Trabalhando a Energia Reiki com as Crianças

Para Mestres de Reiki, Pais e Educadores



Acompanha um CD de músicas

Zeli Teixeira Coitinho

Trabalhando a Energia Reiki com as Crianças

Para Mestres de Reiki, Pais
e
Educadores

Zeli Teixeira Coitinho

Contém um CD de músicas



Editora Qualyt Cópias, Ano: 2007

Dados de Catalogação na Publicação (CIP) Internacional
Ubirajara Buddin Cruz – CRB 10/901
Biblioteca Setorial de Ciência & Tecnologia - UFPel

C681t Coitinho, Zeli Teixeira
Trabalhando a energia Reiki com as crianças : para mestres de Reiki, pais e educadores / Zeli Teixeira Coitinho. - Pelotas : Ed. Qualyt Cópias, 2007.
75p. : il. – Inclui CD com músicas.

1.Reiki. 2.Esoterismo. 3.Terapia holística. 4.Educação infantil. 5.Musicoterapia. 6.Psicologia educacional. I.Título.

CDD: 111



Sumário

Apresentação..... 6
Rodapé..... 7
Agradecimento..... 8
Como tudo começou..... 9
Homenagem de gratidão..... 10
Prefácio..... 11
Introdução..... 12
A Criança Interior - música..... 14
Sugestões de Atividades: Dinâmica de Grupo..... 15
Anjo da Guarda - música..... 16
Sugestões de atividades: Desenhar é muito bom..... 17
Primeiro encontro com as crianças - A Vida de Mikao..... 18
Chugiro Hayashi e Hawayo Takata..... 32
A História de Mikao Usui - música..... 33
Galeria de Arte - Fotografias - Nossos Mestres..... 34
Sugestões de Atividades: Pintando e Contando estórias..... 35
Lanche..... 36
Segundo encontro com as crianças - Macro e Micro Cosmos..... 37
Mensagem de São Francisco de Assis..... 38
A Terra rodando como um pião..... 39
Energia - música..... 40
Sugestões de Atividades: Trabalhando com argila..... 41
Mandala - música..... 42
Reciclar é Amor..... 43
Shanti - Paz na Terra - música..... 44
Sugestões de Atividades: Cultivando nossas plantinhas..... 45
Alimentação..... 46
Corpo Humano..... 47
Acordai lindas células - música..... 48
A importância da Respiração - Meditação..... 49
Sugestões de Atividades: Pipas e Cata-ventos..... 50
Terceiro encontro com as crianças - O que é o Reiki?..... 51
Menino Chakrinha e os Chakras..... 53
Cadência Divina de nosso ser **(Sete notas musicais e o som dos Chakras) - (Peq.Téc.Vocal)**..... 54
Cata-vento - música..... 55
Reiki Ciência Sagrada..... 56
O Despertar..... 57
A Transformação, A Realização e o Mestrado..... 58
Prece..... 59
Os Cinco Princípios - música..... 60



Ideograma Reiki..... 61
Cor e o Símbolo do Reiki..... 62
Linhagem Reiki..... 63
Ambiente para aplicação do Reiki..... 64
Gruta de Cristal - meditação e música..... 65
Quarto encontro com as crianças - Iniciação..... 66
Auto Aplicação do Reiki..... 67
Posições para Aplicação do Reiki..... 68
Vinte e um dias após a iniciação do Reiki..... 69
Sugestões de Atividades: Meditação Pensamento..... 70
Aplicação do Reiki nos Animais e nas Plantas..... 71
Pequeno Mestre de Amor - música..... 72
Encerramento..... 73
Bibliografia e Sugestões para Leitura..... 74
CD de músicas..... 75



Trabalhando a Energia Reiki com as Criança
Apresentação



Zeli Teixeira Coitinho, brasileira, gaúcha, nascida na cidade de Pelotas, no Rio Grande do Sul. Arte educadora, formada em Educação Artística - Licenciatura Plena em Artes Plásticas - aposentada pela Universidade Federal de Pelotas, hoje, estudiosa de terapias holísticas, buscando seu encontro com o Divino.

No ano de 2001, entrou em contato com a Terapia Reiki, através da Mestra Vani Cardoso Peres.

Realizou todos os níveis de Reiki e o Mestrado com a Mestra Vani e, na certeza de que as experiências se completariam, realizou várias reciclagens, com os Mestres: Johnny de' Carli, Henry Lopes Silveira e Helena da Fonseca Freitas. Contam ainda em suas experiências os cursos de: Karuna Reiki I e II, com o Mestre Luis Ricardo Panyagua Costa; Radiestesia, com o professor Harro Mueler; Treinamento e Iniciação como Sacerdote da Ordem de Melchizedek - 1º, 2º e 3º domínio, com Henry Lopes Silveira; Doin e Alongamentos, com Fábio Braga dos Santos e The Melchizedek Method nível I e II de Alton Kamadon, com Fabiano Canto.

É a primeira vez que escreve e, em especial, às crianças por sentir o quanto gostam de receber a energia reiki.

Esperando contribuir para essa terapia de amor, sendo uma agente de luz em prol da infância.

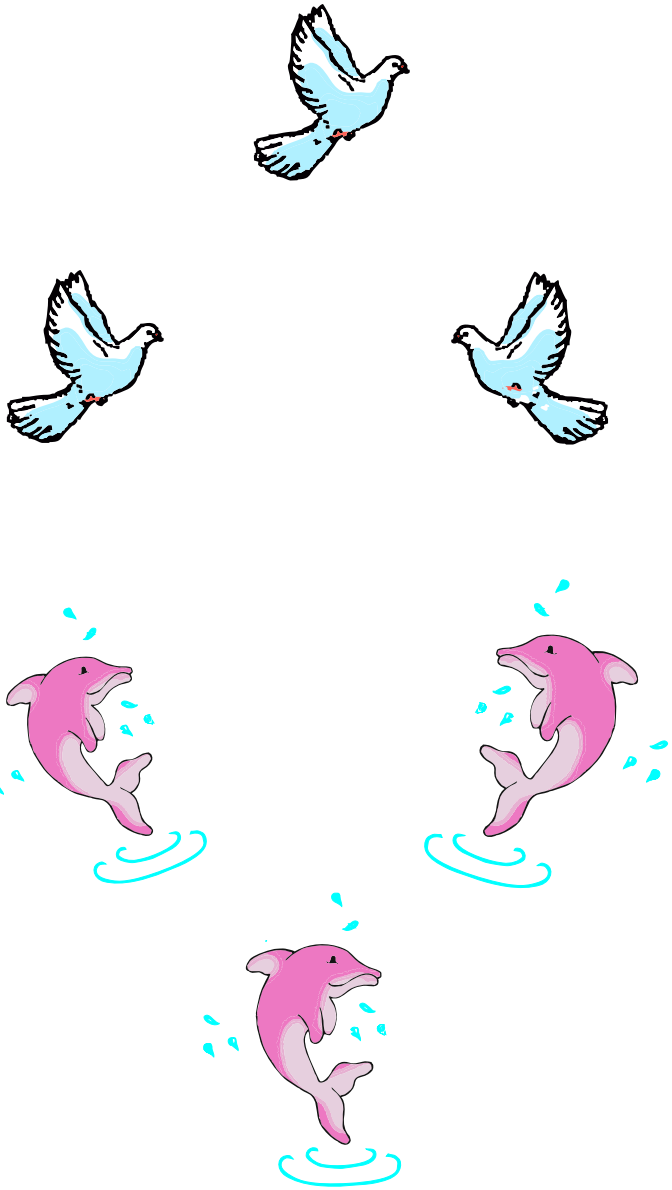
Prezado(a) Leitor(a),
que a energia radiante Reiki
o envolva com sabedoria e paz.



Rodapé

Para ilustrar o rodapé do livro, foram escolhidos dois símbolos:
a pomba, representando a paz e o golfinho, o amor.

Após tenha recebido a iniciação Reiki não se esqueça de
mandar essa energia aos animais, as plantas, aos golfinhos e pássaros,
aos rios e mares, a toda a humanidade pela
preservação das espécies e paz na terra.



Agradecimento

Em especial a todas as crianças as quais de olhar brilhante e questionador, diante de tantos porquês, ficam encantadas com nossas mãos, quando dançam no ar, através dos símbolos da Energia Reiki.

É esse olhar que me faz percorrer o caminho ao encontro de seus corações.

Ao Universo, pela energia radiante de amor e luz, a qual a todo instante, encontramos diante de cada ser ou elemento da natureza.

A minha família espiritual, aos meus antepassados, em especial meu pai Manoel Coitinho, a minha família terrena, reverenciando nela minha mãe Zaira Teixeira Coitinho, aos Mestres e Facilitadores, aos amigos que me incentivaram a seguir e a todos, pelo estímulo, o meu reconhecimento e agradecimento.



Vocês são minha fonte de inspiração.



Como tudo Começou...

Quando comecei a escrever sobre Reiki às crianças foi porque senti nelas um encantamento. Olhavam-me entre surpresos e curiosos, querendo saber, quando lhes aplicava Reiki, o que significavam todos aqueles movimentos com tantas imposições de mãos que pareciam dançar no ar.

Ficava a observar seus gestos, suas atitudes e aos poucos, sem muita pretensão fui criando pequenas estórinhas, sempre acompanhadas de músicas. Então me questionava por que, de repente, estava eu a cantar.

Por algum tempo esse trabalho ficou engavetado, até perceber que toda essa expectativa era um chamado e esse chamado possuía um caminho a seguir, o coração da criança.

Mas, tudo aquilo para mim era novo: não sou escritora profissional, nunca havia gravado em um estúdio e nada sabia de computação gráfica.

Mesmo assim, coloquei o pé na estrada, arregacei as mangas e, mais do que nunca, desejei realizá-lo.

Iniciei fazendo aulas de computação gráfica, gravações em estúdios, conheci muitas pessoas, recebi estímulo para continuar e, sem pretensão, acabei criando uma equipe de trabalho. Deixo aqui seus nomes, porque sem eles nada seria possível.

Colaboraram para a realização deste trabalho didático:

Correção de Textos: Claire Feijó da Fonseca, Marina Farias Martins e Zeno Aloísio Hoss

Desenhos Artísticos: Leandro Botelho Peixoto, Paula Batipaglia Costa e Pedro Costa de Souza

Assistência Informática: Ismael Fernandes

Professores de Computação Gráfica: Fábio Langer, Flávio Machado, Leandro Botelho Peixoto e Wagner Chagas.

Teclado e Gravação de CD: Carlos Alberto Terres

Formatação: Gabriel Coimbra Silveira

Ainda, contei com o incentivo de Ana Paula Cruzeiro, Maria Idelvira Duarte Delgado, Yara André Cava, Zitamar da Cunha Martins, e a paciência de meu companheiro Silvano Hernandorena Coimbra.

A cada um de vocês que me ofereceram de forma generosa o seu trabalho, seus *insights* e inspiração, quero, nesse momento, deixar todo o meu carinho e reconhecimento.

Muito obrigado.

Zeli



Homenagem de gratidão



Minha gratidão ao Dr. Egidio Vecchio, pelos conhecimentos adquiridos sobre os índigos.

Querido Mestre, que, em sua nova estrada, possa encontrar muitas crianças, as quais foram a intenção e co-criação do seu trabalho aqui na terra.

Hoje, com certeza, numa Ciranda de amor, elas buscam o amigo, para que entre nesta roda e, juntos, no canto da Ciranda emanem a vibração de Paz em favor da humanidade.

Como estrelas coloridas, índigos, rosas, amarelas, ou nas cores do arco-íris, saltitantes e felizes, que alegrem sua estrada e você a delas.

Ciranda Cirandinha
vamos todos cirandar.
Paz na terra amor e cura
entendimento entre as nações.

Maria entre na roda,
diga um verso bem bonito,
abençoe a humanidade,
o Planeta agradece.

Shalom, Shanti, Paz.



Prefácio

Este é um livro dirigido ao mundo infantil que conta a história do Reiki de maneira simples, prática e criativa. Certamente despertará nas crianças o interesse em conhecer e aprender o que é a Energia Reiki e como desenvolver esta prática.

Os facilitadores (pais, professores, terapeutas, etc) serão os responsáveis em passar esta prática a vocês crianças. Acreditem que vai ser muito divertido porque o livro traz ilustrações, exercícios e músicas, que os levará a descobrir onde está a Energia do Amor em vocês, a Energia do Reiki.

Portanto, abracem este trabalho. Ele criou forma, despertou, se transformou e a grande realização está aqui para vocês - o livro. Ele é a própria criança.

Maria Idelvira Duarte Delgado

Terapeuta Holística



Introdução

Este livro é indicado aos Mestres de Reiki, por abrirem o canal da iniciação Reiki, e aos educadores em geral:
aos Avós, hoje, mais do que nunca, presentes na formação da vida de seus queridos netos;
aos Pais, por serem seus Mestres diretos,
e a todas as pessoas que convivem com a infância.

Amigos, numa época de tantas guerras e desacertos entre povos e nações, resta-nos uma esperança: acreditar na regeneração e ascensão do Terceiro Milênio.

Alegra-nos saber da chegada das Crianças Índigos e Cristais, crianças que vêm das estrelas. Elas são pioneiras para a paz nessa nova era, trazendo em seus espíritos uma energia diferenciada, envolvidas pelo amor incondicional, capacidade de renúncia, entendimento e grande sabedoria.

Fico a imaginar refugiando-se em grutas, na Cidade de Belém, para aprender os ensinamentos do maior de todos os Mestres, Jesus. E quantos outros períodos da história, como a Inquisição, a Escravidão, além de tantos acontecimentos que nos entristecem lembrar, tenham talvez participado?

