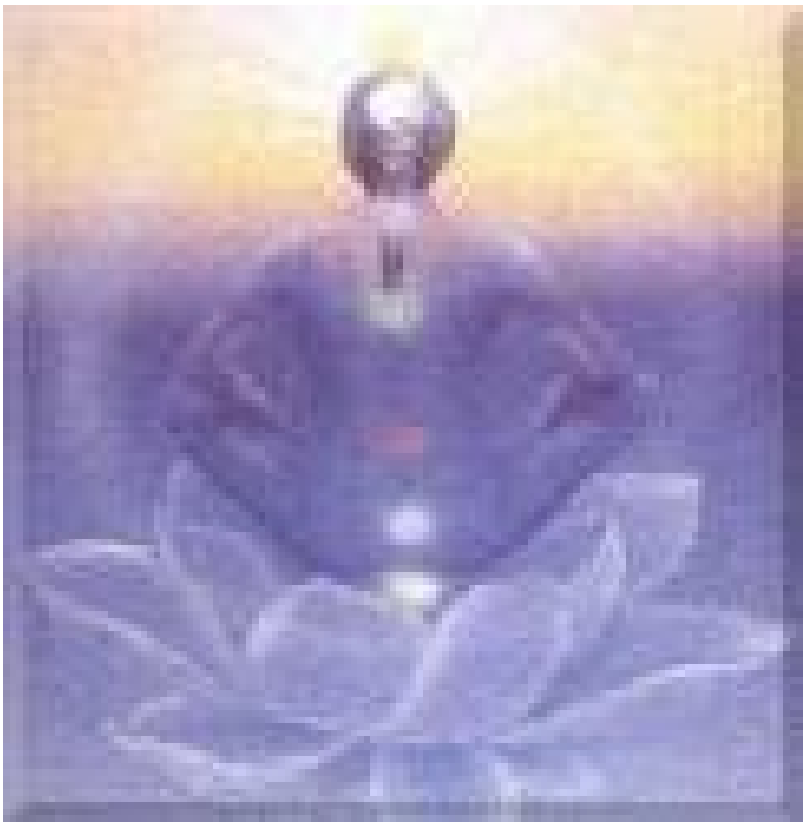
Reiki Luz



NÍVEL II
"A Transformação"

Gerson Luís
Mestre Reiki

Com este nível você será capaz de transformar toda sua vida

"Os pensamentos atraem e atuam sobre o Universo mais sutil da energia. Criam formas, mantém vibrações e dão origem a sensações. Ficam em torno da pessoa e densificam as emoções. Você precisa aprender a se renovar constantemente; a natureza faz isso. Concentre, no mais profundo do ser, pensando que a força

A Transformação

O ato de transformar-se, não significa abandonar uma realidade conhecida, mas significa, dar continuidade e função no sistema de evolução. A transformação é um processo pleno dos sentidos, mas não é também um processo só de ação, é a realidade surgida entre acreditar, sentir e viver essa realidade. O aspecto desse viver é muito mais intenso do que da sobrevivência, pois esse viver provoca transformação dos outros seres. Considerando muitas vezes a transformação como um processo único, mas devemos perceber que o nosso "Eu" tem múltiplas conexões com o Universo – nossos outros "Eus" remanescentes.

Ao caminhar "caminhamos" com o Universo; ao parar "paramos" o Universo, ao desejar, "desejamos com o Universo; e ao nos transformarmos colocamos toda a energia da criação em movimento.

Mas Como se dá essa transformação do Todo?

Será apenas um simples processo de viver?

Nossos pensamentos são pulsações, essas pulsações são energia em movimento.

Pensamentos de raiva, medo, dúvida e angústia geram pulsações de baixa freqüência; estaremos atingindo todas as pessoas próximas e a nós mesmos. Esses pensamentos formam camadas de energia lenta, (formas de pensamento) que não nos permitem ter idéias ou sentimentos de plenitude, harmonia e gratificação.

Pensamentos de felicidade, desprendimento e certeza, geram pulsações de alta freqüência, estaremos atingindo longas distâncias, e podemos "inserir" esses pensamentos em camadas áuricas de muitas pessoas e outras formas de vida, equilibrando-as.

