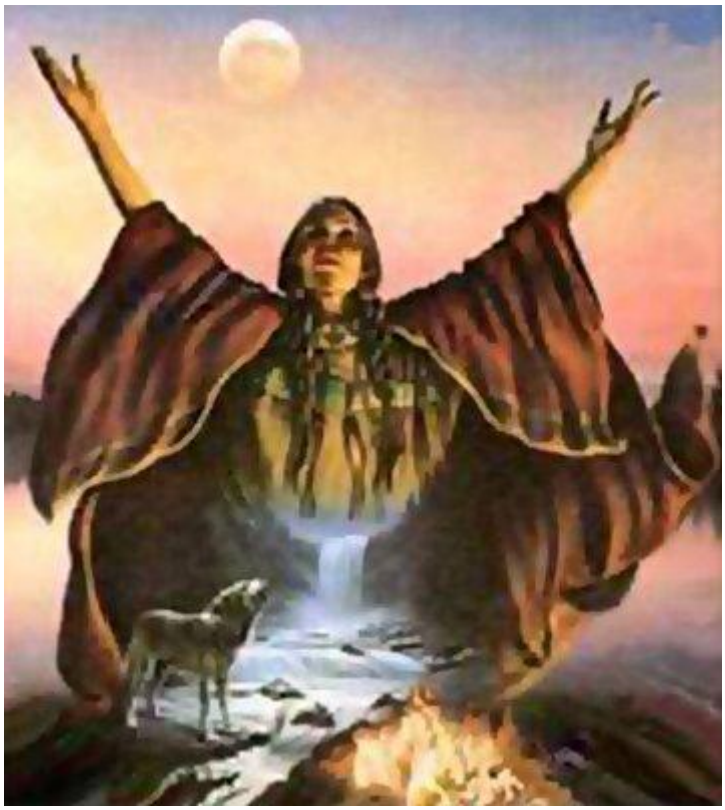


CURSO de Reiki Xamânico

MA´HEO´O

XAMANISMO CHEYENNE

Mestra Leilane Castro

SHAMAN MA´HEO´O

Contato: (22) 8151-2284

Email: tratamentoadistancia@yahoo.com.br

Apostila do Curso de Reiki Xamânico Ma´heo´o



Xamanismo Cheyenne

Facilitadora Leilane Castro

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

UM PROGRAMA DE CRESCIMENTO, EVOLUÇÃO E CURA ESPIRITUAL

Ma'heo'o Reiki não implica no abandono da medicina tradicional, mas sim para o seu complemento.

Praticantes de Ma'heo'o Reiki não diagnosticam ou prescrevem nenhuma substância ou garantem a cura com o tratamento.

Ma'heo'o Reiki é oferecido como uma prática e tratamento energético e espiritual.

Sistema Xamânico MA´HEO´O - REIKI

Este manual foi atualizado no início de 2005 e é um compêndio das versões mais

recentes dos manuais de Ma'heo'o Reiki. Esta edição do manual deve ser usada para a instrução de estudantes de Ma'heo'o Reiki.

Professores podem incluir informações adicionais em suas aulas se acharem pertinentes, mas cada aluno deve receber a cópia deste manual na sua íntegra e inalterada.

Como estudar este manual:

É sempre recomendado estudar em um local calmo e confortável.
. Solicitar a iniciação número I quando se iniciar os estudos de Ma'heo'o Reiki, seguido pela sintonização número II entre 24-48 horas depois.
. Estude as técnicas e teorias na ordem em que são apresentadas.
. Pratique cada técnica ou exercício até você se familiarizar com ela, e então continue seus estudos.
. Pratique tratamentos diariamente. Você pode estudar como desejar, mas se você não praticar a aplicação dos tratamentos e se sentir confortável com o trabalho da energia, todos os seus conhecimentos serão desnecessários.
. Beba muita água: isto promove o aumento do fluxo de energia e libera as toxinas do corpo.
. Mantenha distância do álcool, drogas, cafeína pelo período mínimo de uma semana após qualquer iniciação.
. Retire suas jóias para iniciar um tratamento. Alguns metais conduzem energia.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

. Solicite a iniciação número III quando tiver dominado completamente as técnicas dadas este manual.

. Complete todas as perguntas e testes do caderno que está no final e envie para seu Mestre.

Este manual deve ser usado em conjunto com o estudo e iniciações necessárias de Ma'heo'o Reiki ministrados por um Mestre.

A TRIBO DO ARCO-ÍRIS:

"Quando a terra estiver em declínio e os animais morrendo, uma nova tribo de pessoas deverá surgir de dentro da terra, das muitas cores, classes, credos e que por suas ações, tornarão o mundo novamente verde. Eles serão conhecidos como os Guerreiros do Arco-Íris".

Antiga Profecia Nativo-Americana

Capítulo 1: O que o Ma'heo'o Reiki ensina

Ma'heo'o significa Grande Espírito, Grande Uno ou Deus. A palavra Ma'heo'o é Cheyenne, uma língua nativo-americana. Este sistema de energia trabalha com a combinação dos elementos da Terra, Ar, Água e Fogo com o Grande Espírito para ativar efetivamente e promover a cura para diversas situações. É um sistema simples mas poderoso e que pode ser usado por qualquer um.

Existem seis símbolos que são incorporados a esse sistema de cura.

Os quatro primeiros representam os elementos e possibilitam a conexão com o canal de energia da Mãe Terra; Combinado e ativado pelo Grande Espírito, se torna um sistema muito poderoso, promovendo grande habilidade na canalização de energia, usando as cores e luzes para a cura, a inteligência superior, aterrando, promovendo calma, paz e relaxamento. Este sistema combina a sutileza do Reiki com a força do poder dos elementos da Terra.

Ma'heo'o Reiki pode levar ao contato com os seus totens, a conhecer o seu nome sagrado e a balancear seu corpo com os cinco elementos da Terra.

Existem três sintonizações no Ma'heo'o Reiki.

As duas primeiras são para habilitar e melhorar a conexão e a percepção dos elementos através da Mãe Terra. Os símbolos não somente trazem harmonia com os elementos da Mãe

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Terra, mas eles permitem uma harmonia entre os elementos com as condições pertinentes a condição do homem.

A terceira é a iniciação do Mestre que o conecta ao Grande Espírito, habilitando você a trabalhar com poder da Terra e do Espírito para promover a luz, trazendo cura para o interior.

Ma'heo'o Reiki é uma nova forma de Reiki que não é exclusivamente baseada em técnicas tibetanas ou sânscritas, mas praticamente em uma abordagem baseada nas técnicas de cura da Terra.

Ma'heo'o Reiki é um sistema completo por si só, mas é comparável ao Reiki tradicional pelo fato dos dois sistemas empregam o uso de símbolos e técnicas específicas. Ambos também usam sintonizações energéticas como um meio de se transmitir a energia do mestre ao discípulo.

O Reiki, no Japão, é um termo genérico usado para descrever muitos tipos de cura e trabalhos espirituais.

Não é exclusivamente para designar o sistema Usui de Reiki. O Reiki é usado, no nome deste sistema, para indicar um sistema de cura espiritual baseado em técnicas centradas na Terra para trazer a realização divina a todos.

Ma'heo'o Reiki é baseado em técnicas que eu aprendi, com a ajuda de meus guias, para promover uma cura maior e aumentar o fluxo de energia através dos seres humanos. As técnicas descritas aqui irão habilitá-lo a ser Um com a Mãe Terra e o Grande Espírito. Através deste manual você aprenderá algo sobre a história da cura, a espiritualidade nativa e como controlar corretamente o ciclo de energia através do seu corpo. Usando este sistema, você estará habilitado a curar espiritualmente todos os seres vivos: humanos, animais, plantas, água, insetos, ambiente, universo, etc.

Não existem pré-requisitos para se aprender Ma'heo'o Reiki. Pode ser ensinado a qualquer um, até mesmo às crianças. Ensinando a aquietar a mente, e criando um local sagrado dentro de você para suas práticas irão lhe propiciar uma habilidade de criar seu próprio estilo de trabalho com a energia e em sua prática espiritual. As iniciações e/ou seções de Ma'heo'o Reiki não são designadas para ajudar você a se livrar das circunstâncias negativas da sua vida diária, se você deseja remover seus problemas, você deve encará-los de frente, para então você conseguir superá-los e eles virarão passado, e você poderá seguir em frente. Então você poderá ver a força espiritual que reside em seu interior.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Existem muitas expressões culturais que descrevem a habilidade dos seres humanos em se alinhar com a força que permeia todas as coisas. É fantasticamente especial, permeia a tudo ao mesmo tempo. Esta habilidade está dentro de todos nós.

Ma'heo'o Reiki combina coerentemente os ensinamentos do Reiki com as técnicas xamânicas dos nativos de nossa Terra. É focalizado na restauração do equilíbrio entre todos os elementos naturais dentro de nossos corpos para com a Mãe Terra e o Grande Espírito. Combinando e equilibrando as energias da Mãe Terra e do Grande Espírito, nós nos tornamos mais claros, mais equilibrados, aterrados e canais centralizados por onde o Reiki irá fluir.

Seguindo os ensinamentos da roda medicinal, cada elemento da Terra (Fogo, Terra, Ar e Água) é associado a uma cor, a uma estação da Terra, uma característica pessoal e a um período do dia.

A roda medicinal é o caminho sagrado da vida. Pode nos levar ao caminho do amor, da compaixão, da generosidade, da paciência, da liberdade, da justiça, da humildade, do respeito, da coragem e de muitos outros maravilhosos atributos. A Roda da Medicina é a filosofia da abundância infinita onde tudo deve ser criado através do contato com o Espírito e o Grande Mistério.

Os ancestrais profetizavam que as pessoas se afastariam do Caminho Sagrado e viveriam muitas desgraças. Muitas se tornariam doentes do coração e as pessoas acabariam esquecendo de seu poder. Perderiam a habilidade de sonhar sonhos ou ter visões. Teriam que começar a lutar entre si por quaisquer motivos e esqueceriam como sobreviver em suas próprias terras.

Mesmo que muitos desses fatos ocorrerem atualmente, o Caminho Sagrado não foi perdido. O conhecimento de sua localização sempre foi cuidadosamente guardado e preservado dentro dos corações e mentes dos sábios anciãos. E também era dito que chegaria um dia em que as pessoas iriam reavivar e procurar novamente o Caminho Sagrado. Isto parece estar acontecendo através do mundo, então a urgência começa a emergir. Por isso o amor, dedicado às almas dos anciãos e mestres mantiveram esse conhecimento para no momento de necessidade, o Caminho Sagrado ser ensinado novamente. Praticando as técnicas ensinadas dentro do curso de Ma'heo'o Reiki é um meio de você retomar o seu caminho espiritual. Existem muitas maneiras de você se comunicar com os Anciãos e Mestres do Caminho Sagrado. Mais e mais deles estão se tornando acessíveis ao mundo agora.

Existem três tipos de Mestres e o acesso a eles da forma correta para você, virá de acordo com sua intenção e o desejo do seu coração. Existem Mestres que ainda vivem em culturas indígenas e têm um contato muito pequeno com o mundo moderno, ou quase nenhum. Outros

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

são os verdadeiros Caçadores-do-Conhecimento ou Caçadores-de-Segredos que possuem as chaves espirituais para os mistérios da vida e que foram passados através das eras.

