **Chineses** de **Chi** e os **Japoneses** de **Ki**.

No Tibete existem registros de técnicas de curas através das mãos há mais de 8 mil anos. Essas técnicas se expandiram pela Grécia, Egito, Índia e outros países.

O Método do Reiki e seu Redescobrimto

Mikao Usui



A história do Reiki começa na metade do século XIX, com Mikao Usui (1860/61), sacerdote cristão (ou padre católico), que era diretor e professor da Universidade Doshisha em Kyoto, no Japão.

Quando seus alunos pediram que lhes ensinasse o método de cura de Jesus, uma vez que acreditava literalmente na Bíblia, não pode esclarecer suas dúvidas, porque não possuía respostas.

Pela tradição japonesa, o mestre havia sido ultrajado em sua honra como professor e reitor, em virtude de não ter respondido às perguntas de seus discípulos. Usui iniciou então uma longa busca para encontrar e aprender a técnica de cura.

Viajou para os Estados Unidos (1898) onde estudou Teologia e línguas antigas para ler as escrituras, incluindo o sânscrito e chinês. Continuando suas pesquisas, retornou ao Japão a fim de pesquisar sobre as curas realizadas por Buda. Percorreu Templos e Mosteiros, perguntando aos abades se tinham conhecimento de alguma fórmula

sobre as curas realizadas por Buda, tendo sempre recebido a resposta que estavam muito ocupados com a cura do espírito para se preocuparem com a cura do corpo.

Templo Budista no Monte Kurama
(Foto novembro de 1998)



Rampa de Acesso ao Templo
(Foto novembro de 1998)



Dr. Mikao, encorajado por um velho abade de um Monastério Zen, decidiu estudar os Sutras no Tibete, onde encontrou, num antigo manuscrito de um discípulo anônimo de Buda, os 4 símbolos sagrados da fórmula usada por Buda para curar. Os Sutras, escritos há 2500 anos, acionavam uma energia poderosíssima que poderia

levar a um ilimitado poder de cura; no entanto, era uma simples fórmula, sem as explicações de como usar, e a devida capacidade de ativação que lhe trazia a habilidade de curar.

Decidiu então empreender um período de jejum, meditação e oração no monte Kurama (1908/10), no Japão. Levou apenas um cantil com água e 21 pedras para marcar o tempo, lançando fora uma delas ao final de cada dia. Na madrugada do 21º dia, Mikao teve uma visão, onde uma intensa luz branca o atingiu na região do terceiro olho, fazendo-o perder a consciência por certo tempo. Viu então muitas luzes em forma de bolhas coloridas, contendo em seu interior os símbolos sagrados, quando foi-lhe dada a compreensão do significado dos símbolos e a utilização dos mesmos. Após o transe, Dr. Mikao sentiu-se revitalizado apesar do jejum de 21 dias, e em total plenitude, resolveu voltar ao mosteiro. Descendo a montanha, machucou o dedo do pé; instintivamente sentou-se e pôs as mãos sobre ele. Suas mãos ficaram quentes, e o dedo machucado foi curado. Chegando à estalagem, pediu uma refeição completa, e comeu normalmente, algo nada recomendável após um jejum de 21 dias, não tendo nenhum problema digestivo. A neta do dono da estalagem estava com dor de dente, com o rosto inchado, e ele se ofereceu para ajudá-la tocando o lugar onde doía. A dor e o inchaço desapareceram. Chegando ao Mosteiro, encontrou o abade acamado com artrite, mal que o afligia há muitos anos. Dr. Mikao colocou as mãos sobre a área afetada e as dores desapareceram. Comunicou então ao monge que encontrara aquilo que procurava há tantos anos. Contou-lhe sobre a meditação e a visão, e denominou a energia que havia lhe aplicado de “Reiki”.