A Transformação ´um processo de permitirmos a participação do Universo em nossas vidas. Onde trabalhamos não mais com a consciência individualista, mas sentindo-nos grandes, fortes e completamente preenchidos. Poderemos ser muitos "Eus" em nós mesmos, sem perder nossa própria realidade.

A Parábola da Corda

"Uma mente apegada às suas crenças, é como um homem agarrado à uma corda"

Ele se agarra à corda para preservar sua vida, pois sabe que, se soltá-la, cairá para a morte. Seus pais, seus professores e muitos outros lhe disseram que assim é, ele olha em volta e vê que todos fazem o mesmo.

Nada o Induzirá a soltar a corda.

E o sabido se aproxima. Ele sabe que é inútil agarrar-se à corda, sabe que a segurança oferecida é ilusória e apenas os mantém onde estão. Assim, procura um modo de dispersar as ilusões daquele homem e ajudá-lo à libertar-se. Fala da segurança real, da alegria mais profunda, da verdadeira felicidade, da paz de espírito. Diz-lhe que ele pode provar tudo isso, basta soltar um dedo da corda.

"Um dedo", pensa o homem "Um dedo não é muito para arriscar um gostinho do êxtase".

Eu Concordo em fazer a primeira iniciação.

E sente o gosto de maior alegria, felicidade e paz de espírito. Mas não o suficiente para lhe trazer realizações duradouras.

"podes ter ainda maior alegria, felicidade e paz, diz o sábio", "basta soltar um segundo dedo".

"Isso já vais ser mais difícil", pensa o homem. "Será que consigo? Será que tenho coragem? – Hesita, flexiona o dedo, sente como seria se soltasse a corda um pouco mais...e se arrisca. Está aliviado por descobrir que não caiu para a morte, pelo contrário, descobre maior felicidade e paz interior.

Seria possível ter ainda mais?

“Acredite em mim, diz o sábio. “Não deu certo até agora? Conheço teus medos, sei o que tua mente está a te dizer – que isso é uma loucura, que vai contra tudo que aprendeste – mas, por favor, confie em mim. Olhe para mim...não sou livre? Prometo que estarás a salvo e conhecerás ainda maior felicidade e contentamento.

“Será que realmente quero tanta felicidade e paz interior”? “Pergunta-se o homem – “para arriscar tudo o que tanto amo? Em principio sim, mas como posso ter certeza que estarei a salvo, de que não cairei?”

Com uma pequena prece, ele começa a olhar para seus medos, a considerar a fonte de seus medos e a explorar aquilo que realmente quer.

Vagarosamente, sente que seus dedos perdem a tensão e relaxam. Ele sabe que pode fazê-lo.

E sabe que precisa fazê-lo, é apenas uma questão de tempo até ele soltar a corda.

E quando a solta, uma sensação de paz ainda maior flui através dele.

Ele pende agora por um único dedo. A razão lhe diz que já deveria ter caído há uns dois dedos atrás, mas ele não caiu. “Há algo errado em agarrar-se?” – ele pergunta – “Eu estive errado esse tempo todo?”

“Esse último dedo depende apenas de ti mesmo”, diz o sábio. “não posso te ajudar mais. Mas lembra, teu medo não tem razão de ser.”

Confiando em sua calma voz interior, ele aos poucos solta o último dedo. E nada acontece. Ele fica exatamente onde estava. Então percebe porquê, ele estava com os pés no chão o tempo todo.

E ao olhar para o chão, sabendo que nunca mais precisará agarrar-se à corda ele encontra a verdadeira paz de espírito.

O Nível 2 do Reiki

No nível I conhecemos e compreendemos os processos energéticos de estados doentios e saudáveis e como essa energia processada através do pensar, sentir ou não, pode ser alterada e moldada para que se estabeleça um padrão de vida melhor. A primeira sensibilização à Energia Vital do Universo provoca, um despertar gradual para seus sentimentos e responsabilidades, levando a novos conceitos de humanidade.

Esse Despertar foi o primeiro passa para a cura, nos diversos corpos, restabelecendo a ligação primordial com o "Eu Superior".

No Nível 2 esse processo de Despertar evolui para o Caminho da Transformação, onde o terapeuta anseia transformar o todo, resgatando sua condição original de bem-estar e paz. Passa de uma intervenção, sem limites, na sua consciência e no mundo à sua volta.

O Nível 2 trabalha mais fortemente com o inconsciente, fobias, desestruturações, obsessões, vícios, tendências adquiridas no ventre da mãe.

Compreende que a Energia Vital do Universo não trabalha apenas sobre um plano, de uma maneira linear, mas busca as causas dos problemas na sua origem, saneando o indivíduo de maneira irreversível.

O Reiki não se aplica apenas em suavizar nosso processo de crescimento, mas cura irrestritamente, por isso, muitas vezes, na sua aplicação nos deparamos com aparente "piora" no estado geral do paciente, mas é só parte do processo de cura, e acontece de acordo com o nível de toxinas no corpo e o bloqueio energético.

O Nível 2 do Reiki é uma ponte de interligação com todas as consciências vivas do Planeta e do Cosmo, e essa interação permite que o terapeuta possa manter a fluência de Energia mesmo em condições adversas ou intencionais.

O terapeuta passa a ser uma fonte em contínuo movimento, da Criação a manutenção do Estado Divino.

Na Iniciação energética do Nível 2, o aluno é sintonizado na freqüência de três símbolos: Cósmicos do Reiki, Yantras e 3 Mantras (palavras ou sons que tem a capacidade de vibrar a energia do Cosmos, levando a estados específicos espirituais e físicos).

Esses Yantras e Mantras são poderosos instrumentos para a Cura, emitindo a condução da Energia Vital, rompendo o tempo-espaço, limpando energeticamente pessoas, lugares e objetos, levando à importantes aberturas nos processos inconscientes e a um maior deslumbre de nossas capacidades físicas e extrasensoriais.

O Nível 2 é um degrau essencial para quem não só deseja participar de curas, mas para resgatar suas habilidades divinas e obter a transcendência dos estados imperfeitos e limitantes.

O elemento principal do Nível 2 é a cura à distância, de pessoas ausentes, podendo o reikiano enviar a Energia Divina para qualquer lugar independente do espaço e do tempo, a energia curativa do Reiki pode ser enviada, a partir desse módulo, como uma ponte de luz ou uma flecha energética que atinge em cheio um ponto previamente determinado.

Os Símbolos

Os símbolos são a essência do reiki, são sagrados e extremamente poderoso, são compostos da união de Mantras (sons energéticos) e Yantras (desenhos energéticos), que podem ser considerados como interruptores que quando acionados, conseguem automaticamente resultados específicos.

Os símbolos representam a energia, são uma porta, um acesso para os diferentes níveis de energia de cura. Eles funcionam automaticamente, não sendo preciso que a pessoa esteja em estado meditativo, sendo acionados, a mente começa operar em outra dimensão, ainda que seu corpo físico permaneça aparentemente normal. São como satélites que captam os sinais e os transmitem fortalecidos. Ainda existe dúvida sobre

suas possíveis utilizações, mas as pesquisa a respeito continuam. Mas o certo é que os símbolos são instrumentos vibracionais para captação e restauração da energia primordial cósmica, são poderosos recursos auxiliares para a cura, permitindo a condução e aplicação da energia que passa a ser transmitida fora do tempo e espaço dessa dimensão.

Os símbolos devem ser desenhados corretamente. Para ativá-los, podem ser desenhados no ar com as mãos ou visualizados na mente. Não existe uma só maneira de desenhar corretamente os símbolos, existem variações de mestre para mestre. Consta que Mestra Takata não desenhava os símbolos da mesma forma sempre, variou muito entre 22 mestres que ela ensinou, provavelmente ele tenha sido orientada a fazer as variações dos símbolos para cada aluno, dependendo das vibrações daquele momento e de cada um. Os alunos devem seguir as orientações e a maneira ensinada por seu respectivo mestre.

Muitos alunos levam muito tempo aprendendo a desenhar corretamente os 3 símbolos do Nível 2, mas não atentam para compreender a fundo o que são estes símbolos e para que servem.