Outros ainda são os que estão presentes para compartilhar seu conhecimento neste momento. A maioria destes Mestres passou boa parte de suas vidas aprendendo e estão capacitados e têm a permissão de compartilhar o seu conhecimento agora. Estes Mestres estão trabalhando na fundação da conexão que irá preencher a lacuna entre os ensinamentos Ancestrais e o mundo moderno. O último tipo de Mestres que iremos discutir aqui são os Espíritos Mestres. São os espíritos de todos os Mestres que se foram antes de nós. Eles estão guiando quem busca uma resposta dentro de si. São os mantenedores da teia da vida e que os levam às informações certas, no momento certo, para nosso crescimento espiritual e progresso. Muitos mestres irão compartilhar conhecimentos espirituais com você, você só precisa enxergá-los.

Nós estamos dizendo que estamos vivendo em um momento de grande transformação e balanceamento para retornarmos à Unidade que éramos. Todo o nosso universo presente funciona à base da polaridade (masculino-feminino, positivo-negativo, luzescuridão, etc) e é aí que está a grande transformação que se sente hoje. Estes aspectos opostos do ser e do universo não são necessariamente bons ou ruins, eles simplesmente são. Nós não podemos ter um sem ter o outro. E você perceberá que algumas de suas "más qualidades" poderão lhe cair bem, enquanto outras "boas qualidades" poderão ser suas barreiras.

Este é um dos ensinamentos do Ma'heo'o Reiki, balancear, o equilíbrio entre os aspectos positivos e os negativos do ser são muito importantes, então devemos expandir nossas consciências e tornar este mecanismo consciente. Ma'heo'o Reiki nos ensina a viver em equilíbrio e harmonia com tudo ao nosso redor e a trazer esta energia para nosso sistema áurico.

Encontro-me
No Caminho Sagrado
Ao centro da Terra
Acompanhado pelas pessoas,
Vendo a tribo
Reunida à minha volta
----Lamedeer----
(Seekers of visions de John Fire Lamedeer & Richard Eros Pizos)

Para a saúde de nossas pessoas, planeta, Mãe Terra, é muito importante para todos nós desbloquearmos nossas habilidades mais profundas de comunicação para que nós possamos nos lembrar o antigo conhecimento, e criar novas tradições de equilíbrio e magia para nosso mundo

atual. As palavras e técnicas presentes aqui objetivam a intenção de ajudá-lo a entender sua hereditariedade, sentir mais perto o mundo natural que o envolve e aprender meios de se comunicar mais claramente consigo mesmo. Todos nós temos um renascimento para edescobrir. O mundo precisa de nós para tentar.

Eu gostaria de agradecer e expressar minha gratidão ao Benjamin e The Spiritual Elders por me escolher como mensageira deste maravilhoso sistema de cura. O poema que se segue é dedicado a ele.

Dentro da luz

Vários períodos de reação
De área a área, cor a cor.
A transformação do tempo em luz.

Mestres ascensos nos ensinam durante nossa vida
Guiando-nos com seus propósitos
De nos fazer lembrar que nós viemos para termos
Nosso próprio corpo de luz.

Memórias, como as ondas no mar
Flutuando através do inconsciente,
Esperando serem vistas.

Corpos purificados e sons da mente
São necessários para a interação com nossos guias.
Lembrando que não é uma tarefa fácil
Assim como o corpo físico foi feito para nos mascarar.

Através da luz seguimos com confusão,
Fora da luz nós saímos com a verdade,
Nossa fusão mente e corpo.

Confie e veja através de seus guias,
Que são todas as lições e o completo amor necessários para sobreviver,
Leve essa mensagem e compartilhe seu significado com seus contemporâneos.
Sheryl R. Carter

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Capítulo 2: A Importância da Tradição Oral

As tradições orais contêm informações culturais sobre o passado, cuidadosamente preservadas e passadas de geração a geração.

Os xamãs ou povos tribais sofreram por gerações por causa de suas crenças e técnicas de cura. O resultado é que o conhecimento ancestral tem sido queimado, destruído e substituído, deixando o visionário dos dias modernos sem mapas ou guias para as profundezas da terra, o qual nossos ancestrais conheciam muito bem. Além disso, as culturas xamânicas foram descritas pelos primeiros antropólogos como pessoas que não tinham um contexto espiritual ou que seus meios de crença, embora com significado e essência, havia se perdido após a "descoberta".

Antes de a linguagem escrita ser desenvolvida e gravada, tornando-se muito comum, as informações importantes eram transmitidas de pessoa para pessoa através das palavras pronunciadas. Leis e rituais eram compartilhados desta maneira otimizada quando os eventos e folclore das culturas. Em algumas delas a rica tradição oral era tão entrelaçada que a maior parte de sua linguagem falada se tornou um com os conhecimentos antigos que antes compartilhavam. As informações eram compartilhadas em forma de estórias, músicas e poesia, cada uma contendo uma informação específica que quem as contava ensinava como era importante e então compartilhava com os outros.

Tem sido muito debatido a precisão e a confiabilidade das histórias orais. De qualquer modo, muitas das histórias sobre eventos ancestrais têm sido passadas fielmente através das eras com pouquíssimas alterações (as mudanças que são notadas foram feitas para relacionar se eventos da época em que elas têm sido segmentadas). Isto pode ser visto em Ilíada, um poema baseado na batalha de Tróia, a qual foi passada como uma história oral durante oito séculos até ser registrada e escrita por Pisitratos. As evidências factuais de Ilíada foram parcialmente validadas em 1870 quando Heinrich Schliemann descobriu as ruínas da cidade em que foi a cidade, referência do poema.

As tradições orais tinham os caminhos para os melhores lugares para se buscar comida, onde encontrar abrigo, onde eram os melhores lugares para plantar e construir seus lares. As pessoas traçaram suas árvores genealógicas através da tradição oral; eles compartilhavam suas vidas com as outras pessoas ao recitar estórias* de eventos que aconteceram durante sua vida e trocavam receitas, métodos para obter vestimentas e muito mais. As histórias* vêm sido usadas através do tempo para recontar eventos importantes, da vida mundana, lições importantes, relevâncias espirituais e a cultura de muitas pessoas.

Todos os Direitos Reservados – http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

** Histórias são reais e estórias são lendas ou adaptações romanceadas para se contar uma situação.*

As pessoas estão redescobrindo o prazer no ato de contar histórias.

Ouvir e contar histórias são experiências íntimas entre o contador e o ouvinte, se nós olharmos além deste conceito e tomar como exemplo algumas das tradições orais aqui, nós poderemos enxergar isto como uma experiência mágica. No Havaí as crenças ancestrais foram codificadas dentro de sua linguagem e a palavra Aloha é a palavra que eles usam para amor. Também é a palavra que eles usam como olá e tchau. Alo é para se tornar face a face com outro, Há é a respiração, a Fonte Espiritual do contador sendo compartilhada com o ouvinte.

No mundo antigo, passar as informações através de palavras pronunciadas era muito importante. Memorização era o melhor meio de educação. Antes, os estudantes eram treinados para terem memória fotográfica, para memorizar todas as palavras que eles ouvissem e saberem discernirem com precisão. Em um mundo onde somente as pessoas mais ricas recebiam uma educação que incluía leitura e escrita, a habilidade de memorização com precisão era altamente importante e extremamente necessária. As tradições orais podem ser separadas dentro das seguintes categorias: Lendas, mitos, lendas folclóricas e memórias. Memórias são as lendas das experiências pessoais ou que são encontradas no espírito do mundo.

Um relato sobre uma visão espiritual/mística pode ser um bom exemplo.

Folclore são estórias que nos dão lições sociais ou morais ou aquelas somente por distração, mas não são verdadeiras e têm personagens fictícios. A estória infantil da Cinderela é um exemplo. Uma lenda é um relato de um evento que aconteceu em um local isolado. Eles são importantes para ligar as pessoas à Terra. A lenda do Sleepy Hollow é um bom exemplo. As lendas podem ser sobre um passado recente ou distante e sempre estão ligadas à cultura. Os mitos são estórias que contam sobre a origem das coisas. Mitos normalmente têm influência na forma e idéias das tradições que já são mortas.

O Reiki era uma tradição oral no Ocidente sem nenhum registro escrito de sua história até 1982, cerca de 44 anos após ter sido trazido do Japão pela Sra. Hawayo Takata.

Após a Segunda Grande Guerra Mundial a Sra. Takata era a única mestra Reiki no mundo, então qualquer um que quisesse aprender, teria que ser através dela. Ela começou a treinar mestres em Reiki em 1970 e começou a encarar problemas pelo mundo acerca das condições de seus treinos, pois ela ensinava de uma maneira restrita e muito complexamente estruturada. Os alunos não eram autorizados a tomar notas ou usarem gravadores. Os alunos

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

eram instruídos para praticar exatamente como a Sra. Takata os ensinava, sem exceção. Experimentando com notas ou diferentes técnicas, a pessoa era excluída do grupo. Ela instruía seus mestres para ensinar exatamente como foi ensinado a eles, e que seus alunos só poderiam fazer todos os seus estudos somente com um mestre. Este seguimento de pensamento foi passado de mestre a mestre, limitando as informações aos alunos.

Capítulo 3: Espiritualidade Xamânica

A literatura popular nos diz que "sama" foi uma palavra ritualística Siberiana que deu origem à palavra "saman", uma palavra sânscrita que significa exaltado ou extasiado. Ainda outra versão nos conta como no Ocidente já não havia mais palavra semelhante para esta prática, a palavra "shaman" foi incorporada ao Inglês a partir do Russo, aproximadamente em 1700.

Muitas pessoas hoje em dia acreditam que a crença na natureza e o mundo tribal dos xamãs, são para as outras pessoas, e não para eles. Na mente de muita gente, este mundo de magia e equilíbrio com a natureza e a energia universal não faz nenhum sentido. Pela visão do mundo xamânico, essas pessoas, estão vivendo em um modo de vida que os levará somente à morte.

Por milhares de anos, nossos ancestrais viveram em pequenos grupos espalhados pela Natureza. Os xamãs começaram a aparecer somente agora pelo mundo, ou através de algumas religiões. Em algum lugar da sua árvore genealógica, fatalmente você encontrará pessoas xamãs.

Se você está realmente interessado em traçar o caminho da Natureza, Cura e Intuição, você deve primeiro considerar que sua ancestralidade é xamânica. Para algumas pessoas, é somente olhar para algumas gerações atrás, para outros, este conhecimento foi deixado há milhares de anos, mas se você olhar suficientemente distante no tempo, você verá que você tem ancestrais em alguma comunidade tribal também. Estes ancestrais não são chamados de cristãos, judeus, muçulmanos, hindus, budistas ou qualquer outra religião do passado de poucos milhares de anos.

Quando as embarcações européias chegaram na América do Norte, havia aproximadamente 1000 tribos indígenas diferentes através do continente. Para não falar sobre a Espiritualidade Nativo-Americana como ela é, antes de cometer algum engano, eu optei por usar o termo Nativos ou Espiritualidade Xamânica, os quais refletem mais claramente o que eu estou tentando dizer. O que você lerá aqui, não é sobre um grupo específico de pessoas ou uma tribo.

Os nativos de nosso país não têm preferências religiosas ou categorias de sistemas de crença. Os nativos acreditam que toda a criação foi dada através da grande teia do Grande Espírito.

Toda vida tem um Espírito, e portanto deve ser honrada. Os nativos acreditam que eles foram criados da Mãe Terra (Gaia), pelo Grande Espírito e tudo o que é necessário para sua sobrevivência e sustento, é provido pela Mãe Terra. O Grande Espírito pode manifestar visões para abençoar um visionário e possibilitar todos aqueles que têm O Espírito, possam ter a escolha de falar com ele.