São novos tempos que chegam, o homem amadurece, aprende a valorizar aquilo que realmente pode trazer felicidade. São novas aspirações, ele busca o seu Ser Divino, por isso aprimora sentimentos e quer um mundo fraterno.

Conforme afirma Celso Nogueira [1], os Índigos e Cristais estão distribuídos pela terra, "em todos os países, em todas as raças, em todos os níveis sociais, nas aldeias mais distantes e nas cidades mais populosas e muito... Muito provavelmente dentro da sua própria família".

Possuem sentimento de união, grande capacidade de perdão, são livres de preconceitos, valorizam a amizade, buscam paz. Nelas, depositamos nossa esperança e confiança. Porém, para que o objetivo maior em prol da humanidade se realize, precisamos fazer a nossa parte. Embora os Índigos e Cristais sejam espíritos especiais, com *DNA capacitado*[2] eles precisam da nossa participação e orientação constante.

1. Em palestra proferida na Fraternidade da Luz em18/06/2004. Disponível em: www.kryonbrasil.com

2 Para maiores informações a respeito desse assunto, recomenda-se o livro *Índigos As Crianças da Nova Era,* conforme consta nos dados bibliográficos.



Sejamos amorosos, lembrando que, muitas vezes, o abraço silencioso revela mais do que palavras ditas sem pensar.

Respeitemos seus limites sem cobranças ou exigências, e que seja o nosso exemplo, capaz de oferecer-lhes o senso de entendimento e crescimento pessoal. Estenda-lhes a mão, caminhe lado a lado com elas e quando faltarem palavras sorria, olho no olho, peça a Deus a inspiração...

Nossas crianças trazem em si um comportamento que nos desafia, permitindo, junto a elas, crescer e refletir.

O brincar é muito importante, principalmente aquele que favoreça construir, pensar, criar, vivenciar junto a natureza, as plantas, aos animais. Proponho, por isso um trabalho lúdico, com atividades artísticas na certeza de que, quando é dado a criança essa possibilidade ela se descobre, desenvolve a auto-estima e é mais feliz.

Meu objetivo é que lhe seja dada a oportunidade de conviver com a energia Reiki de forma espontânea e oferecida a capacitação a partir dos sete anos ou menos, considerando a sua vontade e amadurecimento.

Quando é dada a uma criança a oportunidade de vivenciar algo, ela, dentro do seu mundo e espaço característico, fará suas próprias escolhas e descobertas a seu modo pois é livre e espontânea.

Com fins didáticos, divido este trabalho em quatro encontros, sendo que o Mestre adequará conforme as suas possibilidades.

- Vida de Mikao Usui;
- Macro e Micro Universo;
- Reiki e
- Iniciação.

Para tornar mais significativa as aulas do Mestre, foi criado um CD de músicas.

Sobre o tema que abordamos existem obras maravilhosas e, algumas, deixo como sugestão para leitura no final do livro.

A você que o lê e deseja trabalhar com nossos pequenos, tenho certeza de que enriquecerá esse trabalho de Iniciação Reiki, co-criando-o, junto aos Mestres da terra e do espaço, numa constante troca de experiências.

Muita Paz.

Zeli



Antes de continuarmos a viajar por estas páginas vamos, aqui, dar uma paradinha para refletir e cantar uma música.

Esta melodia, *A criança Interior,* convida toda a gente grande a olhar com carinho para a criança que existe dentro de seu coração, para que possamos ser o Anjo da Guarda daqueles que nos foram confiados.

A criança Interior

```
 G        D       D7
Busca, busca
                    G
na quietude do silêncio,
                  Am D7
a criança interior
               G Em Eb
que há em ti.

            D
Busca, busca
                    G
nesse mágico encontro,
                      Am       D7
no brinquedo da criança,
                 G7
teu próprio ser.

        C   Cm
Sê feliz,
                    G
te permite ser criança,
     E7           Am
acalenta e embala,
                 D7
esta doce criança,
                 G7
tão dentro de ti.

              C   Cm
Descobrirás,
                      G         E7
o maior de teus sonhos,
                    Am
como o sol a brilhar,
                  D7
e o amor a cantar,
                G       Am D7 G
em teu coração.
```



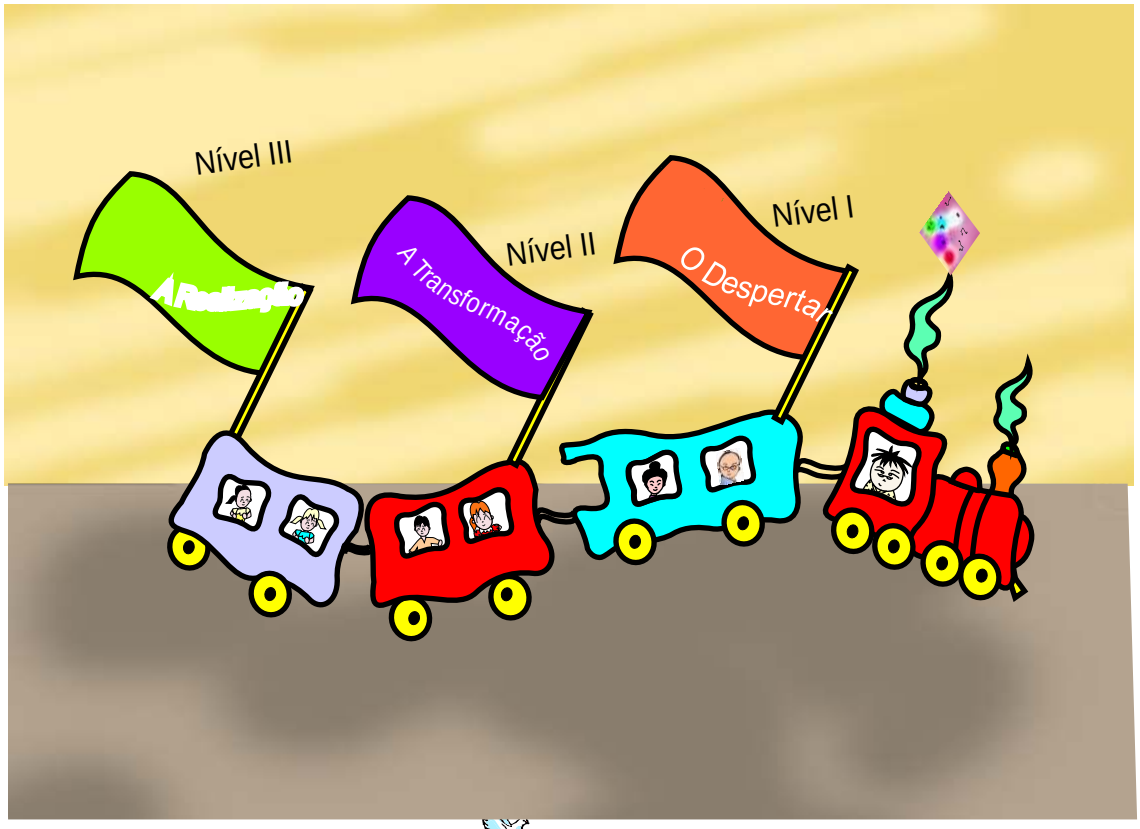
Sugestões de Atividades
Dinâmica de Grupo

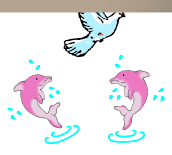
Em um primeiro momento sugerimos que se faça a apresentação do grupo.
Formando um trenzinho em espiral,
cante no ritmo de passa-passará o verso abaixo.

Nosso trem, que vai e vem,
na estação entra mais um,
por favor diga seu nome
quero conhecer você;
Tiuí,tiuí,tiuí,tiuí, tiuí,
quero conhecer você.

O meu nome é ...

(aqui cada criança diz seu nome).





Agora, nesta página, façamos uma prece musical para sermos abençoados neste estudo Reikiano.



Música: Anjo da Guarda

G
Anjo Guarda,

Anjo da Guarda,
D7
sei que me cuidas,
G
sei que me cuidas.

Anjo da Guarda,

Anjo da Guarda,
C
sei que iluminas
D7 G
o meu viver.
B7
Vivo feliz !
Em
confiante vou,
Am
tudo porque,
D7
estás aqui.
G
Anjo da Guarda,

Anjo da Guarda,
C D7 G
sei que iluminas o meu viver,
C D7 G
sei que iluminas o meu viver,



Sugestões de Atividades
Desenhar é muito bom!!!

Cor é alegria, vida e energia. Traz bem estar e paz !!!

Material necessário: no ambiente musica suave, papel e giz de cor.

Após a apresentação do grupo de forma simples e informal, convide as crianças para desenhar de olhos fechados, seguindo o ritmo da música. Esta técnica desinibe e descompromete a criança de que seu trabalho tenha que ser o melhor ou o mais bonito.

É uma técnica relaxante, que acalma e traz alegria.

Proponha que fechem os olhos e, com o giz de cor, deixem que sua mão dance livremente pela folha de papel de acordo com o ritmo da música. Esse é um desenho mágico! Uma proposta de liberdade, sem concursos ou classificações.

Aguarde o tempo da melodia terminar. Após, peça-lhes que abram os olhos e observem o seu trabalho. Ele representa um pedacinho de cada um.

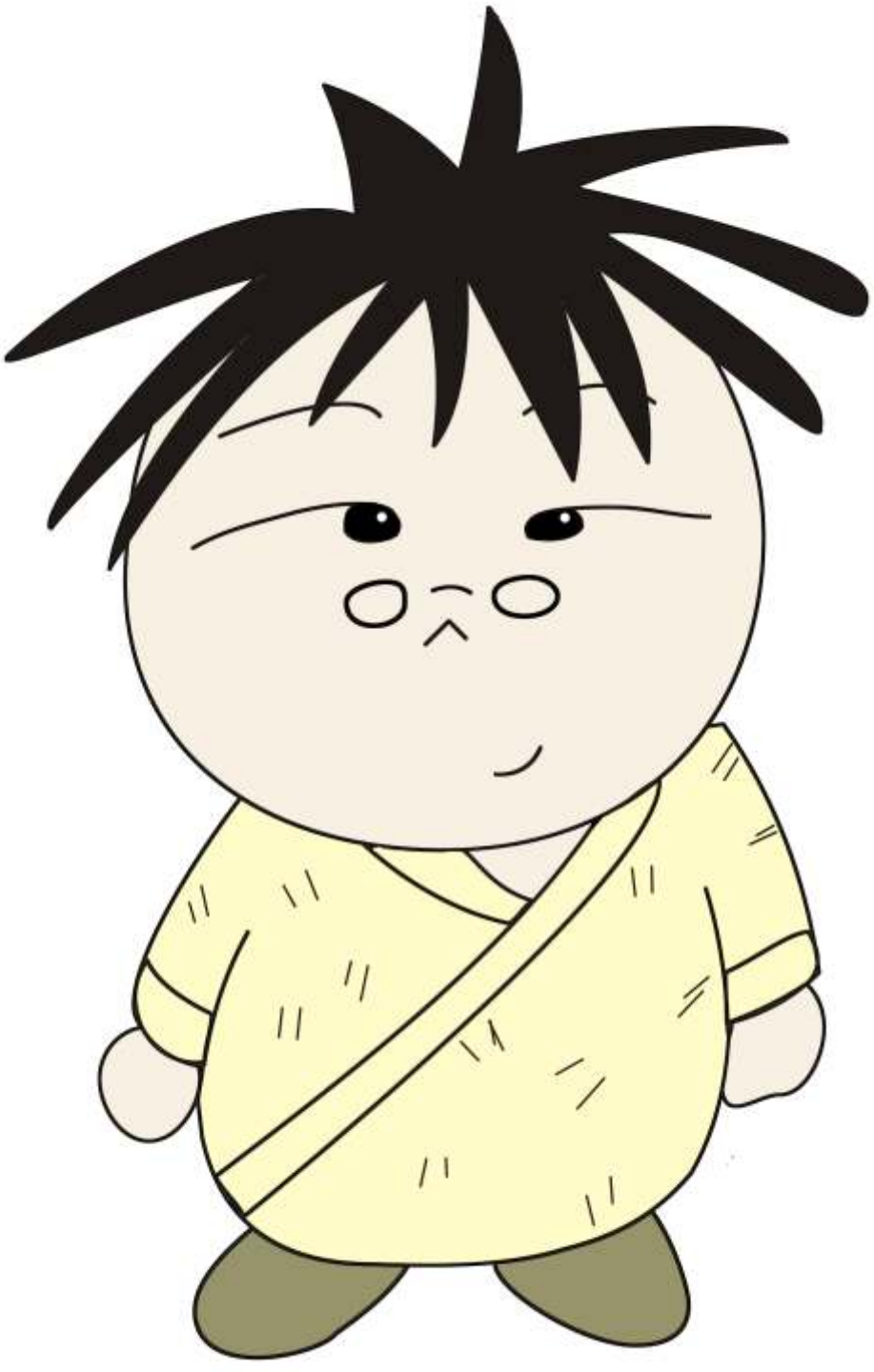
Sugira-lhes que escolham a parte do desenho que mais gostaram e façam nela um colorido. Escrevam o seu nome.

Os trabalhos podem ser expostos para que todos apreciem.