Sempre que um símbolo for usado seu mantra correspondente deve ser repetido 3 vezes.

Não devemos esquecer que a energia sempre retorna ao emissor, o que você transmite sempre volta para si, seja para o bem ou para o mal, no caso de outras práticas e técnicas que nada tem a ver com o Reiki.

Desejamos que o Reiki volte a ser universal como foi em outras eras.

1° Símbolo – Choku-Rei

"É o símbolo da proteção, Limpeza, Transmutação e Ampliação"



ermite a conexão imediata com a Energia Vital Universal, transmutando ias de níveis inferiores para um padrão mais elevado, faz com que a Reiki, permaneça atuando por muitas horas a mais no paciente e no , mesmo após o término da aplicação (saneando o campo áurico do durante a aplicação).

CHOKU REI, recebe vários apelidos, como o **interruptor da luz**, pois como tal, **Deus está aqui** ou ainda, **Energia Vital Universal aqui e**

desenho do CHOKU REI é no sentido anti-horário, mas existem mestres am a desenhá-lo no sentido horário. Na verdade, as duas formas estão e se por ventura medirmos os chakras com varetas da Radiestesia, pode-ir ou sua abertura ou fechamento demasiado, com a inversão do CHOKU

O uso do símbolo 1 – CHOKU REI: Visualize-o no ambiente e assim estará promovendo uma imediata limpeza de resíduos negativos, formas de pensamentos, ou quaisquer emanações de doenças físicas e mentais na sua forma etérica. Podemos usá-lo como um grande transmutador da energia dos alimentos, água e objetos de uso diário.

No auto-tratamento, assim como no atendimento a outras pessoas, comece a aplicação visualizando o símbolo no chakra coronário de quem está recebendo a aplicação (topo da cabeça – sentido da testa para a nuca). Com esta técnica os canais elétricos do corpo serão desbloqueados mais rapidamente, aumentando a capacidade de adsorção da **Energia Vital do Universo,** e conseqüentemente permitindo diminuir o tempo de aplicação.

Pode-se usar o símbolo para auto-proteção, proteção de sua família, sua casa, portas, janelas, carro, etc...Reiki funciona em todos os neveis, logo a proteção é geral, inclusive agressões e ataques psíquicos.

Ele pode ser usado para proteger a aura e os chakras antes de realizarmos um tratamento. Traçamos o CHOKU REI nas palmas das mãos e em frente do corpo, em seguida riscamos

novamente o símbolo trazendo a mão para cada chakra (de baixo para cima) e repetindo o mantra 3 vezes. Você estará selando o seu corpo contra possíveis energias maléficas.

Quando temos pensamentos negativos, devemos traçar imediatamente o CHOKU REI, assim o pensamento se transmuta mandando a energia para níveis mais altos.

O CHOKU REI atua primordialmente no corpo físico na cura. Só é necessário desenhar o símbolo uma vez para cada tratamento, se o tratamento tiver que ser inteerrompido, começar com o CHOKU REI na mesma posição que se parou.

É o primeiro símbolo do REIKI, considerado o mais famoso do grupo. Ao utilizá-lo duplicamos a capacidade, a força e a potencia da energia REIKI. Permite a conexão imediata com a energia vital cósmica. É o símbolo do poder que traz a energia do plano espiritual para o mundo físico. Este símbolo direciona e localiza o poder Divino.

CHO – espada curva movimento
KU – penetra no espaço espiritual
REI – Alma – espírito universal

2° Símbolo - Sei He Ki

"È o símbolo dos padrões de Pensamentos e Sentimentos"



Tem seu corpo centrado no corpo emocional , diluindo os padrões negativos que adviram de qualquer conflito sensorial (lembranças, sentimentos...), trabalha sobre o chakra cardíaco e plexo solar – chakras que recebem mais diretamente a energia do nosso corpo áurico emocional.

Faz com que possamos descobrir a origem dos nossos padrões mentais negativos (trabalha sobre o inconsciente – registros kármicos – lembranças de outras vivências), modificando-os e eliminando-os.