Cada tribo tem o seu próprio grupo de festivais, rituais e crenças espirituais e técnicas que devem ter sido criadas de acordo com a localização da tribo, mas elas são muito parecidas.

A ferramenta mais comum entre as tribos indígenas é a roda medicinal ou circulo da vida. A roda medicinal é a filosofia da vida que nos ensina como tudo está conectado; nós somos todos Um, não importa como escolhemos nos chamarmos. Nós somos as cores do arco-íris ou a tribo do arco-íris da Mãe Terra. O termo medicina, como é usado na Roda Medicinal, é em referência à cura, ensinamentos, e iluminação da jornada espiritual. Uma roda medicinal pode ser descrita como um grande círculo da vida onde cada parte do mundo afeta todos das outras partes. A roda medicinal enquadra as quatro direções, os quatro ventos, os quatro elementos (fogo, ar, terra e água) e as quatro raças de pessoas dentro da família humana (negro, branco, vermelho e amarelo). As pessoas têm quatro aspectos básicos de sua natureza, quatro aspectos principais da existência humana (físico, mental, emocional e espiritual). O Norte representa o nível Físico, o Sul o nível Espiritual, o Leste representa o conhecimento e a iluminação e o Oeste representa o pensamento.

Os ensinamentos da Roda Medicinal são ancestrais, passados de geração em geração. É um guia espiritual, emocional, mental e físico para nosso fortalecimento. É um mapa da vida que nos guia através do caminho, nos oferecendo crescimento e mudança, se nós aceitarmos, um mapa para se encontrar o caminho da paz profunda, fortalecimento espiritual, equilíbrio e harmonia de mente e corpo tão bem como a harmonia entre os mundos físico e espiritual em que cada um de nós vive. A roda medicinal é o grande círculo da vida, tudo está interligado e interconectado. O circulo é a metáfora para a igualdade, não há início nem fim, portanto, nenhuma parte da roda é melhor ou pior do que outra.

Cada um de nós tem uma posição básica na roda, determinada por nossa data e horário de nascimento, mas nós não permanecemos por muito tempo nesta posição. Assim como a Terra faz a rotação ao redor do Sol, nós nos movemos ao redor da Roda Medicinal. A roda medicinal nos ensina que todos os talentos e habilidades são iguais e cruciais para o Todo. Cada um de nós precisa permanecer em todos os pontos da roda em um momento ou outro de nossa vida, e às vezes podemos precisar permanecer em algumas delas mais de uma vez. Quando nós

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

começarmos a ver que todas as partes são sagradas e não julgarmos os outros por suas posições nela, nós estaremos criando um mundo de harmonia e equilíbrio.

Existem muitas rodas medicinais localizadas ao redor do mundo atualmente, o que nos proporciona muita energia e mistério. Em 1885, o geólogo George Dawson publicou o artigo História Geológica e Natural do Canadá, e de acordo com o que ele diz, existem aproximadamente 20.000 rodas medicinais espalhados na América do Norte. Houve muita especulação acerca de suas funções, mas nenhum conseguiu concluir corretamente.

Através de testes de carbono, descobriu-se que algumas dessas rodas medicinais haviam sido feitas há milhares de anos atrás, como a roda medicinal de Majorville que tem 4.500 anos. Muitas das Rodas Medicinais Sagradas têm sido vandalizadas e cerca de somente 130 existem atualmente.

Você deve estar se perguntando o que esta espiritualidade tem a ver com o Reiki?

Bem, Sensei Usui primeiro aprendeu a dar tratamentos de Reiki, mas depois de muita experiência, determinou que pessoas que não tinham fundações espirituais, religiosas ou uma vida religiosa, não alcançariam totalmente os benefícios do Reiki. Eles melhoravam por um tempo, mas depois regressavam do ponto de partida, assim criando um ciclo interminável da necessidade de se fazer tratamentos. Por esse propósito, Usui desenvolveu os Preceitos do Reiki, os quais são compilados abaixo.

O método secreto de atrair bênçãos
A medicina espiritual para todas as doenças (do corpo e mente)

Apenas hoje
Não se zangue
Não se preocupe
Mostre admiração (ou seja grato)
Trabalhe sempre
Seja generoso com os outros
Durante manhãs e tardes sente- se em posição gassho e repita estas palavras em voz alta e em seu coração.

(Para o) Aperfeiçoamento do corpo e da alma, Usui Reiki Ryoho
O Fundador Mikao Usui

Eu não acho que o mestre Usui tinha a intenção de passar um conjunto rígido de técnicas mecanizadas que era preciso ser memorizadas para se poder praticar o Reiki.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Além do mais, ele encorajava seus alunos a desenvolver seu próprio ki (energia vital – aqui entram os preceitos!) e usar o Byosen (escaneamento) em seus tratamentos. Eu acho que o coração do Reiki nos ensina que para usar o Reiki efetivamente, nós devemos nos desenvolver individualmente. Pode ser dito que o fundamento do Reiki é no seu entendimento e que não pode ser limitado a um conjunto de técnicas e mecanismos, deixando assim com que se permita que a energia flua livremente. É um infortúnio saber que ainda existem pessoas que não vêem o Reiki como uma pratica espiritual ou como uma jornada de aprendizado e cura individual quando elas ingressam neste caminho. Haja vista que o Reiki não trabalha com nenhum conjunto de crenças ou práticas espirituais, o qual justifica o motivo dele não estar confinado nem limitado por dogmas de qualquer crença. O Reiki dever ser permitido fluir livremente, com o propósito de maximizar seus benefícios e passá-los adiante.

"Você deve ter notado que tudo que os índios fazem está em um circulo, e isso é porque a Força do Mundo sempre trabalha em círculos, e tudo tem o propósito de estar a sua volta. Num passado distante, quando todos éramos pessoas fortes e felizes, nosso poder nos era conferido do arco sagrado da nação, e porquanto tempo o arco não fosse quebrado, as pessoas prosperariam. As árvores frutíferas estavam no centro do arco e eram nutridas pelos quatro ventos. O leste dava paz e luz, o sul dava calor, o oeste dava chuva e o norte com seu frio e intenso vento lhes dava força. Tudo o que a Força do Mundo faz, é feito em circulo." Alce Negro, Oglala Sioux Lakota.
Niel, Philip, in A Sacred Manner I Live (Modo sagrado que vivo), Sabedoria Nativo-Americana.

Capítulo 4: Criando uma Roda Sagrada (Roda Medicinal)



*Iremos chamar a roda medicinal de **Roda sagrada** a partir de então, pois esse é o nome dado a ela atualmente.*

Uma Roda Sagrada é um espaço sagrado. As pessoas vão até lá para orar, meditar e buscar equilíbrio. É um lugar para achar sua conexão com o universo, com o Grande Espírito e a Mãe Terra. Ela nos ajuda a fazer uma ponte entre os mundos espiritual e físico, trazendo harmonia a ambos. A roda sagrada geralmente tem 36 pedras. Cada pedra é uma "ferramenta" para nos ajudar a entendermos a nós mesmos em relação ao universo e nos ensina a respeitar os outros e nossas relações com outras formas de vida, com a Mãe Terra e o Universo.

Criar uma roda sagrada faz parte de uma cerimônia sagrada para mostrar o respeito a ela. A cerimônia é uma maneira de devolver alguma energia que nós constantemente obtemos do universo. Durante a cerimônia nós podemos devolvê-la através de cantos, preces, danças, tambores, recitando ou qualquer outra maneira que lhe chame a dar seu agradecimento.

Não existe somente uma maneira correta, todas as maneiras são certas, então siga sua intuição e seu coração para devolver a energia da maneira que se faça ressonância em você. A cerimônia e o uso da roda sagrada é uma jornada individual, não há um "tamanho padrão para a

Todos os Direitos Reservados – http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

espiritualidade", cada um de nós tem seu meio singular e próprio, e todas nossas maneiras trabalham juntas para construir o Todo.

Iremos agora à construção da roda sagrada abordando cada pedra e sua relação com as outras pedras. Criador (pedra número 1) representa o Grande Espírito (Ma'heo'o) que está na direção central, mantendo e conectando todas as coisas, portanto o Criador está no centro da roda sagrada.

As próximas 7 pedras são chamadas de fundamentos da vida. Estas pedras formam um circulo (circulo interno) ao redor do Criador. Tradicionalmente é dito que estas pedras representam as forças criadoras da vida, que são a Mãe Terra, o Pai Sol, a Avó Lua o clã da Tartaruga, o Clã do Sapo, o Clã do Pássaro Trovão e o Clã da Borboleta. Aqui, eu sugiro que as 7 pedras da Fundação da Vida representam os sete chákras que são a fundação do nosso recebimento e envio de energia universal. As próximas 4 pedras são as pedras Âncora, e formam um circulo ao redor do Circulo da Fundação. A âncora representa os espíritos Guardiões, que guardam as direções Norte, Sul, Leste e Oeste.

Agora nós vamos ao circulo que se faz em 12 pedras ao redor do último. Essas 12 pedras são chamadas de 12 Luas e representam os meses do ano. E as últimas pedras são as chamadas Caminhos Espirituais, que são arranjadas em 4 raios de 3 pedras, unindo o circulo interno ao externo. Estas pedras representam as qualidades da vida diária que nos conectam com o Criador. Você deve então se sintonizar aos espíritos, oferecer um presente à natureza (pão-de-milho) e dedicar-se à roda. Como um exemplo, você pode dizer "Agora eu ofereço esta nova roda ao Grande Espírito, Mãe Terra e aos Espíritos. Humildemente eu os convido a trabalhar através de mim, me permitindo ser o serviço das necessidades maiores do planeta e das pessoas. Obrigado, Espíritos."

Existem muitas maneiras de se fazer uma roda sagrada. Elas podem ser feitas com 12/36 pedras, dependendo de como você elabore seu desejo, assim como do espaço que você tem pra trabalhar com ela. A única coisa importante é que sua roda sagrada tome a forma real de um círculo. Este é o seu espaço sagrado, então ele deve ser confortável para você e manter seu aspecto circular.

Outra idéia acerca da roda sagrada:

A pedra central representa o Universo. As pedras 2-5 representam os Guardiões das Quatro Direções. Norte é o guerreiro, Leste é o professor, Sul é o curador e Oeste é o visionário. Dentro dessas quatro pedras também se encontram as quatro cores das famílias humanas. As

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

pedras 6-12 cercam o espaço das pedras e representam os sete chákras do corpo humano. Duas pedras irão ser postas entre cada Direção fora do perímetro do círculo, como se segue: pedras 13-14 voltadas ao Nordeste representam os rastejantes terrestres (insetos) e os seres voadores. As pedras 15-16 voltadas ao Sudeste representam os seres com raiz e dos caminhantes de quatro pernas. As pedras 17-18 voltadas ao Sudoeste representam os ancestrais e os seres das rochas.

As pedras 19-20 voltadas ao Noroeste representam os seres aquáticos. Agora, quatro pedras vão ser postas entre cada uma das direções estabelecidas acima, assim, ficarão sobre as Direções dos Quatro Ventos. As pedras 21-24 diante da direção Leste representarão ar, iluminação, conhecimento e clareza. As pedras 25-28 diante da direção Sul representarão o espírito, a verdade, o amor e o crescimento. As pedras 29-32 diante da direção Oeste representarão a emoção, os sonhos, a experiência e a introspecção. Finalmente, as pedras 33-36 diante da direção Norte representarão o corpo, limpeza física, purificação e renovação. Usando a roda sagrada desta maneira, você pode ver como a jornada dentro da Roda Sagrada é realmente sobre seu interior, o mundo que nos cerca e o Espírito.

A Roda Sagrada completa de 36 pedras consiste em um centro, uma roda interior, quatro direções e a roda exterior. Cada posição pode ser representada por um mineral, uma planta, um animal e uma cor. Abaixo existe um guia para ajudar a você a se envolver em uma cerimônia da Roda Sagrada; quando você estiver familiarizado a ela, você pode fazer sua cerimônia da maneira que desejar, lembrando que nenhuma das formas é incorreta.

Um guia para fazer sua própria Cerimônia da Roda Sagrada:

Mistura de ervas a serem oferecidas à Roda Sagrada:

* Misture grama verde, tabaco, cedro e sálvia.
* Use-a como um oferecimento de agradecimento às quatro direções à Mãe Terra e ao Pai Céu.

Você precisará de:

* Casca para usá-la como uma oferenda. (em forma de fumaça na tigela).
* Pena de peru para você trabalhar com a fumaça da defumação.
* Pedras para você fazer o círculo e representar cada direção.
* Velas para se você quiser representar cada uma das direções cardeais no lugar das pedras.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Correspondentes:

* Direção do Norte: Espírito Guardião: Búfalo, Cor: Branco, Planta: Grama, Estação do Ano: Inverno, Pedra: Quartzo Branco, Elemento: Terra.

* Direção do Leste: Espírito Guardião: Águia, Cor: Vermelho/Dourado, Planta: Tabaco, Estação do Ano: Primavera, Pedra: Calcita Dourada, Elemento: Ar.

* Direção do Sul: Espírito Guardião: Coiote, Cor: Verde/Amarelo, Planta: Sálvia, Estação do Ano: Verão, Pedra: Quartzo Rosa, Elemento: Água.

* Direção do Oeste: Espírito Guardião: Urso, Cor: Preto/Azul, Planta: Cedro, Estação do Ano: Outono, Pedra: Obsidiana/Lágrimas de Apache, Elemento: Fogo.

JORNADA

Comece esfumaçando seu corpo e as pedras ou velas, enquanto você focaliza sua intenção na jornada ao redor da roda.

Defumação: ponha um bocado de sua mistura de ervas da Roda Sagrada dentro da casca e acenda. Com sua pena, espalhe a fumaça, guiando-a para onde desejar. Se você não tem a mistura das ervas, você pode usar somente grama ou sálvia.

Sua Roda: coloque cada pedra ou vela em sua direção apropriada. Adicione outros itens que têm significados especiais para você em qualquer lugar que você achar apropriado. Esta é sua Roda Sagrada, criada com o seu coração, onde você se sentirá confortável.

ABRINDO SUA RODA SAGRADA DE CURA

Ponha outro punhado da mistura de ervas da Roda Sagrada em sua casca. Comece no Leste, oferecendo a mistura ao levantar a casca ao Guardião do Leste. Chame os atributos daquela direção.

Por exemplo:

Leste: "Guardião do Leste, guie-me pela minha Jornada de Iluminação".
Continue ao redor da Roda, movendo-se no sentido horário, oferecendo para cada direção.
Sul: "Guardião do Sul, guie-me em minha Jornada ao Crescimento".
Oeste: "Guardião do Oeste, guie-me em minha Jornada de Fortalecimento Profundo".

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Norte: "Guardião do Norte, guie-me em minha Jornada do Renascimento".

Ofereça a mistura à Ma'heo'o (Grande Espírito) levantando a casca acima de sua cabeça ao Pai Céu e então tocando a casca no chão, à Mãe Terra e peça por sua sabedoria, amor e guia em qualquer que seja o seu objetivo do trabalho do dia (se houver algum).

Agora sente no centro de sua Roda, tome três respirações profundas, vindas do plexo solar, sinta a Mãe Terra abaixo e o Pai Céu acima. Sempre com voz audível, guie sua cerimônia com uma prece, uma meditação, agradecimento, chore, mantre, ria, dance, batuque. Deixe sua intuição guiar você até tornar-se natural, para fazer o que você sentir em seu coração. Lembre-se sempre de ouvir os conselhos dados e agradeça. Permaneça assim por quanto tempo você achar necessário, pois quando sua jornada estiver completa, você saberá que já é hora de fechar sua Roda.

FECHANDO SUA RODA SAGRADA DE CURA

Comece no Leste, movimente-se na direção horária (Leste, Norte, Oeste, Sul), novamente oferecendo a mistura de ervas da Roda Sagrada a cada direção, agradecendo ao Guardião por tê-lo guiado e não se esqueça de agradecer ao Pai Céu e à Mãe Terra. Pegue as pedras e todos os itens que você consagrou na Roda e os guarde envoltas em um manto, para poder guardá-los para outro ritual em outro momento. Se sua Roda foi construída em algum lugar deserto ou fora de sua casa, você pode deixar os elementos para manterem sua mensagem.

Por um momento reflita na experiência e escreva em seu diário.
Ah-Ho (Isso é tudo) ou **Aho**.

Capítulo 5: História do Reiki

Reiki é um método de cura natural baseado na aplicação da Energia Universal Vital. Reiki é um termo originalmente usado para se referir a um sistema de cura e autodesenvolvimento criado por Mikao Usui no Japão. O Reiki Tradicional, como é conhecido atualmente, foi redescoberto pelo Dr. Mikao Usui no início do século XX.

Há muita especulação sobre a origem do Reiki, mas existem poucas confirmações da maioria dessas teorias. Alguns dizem que o Reiki se origina do Budismo ou que contém conceitos e técnicas Budistas. Porquanto Dr. Usui foi um Budista, ele também estudou o Cristianismo e

viveu em uma família cristã por um tempo. É claro que há uma abordagem de fundo de muitas técnicas e filosofias religiosas em seu sistema.

A compreensão mais clara que nós temos é que através da descoberta de que Usui originou seu sistema de cura baseado em uma experiência mística que teve no Monte Kurayama e fez uso de seus estudos em muitas áreas do conhecimento diferentes. O Reiki não tem conexão com o Budismo ou com qualquer outra religião. Isto é validado porque o próprio Usui escreveu "Nosso Reiki Ryoho é algo absolutamente original e não pode ser comparado com qualquer outro caminho (espiritual) no mundo" (Tirado das anotações diárias de seu Caderno de Reiki Ryoho).

Usui disse aos Monges do templo em que freqüentava que iria testar-se no Monte Kurayama por três semanas e pediu para que se ele não retornasse, eles deveriam mandar uma busca na manhã do 22º dia, e que significaria que ele estaria morto. Com todas as recomendações, ele seguiu ao topo da montanha para as três semanas de meditação e jejum. Após ele iniciar sua meditação, ele pegou 21 pedras e as colocou diante de si, para poder contar os dias, jogando montanha abaixo uma pedra a cada dia.

Finalmente chegou a manhã do 21º dia, quando ele terminou sua meditação e abriu seus olhos, ele disse que havia luzes voadoras do tamanho das chamas de velas diante dele, em um céu escuro. Conforme as luzes se aproximavam dele, ele sabia que era um teste para a sua busca, então ele se preparou para as luzes penetrarem nele através do terceiro olho. As luzes brilhantes logo se transformaram em bolhas azuladas, brancas e roxas que continham dentro de si os símbolos, na cor dourada. No seu caminho de descida da montanha, a fé de Usui nas habilidades que lhe foram conferidas se confirmou quando ele usou-as para curar a si mesmo quando ele deu uma topada em uma pedra no caminha. Quando ele chegou após os 21 dias de meditação e jejum, sua experiência lhe deu subsídios para criar seu sistema de energia.

Até cerca de 1925, o sistema Usui de cura consistia na energia em si, nos símbolos, nos processos de iniciação e nos princípios do Reiki. Isto é o que Usui havia recebido durante sua experiência mística no Monte Kurayama. Dr. Hayashi veio e desenvolveu o sistema Usui de cura. Ele abriu uma clínica de Reiki em Tóquio e detalhou os procedimentos para se dar um tratamento.

Usou seu conhecimento para criar posições padronizadas para as mãos, dividiu o sistema em três níveis e seus procedimentos de iniciação. Dr. Hayashi era um oficial aposentado da Marinha. Ele recebeu sua iniciação do mestrado de Reiki de Usui e, 1925 aos 47 anos. Na

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

primavera de 1936, a Sra. Takata recebeu sua iniciação no Primeiro Nível de Reiki. Ela trabalhou com Hayashi durante um ano para receber o Segundo Nível. Então, Takata voltou ao Havaí em 1937, e acompanhada de Hayashi e sua filha, que vieram ajudar a estabilizar o Reiki no Havaí. No Inverno de 1938, Hayashi iniciou Takata como Mestre Reiki. Ela foi a 13ª e última pessoa iniciada ao Mestrado em Reiki por Hayashi. Entre 1970 e 1980, o ano de sua morte, ela iniciou vinte e duas pessoas como Mestres em Reiki. Abaixo há a lista dos mestres que ela iniciou. Esta é a lista que ela deu à sua irmã antes de falecer.

George Araki
Bárbara McCollough
Beth Grey
Ursula Baylow
Paul Mitchel
Iris Ishikura (falecida)
Fran Brown

Barbara Weber Ray
Ethel Lombardi
Wanja Twan
Virginia Sandahl
Phillis Lei Furumoto
Dorothy Baba (falecida)
Mary McFaden
John Gray
Rick Bockner
Bethel Phaigh (falecido)
Harry Kuboi
Patricia Ewing
Shinobu Saito
Kay Yamashita (Irmã de Takata)
Bárbara Brown

Os primeiros vinte e dois mestres ensinaram outros, e desde a década do falecimento de Takata, o Reiki foi disseminado rapidamente no Ocidente. Hoje é praticado nas Américas do Norte e Sul, Europa, Nova Zelândia, Austrália e em outras partes do mundo. Hoje uma estimativa de que existe cerca de 50.000 Mestres em Reiki e com aproximadamente 1.000.000 de pessoas praticantes de Reiki pelo mundo. As tradições do Reiki podem ser

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

divididas em Tradições Ocidental e Oriental, onde as tradições Orientais consistem primariamente no Reiki Japonês. Portanto,a linhagem Usui-Hayashi-Takata é considerada a linhagem Ocidental do Reiki (incluindo as Américas do Sul e do Norte e a Europa). Basicamente, se tem a divisão entre as Tradições Japonesas de Reiki e as outras tradições de Reiki.

O Reiki é fundado sobre as leis metafísicas ancestrais que dizem que as doenças e desequilíbrios são resultantes do mal fluxo de energia do universo através de nossas vidas, corpos. O Reiki é um sistema de terapia com imposições de mão, seguro, suave, não-invasivo que aumenta a energia, reduz a dor, produz relaxamento profundo e sensações gerais de bem estar. As iniciações em Reiki, alinham o praticante para se tornar um canal da energia do Reiki e de seu poder, trazendo experiências de mudanças de vida e crescimento no seu caminho espiritual. As iniciações de Reiki são para toda a vida. O Reiki pode ser combinado efetivamente com outras terapias – tradicionais ou "alternativas" – e tem se mostrado efetivo por sua característica relaxante.

Embora haja várias teorias sobre como se trabalhar corretamente com o Reiki, não existem respostas certas para a pergunta – todas elas podem ser tidas como certas, que é o que se acredita. Doença, desarmonia e mal-estares gerais acreditam-se que são causados por interrupção/diminuição do fluxo de energia vital em nossos corpos. Muitos acreditam que esta energia de radiação específica que é chamada de Reiki, que emana da mão dos seus praticantes, simplesmente ajudam o corpo a corrigir e rebalancear o fluxo normal de sua força vital, portanto, retornando ao estado de bem estar que geralmente está relacionado às experiências e qualidade de nossa vida. A utilização do Reiki é baseada na intenção que está por trás, significando que se você acreditar e tiver fé de que funciona, ela realmente funcionará. Não é necessário o receptor acreditar ou ter fé, somente o praticante. Os Mestres Reiki ensinam como se ministrar tratamentos de Reiki tanto presenciais como à distância.

Capítulo 6: Preparações para as Iniciações de Ma'heo'o Reiki

O propósito de uma iniciação é habilitá-lo a traçar um caminho mais poderoso de energia vital através de seu corpo, a qual vai limpando e livrando os caminhos dos bloqueios. É recomendável que se beba bastante água, aplique diariamente reiki em você mesmo e tenha sempre em mente que você, nesse período, precisará descansar mais do que o normal, isso é pelo efeito da limpeza e desintoxicação do corpo.

Depois de começar, é importante que você é Mente e não corpo.

Isso simplesmente significa que até no seu nível celular, as células precisam saber de sua intenção. Ao menos que sua intenção seja claramente definida, a confusão pode se instalar em sua mente e se seu desejo se desviar, e não será realizado. Em uma enorme escala, devemos entender que todas as células de nosso corpo, fazem parte de um microcosmo que está em um macrocosmo, e associadas ao Universo. Portanto, para atender ao seu desejo, todas as partes do seu corpo devem trabalhar em uníssono, ou seja, mente, corpo e espírito.

Ao ser chamado ao Mestrado, por exemplo, significa que está diretamente relacionado à sua intenção, mas é necessário que seu corpo saiba como, quando e onde. Em Ma'heo'o Reiki, para maximizar seus desejos, é necessário que você verbalize em voz alta sua intenção. Isso também permite que seus Espíritos Guias trabalhem em sua intenção. Espíritos Guias, de acordo com a Lei Universal, não podem fazer nada sem você pedir a eles e dá-los permissão para tanto. Pedir em voz alta por sua ajuda, você criará uma plataforma clara para alcançar seu desejo. Firme seu desejo e não crie expectativas sobre o resultado.

Expectativas são limitações e irão bloquear as energias que irão interferir no seu potencial.

É sugerido que esta meditação seja feita de maneira que se torne uma cerimônia natural. Eu recomendo que se tome algum tempo para sua preparação e desenvolvimento. Esta é sua iniciação e você irá responder a ela da maneira que melhor for a você. É claro que a cerimônia não é necessária, mas irá ajudar a mente lógica a entender e deixar que a iniciação tome conta da mente. A jornada e as sentenças de intenção sugeridas abaixo irão ajudá-lo a fazer o processo de iniciação de uma maneira mais cerimonial.

Se você está acostumado à meditação, você pode ter um local sagrado ou uma técnica de meditação que prefira e é adaptável para que você a utilize e se sinta confortável com ela.

Encontre seu local de poder, distante de qualquer distração e selecione uma trilha sonora relaxante. A música não é necessária mas irá ajudá-lo a criar um ambiente mais sagrado, mas certifique-se de que a música escolhida não tenha palavras, para não o distrair. Um travesseiro e um cobertor podem ser apropriados se você fica com frio com a inatividade. Não existe um conjunto de passos ou procedimentos. Esta é sua iniciação, faça o que você sentir que é melhor!

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Meditação Jornada Sugerida

Você está em um estado de mente e corpo relaxados.
Imagine, sinta que suas pernas se tornam fachos de luz penetrando profundamente dentro da Mãe Terra. Permita que esses fachos de luz viajem para todos os lados até o centro, observe que a cada instante mais e mais fachos vão chegando ao centro da Terra, e então sinta que você está absorvendo energia dela. Sinta as energias da Mãe Terra correndo através desses fachos para suas pernas e subindo ao seu chákra do coração e deixando que a energia da Mãe Terra se concentre no seu coração. Imagine, sinta que uma semente dourada de energia está descendo do sol para o seu chákra coronário, continuando a descer através do seu terceiro olho, garganta e seu coração, misturando-se com as energias da Mãe Terra, havendo um perfeito equilíbrio e harmonia entre as energias.

Sentenças de Intenção Sugeridas

Este é somente uma simples sentença de intenção, você não tem que usá-la. É somente uma base para lhe dar uma idéia de como colocar sua intenção em palavras. "Eu invoco a Energia Universal de Luz para esta iniciação de Mestrado (ou o nível em que estiver iniciando). Eu convoco os Anjos, Arcanjos, meus Guias e Ajudantes, Mestres Ascensos, Emissários do Amor e Luz e outros Seres, de qualquer parte do Universo que representem a Bondade para participarem desta iniciação. É minha mais pura intenção, e eu declaro que estou pronto para permanecer em meu próprio poder e ter minhas energias elevadas ao nível vibracional de Ma'heo'o Reiki nível (adicione o nível aqui). Eu aceito plenamente que a energia e os símbolos sejam incorporados dentro de meu ser.
Peço com Amor em meu coração, para ter as experiências que estou pronto para viver, e que elas me façam crescer.

Peço para que meus Anjos da Guarda me digam somente aquilo que preciso saber. Peço isso em nome de Deus/Deusa para mim. Aho".

Se você quiser conhecer seu animal do poder e/ou seu nome sagrado, então quando você fizer a preparação acima, você deve também sentenciar que você gostaria que lhe fosse dito/mostrado seu nome sagrado e/ou animal do poder de uma maneira clara e inteligível. Você deve repetir esse processo em todas as iniciações. Você pode querer discutir com seu Mestre para um melhor entendimento do que você recebeu. Você deve ter em mente que todos nós temos no mínimo 9 animais de poder, e que provavelmente não me serão revelados todos eles. Às vezes um animal pode lhe trazer mensagens em sua forma física, e em algumas vezes em

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

sonhos ou visões. Conectandose a esses espíritos você pode aprender muito sobre quem você é por dentro, e como se conectar com o espírito e a natureza. Os animais do poder nos norteiam no mundo espiritual, aguçando nosso senso de Espírito, nos conectando com nossa habilidade de nutrir de amor a nós, aos outros e à Mãe Terra. Quanto mais alimentamos nosso Espírito, mais portas e mais luz nós recebemos. Os animais de poder também nos permitem conectarmos com nossa criança interior para reaprender a rir e brincar.

Conforme nos tornamos mais velhos, nós normalmente perdemos nosso conceito de brincar, e nos tornamos pessoas extremamente sérias. Ao estarmos sempre atentos aos problemas do mundo e nos preocuparmos com eles, nós nos tornamos estressados, causando mais danos do que benefícios.

Nós precisamos nos tornar mais conscientes daquilo que nos cerca e enxergar as orientações que nos são dadas diariamente. Quando você olha para uma árvore o que você vê, a árvore, suas folhas, talvez um pássaro ou um esquilo? Que tal um pequeno réptil, um besouro, uma cigarra, abelhas? Talvez haja um pássaro sentado em um galho, uma aranha trabalhando em sua teia entre os galhos ou uma cobra à espreita de uma refeição. Nós normalmente perdemos muitos detalhes quando estamos sob pressão. Tente reservar um tempo do seu dia para se conectar com Mitakuye Oyasin. Mitakuye Oyasin significa que estamos conectados a tudo.

Buscando seu Xamã Interior

Rios vermelhos,
Oceanos azuis,
Somos caminhantes mortos,
Flutuando pelo espaço, sem melodia.
Céus verdes,
As profundezas da alma se tornam invisíveis,
Prisioneiras de sua própria demasia,
Vendo o mundo através de olhos nebulosos.
Abra sua visão,
Materialize seus próprios desejos
Expanda sua audição.
Esteja no controle de seus medos.
O Senhor Destino não espera,
Karma não conhece data.
O Sétimo Saturno veio para ascender.

Todos os Direitos Reservados – http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Porque você quer ainda se esconder?
Não se levantará agora, com orgulho?
Aproveite a energia do solo
Use o poder da segunda visão
E entre na luz.
Brigue pela mudança positiva,
Não se submeta ao transtornado
Espiando de dentro da noite
Mantendo o solitário espírito da Verdade.
Invoque a Deusa interior
E o Pai também
Quando brilharem como Um
Seu trabalho completo está.
Todos podem ser corretos,
Justos e imparciais.
E somente você desafiar...

Sheryl Carter
Copyright Sheryl Carter 2001-2004.

Capítulo 7: Introdução Às Técnicas de Ma'heo'o Reiki

Você irá começar seus estudos de Ma'heo'o Reiki aprendendo a trabalhar com a energia deste sistema. Todas as coisas viventes que existem em nosso mundo são suportadas pela energia universal que a tudo conecta.

Esta energia universal – energia de força vital- é consciente e inteligente. O campo magnético do corpo, também conhecido com aura, envolve todos os pensamentos, emoções e ações do corpo, mente e espírito.

O Ma'heo'o Reiki promove a perda desta energia propiciada à negatividade, se houver a intenção de a trazer à tona para ser limpa e expelida.

O campo energético ou aura é conectado ao nosso corpo pelos chákras e sistema de nadis. Chákras e nadis são partes do corpo sutil, a luz do corpo humano. Os chákras estão relacionados aos órgãos do corpo humano, enquanto os nadis com o nosso sistema circulatório. Mais do que carregar nosso sangue, os nadis são capazes de fazer fluir a energia de força

vital em nosso corpo. Assim sendo, os chákras podem ser comparados com nossos órgãos físicos, onde cada um tem uma função específica de recebimento e filtração da energia de força vital.

Existem sete chákras principais no corpo humano, e muitos outros menores. Os chákras são centros de energia, pontos de fluxo de energia, e agem como conectores de energia com o corpo. São centros de processamento de energia, e o sistema de chákra (focalizado nos sete principais chákras) é nossa conexão com nossa realidade etérica e essência espiritual. As operações energéticas que neles acontecem, são as que tornam todas as nossas funções diárias emocionais, mentais, espirituais e físicas, possíveis. Cada um dos sete chákras principais, ou centros primários de energia, tem suas próprias características e cor, correspondem a um aspecto de nosso ser são medidores de nosso campo energético. São centros de energia padrão que estão sempre girando. Estão conectados ao longo da espinha, o que lhes dá a função de canal de energia e alinhamento entre eles. Por serem os chákras, nossas junções de centros de energia em nossos corpos, o bloqueio e o desalinhamento dos mesmos eventualmente irão manifestar problemas na mente, corpo e espírito do corpo humano e também atrapalhar o fluxo de energia do campo áurico. O sistema não pode operar por completo sem que todas as partes não estejam aptas para tanto. Assim, uma parte afeta as outras. Pelo fato dos chákras serem entidades espirituais e não palpáveis do corpo humano, serão necessários prática e desenvolvimento de habilidades para se trabalhar com eles.

O sistema de nadis é similar em forma e função ao sistema de chákras. Eles também são entidades espirituais dentro do corpo humano, e sua função é circular a energia para fora do sistema de chákras e alimentar de energia o resto do corpo. Veja o esquema de circulação de energia no corpo nas imagens. No próximo capítulo nós iremos focalizar mais intensamente nossa atenção sobre os sistemas de nadis e chákras. Antes de dar continuidade a nossos estudos, gostaria de um momento para lhe pedir para que inicie seu diário de cura.

Aprender sobre o mundo dos espíritos é mais difícil do que parece.

Primeiro, é um caminho muito solitário. Segundo, é preciso treinar a mente para estar apta para primeiro a ouvir os ensinamentos, aprender como entendê-los, e então encontrar coragem para executá-los. Às vezes nosso mundo interior pede para que mudemos algumas coisas em nossas vidas que não estão funcionando para nós, e isto nem sempre é fácil de fazer. Muitas vezes o mundo espiritual nos fala isto, mas em forma de símbolos e códigos. É nosso trabalho nos religar à plataforma da mente para que possamos decifrar as mensagens que vêm a nós, e então precisamos encontrar coragem para realizar qualquer mudança

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

necessária. Uma das coisas mais importantes de se lembrar quando estamos aprendendo com informações de nosso interior, é o discernimento. Como você acredita na informação que recebeu? Como você sabe o momento certo? Como você mantém o seu ego distante? Como você sabe que o que está sendo transmitido é real? Eu posso dizer a você como. Você aprende que funciona ao acreditar no seu instinto a cada momento, e com o tempo, você entenderá isto através da experiência. É aqui que o diário será necessário, ele o ajudará a estabelecer os fundamentos, os quais você pode construir e ampliar com sua conexão. Ao invés de sentir o caminho de uma forma padronizada, você estará escrevendo seu próprio livro ao longo do caminho, o qual será usado por anos e lhe dirá por quais caminhos sua Jornada da Auto Descoberta se deu.

Este diário pode ser usado para registrar seu progresso através de experiências e técnicas de Ma'heo'o Reiki assim como em toda a sua jornada espiritual.

Escrever um diário pode ser uma experiência espiritual em si. Para estar apto para se escrever o que tem à sua mente, sabendo que você não será ridicularizado ou punido por qualquer relato triste ou não-profissional que pode ter sido feito. Assim ele precisa ser feito em forma de confissão abençoada, de seu coração. Eu comecei a escrever meu diário com 9 anos de idade, e não consigo dizer quão bom tem sido esta pratica pra mim.

Nós tendemos a pensar que os diários são para nos colocar fora do mundo adulto, como a Fada do Dente e o Papai Noel. Minha perspectiva sobre escrever um diário é de que ele nos ajuda a idealizar e explanar sobre as dores de um adulto e suas dificuldades.

Alguns de nós temos nossos companheiros ou melhores amigos que podemos contar todos nossos sonhos. Todos nós, porém, temos momentos em nossas vidas em que estamos mais introspectivos, quando não temos uma pessoa adequada para confiar nossos pensamentos, não importa quão íntimos somos dele/dela. Minha experiência diz que se você está buscando uma profunda conexão com seu interior, esteja longe do que as pessoas lhe dizem sobre o que você pensa ou sente, você precisa de um confidente que não fale.

Você precisa falar. Falar sobre seus sentimentos no diário. Escrever seus sentimentos, pensamentos e confessar raiva o quanto for necessário, o quanto quiser. Esta é a regra do diário.

Um diário pode ser de várias formas. Você pode usar um tipo de caderno em branco ou papéis de carta dentro de uma pasta. Uma vez escolhido um livro perfeito, você pode iniciar por onde

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

você quiser neste seu local especial. Você pode escrever o que você pensa, sente, experiências, da forma que quiser ("Eu vou contar uma história que aconteceu ontem e você não vai adivinhar..."), poesia ou qualquer outra forma criativa de uso das palavras. Você pode adicionar fotografias, desenhos e fazer colagens em seu diário. Você pode carregar seu diário com você e escrever sempre que sentir vontade, ou pode escrever em casa. Mas sempre tenha certeza de que você escreveu tanto quanto você precisava. (Um momento por dia é perfeito).

Não importa como você vai usá-lo, mas eu recomendo enormemente para que você mantenha um diário de sua vida durante este processo de exploração. Eu descobri que escrever minhas experiências, sentimentos e pensamentos no diário é uma excelente ferramenta de transformação. Especialmente na área da saúde emocional.

Suas vitórias servem para fortalecer sua conexão intuitiva e curar áreas de sua vida que estão lhe atrapalhando o progresso. Escreva diariamente no seu diário enquanto trabalha com esses exercícios. Lembre-se de escrever qualquer conexão que você possa ter percebido em sua mente.

Através do seu diário, você poderá ver o seu progresso, e poderá ajudá-lo a lembrar detalhes de seus pensamentos, sonhos e revelações. Muitas vezes nós recebemos informações que não nos fazem sentidos na hora, mas que pode ser nosso mundo depois. Se você escreve suas experiências, você tem acesso aos seus conhecimentos sempre que precisar deles.

Um diário é uma experiência altamente criativa e pessoal. Você não precisa compartilhar nada do seu diário com ninguém se você não quiser. Se você quer compartilhar seus sentimentos (o que pode ser uma boa coisa), confie a um profissional que é qualificado a ajudá-lo, ou compartilhe com uma pessoa que você confie, mas não leia o que você escreveu no diário. Você descobrirá que escrever para você pode se tornar uma benção, um modo de se comunicar diretamente com o seu ser mais profundo, e em momentos você pode até sentir que está escrevendo diretamente ao Universo / Divino / Deus / Deusa diretamente. Aproveite o processo. Lembre-se de escrever suas experiências com as meditações, iniciações e práticas de Ma'heo'o Reiki.

Agora nós iremos começar com alguns exercícios para iniciar nosso estudo de Ma'heo'o Reiki. Iremos primeiro trabalhar com a respiração e consciência.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Capítulo 8: Respiração e Consciência

Por um momento observe sua respiração. Focalize seu nariz. O que você nota? Conforme você inspira, você tem uma sensação de frescor. Ao expirar, você tem a sensação de aquecimento. Se você continuar nessa meditação, a mente em breve se cansará. Outros pensamentos aparecerão, e logo você terá esquecido o foco, que é observar a respiração. De repente, você pode se lembrar e retornar sua atenção à sua respiração e ao nariz. Logo embora, a mente o desligará de sua própria intenção, fazendo com que essa meditação se torne muito difícil.

O processo de respiração nunca pára. O praticante pode controlar sua respiração, e através desse controle, influenciar o corpo, as emoções e a mente. Todos eles estão conectados. Quando uma pessoa está excitada, a respiração se torna mais rápida. Quando está com raiva, ou tensa, a respiração é contida. Quando a mente está em paz, a respiração é regular e profunda. Estes são exemplos das influências da respiração no corpo, reações diretas de causa e efeito. Existem muitas técnicas, mas agora, é muito simples: respire. Isto pode mudar uma vida. Sem ela, não há vida.

Mesmo o corpo estando quieto, a consciência está sempre se movimentando. A consciência é uma sensação, quase um formigamento, que se localiza em um foco ou ponto específico. Olhe para sua mão esquerda. O que você sente lá? Pense nisso.

Imediatamente, as sensações de sua mão invadem sua mente. Mova esta consciência para seu dedão. Sinta as sensações específicas do seu dedão. Todas as outras sensações são esquecidas. O cérebro ainda está as recebendo, mas a consciência nos permite uma quebra no sistema sensorial de entrada. Nós podemos, conscientemente, escolher qual entrada nós queremos perceber. Este é o poder da consciência. O que a sua mão direita está fazendo? O que o seu pé direito está fazendo? E o seu ouvido esquerdo? A consciência pode se mover, pode se mover rápida ou lentamente. A consciência e a respiração podem ser unidas como poderosas aliadas. Quando ligada à respiração, a consciência pode mover a energia vital através de certos canais no corpo. No início, o corpo físico, desde a consciência inicial, parece ser orientado fisicamente.
Após a prática consistente, você se tornará consciente dos sistemas de nadis e chákras e movimentar a energia pelo corpo sutil.

No próximo exercício nós iremos aprender a conectar a consciência com a respiração.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Neste momento, conforme você inspira, mova sua consciência seguindo o ar entrando em seu corpo. Assim como você começou na inspiração, torne consciente o ar entrando em suas narinas, seguindo pelas passagens nasais, descendo pelos brônquios, espalhando-se pelo pulmão, expandindo-se diretamente contra o diafragma. Você pode realmente sentir as sensações ao longo do caminho. Agora expire e traga sua consciência pelo caminho de volta com a respiração, para que ela chegue ao seu nariz com o último pedaço de ar.

Inspire novamente e mova sua consciência. Feche seus olhos, isso pode ajudá-lo a focalizar melhor sua consciência. O objetivo desta prática é conseguir usar a consciência para se mover em conjunto com sua respiração. Uma coisa interessante que irá acontecer, é que sua mente pode cansar-se, pensamentos aparecerem, mas você ainda conseguirá manter a consciência nas sensações ao longo das passagens de respiração, tanto de entrada quanto de saída.

Outra coisa que pode acontecer é a sua respiração se tornar profunda e regular. Deixe os pensamentos simplesmente acontecerem. Esta separação do processo de pensamento da respiração e consciência é um fenômeno natural. Não é necessário forçar a mente a parar de pensar. Você acaba de experimentar dois grandes aliados que podem sobrepor os obstáculos ao longo do caminho para transcender.

Nota

* Se você tiver problema com esse exercício, você pode praticar movendo sua consciência para seu dedão do pé. Faça isso movendo sua consciência através do seu peito, seu tronco, descendo pelas pernas, pelos pés até o dedão, e então retorne ao seu peito. Para ajudá-lo a focalizar o caminho, você pode usar uma pena e traçar o caminho através do seu corpo.
Esteja sempre consciente de sua respiração como se você estivesse fazendo esse exercício.

Pratique esses passos somente se você viver problemas com o exercício acima. O foco deste passo é ajudá-lo a mover sua consciência. A pena o ajuda a sentir as sensações ao longo do caminho até você as tornar conscientes. Quando você se tornar confortavelmente apto a fazer este passo, então retorne e pratique o exercício acima.

Sistemas de Chákras e Nadis

Neste momento nós analisaremos melhor os sistemas de chákras e nadis. Deve ser notado aqui que existem sete chákras principais e são eles que nós usaremos. Os menores não serão levados em consideração agora, os únicos que você precisa saber para esse sistema são os

Todos os Direitos Reservados – http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

chákras das mãos, localizados no centro das palmas. Eles estão conectados através dos braços e ombros ao chákra do coração, então sua cor é associada à mesma do chákra do coração.

Como dito antes, os chákras são conectados à coluna, que é o canal central de energia do corpo. A coluna vertebral nos dá auxílio para manter os chákras alinhados corretamente. Os nadis são localizados na frente do corpo, e são a parte da frente dos chákras (embora normalmente não relacionados). O Bindu é outro ponto especial no sistema de nadis. É no topo da cabeça, onde os espirais de cabelo saem do crânio. Este é o ponto onde os Monges normalmente raspam suas cabeças, para estimular melhor o Bindu. O Bindu é equivalente, no sistema de nadis, ao chákra da coroa. Todas as cores associadas aos chákras são as mesmas para os nadis.

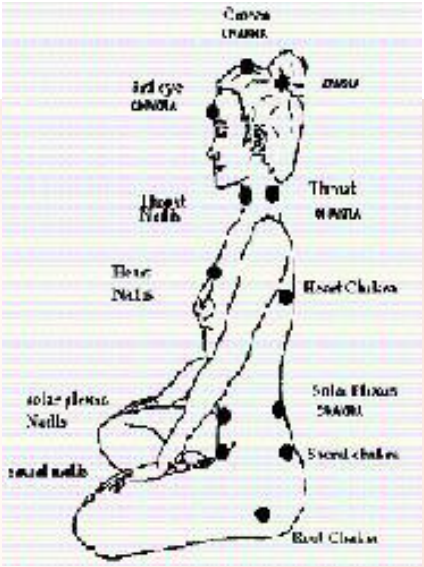
Por favor olhe para o gráfico seguinte e se lembre das localizações, cores e significados dos chákras e nadis. Você pode querer copiar ele como um guia de referência para usar até que você os tenha memorizado.

Nº	Localização/Nome	Significados	
7	Coroa	Perfeição espiritual	Violeta
6	Terceiro Olho	Visualização, Visão Psíquica	Roxo
5	Garganta	Comunicação, Criatividade, Expressão	Azul
4	Coração	Amor Universal, Compaixão, Empatia	Verde
3	Plexo solar	Criação do Eu, Percepção e Projeção do Eu	Amarelo
2	Sacro	Desejo, incluindo Energia Sexual	Laranja
1	Raiz/Base	Vitalidade Física, Sobrevivência	Vermelho

A tabela acima é somente um breve resumo sobre o sistema de chákras e cada um deles pode ser estudado mais detalhadamente se você desejar explorar esse assunto.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/





Este exercício que faremos irá lhe ensinar como a energia se movimenta através dos sistemas de chákras e nadis.

Por favor, não pratique o exercício até que você tenha se familiarizado com as áreas e nomes dos chákras e nadis.

Sente-se em uma posição confortável com suas costas eretas. Pode ser qualquer posição sentada. Em qualquer posição que você escolher, o quadril deve estar firmemente em contato com o chão ou acento. Se você está em uma cadeira, lembre-se de não encostar suas costas no encosto da cadeira, o que irá atrapalhar no momento de sentir a energia dos chákras.

Aprendendo o fluxo de energia: Técnica da Consciência dos Chácras/Nadis

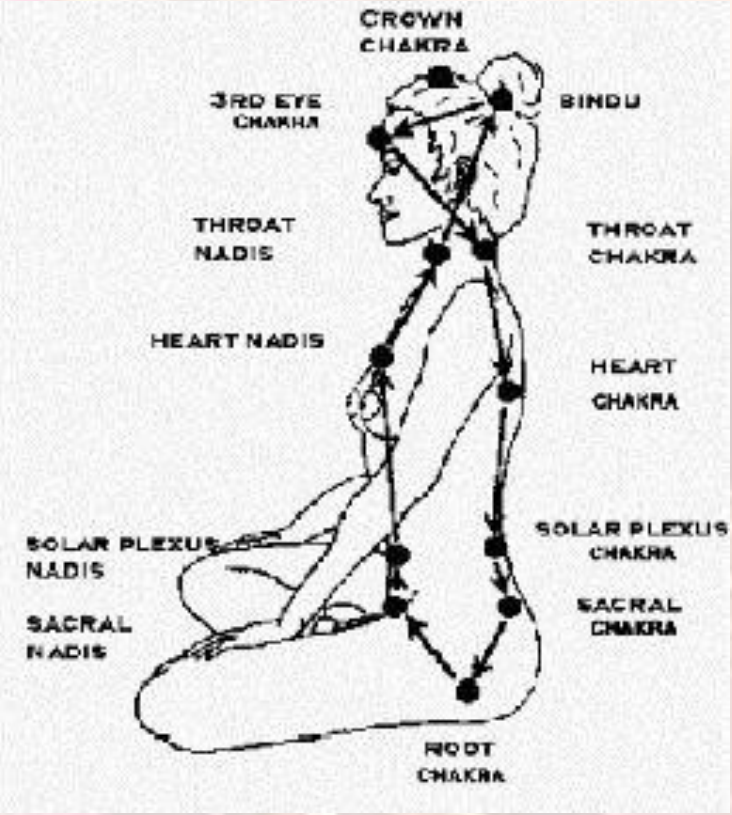
Para começar, focalize seu chákra básico. Mova sua consciência ao chákra básico. Simplesmente sinta as sensações que podem ocorrer. Sempre comece com o chákra básico e sempre termine trazendo a consciência de volta ao chákra básico. Nós iremos mover a consciência de ponto em ponto, fazendo a subida em frente ao corpo, e então a descida pelas costas e voltando ao chákra básico.

Permaneça tempo suficiente em cada ponto para notar qualquer sentimento ou sensação. Depois de mover a sua consciência para o chákra básico, note qualquer sensação que você possa sentir e então se mova ao nadi do sacro, perceba as sensações deste ponto. Mova-se ao plexo solar e senta suas sensações. Mova-se para o coração e note as sensações aqui. Mova-se para a o nadi da garganta e sinta as sensações dele.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Agora mova sua consciência para o Bindu, note qualquer sensação aqui e vá para o chákra do terceiro olho, note as sensações dele. Mova-se para o chákra da garganta, para o chákra do coração, depois para o chákra do plexo solar, para o chákra do sacro e depois complete o ciclo no chákra básico, sempre sentindo as sensações de cada um deles. Continue com esse exercício por mais onze vezes, notando sempre as sensações em cada ponto.
Este exercício é para a abertura de seu sistema e promover um fluxo de energia apropriado. Conforme você progride durante o exercício, você sentirá sensações mais fortes, sentimentos ou imagens em cada momento. Após você tiver completado o exercício, escreva a sua experiência em seu diário.

Este é o esquema que a sua consciência deve seguir:



Capítulo 9: Trabalhando a Respiração.

Conforme formos explorando este nível, nós iremos aprender novos exercícios que trarão o aumento de energia, consciência dos chákras das mãos, ativaremos nosso chákra coronário, faremos aplicação presencial e aplicação à distância.

Todos os Direitos Reservados – http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Continuando nosso estudo sobre respiração e consciência nós iremos agora introduzir um método de respiração psíquica que quando adicionado com a técnica de consciência dos chákra/nadis irá se tornar uma prática extremamente poderosa.

Respiração Psíquica:

A respiração psíquica é difícil de se explicar, precisa ser vivida. Estamos tão acostumados com as sensações da respiração entrando e saindo pelo nariz e boca, que pode ser difícil tomar consciência de uma visão diferente sobre a respiração, especialmente quando ela viola nosso conceito racional sobre a respiração.

A respiração psíquica é quando nós focalizamos nossa consciência em um ponto específico e imaginamos que ali há um ponto de abertura. Nós imaginamos que o ar está realmente entrando e saindo por aquele ponto.

Outro modo de se ilustrar esta técnica é o seguinte: imagine, por hora, que você tem um enorme nariz no seu peito (onde o nadi do coração é localizado). Sinta-se respirando diretamente para dentro de seu peito através do seu nariz imaginário. Agora expire por esse nariz. Perceba as sensações. Sua consciência permanece no ponto do esterno, você não está focalizando sua atenção na boca ou no nariz. Inspire, expire. Sinta o coração e as veias serem preenchidas de energia. Tente com outro ponto, como o umbigo. Tente uma lenta e profunda respiração mantendo sua consciência no umbigo, imagine o ar entrando por uma direção e saindo por outra. Logo você estará "respirando" pelos chákras e nadis específicos.

Isto é referido como respiração psíquica porque você não está realmente respirando por estes pontos. Portanto, você está respirando fisicamente o prana por estes pontos. Prana é o termo que se relaciona à energia vital e que é necessária para a vida. Tipicamente, o principal meio de obtenção de prana do corpo é através da respiração física. Que não é o único.

A respiração psíquica irá também mover o prana para dentro e para fora do corpo, especialmente em vários pontos energéticos (chákras, nadis, bindu). Quanto mais você pratica essa técnica, mais prana será movimentado e mais sensações você terá conforme você respira pelos pontos em seu corpo.

Quando este capítulo é combinado com a ativação do chákra coronário e o bindu (próximo capítulo) você estará realmente respirando o Reiki e estará apto a transmitir Reiki por todo o corpo e mover a energia para o ponto que você desejar.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Agora vamos combinar a Respiração Psíquica com a Técnica da Consciência dos Chákras/Nadis. Leve sua consciência para o chákra básico e "aplique" prana diretamente para dentro do seu corpo enquanto inspira lentamente. Quando expirar, expire psiquicamente o prana para fora através do chákra básico. Mova pela frente do corpo de nadi em nadi, inspirando e expirando física e psiquicamente. Note as sensações. No primeiro momento você não terá a consciência dos pontos, e sim de uma área. Por exemplo, você pode sentir sensações por todo o abdômen ao invés de sentir somente no umbigo. Lentamente as sensações irão se tornar mais localizadas. Continue o circuito (o movimento que a energia faz está exposto na imagem) para o Bindu, para o Chákra do Terceiro Olho, o chákra da garganta e desça pelos chákras ao longo da espinha até chegar no chákra básico novamente. Repita várias vezes o circuito. Isto ajudará a você ter uma profunda consciência de cada ponto e aumentá-la grandiosamente.

Inspire pelo chákra/nadi e expire através dele. Pratique a Respiração dos Chákras todos os dias por 10-15 minutos.

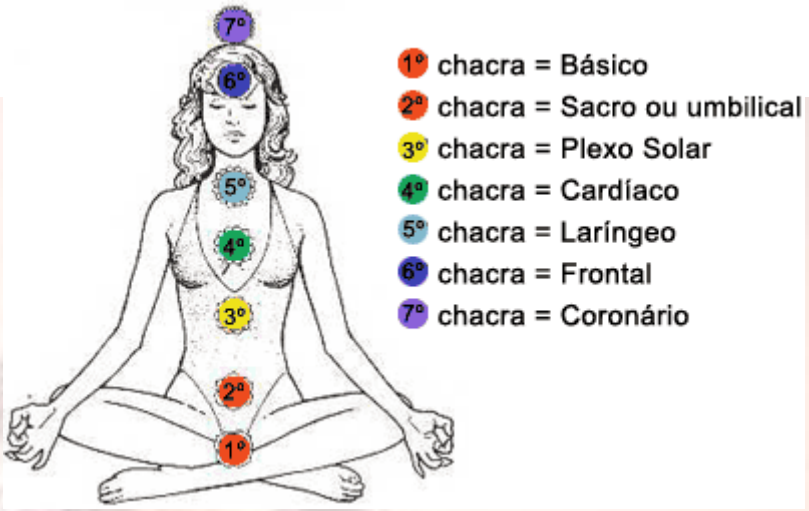
Sua percepção dos chákras, nadis e Bindu irão ampliar extremamente. Ao passo que esses pontos de energia vão se tornando mais limpos, você começará a ter percepções, memórias e sensações mais apuradas em cada ponto. Este é um processo natural. Deixe as memórias e sensações surgirem.

Este é um processo de cura natural de nossas emoções. Este exercício é um ótimo equilibrador e energizador de chákras e nadis.

***Nota** - focalizar somente em um chákra ou um nadi por extensos períodos é uma prática não balanceada e pode causar profundos vieses emocionais.
*Pratique esse exercício no mínimo 15 minutos por dia no mínimo uma vez por semana, até que você se torne totalmente confortável com este exercício e consiga fazê-lo sem problemas.

Agora nós iniciaremos um exercício avançado. Este exercício tem vários modos de uso. Ele ativa os chákras das mãos e da coroa. Alinha os chákras. Aterra sua energia e o conecta com a Mãe Terra. Use a imagem abaixo como um guia para as localizações corretas dos chákras, em linha reta, de cima para baixo ao longo da espinha.

Todos os Direitos Reservados – http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/



Técnica do Circuito Sagrado Ma'heo'o

Sente-se em uma posição confortável onde você não será incomodado por nada e ninguém e feche seus olhos.
Visualize uma esfera de Luz acima de sua cabeça. Esta esfera é tão grande quando o universo e não tem fim. Esta linda esfera luminosa e brilhante começa a formar lentamente uma semente de luz no centro, muito próximo a sua cabeça. Esta semente luminosa entra lentamente em sua cabeça pelo chákra coronário. Conforme o chákra da coroa se abre e bebe da Divina luz, você se sente uno com o Universo, como se você tivesse retornado para casa depois de uma longa jornada.
A luz começa a se mover lentamente para o chákra do terceiro olho, assim que o chákra do terceiro olho estiver envolvido com a divina luz brilhante, a Luz começa a se mover novamente, descendo para o chákra da garganta. Continua descendo para o peito, espalhando-se para os braços e descendo até as mãos, onde você as manterá por um momento. Agora sinta a energia subindo da palma de suas mãos e alimentando e envolvendo o chákra do coração. Lentamente agora a semente se move para o chákra do plexo solar, você se sente eufórico, experimentando a Luz divina preenchendo o seu centro de energia. Agora a luz se move para o chákra umbilical. Quando a Luz chegar ao chákra básico, você estará se sentindo como se estivesse flutuando no ar, a sensação de que você é Uno com o universo, seus olhos são as estrelas, seus pés são os mares profundos, os ventos são suas pernas.

Agora você sente abrir o seu chákra básico, e a semente de luz se move para baixo, através dessa abertura. A semente de luz entra na Terra.
Vai penetrando a grama, a terra, o subsolo, todas as camadas da terra até chegar ao centro da Terra. Aqui você pára e observa a sua volta. O que você vê? Lava? Cristais? Vapor?

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Encontre um glorioso local dentro da Mãe Terra e ancore sua energia (onde você desejar), enterre sua semente luminosa dentro do centro da Mãe Terra.

Agora você sente o poder da Terra com você conforme você move sua consciência de volta, subindo com sua semente luminosa através das camadas da terra, rocha, pelo subsolo, pela grama e voltando para o chákra básico. Agora sua nova semente luminosa, com o a força da Terra, se movimenta para o chákra básico. Sinta seu chákra começar a girar e se alinhar com a coluna, agora mova a semente para o chákra umbilical, do plexo solar, que também começa a girar e se alinhar à espinha, depois a semente se move para o chákra do coração, que começa a girar e se alinhar com a espinha. A semente continua subindo pelo peito em direção aos ombros, descendo pelos braços e mãos. Combinadas agora a energia da Mãe Terra e do Grande Espírito, suas mãos estão conscientes. Você sente esta energia em suas mãos na forma de esferas na palma de suas mãos, permitindo assim que a semente de luz jorre energia de suas mãos como cachoeiras. Agora a semente de luz sobe pelos braços, ombros e chega ao chákra da garganta. Este chákra começa a girar e se a alinhar com a coluna. Agora a semente de luz se move para o chákra do terceiro olho. No momento em que este chákra começar a girar e se mover para alinhar-se com a coluna, você pode ter uma visão, receber uma mensagem, etc. Permita que isso aconteça sem tirar sua consciência do chákra do terceiro olho. Agora a semente de luz se move para o chákra da coroa e você ouve (sente ou vê) a palavra Ma'heo'o enquanto este chákra se movimenta para alinhar-se com a coluna. A semente de luz se dissolve lentamente para dentro da esfera luminosa. Você se sente totalmente concentrado, em paz, sabendo que você acabou de ativar o poder de Ma'heo'o dentro do seu corpo de luz. Lentamente conte regressivamente a partir do 7.

7.....6.....5.....4.....3.....2.....1..... Abra seus olhos quando você estiver pronto.

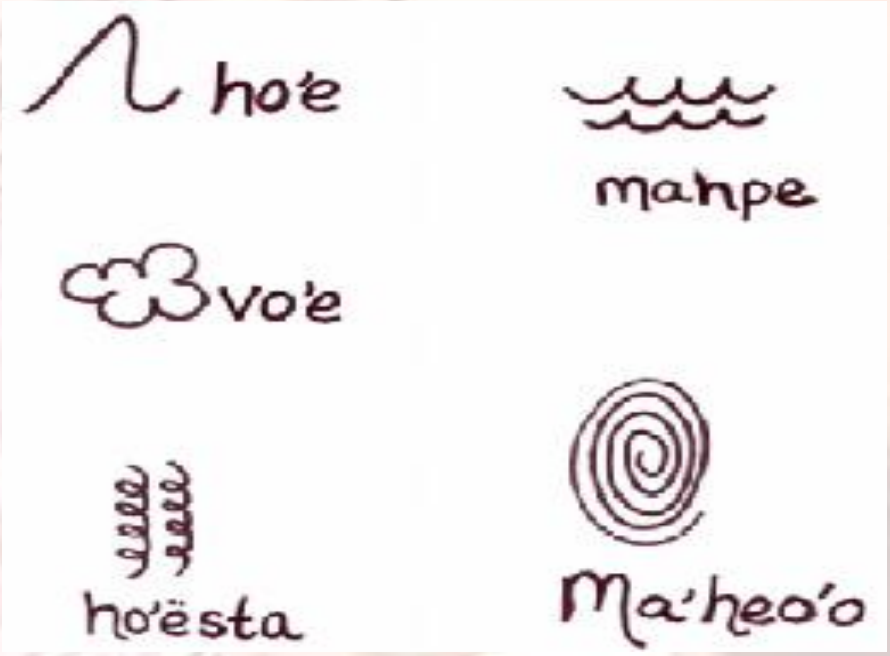
Esta é uma meditação muito poderosa. Pode levar um tempo para que você a decore completamente, mas você precisa sabê-la completamente antes de praticá-la. Se você tentar fazer a meditação enquanto a lê, ela não será efetiva, pois seu foco não se manterá nem em um, nem em outro.

Agora que você ativou o chákra da coroa e o canal da espinha, você pode efetivamente mover o Reiki para dentro e para fora dos sistemas de chákras/nadis. Tente os exercícios de respiração psíquica e dos chákras agora e veja as diferenças nas sensações. Agora com os chákras e a espinha ativados, sempre que você passar por um chákra, a energia do Reiki irá se movimentar em você.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Você deve agora voltar para as técnicas de respiração psíquica e de consciência dos chákras novamente. Escreva em seu diário a experiência dessas técnicas depois de você ter feito a técnica do Circuito Sagrado. Note todas as mudanças que você pode ter sentido e compare com as sensações de antes de você ter feito o Circuito Sagrado.

Capítulo 10: Símbolos do Ma'heo'o Reiki



Agora estudaremos os símbolos de Ma'heo'o Reiki e descobrir os seus significados.

Os elementos são os blocos de construção da vida para tudo o que tem uma existência física. Nenhum dos elementos existe da forma pura (até onde sabemos). Eles estão conectados um ao outro. Exemplo: o fogo precisa de combustível (terra) para nascer, ar para continuar a combustão e água para eliminá-lo. Estes elementos estão dentro de nós interligados. A Terra é nosso corpo, o Ar nossa respiração, o Fogo é nossa paixão e a Água é nosso sangue.

O quinto elemento (espírito) é o que conecta todas as coisas ao plano espiritual e nos dá a força vital, e sem esses elementos nosso mundo e corpos não poderiam sobreviver.

Adiante nós estudaremos os significados dos símbolos e para quê podem ser usados.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Ho'esta



Traduzindo, ho'esta significa fogo. Este é o elemento da Mãe Terra mais dependente de todos os outros elementos, porém é o mais usado. É a adrenalina que nos move. É conectado à direção do Sul, ao Sol, à estação do verão e ao chákra básico. É relacionado no corpo físico com a locomoção, emoções básicas (raiva, paixão, etc.) e adrenalina. É associado ao poder, ao crescimento e à determinação. O Fogo fornece o aquecimento e cozinha os alimentos, mas também é o fogo que destrói casas e arrasa descontroladamente florestas. Use este símbolo para conectar-se com o elemento do fogo e trazer harmonia às emoções primárias e ao chákra básico.

Vo'e



Vo'e representa o elemento do Ar. A palavra Vo'e significa nuvem na linguagem Cheyenne. O elemento do ar é relacionado com a estação da primavera, com a direção Leste, com o chákra da Garganta e do Terceiro Olho. No corpo físico o ar é associado com a atividade mental, o intelecto, todas as formas de comunicação, mente superior e educação. O elemento do ar é o elemento do pensamento, mente e das forças que não são vistas mas que nós sabemos que existem. O ar está em cada respiração que damos desde o nascimento até a morte. O ar é associado com a habilidade psíquica. O ar é a gostosa brisa no verão e o vento gelado no

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

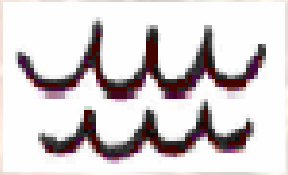
inverno. Use esse símbolo para se conectar ao Eu Superior, para guiar seus pensamentos, ajudá-lo com as comunicações e desenvolver suas habilidades psíquicas.

Ho'e



A tradução de Ho'e significa Terra. O elemento Terra é o solo, assenta tudo que está sobre a Mãe Terra. É a árvore, a montanha e o deserto. A terra é a fundação dos elementos. A terra é o elemento usado quando andamos, corremos, comemos, dormimos ou plantamos. A terra é o elemento mais físico de todos os eles. Sem o elemento terra, a vida como conhecemos não poderia existir. O elemento terra é associado com a direção do Norte, a estação de Outono e ao chákra do Plexo Solar. Use este símbolo para se comunicar com a Mãe Terra, conectar-se com ela, trazendo paz e equilíbrio para as funções do seu corpo. Para conectar com a nossa origem, o Planeta Terra.

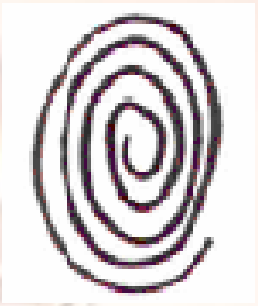
Mahpe



A tradução de Mahpe é água. O elemento da água, como você sabe, é essencial à vida. Se nós não tivéssemos água para beber, a vida se acabaria. Nosso planeta é composto de 75% de água. Água é o oceano, o mar e o lago. Está na chuva, na neve e nas geleiras. A água é conectada à memória, vidas passadas e às emoções. É associada com a direção do Oeste, à estação do inverno e aos chákras umbilical e do coração. Também é associado ao sangue, suor e lágrimas do corpo. Use o símbolo Mahpe para trabalhar emoções, chamar vidas passadas, limpar toxinas do corpo e trabalhar traumas emocionais.

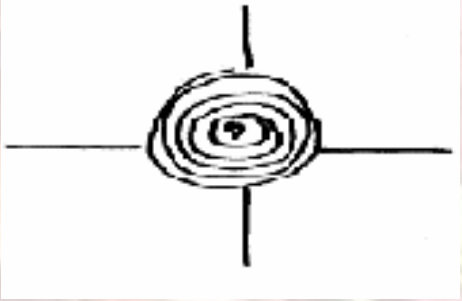
Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Ma'heo'o



A tradução de Ma'heo'o é Grande Espírito. O espírito é o centro de conexão entre todos os elementos, tornando-os Um. O espírito é a energia, força vital, a essência eterna. É o que buscamos em nossas práticas e estudos espirituais e religiosos. Espírito é o novo bebê nascido, o momento da concepção, o velho e frágil. É paz, amor e bênção eterna. O espírito está associado ao chákra da coroa, ao Bindu e à mente inconsciente (subconsciente). É associado ao circulo em movimento, que não tem início nem fim, assim como o tempo, o espaço e o planeta Terra. Use esse símbolo para estar em contato com sua mente inconsciente (subconsciente). Encontre o propósito de sua alma (para quê você serve) e comunique-se com o divino. A direção é o centro.

Ma'heono hesta



Ma'heono hesta significa Coração Sagrado. