GUIA PRÁTICO DO REIKI
(Apostilas Completas)

ADÃO REVAIR SÁ BRITO

Copyright © 2024 Adão Revair Sá Brito

2ª Edição Revisada

Todos os direitos reservados.

ISBN: 9798701365665

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a todos os que praticam o bem, pois o bem é um elemento de primeira necessidade em nossa vida.

Aos meus Mestres, a Mikao Usui, por ter nos deixado este grande legado que é o REIKI.

A todos os que semeiam Liberdade, Igualdade e Fraternidade. Procuremos todos sermos mais justos, amorosos, caridosos, tolerantes para com nossos semelhantes e para com todas as criaturas de Deus.

CONTEÚDO

	AGRADECIMENTOS	i
	APRESENTAÇÃO	iv
1	REIKI NÍVEL I - O DESPERTAR	10
2	REIKI NÍVEL II – A TRANSFORMAÇÃO	80
3	REIKI NÍVEL III-A – A REALIZAÇÃO	142
4	REIKI NÍVEL III-B E/OU MESTRADO	213
5	LEGISLAÇÃO	294
6	OBRAS CONSULTADAS	301
7	LEITURAS RECOMENDADAS	304
8	SOBRE O AUTOR	305

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao grande arquiteto do Universo, que é Deus, criador deste maravilhoso Universo que sempre conspira a nosso favor; à Maria Mãe de Jesus, nossa mãe espiritual; a Jesus e a todos os meus Arcanjos, que me inspiram e me permitem ser um canal de luz a todos que me procuram para auxiliá-los e/ou para aprender está maravilhosa técnica de energia e luz divina.

Agradeço ao meu pai e à minha mãe pela minha existência neste mundo físico.

Agradeço aos meus irmãos, irmãs, filhos e netos pelo amor e carinho.

Agradeço à minha amada esposa, minha companheira de todas as horas, na alegria e na tristeza, na saúde e na doença, sempre me incentivando a prosseguir com meus projetos de estudo e pesquisa sobre o Reiki e muitos outros. Foi ela quem insistiu para que eu conhecesse o Oráculo dos Anjos, onde conhecemos o Reiki e ganhamos valorosos e leais amigos, além desta maravilhosa dádiva divina.

Agradeço à minha Mestre em Reiki, Liane C. Borges Bueno, quem me apresentou está maravilhosa dádiva de Deus; quem, com muito amor e carinho, iniciou a mim e a minha esposa no método Reiki Usui Tibetano em todos os níveis; e quem tanto me incentivou a prosseguir com este projeto de escrever um livro mais técnico para o Reiki.

Agradeço ao meu amado irmão Mestre em Reiki, José Antônio Camargo, quem me iniciou novamente em todos os níveis do Reiki Usui Tibetano, na Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS), em São Leopoldo.

Agradeço ao meu amado Mestre em Reiki, Johnny De' Carli, quem me iniciou no Gendai Reiki Ho (Shoden, Okuden e Shinpiden, sintonização integrada), como Sensei em Reiki.

Definitivamente, o Reiki mudou minha vida, pois comecei a visualizá-la de uma maneira muito diferente, com mais amor, mais carinho, mais compreensão, mais humildade e mais humanidade. Ele, inclusive, melhorou muito a minha vida profissional como enfermeiro.

Quero, também, agradecer às pessoas que me ajudaram de alguma forma a compor esta obra:

- Gabriela Cousseau Arrosi, Bióloga, graduada pela Universidade de Caxias do Sul (UCS), que participou da realização das fotos que demonstram as posições ideais para a aplicação do Reiki.

- Melissa Arrosi, Graduada em Letras Português – Inglês (Licenciaturas) pela Universidade Luterana do Brasil (ULBRA) de Canoas, Mestre em Linguística Aplicada ple Berkbeck University of London (MA Applied Linguistcs – Birkbeck University of London), professora de EAP (English

for Academic Purposes) na QA Higher Education da Ulster University, Northumbria University e Roehampton University, na Inglaterra, encarregada de traduzir este trabalho ao Inglês;

- Milena Arrosi Accadrolli, aluna do 3º ano do Ensino Médio, que colaborou para as fotos, que ilustram o recebimento da iniciação, minha sobrinha e afilhada.

- Paola Cristine Gälzer, Enfermeira Graduada pela Universidade de Caxias do Sul (UCS), que participou da realização das fotos que demonstram as posições ideais para a aplicação do Reik.

- Rejane Cabral, Mestre em Reiki pela Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS), acadêmica do curso de Filosofia, responsável pela criação da capa deste trabalho.

- Silvana Arrozi, Mestre em Reiki pelo Oráculo dos Anjos em São Francisco de Paula, Rio Grande do Sul, e proprietária do Espaço Terapêutico Lar dos Arcanjos juntamente com o Autor, que participou da realização das fotos que demonstram as posições ideais para a aplicação do Reiki. Agradeço a todos os que procuram o Espaço Terapêutico Lar dos Arcanjos para aprenderem comigo como utilizar está maravilhosa técnica de harmonização, energização e de autocura que é o REIKI.

- Gabriel Pagliarini Moreira – que fez um belo trabalho na Arte da Capa criada por Rejane Cabral.

A LUZ DE DEUS NUNCA FALHA

APRESENTAÇÃO

Quando escrevi este trabalho, foi antes da pandemia que assolou o planeta, resultado dos homens brincando de serem deuses.

E com o passar do tempo e diversas técnicas foram desenvolvidas, técnicas estas que me mostraram que eu estava errado em meu pensamento e julgamento.

Falo da iniciação à distância que foi desenvolvida durante a pandemia e que mostrou que eu estava errado quanto a isto.

Relato de diversas pessoas do mundo inteiro, nos dizendo o que sentiram, o efeito de suas iniciações à distância, então estou aqui por meio desta minha segunda edição corrigindo isto e lembrando mais uma vez, quando tratamos de energia, da energia de Deus, da Luz de Deus, nada é impossível.

Mantive o livro com poucas modificações, a capa que foi obra da Grande Mestre em Reiki Rejane Cabral, vai continuar na íntegra, pois ela passa exatamente o que eu acho que o Reiki é, também jamais teria a ousadia de modificar, pois a meu ver ficou maravilhosa. Será somente acrescentada a palavra 2ª Edição.

Cada novo Reikiano, irá desenvolver suas próprias técnicas de passar o Reiki, mas o Reiki sempre continuará sendo o mesmo, a crença nesta energia que todos nós desenvolvemos é maravilhosa e sendo assim cada um desenvolve a maneira de lidar com ela. De passar ela para seus clientes e transferir para seus discípulos.

Ao nos conectarmos com a outra pessoa através do Reiki, não podemos esquecer que nossas auras, vão se unir, vão estar na mesma frequência

Conforme Barbara Ann Brennan[1], a aura pode ser descrita como um corpo luminoso que cerca o corpo físico e o penetra, emitindo sua radiação. É algo sagrado que o reikiano pode e está devidamente habilitado a manusear.

Meu desejo é que este trabalho, realizado com muito amor, carinho e dedicação, ajude-os a prosseguirem nesta maravilhosa jornada que é a divulgação do Reiki, auxiliando a humanidade a ter a paz que tanto procura. Lembre-se que Reiki não é religião, mas deve ser tratado com muito respeito e, talvez, até como algo sagrado, pois trabalhamos com a energia do cosmo, a energia de Deus, a energia do Universo, e, também, com a criação de Deus, que são todos os seres vivos, uma vez que lidamos com as plantas, os animais e os seres humanos.

Aos Mestres que queiram utilizar este livro como apostilas para lecionar seus cursos em Reiki, fiquem a vontade. Ele já foi planejado para isso, está exatamente dividido em cada Nível do Reiki, facilitando assim o aprendizado e o trabalho do Mestre.

Fiquem na LUZ DE DEUS QUE NUNCA FALHA.

Grande e fraterno abraço a todos.

Boa leitura! Gratidão!

ADÃO REVAIR SÁ BRITO

PREFÁCIO

Eis aqui um livro com as apostilas dos níveis do Reiki. Apostilas elaboradas com conhecimento e amor. Com certeza, esta obra é um presente para os reikianos que escolheram o Reiki como caminho de paz e equilíbrio em suas vidas.

Na vida, somos todos aprendizes, pois aprendemos quando ensinamos. Ao receber o convite do querido amigo Adão Revair Sá Brito para prefaciar seu primeiro livro, fiquei muito feliz e lisonjeada. Feliz pela consideração e lisonjeada por fazer o prefácio de um livro escrito por um Mestre em Reiki que tive o privilégio de iniciar nesta técnica abençoada que pode transformar vidas e aliviar as dores mais profundas do ser humano.

Esta obra, escrita de forma prática, sucinta e responsável, vai ajudar muitas pessoas, levando conhecimento, bênçãos e respondendo a perguntas e questionamentos de reikianos e não reikianos. Agradeço pelo reencontro com o querido Adão Revair e sua amada esposa Silvana, quem também tive o privilégio de iniciar como Mestre em Reiki. Deus tem um plano para nós e, por isso, nos reaproximou. Sejamos instrumentos dele para, através da luz do Reiki, ajudar na construção de um mundo mais amoroso, mais fraterno e mais feliz.

Reiki não é religião, mas uma terapia complementar utilizada por muitos cristãos. Por isso, encerro, com este versículo bíblico:

“Imporão as mãos sobre os doentes e estes ficarão curados.” (Mc 16:18).

Com amor e gratidão!

Liane C. Borges Bueno
Mestre em Reiki

PREFÁCIO

Como diz Johnny De'Carli: "compartilhe o seu conhecimento. Esta é uma maneira de alcançar a imortalidade."

Sinto-me imensamente agradecido e feliz em poder escrever uma mensagem neste livro maravilhoso de estudos e pesquisas do método Reiki do Mestre Adão Revair Sá Brito.

Conheço o Mestre Adão há vários anos e sei de sua dedicação e competência em todas as atividades que realiza. Foi graças à sua busca pela perfeição que nasceu esta obra de grande valor acadêmico e didático a todas as pessoas que buscam aprimoramento no método Reiki, pois, escrito com uma linguagem simples, apresenta um conteúdo profundo e inspirador.

Estudo o método Reiki há mais de 30 anos e sinto que a evolução e o autoconhecimento são alcançados pelos reikianos que praticam todos os dias. O Sensei Usui dizia: "Apoiar-te só nas técnicas não te levará muito longe. Desenvolve a cada dia o teu amor e compaixão." E, como diz o Sensei Doi Hiroshi: "A energia Reiki é onda de amor, harmonia e saúde que vem do Universo. Os reikianos em todo o mundo sentem esta onda, todos os dias, através de suas experiências." E foi essa onda de amorosidade e compaixão que senti quando li este livro.

Que essa onda preencha o coração de todos vocês! Boa leitura e que a luz divina do grande arquiteto do Universo que é Deus esteja presente em vossos corações.

Namastê!

Sensei José Antonio Camargo

ESTA É A LINHAGEM PARA OS MEUS ALUNOS EM REIKI NOS NÍVEIS I, II, III-A e III-B (MESTRADO)

LINHAGEM DO REIKI MIKAO USUI

- SENSEI MIKAO USUI;
- SENSEI CHUJIRO HAYASHI;
- HAWAYO TAKATA;
- BARBARA WEBER RAY;
- THOSHITAKA MOCHIZUCKI;
- SHINGO SAKUMA;
- KARUN NAIDU;
- PREMAL (SUSANA SCHENATTO);
- JOSÉ ANTÔNIO CAMARGO;
- ADÃO REVAIR SÁ BRITO;
- VOCÊ, MEU ALUNO.

1 REIKI NÍVEL I - O DESPERTAR

Não acredite em algo simplesmente porque ouviu. Não acredite em algo simplesmente porque todos falam a respeito. Não acredite em algo simplesmente porque está escrito em seus livros religiosos. Não acredite em algo só porque seus professores e mestres dizem que é verdade. Não acredite em tradições só porque são passadas de geração em geração. Mas, depois de muita análise e observação, se você vê que algo concorda com a razão e conduz ao bem e ao benefício de todos, aceite-o e viva-o.

Buda

BEM-VINDO AO REIKI

Segundo De'Carli: O método Reiki é um sistema de harmonização e reposição energética que mantém ou recupera a saúde, sendo considerado, também, um método de redução de estresse. Reiki é um sistema próprio para despertar o poder que habita dentro de nós, captando, modificando e potencializando energia. Ele funciona como instrumento de transformação de energias nocivas em benéficas e é um sistema revolucionário para adaptar o ser humano às exigências da Era de Aquarius (De'Carli, 2013, p.28).

1.1 TERAPIA ENERGÉTICA

Para De'Carli, à proporção que a ciência progride em relação ao conhecimento e ao funcionamento do nosso corpo físico, mais se faz necessário repensar e estudar o homem como um todo. A medicina convencional vem alcançando um fantástico progresso a cada dia, contribuindo de forma extraordinária para aumentar a qualidade da nossa expectativa de vida (De'Carli, 2013, p. 26).

Na Enfermagem onde atuo há mais de quarenta anos. O cuidado prestado pelos Enfermeiros é baseado em teorias da enfermagem, a teoria se apóia e engloba leis gerais que regem os fenômenos universais, todo o universo se mantém por processos de esquilíbrio dinâmico entre os seus seres; a lei da adaptação, todos os seres do universo interagem com o seu meio externo buscando sempre formas de ajustamento para se manterem em equilíbrio; lei

do holismo: o universo é um todo, o ser humano é um todo, a célula é um todo, esse todo não é mera soma das partes constituientes de cada ser. O ser humano é parte integrante do universo dinâmico, e como tal sujeito a todas as leis que o regem, no tempo e no espaço. O ser humano está em constante interação com o universo, dando e recebendo energia. A dinâmica do universo provoca mudanças que o levam à estados de equilíbrio e desequilíbrio no tempo e no espaço. O ser humano como parte integrante do universo está sujeito a estados de equilíbrio e desequilíbrio no tempo e no espaço. O ser humano se distingue dos demais seres do universo por sua capacidade de reflexão, por ser dotado do poder de imaginação e simbolização e poder unir presente, passado e futuro. Estas características do ser humano permitem sua unicidade, autenticidade e individualidade. As teorias de Albert Einstein, que antecedem estas teorias usadas na saúde, estão de certa forma interligadas. Quando ele diz que tudo e todos somos energia.

O AUTOR

Para De'Carli, A medicina é a ciência indicada para fazer diagnóstico. Assim é importante consultar o médico, seguir as instruções dadas por ele, fazer corretamente o acompanhamento adequado para o seu caso e beneficiar-se com a energia Reiki, que complementa, agiliza e integra-se ao processo de recuperação de sua saúde (De'Carli, 2013, p. 27).

Podemos concluir que o holístico é um todo, não uma parte. Quando usamos o termo Holístico estamos falando do ser humano como um todo. E não como uma fração ou pedaço. Eu particularmente atendo em meu Espaço Terapêutico Lar dos Arcanjos, vários profissionais que lidam com pessoas todo o dia. Entre eles: Professores, Enfermeiros, Técnicos de Enfermagem,

Médicos, Profissionais que trabalham em hospitais, nas mais diversas áreas de apoio ao cuidado, militares, policiais e muitos outros profissionais das mais diversas áreas.

Hoje já existem vários profissionais de saúde, que fazem sessões de Reiki, para se manterem equilibrados, e também já estão encaminhando seus clientes para o Reiki, como forma de apoio ao seu tratamento. Há Enfermeiros, Fisoterapeutas, Odontólogos e até médicos que indicam o Reiki para auxiliar no tratamento, seja da dor, do medo do dentista, do medo de medicações injetáveis entre outros. Hoje há cada vez mais profissionais se voltando para esta cultura de origem Oriental. O Reiki atua em qualquer lugar, através de qualquer obstáculo, mesmo que a pessoa esteja utilizando vários tipos de medicamentos, ou fazendo diversos tratamentos na área de saúde, tais como: quimioterapia, radioterapia, se recuperando de cirurgia recente ou que irá realizar uma cirurgia numa data próxima. O Reiki sempre será de grande ajuda para estes clientes, pois ele não interfere em nenhum tipo de tratamento médico, odontológico, psicológico ou outro qualquer.

O AUTOR

1.2 FATO CIENTÍFICO

Albert Einstein elaborou a teoria do campo unificado, demonstrando à existência de uma energia que é a força diretora de todas as coisas do Universo. É o éter de Paracelso e dos antigos Rosacruzes. Através de equações matemáticas, unificou a força gravitacional e a eletromagnética em uma relação que explica muito do que vemos no nosso redor. Segundo ele, a nível desse plano energético (etérico), que os cientistas modernos chamam de hiper espaço, o tempo e o espaço não se manifestam da mesma maneira

que no plano físico, onde só existem por serem originados dessa mesma energia. Segundo ele, energia e materia são manifestações diferentes dessa energia primordial etérica. Essa energia etérica é um ponto de liga subatômico, um meio que permite a metamorfose em contínuo movimento de partícula para onda e de onda para partícula. Einstein criou, assim, as bases científicas da Física Quântica. Diz Einstein que toda matéria é energia e que toda energia é constituida de fótons, que é uma das últimas partículas subatômicas descobertas pela física quântica. O fóton tem uma característica rara, se comparado com outras partículas subatômicas: ele se comporta simultaneamente como partícula e como onda. O fóton é luz, logo toda a energia é luz, é vibração (Varno, 2009).

Os resultados da tese do Dr. Ricardo Monezi Julião de Oliveira sugerem que a técnica terapêutica Reiki produziu alterações psicofisiológicas e de qualidade de vida em idosos com estresse, promovendo um possível estado de relaxamento superior ao constatado no grupo placebo. São elas:

- Redução dos níveis de estresse.
- Redução dos níveis de ansiedade e depressão.
- Redução da percepção de tensão muscular e elevação da percepção de bem-estar.
- Elevação dos níveis de qualidade de vida relacionados aos aspectos espirituais; à religião; a crenças pessoais; ao físico; ao psicológico; além das facetas “autonomia” e “intimidade;”
- Elevação da temperatura periférica da pele.
- Redução da tensão muscular do músculo frontal e condutância elétrica da pele.

Esse mesmo autor sugere, ainda, a realização de futuros estudos de natureza multidisciplinar, a fim de aprofundar a

compreensão a respeito dos possíveis mecanismos psicofisiológicos e físicos envolvidos com a técnica Reiki (Oliveira, 2013 – Tese Doutorado-USP).

1.3 CARACTERÍSTICAS DO REIKI

A técnica do Reiki, está ao alcance de todos, inclusive crianças, anciãos e pessoas doentes. Não existe limitação para que nos tornemos um canal de Reiki. O aprendizado em cada nível poderá perfeitamente ser transmitido em apenas um dia, já o mestrado levará um pouco mais, eu particularmente Ensino o mestrado em 40 horas. Este não é uma religião ou mesmo filosofia, também não há necessidade de se utilizar qualquer tipo de ferramenta ou objeto (Varno, 2009).

Depois que a pessoa é sintonizada (iniciada) no Reiki, o mesmo estará sempre disponível e para sempre (toda a vida), não havendo necessidade de outra ativação no mesmo nível. A, energia é apolarizada (não é negativa, nem positiva), (Yin e Yang). O Reiki pode ser aplicado no local ou à distância, com muito sucesso. Atua no continuum de tempo e de espaço. O tempo e o espaço inexistem, desta forma podemos reprogramar eventos passados e programar eventos futuros (não podemos esquecer de respeitar o livre arbítrio e as leis espirituais) - (Varno, 2009).

O reikiano atua como um canal, uma antena, a energia cósmica, passa por ele e vai para o receptor, ele não pode modificá-la ou manipulá-la. E ela é direcionada para onde o recptor necessitar. Por esta razão não fazemos diagnóstico. A energia penetra em qualquer coisa, portanto não há necessidade de tirar a roupa do receptor para fazer Reiki. Quando aplicamos Reiki para outra pessoa, nossa energia vital “KI,” permane intácta, inalterada,

pois a energia que passamos para o outro é puramente do Universo, Cósmica, de Deus. Nós não ficamos cansados após aplicar o Reiki, pelo contrário, também nos beneficiamos desta maravilhosa energia (Varno, 2009).

Quanto mais utilizamos o Reiki, que é uma excelente ferramenta de equilíbrio de nossos centros energéticos. O Reiki Alivia rapidamente dores físicas. Atua de forma holística, em níveis: físico, emocional, mental e espiritual, tratando, não apenas sintomas, mas também a causa, reconectando o receptor com a autocura, seu próprio eu. O Reiki beneficia todo o ser vivo, servindo para autotratamento, tratamento de outras pessoas, assim como os demais reinos, animal, vegeral e mineral (Varno, 2009).

O Reiki aumenta nossa energia em todos os níveis, possibilitando à expansão do nosso campo áurico, tornando-nos mais sencíveis, perceptivos, amorosos, compreensívos e saudáveis. O Reiki é um caminho de transformação interior e evolução espiritual. A técnica não fica obsoleta, é a mesma há milhares de anos. A técnica é segura, sem efeitos colaterais ou contra-indicações e é compatível com qualquer terapia ou tratamento integrativo ou convencional (Varno, 2009).

A prática do Reiki está inserida no contexto das prática terapêuticas integrativas reconhecidas pela Organização Mundial da Saúde. (O.M.S.). Quando nós falamos em cura – nos referimos a cura na visão holística, a restauração do equilíbrio e a harmonia em níveis físico, emocional, mental e espiritual (Varno, 2009).

1.4 SIGNIFICADO DA PALAVRA “REIKI”



REI = energia universal de altíssima vibração que dá vida e mantém coesa a energia KI.

KI = energia vital (física). É a nossa energia vital. Quando ela acaba, nós morremos.

Universal = refere-se à parte espiritual e à essência energética cósmica, que está presente em todos os lugares, células e átomos.

Energia vital é a força que habita em nosso corpo, mantendo-o biologicamente vivo. O Reiki é o encontro destas duas energias: da parte espiritual com a nossa porção física. Você, iniciado em Reiki, possui em si a sintonia entre essas duas partes, fato que foi possibilitado através do trabalho realizado por um Mestre em Reiki habilitado (Bueno, 2011).

Ao chegarmos ao mundo terreno, trazemos certa quantidade de KI (energia vital) para a vida quando nascemos e a consumimos nas atividades do dia a dia. Então necessitamos de uma maneira de suplementar, diariamente com energia renovada. Quando não conseguimos repor esta energia por um período prolongado, podemos ficar fisica e emocionalmente doentes e tendemos a ficar muito mais irritadiços, mal-humorados e deprimidos (Bueno, 2011).

Vamos novamente repetir este parágrafo, mas na visão de

outro autor. É importante definir que a palavra “cura,” está vinculada à sua visão holística, à restauração do equilíbrio e da harmonia nos níveis físico, emocional, mental e espiritual (Bueno, 2011).

1.5 SIMBOLISMO DO REIKI

1.5.1 O IDEOGRAMA

De acordo com De’Carli,

A palavra “Reiki” pode ser escrita com ideogramas japoneses que, conforme os algarismos romanos, não exprimem letra ou som, mas uma ideia.

Ideograma do Reiki



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

- Chuva maravilhosa de energia vital;
- Chuva maravilhosa que dá vida;
- A ideia de algo que vem do cosmos e que, ao encontrar-se com a terra, produz o milagre da vida;
- Chuva maravilhosa que produz o milagre da vida;

- A comunhão de uma energia superior com uma terrena, porém que se pertencem mutuamente.
- Uma energia maravilhosa que está acima de todas as demais; ela está em você e que você pertence a ela.

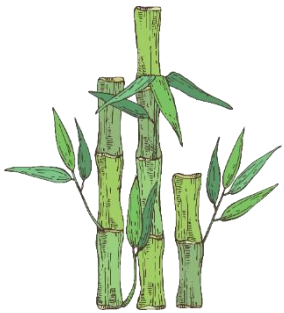
Em alguns casos, esse ideograma encontra-se reforçado com pequenas formas que representam grãos de arroz que simbolizam a vida (De'Carli, 2006, p.95 e 96).

1.5.2 A COR

A cor simbólica do Reiki é o verde, que é a cor da cura e do amor, haja vista sua correlação com o Chacra Cardíaco, responsável pelo nosso amor incondicional e sistema imunológico. Seus ideogramas, no entanto, são feitos em dourado, pois essa é a cor cósmica. Reiki é luz que nos leva de volta à grande luz (De'Carli, 2006, p. 96).

Nesta obra eu coloquei todos os símbolos na cor liláz, pois é a cor da transmutação. Para que as imagens fiquem mais harmoniosas. Pois segundo a história, quando Mikao Usui, visualizou os simbolos ele os viu cada um em uma cor específica.

1.5.3 O BAMBU



Da natureza o método Reiki tomou como símbolo o bamboo que, em sua simplicidade, resistência (quando enverga), vazio, retidão e perfeição, pode representar metaforicamente o funcionamento da energia. O bamboo é flexível, apesar de forte. Ele reverencia o vento que o toca soprando, ele se dobra mostrando-nos que quanto menos um ser se opuser à realidade da vida, mais resistente se tornará para viver em plenitude. O bambu é forte, servindo para construção de embarcações, móveis e construções, ou seja, todos que receberam a iniciação do método Reiki tendem a ficar fortes e resistentes. Entre um nó e outro o bambu é oco, vazio, como vazio é o espaço entre o céu e a terra, representando os que escolheram ser canais de energia Reiki, que passam a funcionar nesse vázio como verdadeiros “tubos” direcionadores de Energia Cósmica. A retidão sem igual do bambu, a perfeição do seu projetar-se para o alto, assim como seus nós, que simbolizam os diferentes estágios do caminho, simbolizam o objetivo do nosso itinerário interior, o nosso crescimento e a evolução em direção à meta. No Japão, o bambu é uma planta de bons auspícios, ou sorte. Pintar o bambu é considerado não só arte como também um exercício espiritual. Em algumas culturas africanas, o bambu é um símbolo de alegria, da felicidade de viver sem doenças e preocupações. É interessante observer como essa simbologia tem a ver com os Princípios do Reiki (De’Carli, 2006-p. 96 e 97).

1.6 A HISTÓRIA DO REIKI

1.6.1 O QUE É REIKI?

Para Diana Stein, 1995. Pag 37. O ato de impor 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 sentem dor, a primeira coisa que as pessoas fazem é colocar as mãos sobre a região dolorida. Quando uma criança cai e machuca o joelho, ela quer que sua mãe a toque (ou a beije) para que ela melhore. Quando uma criança está doente ou com febre, o instinto materno a faz pôr a mão na testa da criança. O toque humano transmite calor, serenidade e cura. Também transmite carinho e amor. Quando um animal está sentindo dor, o primeiro instinto do gato ou do cachorro é lamber a área afetada. Pela mesma razão que uma pessoa aplica o toque com as mãos, a mãe do animal também lambe o filhote que está sofrendo. Esse simples ato é a base de toda a técnica de cura pelo toque.

O corpo vivo, seja de um homem ou de um animal, irradia calor e energia. Essa energia é a fonte da vida em si e tem tantas denominações quanto civilizações que já existiram. Os Hunas da Polinésia chamam essa energia de cura de “Mana,” e os índios americanos iroqueses a chamam de “Orenda.” É conhecida como “Prana” na Índia, “Ruach” em hebraico, “Barraka” em países islâmicos e “Ch’i” na China. Alguns agentes de cura a têm chamado de “Energia Orgone,” “Magnetismo Animal” e “Archaeus.” No Japão, a energia é chamada de “Ki,” e é dessa palavra que o Reiki tem sua origem.

1.6.2 REIKI

De’Carli, 2011.p.90, relata que: O manual com o título de *Reiki Ryoho Hikkei* era entregue aos alunos do Sensei Usui quando ele lecionava, tendo sido escrito, portanto, quando ele ainda estava vivo, ou seja, antes de 1926, em Kanji arcaico (utilizado no Japão

antes da Segunda Guerra Mundial). Trata-se de um documento que comprova que o método Reiki não teve apenas uma tradição oral, como fora preliminarmente divulgado no Ocidente.

Em janeiro de 2002, o Sensei Fuminori Aoki entregou em mãos ao Sensei Johnny De'Carli uma cópia do manual original utilizado pelo Sensei Usui quando ele lecionava, juntamente com uma tradução bastante precisa para o inglês desse tão importante material.

Existe uma entrevista concedida pelo Sensei Usui, na qual ele relata que, desde a antiguidade, as técnica secretas eram transmitidas somente para os descendentes de seus descobridores, como se fossem um tesouro de família. Mas no entanto, ele acredita que a prática de manter as técnicas em segredo é hábito do passado. Sensei Usui não concordava com isto. Divulgava seu trabalho, e deixou um grande legado do Reiki para toda a humanidade. A ideia de Usui sempre foi de tornar a técnica do Reiki para conhecimento público, como é atualmente.

O método Reiki é baseado na capacidade do espírito (REI) do Universo, que fortalece as pessoas e promove a moderação de ideias e o prazer de viver. Está técnica está aberta ao público que queira aprender (De'Carli, 2011).

O método Reiki Usui, tem primeiramente por objetivo a saúde da mente e, secundáriamente, a saúde do físico.

Usui escolheu cinco princípios que norteiam o Reiki, que foram escritos pelo Imperador Meiji. Se a mente estiver no caminho correto e saudável, o corpo físico será fortalecido naturalmente (De'Carli, 2011).

Usui relatou que conseguiu obtê-la espiritualmente após

um árduo e longo treinamento. O Reiki pode ser considerado uma terapia espiritual, mas também uma técnica terapêutica física. Ele explicava que todas as partes do corpo, olhos, boca e mãos principalmente emitem energia e luz. Assim, quando você olha corretamente por dois ou três minutos, soprando ou passando a mão na região afetada. Obterá melhoras significativas. Nos relatos crônicos, haverá melhoras mais num espaço de tempo maior. A melhor maneira de explicar o Reiki, é fazer Reiki. Quem faz Reiki pela primeira vez, vai querer fazer mais, isto é um fato. Pois a pessoa se sente melhor, mais leve, alguns um pouco sonolentos, mas todos saem sentindo-se muito bem. O método Reiki não necessita crença, a pessoa pode até mesmo duvidar do tratamento. A maioria das pessoas só começa à acreditar no Reiki após vivenciá-lo (De'Carli, 2011).

O método Reiki pode ser usado para ajudar tanto em transtornos psicológico, quanto orgânicos, ajuda a corrigir problemas como a timidez, indecisões e nervosismo. Com esta maravilhosa energia do método Reiki, o coração se torna mais feliz para si mesmo e para terceiros. Sensi Usui, relatava que essa técnica não lhe foi transmitida por ninguém, ele tampouco pesquisou para obter a capacidade de trabalhar com o espírito universal (REI). Foi durante a prática do jejum, que ele teve contato com a atmosféra universal e recebeu um insight espiritual, descobrindo assim, uma capacidade espiritual terapêutica. Ele sentia dificuldade de explicar o método. Existem pesquisadores sobre o assunto, e já há algumas Teses de Doutorado, que comprovam à eficácia do método. Provando cientícamente este método maravilho que é o Reiki (De'Carli, 2011).

INSIGHT – vamos utilizar a explicação do Budismo e do Zen Budismo – uma palavra que traduz relativamente bem o sentido da palavra insight. Essa palavra é "SATORI." Satori é chamado de bodhi

em péli e wu em Chinês. Satori seria um “choque espiritual intuitivo, emotivo ou esotérico que possibilita transformar por completo o sentido da vida daquele que experimenta” (Insight, acesso em 2020).

1.6.3 OS SÍMBOLOS E O SIGILO

A Mestre Liane Borges Bueno, nos ensinava a desenhar os símbolos no verso das folhas da apostila, para memorizarmos os mesmos, deixando que nós ficássemos com as apostilas e os respectivos símbolos, fato que não aconteceu com ela. Pois alguns mestres mais antigos tinham este hábito de transmitir os símbolos para os alunos mas os mesmos não poderiam escrever e guardar, tinham somente que memorizá-los. Usui também era contra este segredo dos símbolos, segundo De’Carli, o autor também não concorda com os segredos dos símbolos. Stein, divulgou os sagrados símbolos do Reiki em seu livro Reiki Essencial e este autor também é contra o segredo dos símbolos. Acho que os símbolos devem serem considerados sagrados, mas nunca secretos. Hoje com o advento das tecnologias de informação, somente digitando a palavra Reiki, imagens, a primeira coisa que aparece na tela são os símbolos do Reiki. Nesta minha primeira obra, coloco à disposição dos leitores todos os símbolos do Reiki. Destaco, no entanto, que não basta conhecê-los, pois eles não funcionarão sem a devida iniciação ou sintonização energética, em Reiki, realizada por um Mestre habilitado. Esta sintonização poderá tanto ser presencial ou a distância. AUTOR

1.6.4 OS CINCO PRINCÍPIOS DO REIKI ADOTADOS POR MIKAO USUI

1. Só por hoje, não se zangue;
2. Só por hoje, não se preocupe;
3. Só por hoje, expresse sua gratidão;

4. Só por hoje, seja aplicado em seu trabalho;
5. Só por hoje, seja gentil com os outros.

Estes cinco princípios foram adotados por Usui, e foram escritos pelo Imperador Meiji - 1852/1912.

Medite, procure entender a profundeza dos princípios de Reiki e praticá-los em sua vida diária. Com certeza, coisas maravilhas ocorrerão nas relações consigo mesmo e no mundo a sua volta (De'Carli, 2011.p.56).

1.7 COMO E ONDE APLICAR REIKI

Para a realização de tratamentos com Reiki, o ideal seria um ambiente exclusivo para essa finalidade, a fim de evitar vibrações nocivas. Caso esse cômodo não esteja disponível, é indispensável que o reikiano faça uma limpeza energética. Se você é um reikiano de nível I e ainda não está apto à utilização de símbolos, pode fazer essa limpeza da seguinte maneira: (Bueno, 2011).

- Imagine, primeiro, uma luz violeta fluindo e limpando todo o ambiente. Em seguida, envolva o ambiente com uma luz rosa e, posteriormente, com uma luz dourada para selar o cômodo contra energias negativas externas.

Além da limpeza energética, os seguintes procedimentos também devem ser realizados antes da aplicação de Reiki:

- Lave as mãos;
- Retire todos os metais da pessoa que receberá Reiki (tal procedimento não é essencial para o tratamento, portanto, use sua intuição e bom senso);
- Relaxe fazendo respirações suaves e profundas;
- Use as palmas das mãos em frente ao Chacra Cardíaco;