Existem várias definições para este símbolo como: purificação, chave d Universo, o homem e Deus se fazem um só, reunião de Deus como o homem ou simplesmente Emocional.

O uso do símbolo 2 – Sei He Ki – Atua sobre o corpo emocional ou subconsciente, equilibrando as partes do cérebro trazendo harmonia e tranqüilidade. Relaxa a mente consciente, agindo no inconsciente permitindo que aflorem traumas e bloqueios profundos.

É o símbolo do equilíbrio podendo se dizer que é a balança da vida.

Este símbolo tem numerosas utilidades, muitas inclusive, que não são ensinadas em seminários convencionais; ele pode ser usado para mudar ou erradicar vícios, hábitos e costumes indesejáveis, como consumo de drogas, álcool, cigarro, gula, roubar, fobias, etc.

O **Sei He Ki** desabrocha emoções internas escondidas, liberando energias negativas de raiva, tristeza, depressão, medo, nervosismo, etc. Pode ser usado para melhorar a memória e tratar obesidade.

O tratamento é feito da seguinte forma:

1. Coloque suas mãos sobre o chakra coronário do paciente, sinta que sua energia se interagiu com a dele;
2. Desenhe o **Chuku Rei** e coloque na primeira posição da cabeça, repetindo o Mantra três vezes, fique com as mãos nessa posição por 2,5 minutos;

ãos por mais 2,5 minutos na segunda posição da cabeça;
a mão não dominante na nuca do paciente e a outra na testa;

5. Retire sua mão dominante da testa do paciente e trace o **Sei He Ki** no chakra coronários do paciente e diga seu mantra três vezes, a seguir diga afirmações positivas, tais como: Você é saudável. Você tem peso ideal. Você tem um futuro maravilhoso. Você tem sorte. (dizer a afirmação sempre três vezes e pedir que o paciente internalize a frase);
6. Trace o **Choku Rei** e diga seu mantra três vezes, e recoloque sua mão na testa do paciente;
7. Visualize a afirmação que você falou, peça ao seu paciente que faça o mesmo;
8. Use sua intuição e fique o tempo que for necessário, enquanto a energia estiver fluindo de sua mão;

(se você ainda não tem esta sensibilidade fique ao menos 15 min.)

Obs: numa afirmação nunca use palavras negativas, tais como: "Eu não quero fumar".

SEI – (botão em flor) estado de florescer

HE - base do equilíbrio dos chakras

KI – Força Vital

3° Símbolo - Hon Sha Ze Sho Nen

"Fim do Tempo-Espaço"



É um instrumento de intervenção nas ondas quânticas, levando a um continuum de tempo (rompe ligações de tempo: passado / presente / futuro) e permite a interação, dirigida, de campos áuricos - ampliando o espaço de atuação (transforma o espaço). É usado para aplicar Reiki à distância, em pessoas e eventos, em qualquer lugar do tempo – rompendo a barreira dos eventos passados, harmonizando e curando o presente ou programando a energia dos eventos futuros.

A tradução do Mantra **HON SHA ZE SHO NEN**, "nem passado, nem presente, nem futuro" nos dá uma indicação dos múltiplos usos, pode ser traduzido como " A| divindade que existe em mim saúda a divindade que existe em você" ou a " A casa da luz brilhante (casa de deus) venha a mim neste momento (imediatamente).

Este símbolo não tem energia, é somente a porta para o pasado e futuro.

O uso do símbolo 3 – Hon Sha Ze Sho Nen – É usado para aplicação à distância ou fora do tempo usual (presente), quando percebemos claramente que o fator desencadeante do desequilíbrio está num evento passado: colocar as duas mãos no chakra coronário (no topo da cabeça) e visualizar os símbolos: 3,2 e 1 (você pode conduzir a energia para a época preestabelecida ou simplesmente pedir que a energia da aplicação vá para o passado).

O **Hon Sha Ze Sho Nen** é usado para a cura e energização à distância, em pessoas ausentes como também para o auto-tratamento, imposição de mãos, pois atua sobre o corpo mental e mente consciente.

Ele trabalha sobre os chakras da garganta, frontal e coronário, é uma das chaves energéticas mais potentes e complexas, sendo uma via de acesso aos registros akásicos, ou seja, para a cura do karma, limpando situações difíceis e obstáculos em nossas vidas.

Esse símbolo atua sobre as Ondas Quânticas proporcionando a ação fora do tempo usual(presente). Quando enviado ao passado pode curar traumas de infância, ao influenciar sobre um acontecimento passado e reprogramá-los, o presente e o futuro reagem também em uma espécie efeito dominó, equivale a transformar o futuro.

Pode-se usar uma foto da época do trauma, ou saber da data do trauma, apenas pensar no problema e pedir com afirmações que o Reiki vá à causa e o cure (é uma energia inteligente).

Quando enviada ao futuro, a energia do Reiki pode ser armazenada ou acumulada, que será recebida na hora previamente determinada.

Esses processos de programação de passado e futuro se faz da seguinte forma: Colocamos ambas as mãos no topo da cabeça do cliente, a seguir com a mão dominante traçamos **HSZSN** seguido do **SHK,** neste momento fazemos uma afirmação 3 vezes, para a época em que a energia deverá agir, e em seguda traçamos o **CKR.**

Não esquecer de pronunciar o mantra de cada símbolo três vezes logo após traçá-los.

A Auto-aplicação no Nível II

Pode-se usar as posições do Nível I, apenas mudando de 5 minutos para 2,5 minutos cada posição, isto totalizará 35 minutos para tratamento completo. Para issso basta usar os três símbolos, na seguinte ordem: símbolos 3,2 e 1, e repetir seus mantras três vezes.

Apenas usaremos a posição tês da cabeça modificada, fincando uma das mãos na testa (chakra frontal) e outra sobre a nuca, assim os resultados serão melhores.

Mas se não tivermos tempo, também podemos usar a técnica da correspondência:

1. Trace o símbolo 3 (HSZSN) em seguida o símbolo 2 (SRK) e fale seus mantras respectivos três vezes;
2. Escolha um de seus joelhos e coloque a mão não dominante e aforme que este corresponde às quatro posições da cabeça;
3. Logo em seguida trace o símbolo 1 (CKR) com sua mão dominante, fale o mantra 3 vezes e coloque ao lado da outra em forma de concha, deixe-as por 2,5 minutos;
4. Escorregue as mãos sem levantá-las até a coxa da mesma perna e afirme que corresponde as quatro posições da frente, permneça por mais 2,5 minutos;
5. Traga as mãos para a outra coxa, uma de cada vez correspondendo as quatro posições das costas, mais as duas posições dos pés. Mantenha as mãos por 2,5 minutos.

Você, com esta técnica, consegue a auto-aplicação em todo o corpo em apenas 7,5 minutos. Esta técnica também pode ser usada em Reiki a Distância.

Cura a Distância

Esta técnica deve ser sempre usada com o consentimento do paciente, para não ocorrer invasão de privacidade, salvo em casos muito graves de acidente que não se tenha tempo de solicitar a permissão. O Reiki é uma energia de AMOR e não precisamos de autorização para amar alguém.

Também podemos mentalmente, através da conexão com o Eu-Superior da pessoa que irá receber a energia, solicitar essa autorização, isto é possível quando temos intimidade de amizade ou parentesco com essa pessoa.

Nunca devemos enviar Reiki a uma pessoa anestesiada, ela poderá acordar em plena cirurgia. Mande antes e após a cirurgia.

A cura à distância é de grande é de grande valia quando o contato direto é muito doloroso, como no caso de queimadura ou quando existe perigo de infecção para o receptor ou contágio para o Reikiano.

É muito importante em certos casos marcar hora para a aplicação dessa técnica. Por exemplo: em caso de pessoas que facilmente adormecem após a aplicação e podendo perder a coordenação motora, sentirem calor, calafrios e pressão na cabeça, momentaneamente; dependendo da atividade da pessoa neste momento, como um médico, aviador, etc...Poderá ser prejudicial.

É necessário saber e lembrar que um grupo de reikianos irradiando energia ao mesmo tempo, faz com que o reiki se eleve ao quadrado.

Não esquecer de visualizar a face da pessoa, se não conhecer a pessoa, use uma foto e/ou o nome completo e o endereço.

O **Hon Sha Ze Sho Nen** é o símbolo que transmite Reikiatravés do espaço e do tempo, portanto deve ser usado em toda a cura a distância.

Proceda da seguinte maneira:

1. Trace o **HSZSN**;
2. Trace o **SRK,** neste momento visualize e/ou diga o nome completo e endereço da pessoa três vezes;
3. Trace o **CKR.** Não esquecer de pronunciar o mantra de cada símbolo três vezes.

HON – Centro, essência origem
SHA – Luz radiante
ZE - Avanço em direção correta
SHO – Inteligência, ser de luz, sabedoria
NEN – o mais profundo, quietude

Técnicas:

Reiki Situação: Coloque em um papel a situação que quer clarear ou transmutar a energia; desenhe os símbolos **CKR,** segure entre as mãos por 15 min. Repetir por 4 dias consecutivos, após queimar o papel.
(Para trabalhar emoções (medo, raiva, inveja, ganância, miséria, insegurança...)

"Eu libero do meu inconsciente os registros de.....que mantenho preso junto a mim. Trago a tona do inconsciente as memórias que originam estes registros. Dissolvo o elemento de.....que interage e interfere transmutando-o em alegria e amor."

Redução: reduza, imaginariamente, a pessoa e visualize-a entre suas mãos. Trace o símbolo 3, em seguida o 2 e afirme três vezes que está entre suas mãos, em sgida trace o símbolo 1 (não esqueça dos mantras tês vezes). Neste momento a pessoa realmente está entre suas mãos, procure desenvolver sua sensibilidade para sentir isto.

Substituto: você poderá usar, também uma outra pessoa, um boneco ou até mesmo um ursinho de pelúcia. Esta técnica dá ênfase ao corpo físico, aos órgãos, glândulas, ossos, etc..., e é utilizada para tratar um problema específico.
Primeiro traçamos o símbolo 3 (mantra 3 vezes) no chakra coronário, seguido do símbolo 2 (mantra três vezes) visualizamos e mentalizamos a pessoa, o nome e o endereço três vezes, em seguida traçamos o símbolo 1 (mantra três vezes), fazemos a aplicação normalmente, como se fosse na própria pessoa, a energia, através do molde atingirá o órgão afetado da pesoa.

Transformação:

Jesus Cristo disse: Em verdade, em verdade vos digo, se pedirdes ao Pai alguma coisa em meu nome, Ele vô-lo dará. Até agora nada pedistes em Meu Nome. Pedi e recebereis, para que seja completa a vossa alegria (Cap. 16 vers. 23 e 24 São João).

É Preciso pedir!!!

Tanto às outras pessoas (Ex. : um aumnto de salário ao seu patrão) , como ao Cosmos, pois se não manifestarmos nossa vontade, como Deus poderá saber o que precisamos?

Caderno: Nesse caderno você colocará tudo aquilo que você deseje (Ex.: saúde, trabalho, amor, etc...) para nós e as pessoas a quem amamos com amor incondicional.

Devemos lembrar que nos casos em que pdimos o amor de outra pessoa ela deve querer e deve ser livre para isso, não é licito pedir o rompimento da relação dessa pessoa com outra. Isto poderá nos gerar conseqüências kármicas, além destas caírem sobre a própria relação.

1. Primeiro escolhemos um caderno com mais de 100 folhas;
2. Divide-se o caderno por assuntos, exemplo: saúde, profissionais, sentimentais, financeiros, etc;
3. Na contra capa e na última capa, desenhamos os símbolos 3,2 e 1, nessa ordem escrevendo ao lado de cada símbolo seu mantra três vezes;
4. Escreva, desenhe, cole e peça o que quiser sobre cada um dos assuntos.
5. Para a ativação do caderno, coloque-o sobre a mão não dominante em forma de concha, com a outra mão desenhe os símbolos 3,2 e 1, dizendo os mantras três vezes, coloque a mão no último símbolo sobre a capa e aplique 5 min. de energia. Repita a operação na outra capa.
6. O caderno deverá ser reenergizado a cada 24 hs.
7. A energização diária será feita em apenas 5 min. , sem a necessidade de virarmos o caderno como na ativação inicial.

Técnica da Caixa: a técnica da caixa é usada essencialmente quando não temos dados suficientes sobre a pessoa a quem estamos direcionando a energia, ou para quem não estão ligadas a nós.

É a maneira que temos de ajudar um grande número de pessoas.

1. Escolha uma caixa pequena ou média, que ser queimada;
2. No fundo da caixa desenhe os símbolos 3,2 e 1, nesta ordem cada qual com o seu mantra escrito três vezes;

Dentro da caixa colocamos pedidos de diversas pessoas, simultaneamente, a quem desejamos direcionar a energia. Podemos colocar fotos, bilhetes, pedaços de tecido, etc...

A ativação da caixa é feita traçando os símbolos 3,2 e 1, dizendo seus mantras três vezes, no último símbolo coloque a mão na caixa e energize-a por 5 minutos.

Esta operação deverá ser repetida a cada 24 hs.

Observamos que os reikianos que utilizam a técnica da caixa, conseguem realizar os pedidos do caderno mais rapidamente, porque ajudando os outros estamos ajudando a nós mesmos.

Respiração dos Chakras – Vitalização e Equilíbrio

Devemos nos conscientizar que através da respiração, nos ligamos a tudo que nos envolve. Todas as pessoas, animais e plantas respiram o mesmo ar: Você inala o que eles exalam e vice-versa.

Nossa energia vital, nosso Ki se alimenta através da respiração, nossas células cerebrais, os neurônios se alimentam do ar que respiramos, estamos em fim ligados através da respiração a tudo que pulsa, que vibra, e sem ela não poderia haver a Criação. Ao dirigir a consciência para nossa respiração, podemos dar origem a muitas coisas positivas, como a luz iluminando nossos chakras.

Lucas, 11:34, 36 – " A lâmpada do teu corpo é teu olho. Se o teu olho for puro, o teu corpo será também iluminado. Mas se for defeituoso, também o teu corpo estará em trevas. Cuida, pois se a luz que há em ti não seja trevas. Se portanto o teu corpo for todo luminoso, não tendo nenhuma parte tenebrosa, será todo lúcido, como a Lâmpada te ilumina com seu esplendor."

Técnica da Respiração

Usando o Choku Rei

Sente-se numa posição confortável, com as costas eretas, mantenha os olhos fechados e permaneça alguns minutos em silêncio, sentindo o ritmo normal da sua respiração.

Após esses minutos em que você somente presta atenção nua sua respiração automática, vamos dirigir a respiração – inale e exale o ar, calma e uniformemente, pelo nariz, duas ou três vezes.

Agora visualize o símbolo Choku Rei a sua frente, na altura do chakra básico, e ao inspirar, sinta que o chakra está participando do processo (você está respirando também pelo chakra), é que o símbolo é absorvido pela respiração de seu chakra.

Sinta por alguns minutos o símbolo pulsando no chakra básico, sinta como toda a energia do local do chakra se expande.

Agora, ao inspirar, visualize todas as emoções negativas sendo expelidas de seu corpo, pelo chakra (você pode usar a imagem de uma fumaça escura). Agora visualize o símbolo Choku Rei pulsando no local como um grande coração dourado (ou da cor de sua preferência).

Repita a mesma operação com todos os outros chakras e, ao chegar ao chakra coronário, depois da expiração e de sentir o símbolo pulsando no local, visualize um imenso símbolo Choku Rei sobre sua cabeça, sinta-o entrando, logo a seguir, pelo topo de sua cabeça, percorrendo todo o seu corpo e indo até a planta dos pés, onde sairá expurgando todos resíduos negativos e deletéricos, que serão absorvidos pela terra.

Obs: Na hora em que estiver visualizando o Choku Rei pode fazer afirmação, tais como: "EU PERMITO ESTAR EM HARMONIA COM O COSMO! EU SOU LUZ MANIFESTA! EU SOU UMA PESSOA SAUDÁVEL E FELIZ!"

Não esqueça que o símbolo é uma união de Yantra e Mantra, portanto o mantra sempre deverá ser pronunciado três vezes.