Primeiro Encontro com as Crianças

A vida de Mikao





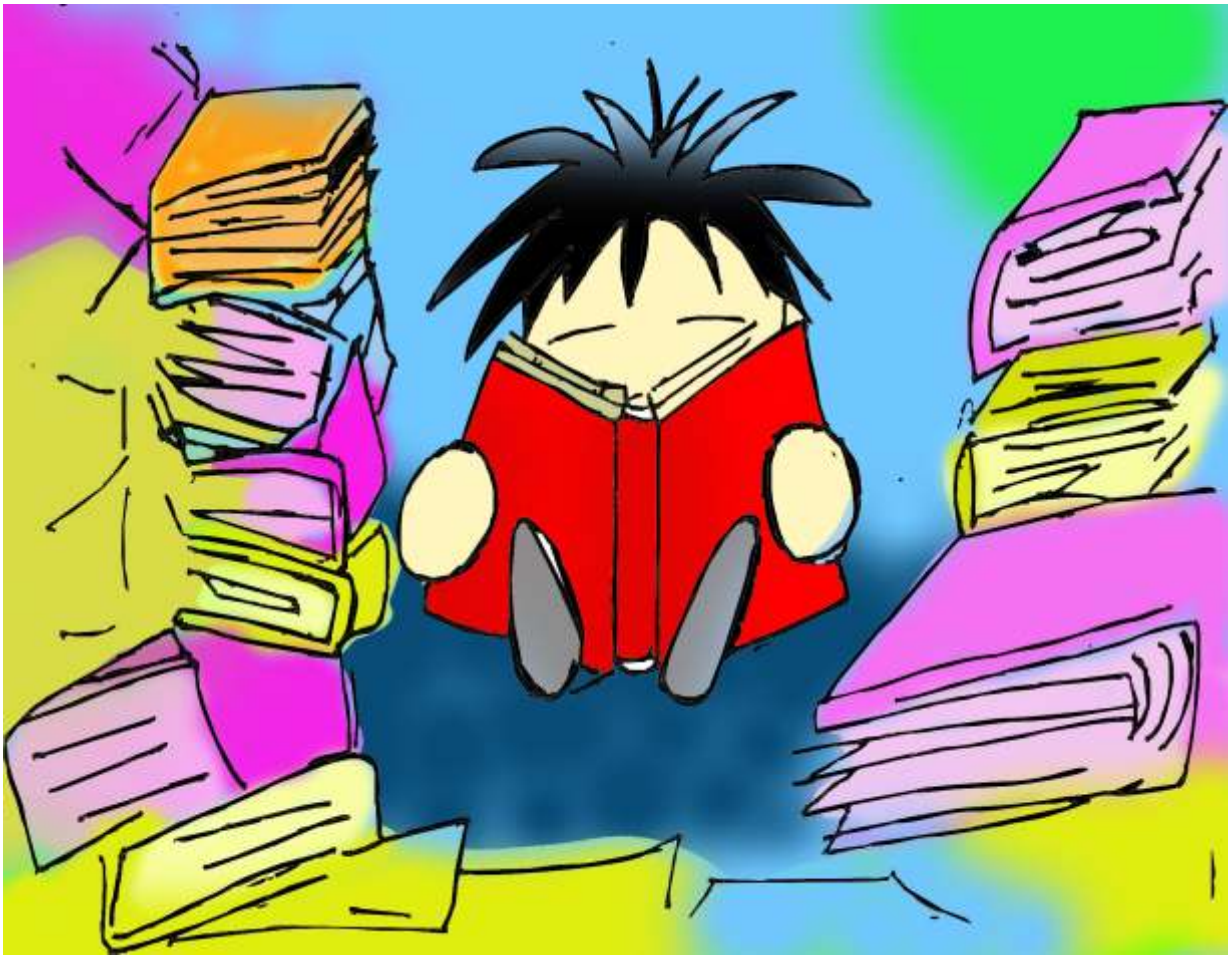
Era uma vez um menino que se chamava Mikao. De origem japonesa, nasceu há muito tempo atrás, no dia quinze de agosto de 1865.

Creio que quando Mikao nasceu, os pássaros cantaram mais melodiosos, o sol brilhou intensamente e toda a natureza se alegrou, porque sabiam que chegava ao mundo alguém especial, que traria a humanidade um grande bem...

Imagino sua infância como a de outras crianças: alegre, brincando de soltar pipas, correndo com o cata-vento, inventando mil coisas e divertindo-se muito!!!



Mikao adorava viajar pelos livros e ouvir muitas estórias que lhe contavam.



Seus pais eram budistas.

O Budismo é uma religião que tem por hábito a meditação, com o objetivo de purificar a mente e, ainda, criar bons hábitos, como a generosidade, a compaixão ao próximo, o amor e a sabedoria.

Além de todas essas coisas tão bonitas na vida de Mikao, ele aprendeu a ser atencioso para com todas as pessoas, ter amor à natureza e a tudo quanto existe.



Quando este menino se tornou adulto, foi professor.Ele tinha muitos alunos que gostavam de suas aulas porque eram criativas, cheias de experiências e muitas pesquisas. Tratavam-no de Usui Sensei, forma amiga e carinhosa, que quer dizer no idioma japonês, Mestre.

Mikao era aquele professor que todo mundo gostaria de ter: amigo e companheiro.Um dia, um de seus alunos, perguntou: “Usui Sensei, diga-me: como Jesus conseguia curar com a simples imposição de suas mãos?”



Mikao ficou a pensar, a pensar e fez muitas
pesquisas em seus livros,
mas não encontrou qualquer resposta para o seu aluno.
Todo o seu esforço ainda era pouco...



Naquele momento, Mikao tomou uma grande decisão: faria de tudo para descobrir como Jesus conseguia curar através de suas mãos. Primeiro, porque amava Jesus e, segundo, porque, diante daquela pergunta, Mikao olhou lá dentro do seu coração e viu que aquela era a sua Grande Missão na Terra.

Sim... Todos nós viemos a esta terra porque temos uma Missão a cumprir e Mikao descobrira a sua.

Resolveu, então, meditar: ia seguir uma das muitas lições que aprendera com seus pais. Mas, para isso, precisava encontrar um local tranqüilo, junto à natureza e que lhe proporcionasse paz e energia.

Lembrou-se, então, do Monte Kurama, um lugar de beleza rara, harmonioso, clima ameno, com cheiro de mato e perfume de flores.

Nele, havia um mosteiro com muitos monges e mestres que poderiam ajudá-lo.

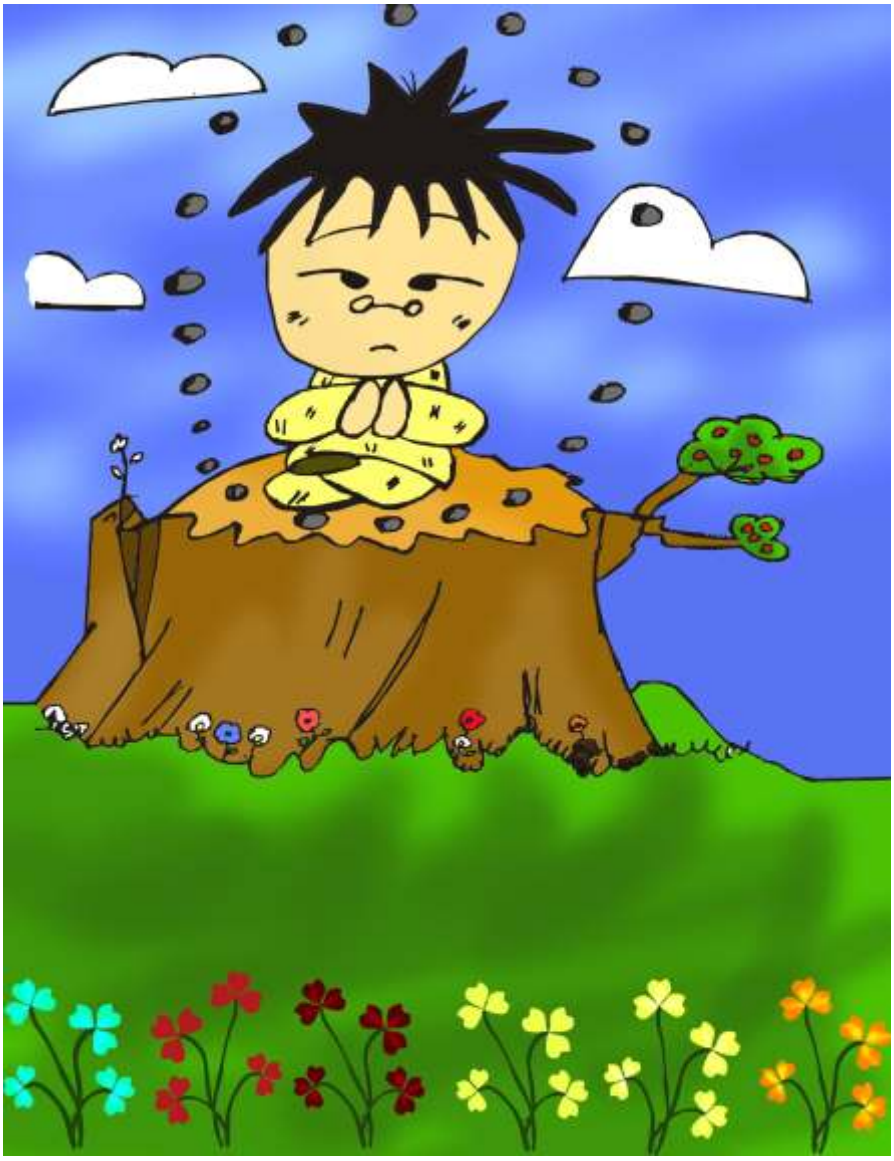
Decidido, então, pé na estrada ! Lá, se foi Mikao.



Chegando ao Mosteiro, os monges ao vê-lo ficaram felizes. Orientaram-no que deveria ficar vinte e um dias em jejum e em meditação para se purificar.



Como não possuía calendário, juntou vinte e uma pedrinhas, para lhe ajudarem na conta.
Os dias foram passando, lentamente e, cada dia, pacientemente, Mikao, jogava uma pedrinha fora, até a última...



Na madrugada do vigésimo primeiro dia,
sentiu uma sensação estranha.
Alguma coisa, acontecia no ar.
Olhou o céu e viu algo que o encantou.

Era um lindo arco-íris, com muitas luzes em forma de bolhas coloridas contendo dentro os símbolos sagrados.
Sua visão deixava-o imensamente feliz e decidiu voltar até o Mosteiro para contar aos Monges tudo aquilo que havia descoberto.



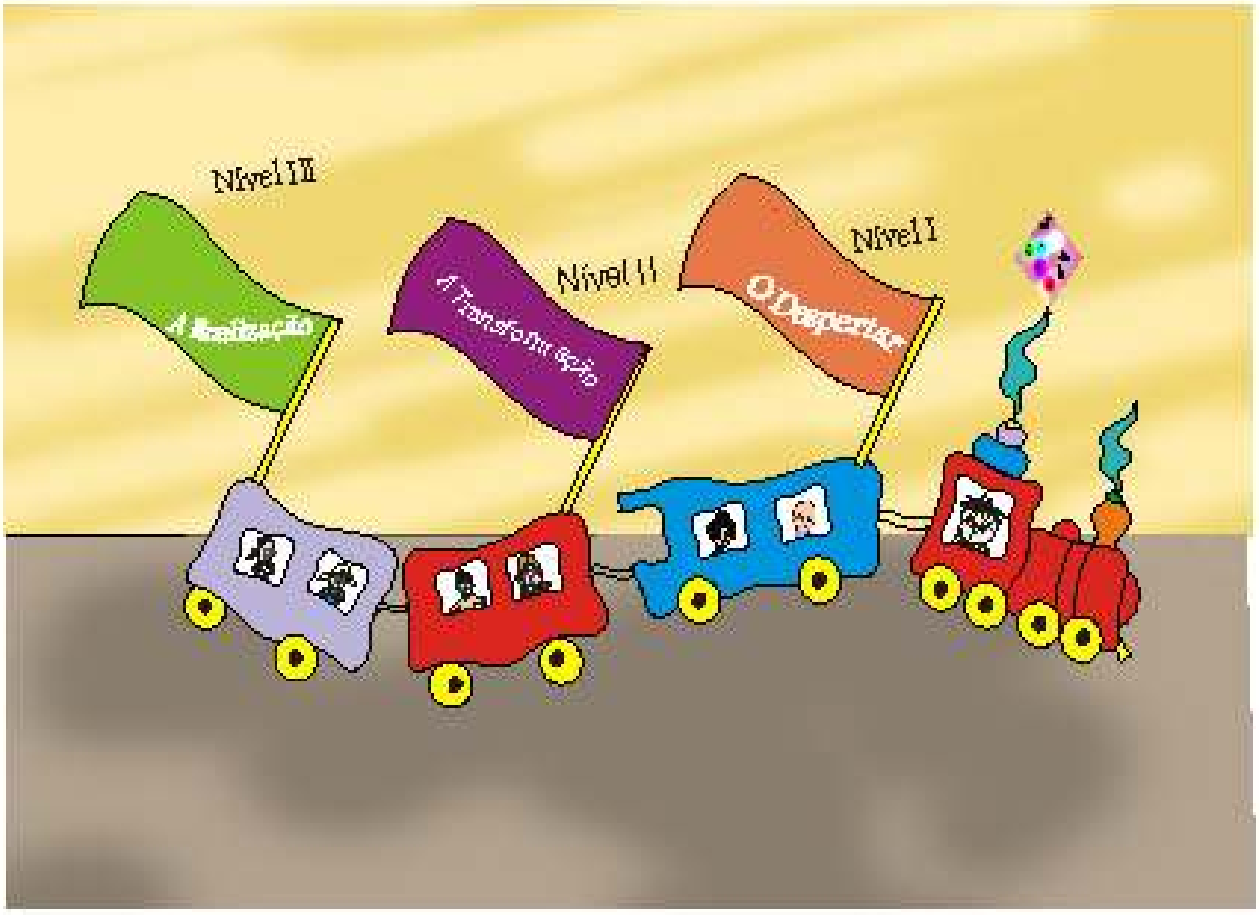
Mikao estava realizado. Sentia-se vitorioso e começou a descer pela montanha, quando tropeçou em uma pedra, machucando o dedo do pé. Sentiu muita dor e viu que sangrava. Ao mesmo tempo, refletiu sobre o que acabara de aprender. Impôs, então, suas mãos sobre o dedo machucado que parou de doer e sangrar. Surpreso, percebeu que acontecia um milagre da Energia Reiki. Aliás, dois milagres, porque, o primeiro, foi ter ficado vinte e um dias em jejum, sentindo-se muito bem, sem fome, pleno, saudável e, o segundo, a cura instantânea de seu dedo. Muitos outros milagres ainda aconteceriam...



Esta é a história que queria contar a vocês. Mikao alcançou o seu objetivo. Agora, desejava muito encontrar aquele seu aluno que o questionara sobre as curas de Jesus e o mais importante: poderia curar através de suas mãos, exatamente como Jesus curou.



A partir daí, nosso querido Mestre Mikao trabalhou junto a pessoas necessitadas e também viajou, espalhando ao mundo todo esse conhecimento sobre a energia Reiki.



Espero que tenham gostado da história do nosso Mestre Mikao.
Vocês também, após receberem a iniciação Reiki, poderão curar:
a si mesmos, ao próximo, aos animais e a toda a natureza.
Porém, antes de terminarmos nossa história, Mikao, faz um pedido, em especial, a toda gente grande:
"aprendam com as crianças e guardem no coração
o ser criança."





Chugiro Hayashi e Hawayo Takata

Na divulgação do Reiki, dois Mestres foram muito importantes e levaram adiante os ensinos de Mikao Usui: Chugiro Hayashi e Hawayo Takata

Chugiro Hayashi

Chujiro conheceu Mikao através de suas palestras e entusiasmou-se por sua palavra, quando explicava como curar através do Reiki, com a simples imposição de mãos.

Foi então que desejou receber uma iniciação Reiki.

Acompanhou Mikao em muitas viagens e, juntos, visitaram muitas regiões do país, podendo presenciar diversas curas que os deixavam cada vez mais felizes por terem encontrado essa energia radiante.

Algum tempo depois, Hayashi fundou uma clínica em Tóquio, onde as pessoas recebiam a terapia e aprendiam Reiki.

Hawayo Takata

Takata era simples, curiosa como uma criança, estudava muito, questionava tudo e explorava novas idéias. Possuidora de grande intuição, dedicou sua vida ao Reiki.

Foi Hawayo Takata quem trouxe o Reiki para o Ocidente. E graças a ela podemos receber toda essa bênção de energia.





Vamos cantar a História de Mikao Usui ?

C Dm
Mikao saiu por aí,
G C
ao Monte Kurama foi meditar,
A7 Dm
vinte um dias se passaram,
G7 C
só então avistou.

Dm
Um lindo arco-íris,
G7 C
bolhas iluminadas,
A7 Dm
cores de tantos matizes,
G C
trazendo alegria e sabedoria.

Dm
Mikao, Mikao Usui,
G7 C
deixa chamar-te menino
A7 Dm
e conta pro meu coração,
G C
esta tão linda viagem.

Dm
Um lindo arco-íris,
G7 C
bolhas iluminadas,
A7 Dm
cores de tantos matizes,
G7 C
trazendo alegria e sabedoria.

Dm
Mikao, Mikao Usui
G7 C
conta pro meu coração.

Tenho certeza que Mikao recebe nossa homenagem com alegria e aceita que o chamemos de menino, porque dentro de cada um de nós, gente grande ou pequena, existe uma criança, a qual devemos conservar em nossos corações, afinal de contas, é muito bom ser criança!



Galeria de Arte
Fotografias
Nossos Mestres[3]

Mikao Usui

NOSSOS MESTRES



MESTRE MIKAO USUI



MESTRE CHUJIRO HAYASHI



MESTRE HAWAYO TAKATA

Fotos autorizadas pelo Mestre:
Johnny De'Carli

Chu

Fonte:
3. CARLI, Johnny De'. *REIKI A Terapia do 3° Milênio*. 4ª ed. São Paulo: Madras, 2003. p. 37, 70, 74. (sob autorização do autor)



Sugestões de Atividades

Essas duas primeiras atividades permitirão que a criança, brincando, possa memorizar, com alegria, a vida de Mikao Usui.

Pintando

Vamos pintar a vida de Mikao Usui?

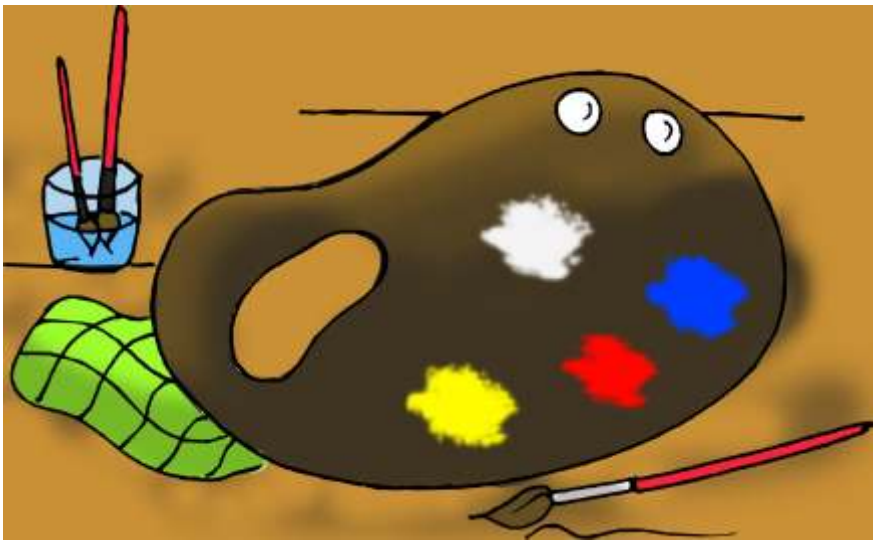
Para essa atividade vamos precisar de:
Uma folha de papel kraft para estender no chão,
tintas guache, pincéis, pedaços de panos.
Coloque um fundo musical, música new age.

Esse trabalho deverá ser realizado em conjunto, podendo ser em pequenos grupos ou todos juntos.
Considerando que, normalmente, quando terminam o trabalho de pintura, cada um, ao contar o que pintou, já está criando uma estória, sugiro que a atividade a seguir possa ser:

Brincar de contar estórias

Quem gostaria de contar a história da Vida de Mikao Usui?

Cada um irá contar um pedacinho da história de Mikao e, o Mestre de Reiki poderá escrever o que está sendo narrado.





Lanche

Vamos preparar uma mesa diferente, como se fosse um piquenique? Estenda uma toalha no chão, copos, guardanapos, talheres e peça para cada um que coloque o seu lanche no centro da toalha, socializando-o com seus amigos. Todos são convidados a sentarem-se ao redor da toalha. Esse é um momento inesquecível para as crianças e o mais importante é que, enquanto fazem o lanche, poderão conversar, trocar idéias e até cantar.



As crianças poderão sugerir um lanche diferente para o próximo encontro.

Segundo Encontro com as Crianças
Macro e Micro Cosmos

O universo, a terra e o homem



Conforme estudiosos, nosso Universo surgiu há bilhões de anos, de uma grande explosão - o Big Bang - ou, quem sabe, de um som: o “OM” - mantra divino, o som de Deus.
A terra, nossa mãe, tem cerca de 5 bilhões de anos. Devemos respeitá-la, cuidá-la, abraçá-la, pois dela depende nossa sobrevivência.

A terra é nossa mãe.
Ensinem as crianças a amar e respeitar a terra.



São Francisco de Assis

O homem é filho da terra.
Francisco de Assis deixou-nos a mensagem que
devemos amar e respeitar a terra,
tratando tudo o que nela existe como a um irmão:



Irmão sol,
Irmã lua e as estrelas,
Irmão vento,
Irmã água,
Irmão fogo.
Nossos irmãos, os animais e
toda a natureza.



A Terra, rodando como um pião

Moramos num grande globo, que é a terra.
Do mesmo modo que o sol e as estrelas, a terra é também um corpo celeste que viaja no espaço.
E o céu é o espaço que nos envolve.
Ao se mover no espaço, a terra vai rodando,
alegre sobre si mesma como um pião.



Você já admirou o céu numa noite estrelada?
JÁ viu uma lua cheia muito iluminada?
Pensou alguma vez em partir num foguete para conhecê-la mais de perto? Você iria, pois, ver a terra como um globo iluminado pelo sol e girando ao redor dele.



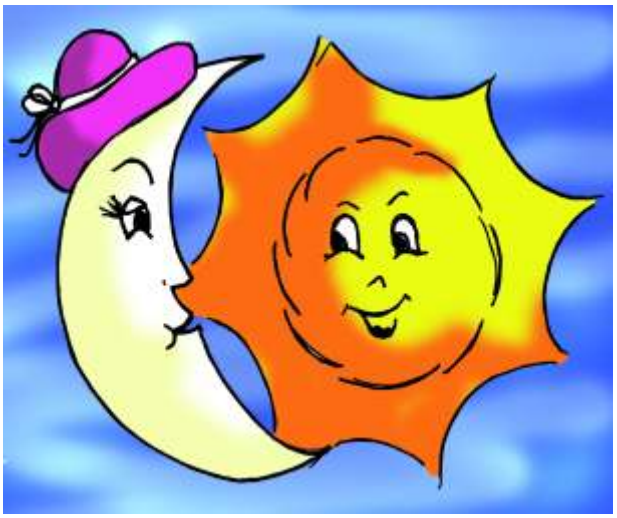


Energia

G D7
Tudo é energia,
G
Calor e frio,
D7
O sol dourado,
G
A lua tão linda.

C D7
O rio que canta,
G Em
A terra que acolhe,
Am
Reiki energia
D7 G
Radiante de luz.

C D
Luz do arco-íris,
G Em
Sete raios de amor,
Am D7
Que brilham e cantam
G
Trazendo vitória.
C G
Reiki,
D7 G
Reiki.





Sugestões de Atividades

Atividades com argila

Essa atividade permitirá que a criança tenha
contato com a energia da terra.

Usar toalhas úmidas para a limpeza, pequenas vasilhas com água.
Sentar-se todos no chão em um círculo.
Cada um segura um pedaço de argila.
Pedir que fechem os olhos, sintam a argila nas mãos,
respirem profundamente, entrem em harmonia com o barro.
Juntem tudo, formando uma bola.
Modifiquem a bola e façam um boneco.
Ou quem sabe uma cobrinha?
A inventar, a criar...
abram os olhos e observem.

Após essa etapa, o grupo deverá criar com o barro uma paisagem coletiva.
Conversar sobre o trabalho e sobre as possibilidades do barro como:
parte integrante do Universo,
a casa do João de Barro,
a olaria,
o tijolo,
o trabalho do homem
na construção de sua casa,



Valorizar o amor à natureza, à vida, ao nascimento, à criação.



Mandala



Permita-se mergulhar no universo com uma grande Mandala criada por Deus.
Forma geométrica, perfeita, sagrada.
Um ponto ao centro e ao redor tudo quanto existe.

Vamos enviar o nosso amor ao coração da terra cantando?

Música: Mandala

E
Minha mandala
F#m
de cristal,
B7
sol central,
E
Deus em mim.

C#m
Minha mandala,

meu mundo,
F#m
flor de lótus.

A
Sou feliz,
B7
sou feliz,
E
sou feliz.



Reciclar é amor



Conscientizar a criança da importância da reciclagem do lixo.

Não esqueça que um Reikiano deverá reciclar o lixo.

Em nossa casa vamos ajudar mamãe e papai e guardar o lixo limpo.

Quando reciclamos o lixo estamos saneando o ambiente e evitando doenças.

As mãos que espalham a energia Reiki, deverão limpar e proteger esse ambiente. Por isso, não podemos permitir que potes, garrafas pet e outros, vão parar nos esgotos, provocando enxurradas e poluindo as águas.

Antoine Laurent Lavoisier, químico francês, disse: "Na natureza, nada se cria, nada se perde, tudo se transforma"

Por que não aproveitar o lixo limpo e criar muitas coisas para brincarmos? Vejamos, por exemplo:

- Revistas velhas e jormais: recortar, fazer mosaicos.
- Folhas secas: colagens e pinturas as mais diversas.
- Copos plásticos: franjas, espirais, bonecos .
- Sacos de papel: máscaras e brincar de teatro.

Ainda podemos aproveitar sementes, pedrinhas, casca de ovo, tampinhas, caixas de fósforos e outros .

Ou ainda, se preferir, apenas recicle o lixo limpo, depositando nos containers espalhados em toda a parte, não esquecendo que muitas pessoas sobrevivem da cultura do lixo.

Devemos, também, reciclar sentimentos como a mágoa, a raiva e outros.

Químico francês. Introdutor da química moderna



Shanti, shanti, shanti
Paz na terra



E **A**
Junto ao coração
E
de Deus-pai-mãe
B7 E
recebo amor, recebo amor.