Vista do Monte Kurama (Foto nov/1998)



Decidiu então trabalhar em bairros pobres, passando a atender os mendigos de Kyoto, pessoas marginalizadas que não tinha condições financeiras para tratar seus problemas de saúde com médicos. Sua intenção era curá-los para que pudessem reintegrar-se à sociedade recebendo novos nomes no templo. Depois de curá-los, orientou-os para que ganhassem a vida sem mendigar.

Passou a percorrer as cidades vizinhas, tratando os indigentes e enfermos. Voltando a Kyoto depois de alguns anos, para sua decepção e tristeza constatou que muitos daqueles que considerara “curados”, haviam voltado às mesmas condições anteriores de miséria. Perguntou-lhes porque podendo trabalhar, não o faziam, ao que respondiam que era mais fácil mendigar do que esforçar-se no trabalho. Compreendeu então que havia curado o corpo físico, mas não havia ensinado a eles como apreciar a vida, mudando a maneira de viver, aprendendo a responsabilidade e a gratidão. Percebeu então que a cura do espírito, como pregada pelos monges, era tão importante quanto a cura do corpo.

Ele havia curado apenas o corpo, e não a mente e o espírito.

Foi então, que em nova meditação, criou os 05 (cinco) princípios de Reiki, que hoje conhecemos como as máximas do Reiki, falaremos mais adiante.

Chujiro Hayashi (1878-1941)



Dr. Mikao tornou-se um peregrino, levando o Reiki e dando aulas, andando a pé pelo Japão. Dessa forma encontrou CHUJIRO HAYASHI (1915), um oficial aposentado da marinha, que foi por ele treinado, e tornou-se sucessor de Mikao Usui por ocasião de sua morte (1929/30). Dr. Hayashi abriu uma clínica de cura em Tóquio, onde agentes de cura trabalhavam em grupo com as pessoas que ficavam internadas durante o período de tratamento. Curadores Reiki também iam à casa de pessoas incapazes de comparecer à clínica.

Hawayo Takata (1900-1980)



HAWAYO TAKATA, moradora no Havaí, ficou gravemente enferma, e desenganada pelos médicos, resolveu procurar sua família (1935), que morava em Tóquio. Internada em um hospital para ser operada, ouviu falar da Clínica do Dr. Hayashi, e optou por fazer o tratamento em Reiki, morando na Clínica até ficar totalmente curada. Pediu então para ser treinada, e depois de receber o treinamento (1936) voltou ao Havaí, onde passou a trabalhar e divulgar o Reiki.

Dr. Hayashi alguns anos depois visitou D. Takata no Havaí quando a apresentou como Mestre/Instrutora e sucessora (1938), após ter-lhe dado o treinamento em Reiki III.

Com a morte de Dr. Hayashi, e a II Guerra Mundial, o Reiki desapareceu do Japão. Takata foi o meio pelo qual o Reiki continuou chegando ao Ocidente, primeiro ao Havaí, e depois aos Estados Unidos, Canadá e Europa.

Em 1970 cria a AIRA – American Internacional Reiki Association (Associação Americana Internacional de Reiki).

Phyllis Furumoto



PHYLLIS FURUMOTO, neta de Takata tornou-se sua sucessora, que passou o mestrado a Günther Horst (alemão), que passou o mestrado a Leny Erika Gut (suíça), de quem Cecília Ana Corte Wentzcovitch, recebeu os Graus I e II do Reiki, e posteriormente, recebeu o mestrado através de Diane Stein, (norte-americana e mestra Reiki independente). Na sequência, os mestres que foram sendo formados:

Linhagem de Mestres

- 1) Cecília Ana Corte Wentzcovitch
- 2) Clóris Zilá Quinta
- 3) Deborah Rabello Alves Pinto Ferreira
- 4) Regina de Souza
- 5) Maria Isabel Pamplona Silveira Fernandes
- 6) Gilda Gil
- 7) Sérgio Luiz Silveira Fernandes
- 8) Marcos César Precioso
- 9) Jussara Bernardes Siqueira
- 10) Carla Andreia Moussalli

As Máximas do Reiki

As Máximas do Reiki

 **Precisamente Hoje, Não Te Preocupes.**

Precisamente Hoje, Não Te Aborreças. 

 **Honra teus Pais, Mestres e Idosos.**

Ganha teu Pão Diário Honestamente. 

Demonstra Gratidão para com Tudo que é Vivo.

@sehfermandes sehfermandes.com.br Sérgio Fernandes

Canal Reiki

Quem pode ser?

- ✓ Somos todos iguais, assim, todo aquele que quiser pode se tornar um canal Reiki
- ✓ Para o Reiki I a partir de 6 anos de idade.
- ✓ Para o Reiki II a partir de 18 anos de idade.
- ✓ Para o Reiki III, ser praticante e ter disponibilidade para dar cursos.
- ✓ A Energia Universal está disponível a todos os seres, cabe a nós usá-la da melhor maneira possível.

O que é ser um Canal de Energia Reiki?

- ✓ É deixar fluir a energia Universal através de seu ser, com respeito e amor a vida e a todos os seres e transmiti-la da mesma maneira.
- ✓ Através da iniciação feita por um Mestre habilitado, nós nos tornamos um Canal Reiki, isto é, um meio através do qual a energia de amor universal se conduz.
- ✓ Ser um Canal Reiki é se conectar com a Energia Universal e poder aplicá-la quando quiser. É só impor as mãos e a energia fluirá.
- ✓ É ter a capacidade e responsabilidade de proporcionar ajuda a um irmão necessitado, independente de hora, local, etc...
- ✓ O Canal é consciente que esta energia não funciona para o mal.

Processo de Iniciação

O homem, em sua origem, mantinha seus canais de energia intactos, mas, com a individualização e a evolução de sentimentos como o orgulho e egoísmo, passamos a não receber toda a energia necessária para o nosso bem viver, retendo apenas a energia indispensável ao sustento do nosso processo bioquímico para sobrevivência.

Dr. Mikao descobriu como nos religar à energia vital do universo.

No processo de iniciação, todos os canais de força do corpo responsáveis pela captação e distribuição de nossa energia, são reativados para funcionar nos moldes originais, proporcionando o poder de curar e harmonizar a nós mesmos e a tudo e todos que tocamos. Através da iniciação, abre-se o canal de energia, evitando que haja envolvimento e desgaste de energias pessoais nos tratamentos.

Limpeza Energética

Após a iniciação passamos por um processo de limpeza que não pode ser evitado, parecendo às vezes que nossa condição piorou porque antigos bloqueios energéticos são expurgados. O lixo energético (toxinas e impurezas) de nossos quatro corpos (físico, mental, emocional e espiritual) estará sendo eliminado. Essa “limpeza” ocorrerá através das fezes, urina, suor, sonhos. Poderá haver também reações emocionais (raiva/amor), magnéticas (rejeição/atração), mentais (pensamentos/confusões), processo que pode durar de quatro a vinte um dias no máximo.

Métodos

Tradicional

- ✓ Reiki I (Quatro Iniciações).
- ✓ Reiki II e III (Uma Iniciação para cada nível).
- ✓ Em alguns lugares Reiki IV.
- ✓ Leva muito tempo.
- ✓ Custo muito alto.

Moderno

- ✓ Reiki I, II e III (Uma Iniciação para cada nível).
- ✓ Aprendizado rápido.
- ✓ Alguns grupos não permitem cobranças.
- ✓ Trabalhamos com o coração e muito amor para ajudar o próximo e a nós mesmos.

Chakras

Os chakras são centros energéticos coloridos e redondos responsáveis pelo fluxo energético no corpo. Função: absorver a energia universal, metabolizá-la, alimentar nossa aura e emitir energia ao exterior, e é também através dos Chakras que perdemos energia quando estamos em sofrimento físico e emocional.

A palavra chakra vem do sânscrito e significa roda ou disco giratório. Na Índia, são chamados de lótus por possuírem a forma de uma Flor e também uma raiz central que os liga energeticamente à coluna e ao sistema nervoso. Os chakras lembram redemoinhos (que movem circularmente) e emitem suas cores na forma de raios de luminosos, funcionando como veículos de energia e ligando o corpo físico ao energético. Funcionam como uma espécie de aparelho de captação e expulsão, em constante movimento. No ser humano normal, seu diâmetro é de 5 a 10 cm.

Escritos antigos mencionam aproximadamente 88.000 Chakras, o que significa que praticamente não existe no corpo humano um ponto que não seja sensível energeticamente. A maior parte deles desempenha papel secundário. No Reiki trabalhamos os Sete Chakras Principais que estão localizados da base da coluna ao topo da cabeça.

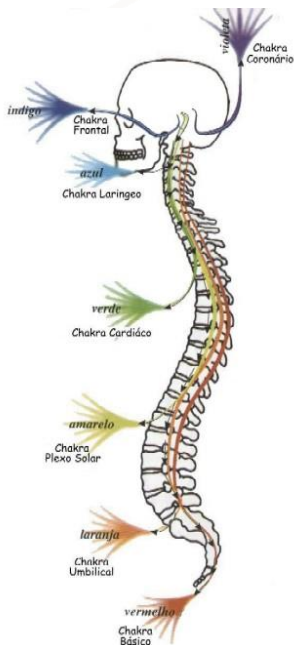
O Reiki atua retirando os bloqueios energéticos dos chakras que voltam a girar normalmente, causando bem-estar, relaxamento e equilíbrio para enfrentarmos o dia a dia.

Representação dos Chakras

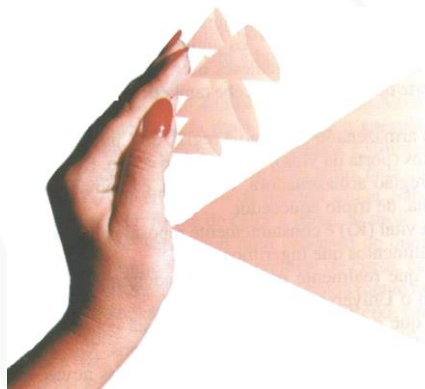
<p>CORONÁRIO</p> 	<p>FRONTAL</p> 
<p>LARÍNGEO</p> 	<p>CARDÍACO</p> 
<p>PLEXO SOLAR</p> 	<p>UMBILICAL</p> 
<p>BÁSICO</p> 	

Associações com o Corpo

Cada chakra é responsável por um conjunto de órgãos e glândulas como segue abaixo:



CHAKRAS DAS MÃOS



Coronário (Coroa)

Função: Espiritualidade, integração com energias superiores e plenitude.

Cor: Violeta, Branco e Dourado

Centro Físico: Glândula Pineal e Cérebro.

Frontal

Função: Intuição, Percepção, paranormalidade, raciocínio lógico e energia mental.

Cor: Azul Índigo

Centro Físico: Pituitária (dirige a função das demais glândulas), sistema nervoso central, olhos, ouvidos, falta de raciocínio lógico, vícios.

Laríngeo

Função: Comunicação, criatividade, iniciativas, independência, paladar, audição e olfato.

Cor: Azul Claro

Centro Físico: tireoide, Garganta, amídalas, laringe, esôfago, parte inferior da face e cordas vocais.

Cardíaco

Função: Amor incondicional, união e energia de cura.

Cor: Verde ou rosa

Centro Físico: Timo, coração, sistema circulatório, brônquios e aparelho respiratório, parte superior das costas, pele e sistema imunológico.

Plexo Solar

Função: Personalidade, vitalidade, paz e harmonia, ação e vontade, autoestima, proteção contra energias negativas.

Cor: Amarelo

Centro Físico: Baço, estômago, fígado, vesícula, intestino delgado, parte inferior das costas, sistema nervoso vegetativo.

Umbilical

Função: Reprodução, sexualidade e relações afetivas.

Cor: Laranja

Centro Físico: Glândulas sexuais, ovários, testículos, sistema reprodutor, bexiga, quadris, pernas, pés e nervo ciático.

Básico

Função: Sobrevivência e existência terrena, ligação com o mundo material, energia física.

Cor: Vermelho

Centro Físico: Suprarrenais, coluna vertebral, rins, ossos, dentes, intestino grosso, ânus, reto e próstata.

Aplicação

Contraindicações

- ✓ Em pessoas que não querem receber o Reiki.
- ✓ Em fraturas expostas ou em caso de amputação de alguma parte do corpo com possibilidade de implante (por causa da cicatrização).
- ✓ Em pessoas que estão em cirurgias. Neste caso podemos aplicar na sala cirúrgica e na equipe médica.
- ✓ Maior cuidado na aplicação em pessoas com marca-passo ou aparelho auditivo.

Crianças e Idosos

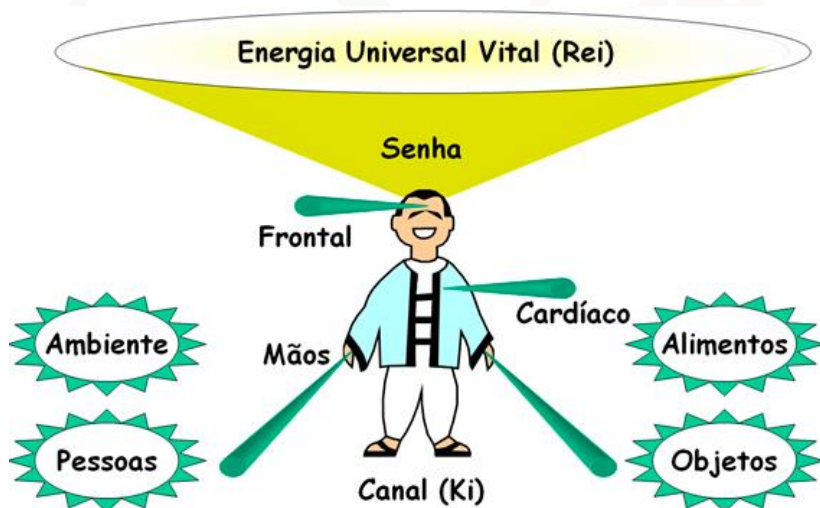
- ✓ Crianças e idosos absorvem esta energia com maior facilidade, conseqüentemente os tratamentos podem levar menos tempo.
- ✓ Crianças normalmente sentem quando já foi o suficiente e então começam a ficar inquietos.
- ✓ Com animais o funcionamento é semelhante, quando estão satisfeitos, ficam inquietos e saem de perto.

Senha

- ✓ Cada Canal tem seu jeito e sua senha, que utiliza quando está se conectando com a energia.

- ✓ Esta senha pode ser feita em voz alta ou mentalmente.
- ✓ Exemplo: Em nome de Deus, em nome de Jesus e dos Mestres Reiki Iluminados eu me torno canal Reiki para “Nome da pessoa”, ou para o “Ambiente”, ou para um “Alimento”, ...
- ✓ Exemplo: Com a Graça de Deus, com o Amor de Jesus, e com o auxílio dos Mestres Reiki Iluminados eu me torno um Canal Reiki para ...

Funcionamento do Reiki



Auto Tratamento

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| 1) Coronário | 8) Sétima Cervical |
| 2) Frontal (testa/olhos) | 9) Ombros Posteriores |
| 3) Orelhas | 10) Coluna Dorsal |
| 4) Laríngeo | 11) Básico/Cóccix |
| 5) Cardíaco | 12) Planta do pé Direito |

- 6) Plexo Solar
- 7) Umbilical

- 13) Planta do pé Esquerdo
- 14) Desconectar e Limpar

Tratamento Emergencial

- ✓ Tocar a região anterior e posterior do plexo-solar, ou qualquer outra parte da pessoa.
- ✓ Não é necessário ser iniciado, lembrem-se todos somos canais por natureza. Quem já é canal estabiliza a pessoa atendida mais rapidamente.
- ✓ Exemplos: Desespero, descontrole emocional, dores fortes, desmaios, entre outros.

Exercício: Energização dos Chakras e "Fechamento da Aura".

(Proteção e Energização)

- 1) Coloque-se na posição ideal e entre em níveis interiores
- 2) Imagine a energia cósmica (visualizada na cor dourada), energizando os chakras superiores, iniciando pelo coronário (no alto da cabeça), passando pelo frontal (entre as sobrancelhas) e chegando ao laríngeo (a frente da garganta).
- 3) Imagine a energia telúrica (visualizada na cor vermelha) energizando os chakras inferiores, iniciando pelo básico (na base da coluna vertebral), subindo, passando pelo umbilical (na região do abdômen), indo até o plexo solar (na região do estômago).
- 4) As energias cósmica e telúrica se encontram no cardíaco e se ultrapassam.

- 5) A junção dessas energias (visualizada na cor verde), como um borrifo, atinge todos os chakras, do básico ao coronário.
- 6) Já energizado, coloque a mão esquerda no ombro direito, e a mão direita no ombro esquerdo, abraçando-se com força.

Imagine que deste abraço surge uma carga protetora que somente permitirá a entrada de energias positivas em sua aura. Você poderá afirmar em voz alta, mentalizando o seu tubo protetor de luz: “estou divinamente protegido. Apenas coisas positivas penetram em minha aura”.

Lembre-se sempre: O mais importante é o seu padrão de pensamento

Encontre a lista de tratamentos básicos de Reiki nesse material: [Reiki – Tratamentos](#).

Orientações para Aplicar Reiki

Local

Os ambientes arquivam energias, pensamentos e sentimentos. Muitas vezes energias nocivas (brigas, discussões) permanecem no local podendo prejudicar o tratamento de Reiki.

O ideal seria um ambiente reservado exclusivamente para esse fim. Sempre limpo, pintado com cores claras, janela para ventilação, piso natural, ou usar tapetes de fibra natural. Plantas vivas embelezam e ajudam a manter o ambiente limpo energeticamente. Luz suave, assim como a música (terapia do som – relaxante).

- ✓ Incenso (elemento ar) – perfuma o ambiente e favorece o recebimento da energia.

- ✓ Vela acesa (elemento fogo) – muito importante energeticamente.
- ✓ Um copo com água (elemento água) – sempre recomendável (trocar depois de cada aplicação)
- ✓ Um cristal ou ametista (elemento terra) – irradia energia transmutadora (colocar próximo ao paciente)
- ✓ Recipiente com sal grosso que deve ser substituído periodicamente

Se não tiver maca pode usar mesa de jantar com um colchonete ou cobertor. O chão é o último lugar adequado para aplicação de Reiki face às energias telúricas que ficam impregnadas no piso; mas, em uma emergência, se for o único lugar, use-o.

Quando isto tudo não for possível, devemos fazer um tratamento de limpeza energética no ambiente (usando os símbolos – Reiki II). Para Reikianos Nível I, usar a seguinte técnica mental:

- ✓ Visualiza-se uma luz violeta fluindo e limpando todo ambiente
- ✓ Em seguida visualiza-se uma luz branca para energizar o ambiente
- ✓ Por último, uma luz dourada para selar o cômodo contra vibrações negativas vindas de fora.

Feito esse procedimento, qualquer sala pode ser usada para o Reiki.

Procedimento na Aplicação em Outras Pessoas

Não devemos insistir para que as pessoas recebam Reiki; cabe a cada um desejar melhorar.

Evitar fazer diagnósticos, que é prerrogativa médica. Reiki é uma terapia alternativa e complementar a qualquer outro tipo de tratamento que a pessoa esteja se submetendo.

Adornos de metal devem ser tirados pois possuem vibrações próprias que podem interferir na energia Reiki.

Lavar as mãos com água corrente antes de iniciar uma aplicação. Devemos fazer o mesmo no final, ou esfregar as mãos vigorosamente e assoprar dentro delas para romper o contato com a pessoa tratada, fazendo com que o fluxo de Reiki cesse. Obtemos o mesmo efeito de higienização, expondo as mãos à chama de uma vela por alguns instantes.

Não podemos esquecer que nosso trabalho como Reikianos deve ser feito sempre com muito amor, pois a energia entrará pelo chakra coronário, que passará pelo chakra cardíaco que harmonizado, nos torna melhores canais.

O Reikiano não deve se envolver emocionalmente com o problema do paciente nem criar expectativas com relação aos resultados, lembrando que somos apenas canais da energia, e o que cura é a energia que vem de Deus, portanto, lembremos que a honra é Dele. Não somos responsáveis caso não haja cura, que ocorre muitas vezes por falta de continuidade do tratamento, falta de higiene mental, falta de real vontade de melhorar.

A quantidade e a qualidade do Reiki na aplicação são determinadas por quem o recebe. Às vezes as pessoas podem sentir calor ou frio, formigamento, latejamento, vibrações, ou não sentir nada, apenas um leve relaxamento.

Lembramos que durante a aplicação em outra pessoa, participamos de um campo áurico comum, o que pode ocasionar uma sintonização com o mal-estar do paciente, que em geral se manifesta na mesma parte do corpo onde se localiza a dor do paciente. Isto não significa que o Reikiano está ou ficará com o sintoma do receptor. Se essas sensações forem desagradáveis,

basta mudarmos de posição ou interrompermos a aplicação por alguns segundos.

Observação: caso as sensações desagradáveis persistam, analise os motivos de estar em sintonia vibracional com esse estado e intensifique o seu auto tratamento.

É importante para o Reikiano buscar uma posição cômoda, relaxar os ombros, e se possível, apoiar os braços. Devemos lembrar também que nem todos gostam de ser tocados; neste caso, a aplicação deve ser feita com as mãos ligeiramente afastadas do corpo do paciente.

O tempo de aplicação em cada posição no Nível I é de cinco minutos, durando setenta minutos o tratamento completo (quatorze posições básicas), não havendo nenhum impedimento em fazer a aplicação em um tempo menor, e mesmo de não fazer todas as posições. Usando a intuição e se sensibilizando ao campo de energia da pessoa, podemos sentir o que é mais adequado a cada situação. O ideal é o tratamento completo, mas se não for possível, pouco Reiki é melhor do que nenhum.

Mãos – o Reikiano deve manter os dedos unidos e encurvados e a mão em forma de concha, para não haver dispersão da energia, porém sem tencionar os dedos, deixando-os flexíveis.

O tratamento deve começar pela cabeça, seguindo as posições convencionais com as mãos colocadas suavemente; as mudanças de posição são feitas movendo-se uma mão de cada vez para não interromper o contato.

Aplicação no chakra básico (sexual) – é conveniente usar uma toalha dobrada sobre esta parte do corpo, ou então colocar as mãos a dois ou três centímetros de distância. Outra forma é pedir para o

receptor colocar suas mãos sobre a região, e aplicar a energia através das mãos do paciente.

Terminando o tratamento, agradecer a Deus numa prece silenciosa, pela oportunidade de ter podido trabalhar para alguém como canal Divino.

Bibliografia

- ✓ Reiki, um Sistema Universal de Cura – Guia Prático para Canais I e II – Cecília Ana Corte Wentzcovitch
- ✓ Reiki Universal – Johnny De Carli
- ✓ Reiki (A Terapia do 3º Milênio) - Johnny De Carli
- ✓ Reiki Essencial – Diane Stein
- ✓ Reiki (Uma Habilitação para a Cura) – Paula Horan