A
Levo esse amor
C#m
ao coração da terra,
F#m B7
ao coração da terra,
E
ao coração da terra.

A E
Terra abençoada,
A B7 E
Shanti, Shanti, Shanti.
A E
No mar golfinhos que brincam
C#m F#m B7
e pulam e encantam
E
e cantam também.

A B7 E
No céu pássaros que voam,
B7 E
levando o amor,

paz à natureza
A E
e à humanidade
B7 E
Shanti, shanti, shanti...



Sugestões de Atividades

Cultivando nossas plantinhas

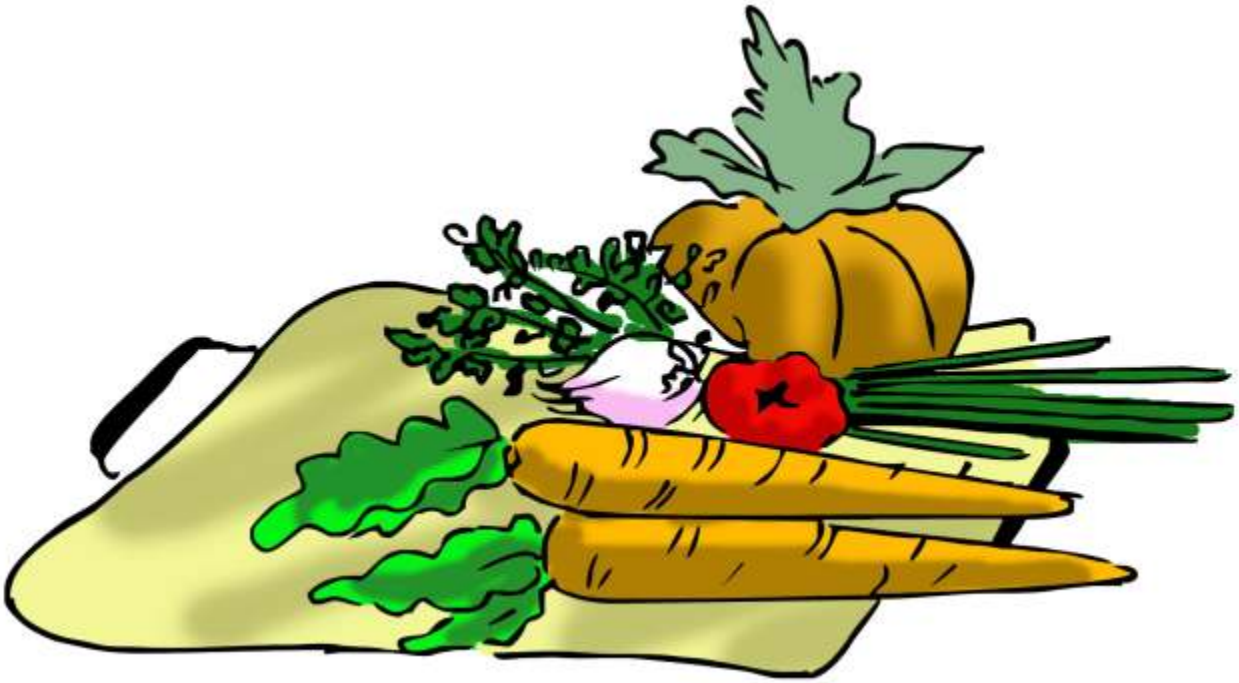
Em pequenos vasinhos com terra, você semeará algumas plantinhas. Poderão ser sementes de flores, verduras, feijão, milho.
Se preferir, poderá usar um algodão úmido dentro de um copinho.
Não esqueça que, para as plantinhas nascerem, elas necessitam de terra, água, luz e calor.



Alimentação

Lembre-se é muito importante cuidar da alimentação.

As frutas e os legumes possuem vitaminas e sais minerais, colaborando para que sejamos fortes e saudáveis.
No nosso corpo existem milhares de células que precisam viver em harmonia.
Alimentar-se corretamente, com moderação e escolher alimentos que nos tragam a energia da natureza beneficiarão as células permitindo que tenhamos saúde.







Vamos cor o.
Lembre-se
"Conhece-

Nosso corpo possui uma porção de partes vivas, inteligentes que trabalham por nós, para que sejamos fortes e tenhamos saúde.

Nele estão contidos milhares de células que precisam ser tratadas com atenção, amor e respeito a fim de que possam viver em harmonia.

Quando alguma parte do nosso corpo sente dor, são elas que pedem socorro.

Por isso precisamos conversar com nossas células e agradecer.

Elas nos escutam e, humildes, obedecem.

O nosso corpo inspira o ar da atmosfera e traz para dentro o oxigênio.

Bombeia e transporta líquidos, assim como os serviços de água das cidades.

Para que não venhamos a adoecer e para que exista a cura, é preciso que todos cultivemos em nossos corações muita harmonia, paz, amor a si próprio, ao próximo e a toda a natureza.

É nessa sintonia com a natureza que receberemos sua energia através do sol, da lua, das estrelas, da terra, das árvores, dos rios, dos mares e do ar que respiramos, entrando pelo alto de nossa cabeça e se distribuindo por todo o nosso corpo, ou melhor, por todos os nossos corpos. Nós temos mais de um corpo e aqueles mais conhecidos são o espiritual, o mental, o emocional e o físico.

Quando educamos o pensamento nossas emoções se aquietam e o nosso físico é saudável.

Sua Mente deve absorver sempre personagens positivos: amor, paz, alegria.

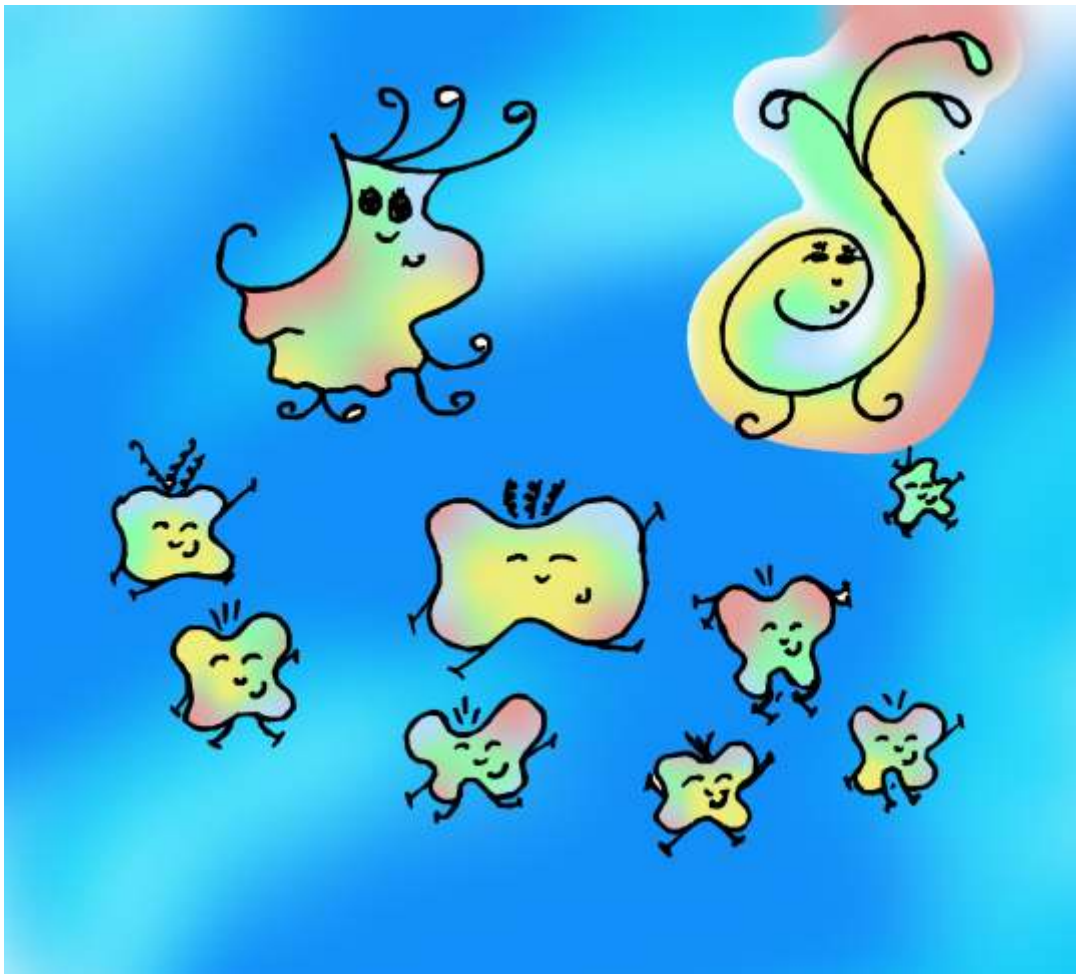
Você é o motorista de seu corpo, sua vida!
Seja um bom motorista para que não ocorra acidentes
consigo mesmo e com os outros.



Vamos cantar

Música: Acordai Células

E A
Vamos acordar lindas células,
B7 E
acordai, acordai, acordai,
B7
porque eu sou, eu sou, eu sou,
E
sou amor e sabedoria.
A
Despertai, despertai, mente externa,
B7 E
para receber,
A E
toda luz que vem da Fonte
A E
e está em nós.



A Importância da Respiração

Lembre-se de respirar, profundamente, sempre que preciso, em qualquer situação.

Ao caminhar, estudar, diante do computador, ao sentir dor ou nos momentos que desejar entrar em contato com seus amigos espirituais, anjos guardiões, Mestres de Reiki ou o Cosmos em geral, exercite a respiração.

O Yôga ensina-nos essa técnica, com sabedoria.

Meditação

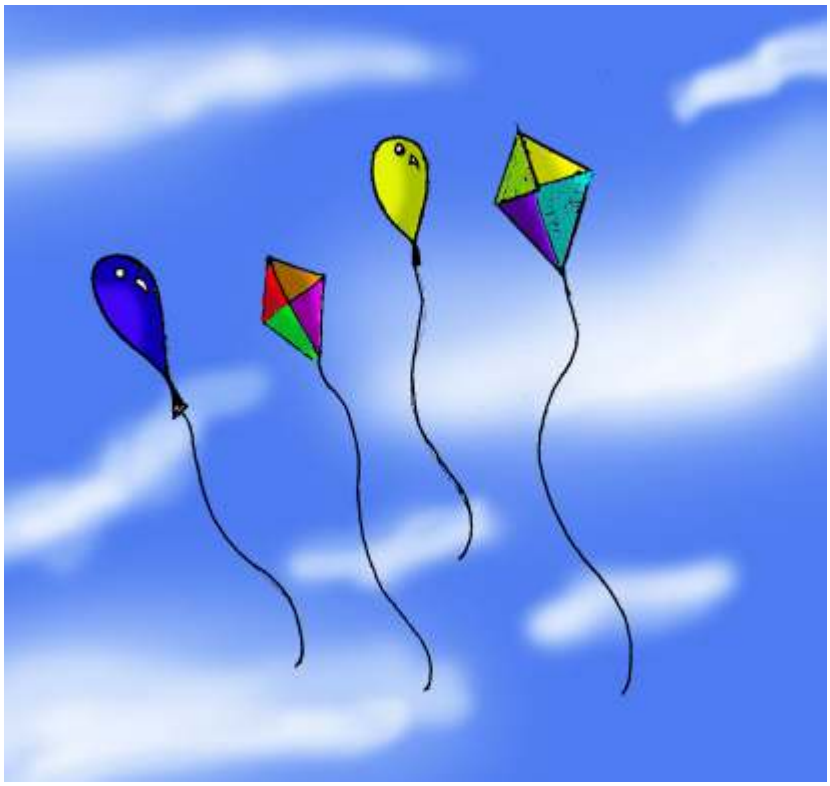
Imagine um lindo amanhecer. O sol está brilhante e gostoso.
Você passeia por um jardim, tudo é beleza e alegria ao seu redor.
Uma flor chama sua atenção, você vai até ela
inspirando e expirando o seu perfume.
Ah! como é gostoso o perfume da flor!
Como pode uma pequenina flor trazer-lhe tanto bem estar?
A flor pede a você que, assim como se exercitou para sentir seu perfume, aperfeiçoe sua respiração.
Através da respiração, você conseguirá ser uno com Deus e, nesse momento em que você esvazia a mente, poderá sentir uma chuvinha radiante da energia que flui, flui, flui e desce, desce, desce para seu coração...
Agora está na hora de acordar, abra seus olhos, espreguice seus braços, espiche e estique o seu corpo.
Volte para o aqui, agora ...

Conte-nos como foi sua vivência?
Conseguiu visualizar a flor?
Que flor você visualizou?
Vamos desenhar sua flor?



Pipas e Cata-ventos

Conscientizar a criança da importância do ar e da respiração para purificação da mente e do corpo.
Convidando o vento para brincar conosco, vamos construir muitas pipas e
cata-ventos para soltá-los no ar?



Desenho realizado por João Pedro Lopes Andrade 11 anos

Veja como a pipa dança no ar...

Observe a energia da pipa.

Nada mais encantador do que fazermos os nossos próprios brinquedos!
Que bom que é criar!



Terceiro Encontro com as Crianças
O que é o Reiki





Desenho realizado por João Pedro Lopes Andrade 11 anos

Quando preenchemos nossas ações de amor nossas mãozinhas ficam assim.

O que é o Reiki ?

Reiki é uma palavra japonesa.

Rei é a energia que vem do universo, ela está em todos os lugares.

Ki é a energia que está dentro de nós, do nosso corpo, do nosso coração.

É o Macro e o Micro Cosmos que nos faz unos com Deus.

Reiki é o encontro da energia **Rei** mais **Ki,** uma que vem do universo, a outra, de nós.

O Reiki tem o poder de curar as pessoas, os animais, os vegetais e tudo o que existe. É uma energia que pode ser aplicada em nós mesmos e em outras pessoas, transformando a tristeza em alegria, o choro em riso, a dor em saúde.

Você pode aplicar em você, em outra pessoa e também mandar à distância.

A energia do Reiki age somente para o bem e a nossa felicidade.

Não machuca, não dá choques e não dói. É uma energia inteligente.

Muitas vezes sentimos uma dor de cabeça e não sabemos o porquê, mas a energia Reiki sabe... Ela segue o caminho da dor de cabeça e vai lá onde tudo começou, buscando o porquê, a causa da dor... por isso o Reiki é causal.

Mas, para que essa energia flua, basta que busquemos em nossos corações serenidade amor e façamos a imposição de nossas mãos sobre os nossos chakras.

Chakras ! ... Quantas palavras estranhas !!! Afinal o que são chakras?

Antes, porém, de explicar sobre o assunto, vamos apresentar-lhes um personagem.



Este é o menino Chakrinha.



Menino Chakrinha nos diz que:

Chakras

São centros energéticos, redondos que se localizam em nosso corpo, pequenos redemoinhos como os lindos cata-ventos com que tanto gostamos de brincar.

Temos milhares situados por todo o nosso corpo sendo sete os mais importantes, localizados da base da coluna ao alto da cabeça.

Eles absorvem a energia que vem do universo, alimentando com muita luz e paz o nosso ser. Possuem as cores do arco-iris, do espectro solar e, também, estão relacionados com as notas musicais.

O som dos chakras é um mantra e poderá ser repetido três vezes ou múltiplos de três. Ele é um reflexo da Criação de Deus. Talvez por isso, a música exerça tanta influência para nós e seja tão importante.





Chakras
Cadência divina do nosso ser

Como vimos, são sete notas musicais, sete sons e sete chakras principais:

Dó - chakra básico, o homem, o reino, a terra. Seu som o Lam.

Ré, Mi - São notas intermediárias, seus chakras, umbilical e plexo solar. Produzem força vital, estimulando o corpo físico (sangue, ar e todos os órgãos do corpo).Trabalham na busca da energia para vitalizar nossa força interior, força de vontade e realização de projetos.

Fá - o amor, chakra cardíaco, som yam. É no coração que nasce a elevação às esferas celestes.

Sol - chakra Laríngeo, comunicação, criatividade, força de expressão. Funciona como uma passagem de luz que liga o plano físico ao espiritual.

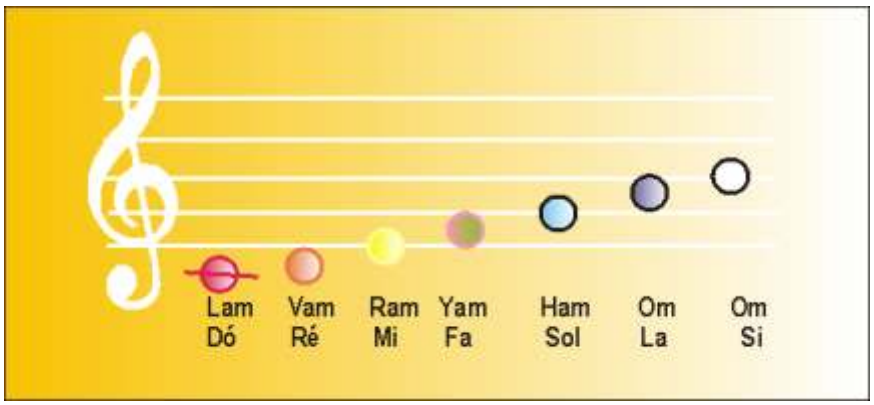
Lá - intuição, chakra frontal, a suprema força de Deus, a Divindade de nosso Pai e Criador, seu som é o OM.

Si - espiritualidade, chakra coronário. Não conhecemos o som desse chakra, porém, sabemos que o OM é o som de Deus então, concluímos que:

Uma vez que a música pede resolução, continuemos a entoar o OM na altura da nota Si.

Esse é o som de Deus, dos Mestres de Luz e, nessa crescente escala, estaremos concluindo a cadência Divina de nosso ser.

Sete notas musicais e o som dos Chakras



Essa Técnica vocal proporcionará a criança reconhecer, o som das notas musicais e dos Chakras.

Menino Chakrinha convidá-nos para
criar outros exercícios,
trabalhando respiração e técnicas vocais.



Nos sítios, nas fazendas, nas chácaras, ainda podemos ver os moinhos de vento, ou o "cata-vento", com que tanto gostamos de brincar.

Ele é impulsionado pela força do vento. Através desta força pode moer grãos e gerar eletricidade.

Os moinhos de vento economizam energia elétrica, pois o vento que os faz girar não cobra pelo seu trabalho, já que é um presente de Deus.

O significado do cata-vento é o brincar. A sociedade formada por gente grande, esquece a importância do brincar. Ela é fundamental para que possamos transformar e criar um mundo melhor, com prazer, alegria e amor.

Aqui começamos a perceber a importância do Reiki em nossas vidas, pois, quando utilizamos sua energia, nossos chakras e todo o nosso ser ficam harmonizados brilhantes, coloridos, límpidos, trazendo-nos uma influência maravilhosa de saúde, alegria e paz.

Música: Cata-vento

E B
Cata-vento gira, gira pelo vento,
E
vou brincar contigo agora pelo vento,
E7 A
a voar o meu cabelo pelo vento,
E
como o cata-vento
B E F
sou feliz pelo vento

F C7
Cata-vento gira, gira pelo vento,
F
vou brincar contigo agora pelo vento,
Bb
a voar o meu cabelo pelo vento,
F
como o cata-vento
C7 F
sou feliz pelo vento,
C7 F
sou feliz pelo vento,

Sugestões de Atividades

Proporcionar as crianças o contato com a natureza, ouvir seus sons, apreciar sua beleza, cantar, dançar.

Conhecer alguns instrumentos musicais, perceber seus diferentes timbres ou, quem sabe assistir uma orquestra a tocar ?



Reiki Ciência Sagrada

O Reiki não é religião, mas uma ciência, de ordem sagrada, em que a espiritualidade é natural e espontânea.

Puro em sua essência, o simples desenhar dos símbolos e a imposição de mãos bastam para que a energia se faça. Porém, quando numa atitude de entrega, juntamos ao Reiki a Prece e a Meditação, nossa sintonia e intuição se tornam mais claras, a paz nos envolve de uma forma linda, cheia de, amor, leveza e harmonia.

Por isso, quando aplicar o Reiki, abra o seu coração com esse sentimento de amor incondicional, amor com compaixão. Faça uma prece, converse com seus Mestres pedindo aquilo que você mais necessita no momento e não esqueça de criar o seu Mantra.

Mas o que é Mantra?

Mantra é uma pequena frase afirmativa.

Vejamos alguns exemplos de mantras:

Sou feliz!
Sou saudável!
Sou inteligente!
Sou estudioso. Minhas notas são maravilhosas!

O Reiki é assim: simples, forte, inteligente, sábio, belo e pleno de amor.

São três os seus níveis:

Nivel I - Físico - O Despertar
Nivel II - Mental - A Transformação
Nivel III - Espiritual - A Realização



Reiki - Nível I

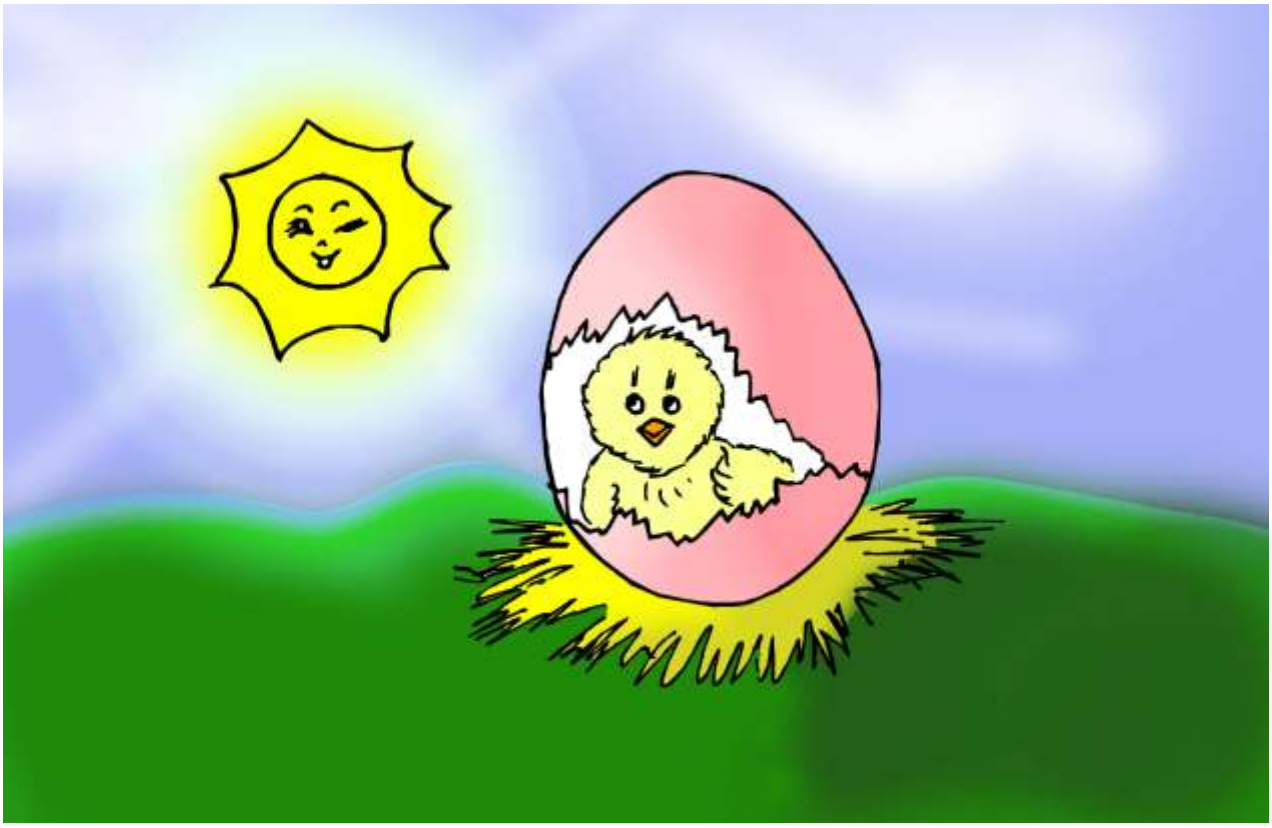
O Despertar

Minha gente pequena, com a iniciação do Reiki - nível I, vocês dão um passo gigante para o“Despertar”. Esse despertar é diferente do que estão acostumados: adormecer, no anoitecer e acordar, ao amanhecer.

É ter a consciência de que estão aqui nesta terra para brincar, dançar, cantar, viver alegremente. Mas, além disso, fazer a sua parte: no estudar e em tudo o que for de sua responsabilidade. Hoje você desperta porque Deus possui um plano original para a sua vida e você o descobrirá, olhando lá dentro do seu coração.

A energia do Reiki, Nível I irá beneficiar o seu corpo físico.

Na Iniciação Reiki, Nível I, você receberá de seu Mestre de Reiki um símbolo, que se chama Choku Rei. Sua cor é o violeta. Esse símbolo será colocado em suas mãos e, a partir daí, você poderá aplicar-se Reiki.







A Transformação
Reiki Nível II



ível é o nível da Transformação.
Ele trata suas emoções e seus pensamentos.

Quando educamos os pensamentos nossos sentimentos se modificam e podemos ser mais felizes.

Assim como a lagarta que se transforma numa linda borboleta, você também irá transformar a sua vida. A Energia do Reiki nível II transforma as suas mágoas, tristezas, desânimos em coragem, alegria, e força de vontade, fazendo com que tudo se modifique para melhor.

Na iniciação Reiki nível II, voce receberá mais dois símbolos: Hon Sha Ze Sho Nen e Sei He Ki. Sua cores são, respectivamente, azul e verde. Com esses símbolos, mais o Choku Rei, além de você auto aplicar-se Reiki, poderá também mandar essa energia a distância: para seus amiguinhos, aos animais, as plantas e toda a humanidade.





Nível III



O Reiki Nível III é o nivel da Realização. Ele favorece o seu campo espiritual. Você se torna um Mestre de você mesmo, um pequeno Mestre de Amor que, embora a pouca idade com a iniciação de nível III, aprenderá a auto conhecer-se. Aos poucos, você ficará admirado com você mesmo e tudo aquilo de que é capaz. Com essa iniciação você receberá mais um símbolo, o Dai Koo Myo e ainda, muito mais energia. A cor do Dai Koo Myo é o branco.

O Mestrado
Nível IV

Esse Nível é para aqueles que desejam ensinar sobre o Reiki. Você irá decidir se fará todos os níveis. Quanto mais dedicar-se maior será a soma recebida dessa energia cósmica.



Prece



Antes de aplicar o Reiki faça uma prece!!!
Você sabia que a prece age comos se fosse
um telefone?
O seu pensamento faz assim:
trimmm... trimmm... trimmm...
O som da sua voz entra pelo fio do telefone,
transformando-se em eletricidade e, um Mestre
chamado Mikao atende no outro lado da linha,
dizendo: alô ! Você responderá:
Olá querido Mestre Mikao, estou querendo
conversar com você...
e um lindo bate papo acontecerá.
Assim acontece quando queremos conversar com Deus,
nosso anjo da guarda, nossos amigos espirituais ou,
quem sabe, com a natureza, com as árvores, o mar,
as estrelas, por que não?
Nesse momento, através do seu pensamento
e do seu sentimento, você realizará uma conexão
com o Universo porque o amor
falará mais alto em seu coração...



Cinco Princípios

Mikao Usui criou cinco princípios para o Reiki que são:

No dia de hoje:
Abandone a raiva
Abandone as preocupações
Agradeça suas bênçãos
Estude de verdade, seja honesto com você
Seja gentil com todos os seres vivos.

Medite sobre os cinco princípios ensinados por Mikao

Vamos cantar os Cinco Princípios ?

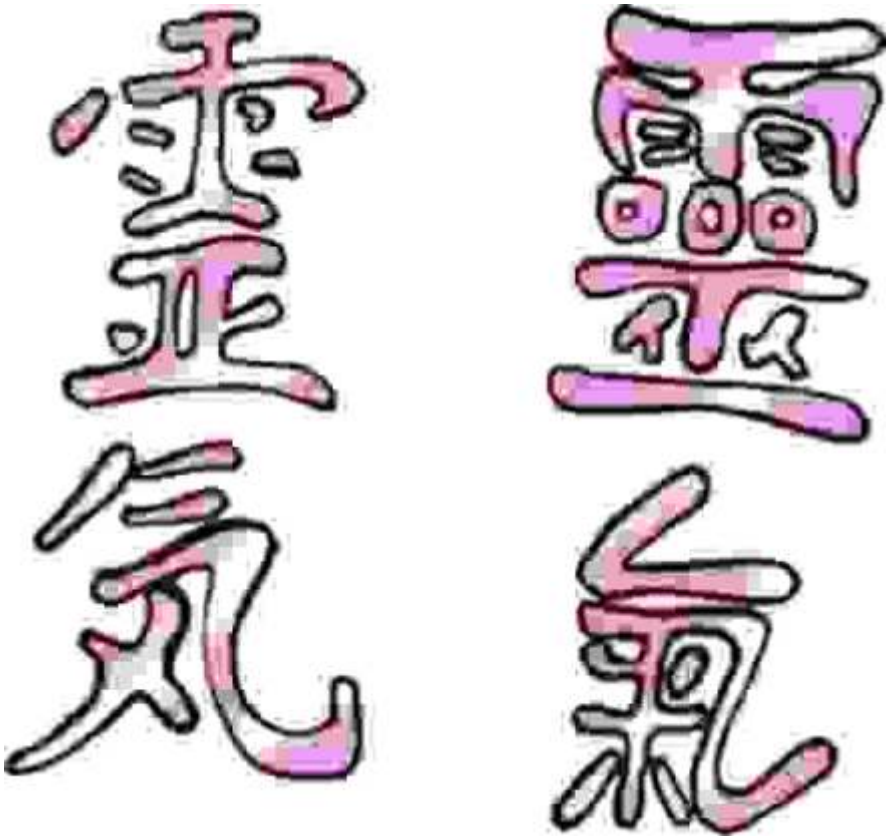
Música: Cinco Princípios

E
No dia de hoje
A E
por que zangar-se assim?
B7
No dia de hoje
E
Por que preocupações?

No dia de hoje
A E
Agradeça as bênçãos
A B7 E
E estude muito, seja honesto com você.
B7 E
No dia de hoje seja gentil, gentil...
A B7 E
Com todas as criaturas do universo...



Ideograma Reiki



Ideograma é uma escrita, em forma de desenho, que vem do Japão e exprime uma idéia.
A palavra Reiki significa:

[4]Chuva maravilhosa que dá a vida.

Chuvinha de luz que vem lá das nuvens e que, quando se encontra com a terra, transforma-se em

paz, amor e alegria.

Tudo isso é energia.

Fonte:
[4] DE'CARLI, Johnny. *Reiki Universal. Sistema Usui,Tibetano,Osho e Kahuna*. 6ª ed. São Paulo: Madras. p. 41.

A cor e o Símbolo do Reiki
O Bambu

O Reiki tem uma cor simbólica que é o verde.
O verde da natureza, das árvores, da mata.
Seu símbolo é o bambu.
O Bambu é resistente ao vento,
simples na sua forma,
flexível e forte.



Linhagem Reiki

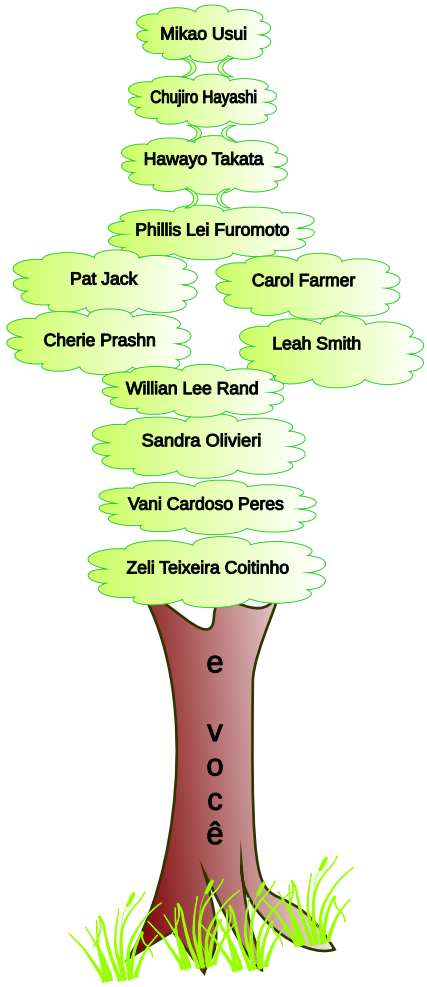
Para utilizarmos a energia Reiki, precisamos nos conectar com o Universo e com Deus e, para isso, necessitamos que um Mestre de Reiki abra-nos esse caminho.

Esse Mestre também já foi iniciado por um outro Mestre.

No Reiki existe uma linhagem, como se fosse uma árvore cheia de ramos. Em cada ramo há um Mestre.

Esse Mestre habilitado já adquiriu toda essa energia da qual falamos e pode passá-la a vocês através de suas mãos.

Temos em nossas mãos chakras, que, com a iniciação do Reiki, adquirem mais energia para que possamos mandá-la a nós mesmos, a outras pessoas, animais ou as plantas.

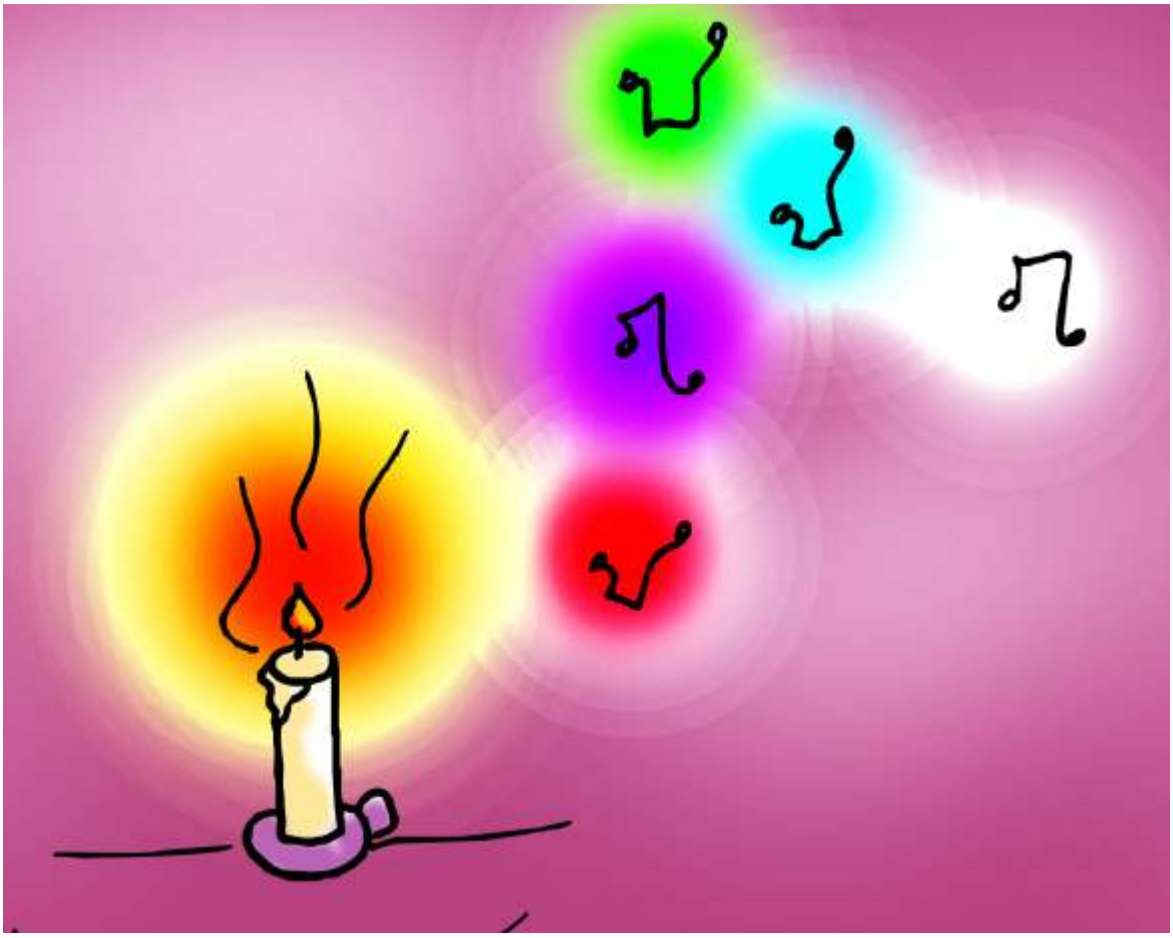




Ambiente para a aplicação de Reiki

Antes de aplicarmos o Reiki, é importante: preparar e organizar um ambiente tranqüilo; ouvir uma música suave com sons da natureza; fazer um exercício de respiração; orar aos seus anjos da guarda, aos Mestres; escolher um mantra e, abrir o coração para o amor.

Dentro do possível vamos nos organizar, para que a sintonia com os Mestres e o Universo ocorra da melhor forma possível. Mas, se faltar condições ou tempo para deixarmos esse ambiente conforme gostaríamos, vamos aplicar o Reiki mesmo assim. O importante é a nossa intenção.



Meditação Gruta de Cistal

Dentro de nós existe um lindo lugar. Vamos chamá-lo de Gruta de Cristal? Nele se encontra muitas flores, fontes de água pura e cristalina, um bosque verde com muitas árvores onde podemos sonhar, brincar, correr, convidar nossos amigos e todas as pessoas que amamos muito para conviver e participar conosco.

Vamos conhecer esse lugar? Afinal, onde será que ele se encontra?

Perceba o ritmo de sua respiração, profunda e lenta, num vai e vem. Ela é o seu guia e lhe levará até a Gruta de Cristal.

Nossa Gruta de Cristal, brilha como o sol, nos aquece, toda em festa. Tanto amor, tanta paz nesse lugar, tantas flores na paisagem com cascatas a dançar, bem ai dentro do seu ***coração*** *!*

Para ver a Gruta de Cristal precisamos abrir a porta do coração.

Agora, silenciosamente, abram os olhos e observem o seu corpo. Como você está se sentindo? O que significou a gruta de cristal para você? Como foi o seu passeio? Gostaria de contar-nos?



Vamos cantar
Música: Gruta de Cristal

E B7
Nossa Gruta de Cristal
E
brilha em cores a cantar.
B7
Toda em festa,
A E
tanto amor, tanta paz.
B7
Tantas flores na paisagem
E
e cascatas a dançar,
A B7 E
bem aqui dentro do meu coração.

Saint'Exupery autor do livro"O Pequeno Príncipe" diz: "O essencial é invisível aos olhos".
Nossa dica é para que você leia "O Pequeno Príncipe" você vai aprender e divertir-se muito.



Quarto Encontro com as Crianças

Iniciação Reiki



Sinta, nesse momento, a presença de Deus !!!



Auto Aplicação Reiki

E então, pronto para essa viagem maravilhosa da "aplicação do Reiki"?

Nesse momento, perceba dentro do seu coração, uma chuvinha, radiante, de energia, que flui, flui, e flui.

É a energia Reiki, por isso, estenda suas mãos ao Universo, em forma de duas pequenas conchas e peça a Deus que essa chuvinha de luz desça, desça, desça dentro delas.

Sinta suas mãos aquecidas por essa luz e leve-as sobre os seus olhos. Esta é a primeira posição Reiki, ela clareia seus olhos e ilumina seu chakra frontal.

Espere um pouco, sinta esse calor, perceba-o.

Leve suas mãos para a lateral de meu rosto, os polegares deverão se posicionar atrás das orelhas. Esta é a segunda posição da cabeça.

Aguardando alguns minutos, fique envolvido nessa luz.

Conduza suas mãos até a nuca, sinta-as descansadas.

É como se o universo lhe embalasse.

Agora, toque suavemente no chakra da comunicação, sinta-se leve e em paz.

Terminadas as quatro posições da cabeça, vá para a primeira posição da frente do corpo.

Na altura do coração, seu chakra cardíaco, como um cristal rosa, se ilumina, levando luz para todo o seu ser.

Agora suas mãos caminham até a altura de seu estômago, junto ao chakra do plexo solar. Esse plexo possui sua cor amarela radiante e lhe traz grande energia.

Na altura de sua cintura, encontra-se seu chakra umbilical, de cor alaranjada. Todos os órgãos abdominais que ficam nessa região estão sendo energizados.

Após, localize suas mãos um pouco abaixo do umbigo, abençoe seu chakra básico. Ele possui uma cor vermelha, brilhante e transparente...

Sua cabeça e a frente de seu corpo, estão energizados.

Passemos para as costas. Leve suas mãos sobre seus ombros, descansando-as e sinta a beleza dessa energia.

Sempre aguardar alguns minutos. Não se esqueça e vá para a segunda posição de suas costas, na altura do coração.

Aguarde.

Leve suas mãos até a altura de sua cintura, aguarde alguns minutos e depois, localize-as na base da coluna.

Ainda falta a posição dos pés.

Vá até eles.

Como é bom tocar em nossos pés!

Nossos pés estão em contato direto com a mãe terra.

Neles encontramos muitos chakras.

Em seguida, ergua suas mãos, assopre-as.

Com esse sopro você transmutará tudo em Paz.

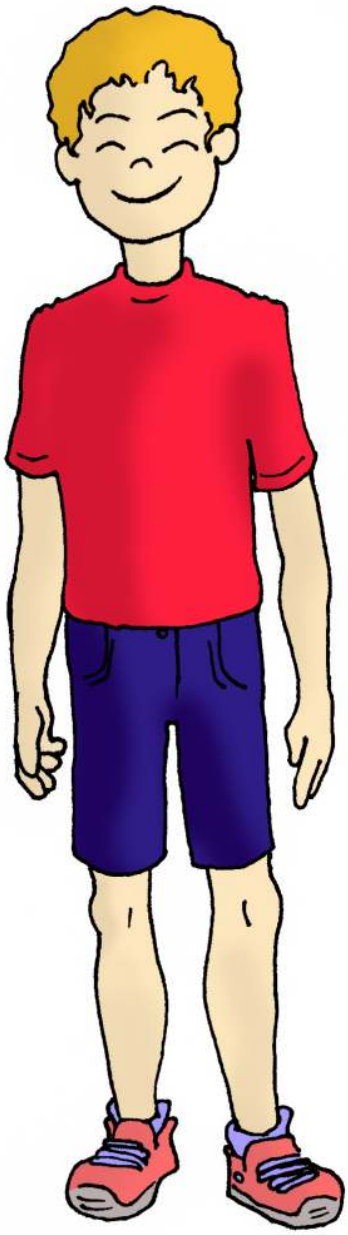
Agora traga suas mãos para junto ao seu coração.

Agradeça a Deus, aos Mestres de Reiki e a todo o Cosmos a benção desse momento.

Quando desejar, solicite a presença da chuvinha, radiante Reiki, na palma de suas mãos e ela se fará presente, ajudando-o, em qualquer situação que necessite.



Posições para Aplicação do Reiki



Cabeça



Frente



Costas



Pés





Vinte e Um Dias

Lembram do calendário que Mikao Usuy formou, com vinte e uma pedrinhas, para não se perder no tempo, enquanto meditava?

Vocês também deverão formar um calendário, nos vinte e um dias que se seguem, após a iniciação Reiki. Nesse período, vocês irão passar por um processo de limpeza e purificação. Por isso deverão cuidar da alimentação, de seus pensamentos para que sejam alegres e cheios de amor. Abram a porta do coração aos seus Anjos de Guarda e aos Mestres, para que a energia Reiki desça, desça, desça radiante de amor em todo o seu ser.



Sugestões de Atividades
Meditação
Pensamento



Feche os olhos e imagine que:

[5].***Você está catando estrelinhas no céu. Você cata uma estrela, cata duas, cata três, vai juntando.***

- Ih! Esta aqui está bem perto de mim!
- Você olha, lá longe!
- Você pega a estrela grande. Que pesada!
- Agora, você enfeita seu coleguinha, com as estrelas.
- Coloca nas mãos, nos pés...
- Coloca estrelas no cabelo dele.
- Ih! seu amiguinho está brilhando tanto que parece um sol...
- Você escuta uma música. Tão suave ! Muito suave !
- Você dança, dança muito. É bom dançar !
- Você vai parando de dançar, vai parando, até parar. [5]

Você se dá conta que, as estrelinhas encheram seu coleguinha de amor e paz. Você e seu amiguinho estão trocando uma energia, é a energia do do amor, que vem do pensamento e do coração de vocês.

Podem abrir os olhos e digam o que sentiram.

Aquilo que pensamos, nós criamos. Quando educamos nossos pensamentos, nossos sentimentos também se modificam, nos tornamos mais calmos e seremos.

Fonte:
5. LOPES, Aladyr Santos. *Educação Artística Jogos Dramáticos. Rio de Janeiro:* Plurart, 2ª Edição, pág 93, 1982.



Aplicação de Reiki nos animais e nas plantas



Assim como nós, os animais também sofrem de distúrbios físicos e desarmonias. É nessa hora que o Reiki é um poderosíssimo remédio, que os acalma e trata. Nesse momento podemos doar-lhes o nosso amor e carinho. Além dos animais, as plantas também devem receber a energia Reiki.

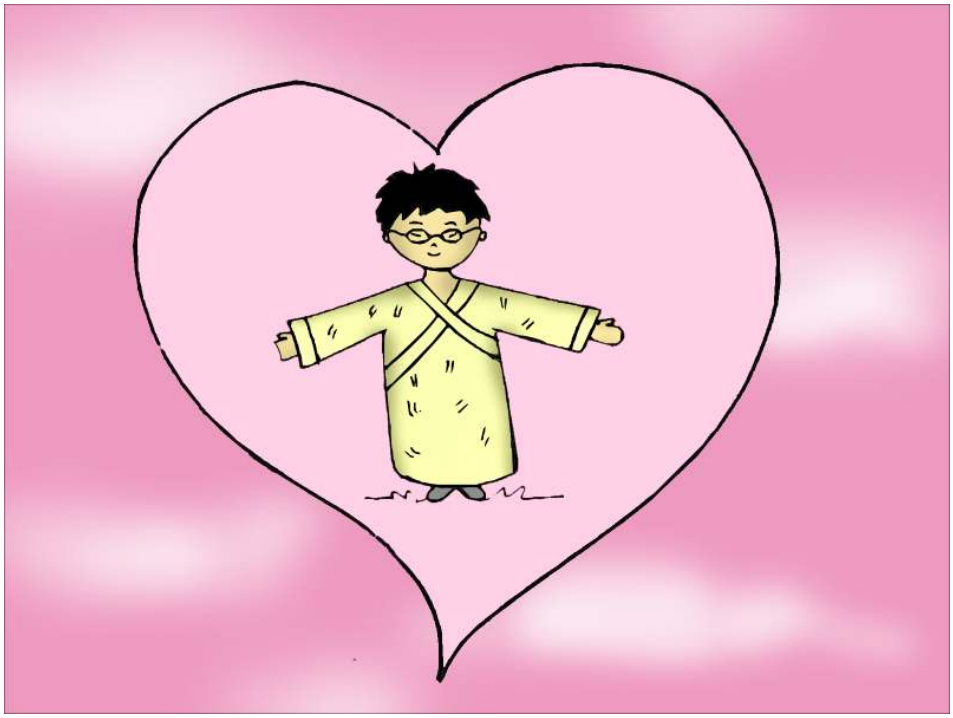
A natureza e o universo nos emocionam, pois manifestam sua força e amor desde o interior de nossa mãe terra. Observem a semente como se transforma! Dela vem a relva, as árvore, os frutos, as matas e as florestas.

Você sabia que algumas árvores transpiram grande capacidade de água por dia, proporcionando sombra, abrigo e alimento para a humanidade? Reduzem a poeira, embelezam o ambiente e ainda nos dão a sua paz.

Quando enviamos Reiki, toda a natureza nos responde através de sua energia. É muito importante, no entanto, frisar que o Reiki é um grande auxílio, mas não substitui o Médico Clínico para o ser humano, o Veterinário para os animais, o Agrônomo e o Botânico para as plantas assim como outros profissionais da área da saúde.

Sugestões de Atividades:
Cantar a música Shanti Paz na Terra (p. 44)





Pequeno Mestre de amor

E F#m
Mikao, menino Mikao,
B7 E
Dê luz, menino Mikao,
F#m
Ensina-me a ser
B7 E
Um pequeno Mestre de amor.

F#m
Hoje, gente pequena,
B7 E
Estenda-me sua mão

F#m
Quero aprender
B7
e, amanhã,
E
ser um Mestre de luz...



Encerramento

Enfim, estamos chegando ao término deste livro, não sem antes pedir a Deus e a Energia Universal que abençoe nossos propósitos.

Espero ter conseguido levar de forma simples, sugestões para facilitar o trabalho de todos aqueles que abrem seu coração à criança e desejam sinceramente um mundo melhor.

Criança é assim:

Pura, espontânea, livre,
surpreende-nos a cada instante, fazendo-nos
rir, assustar, chorar, cantar.
É muito bom participar de suas vidas.
Desejo que ao receberem as Iniciações
como pequenos Reikianos,
eles sintam o calor e o amor do Mestre que os acolhe.
Vamos com elas vivenciar, suas alegrias e expectativas
numa constante troca e aprendizado em meio
a tantas surpresas, e a festa natural que sua presença
nos proporciona. Coisas de criança! Só elas sabem porque!

Desejo-lhes um trabalho gratificante e prazeroso e,
em seu caminho, muita *Paz!*

Zeli

E-mail para contato:
gentepequena.reiki@gmail.com



Bibliografias e Sugestões para Leitura

ALMEIDA, Zélia. MEIRELLES, Maria de Lourdes. *Coleção Brincar e Aprender. Atividades de Linguagem*. Manual do Mestre. Belo Horizonte: Vigília, 1984.

ALMEIDA, Zélia. MEIRELLES, Maria de Lourdes. *Coleção Brincar e Aprender. Atividades de Matemática*. Manual do Mestre. Belo Horizonte: Vigília,1984.

BASSANO, Mary. *A cura pela Música e pela Cor*. São Paulo: Cultrix,1999.

CAMBRAIA, Terezinha Nardelli, *Ciências para Crianças*. Belo Horizonte: Vigilia,1972.

COELHO, Maria Josefina Rodrigues. SANTOS, Manoel de Souza. *Comunidade Criativa*, São Paulo: Edições Paulinas, 1986.

DE'CARLI, Johnny. *Reiki Universal*. São Paulo: Madras, 2001.

DE'CARLI, Johnny. *Reiki A terapia do Terceiro Milênio*. São Paulo: Madras, 2003.

DE'CARLI, Johnny. *Reiki para as crianças*. São Paulo: Madras, 2004.

DISNEY, Walt. *Como Funciona o Telefone*. Mickey sabe porque. Abril Jovem

EXUPERRY, Saint Antoine. *O Pequeno Príncipe. São Paulo:* ed.Agir.

FERREIRA, Idalina Ladeira. CALDAS, Sarah P. Souza. *Atividades na pré-escola. S*ão Paulo: Saraiva, 1989.

FREIRE,Madalena. *A Paixão de Conhecer o Mundo*. Relato de uma professora. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1983.

LOPES, Aladyr Santos. *Jogos Dramáticos.* Rio de Janeiro: Plurart, 1982.

LOWENFELD, Viktor. *A Criança e sua Arte*. São Paulo: Ed. Mestre Jou, 1977.

OSHO, *O Livro da Criança*. [tradução Ma Bodhi Lidia].São Paulo: Ícone, 2001.

VECCHIO, Egidio. *Índigos As Crianças da Nova Era*. Porto Alegre: Potencial Print, 2004.

VECCHIO, Egidio. *Índigos Fantasias e Segredos*. Porto Alegre: Gráfica Ferreira, 2005.

VECCHIO. Egidio. *Reiki para Crianças*. Editora Escala.SP

NOGUEIRA,CelsoJ.S.Crianças Índigo e Cristal. Disponível em: www.kryonbrasil.com Acessado em 8/7/2007



Este CD acompanha o livro **Trabalhando a Energia Reiki com as Crianças** e não pode ser vendido separadamente.

Faixas Páginas das Músicas

01 A Criança Interior 14
02 Anjo da Guarda 16
03 A História de Mikao Usui 33
04 Energia 40
05 Mandala 42
06 Shanti - Paz na Terra 44
07 Acordai Células.....48
08 Sete notas musicais e o som dos chakras - (Pequena Técnica Vocal).....54
09 Cata-vento.....55
10 Cinco Princípios.....60
11 Gruta de Cristal 65
12 Pequeno Mestre de Amor.....72





Trabalhando a Energia Reiki
com as Crianças

CD
acompanha o livro

Trabalhando a Energia Reiki com as crianças

Livro indicado aos Mestres de Reiki, Pais, Avós e Educadores em geral.

Realizado por levar em conta a enorme sensibilidade de nossas crianças e o desejo de receberem a Iniciação Reiki.

Oferece a capacitação, para receber a Iniciação de Reiki a partir dos sete anos de idade, colaborando para o desenvolvimento da criança de forma integral.

Para não sobrecarregar, didaticamente, divido este trabalho em quatro encontros:

- Vida de Mikao Usui;
- Macro e Micro cosmos;
- Reiki e
- Iniciação.

Para as aulas do Mestre, foi criado um CD de músicas.

A você que o lê e deseja trabalhar com nossos pequenos, tenho certeza de que enriquecerá seus encontros co-criando-os junto aos Mestres da terra e do espaço, numa constante troca de experiências.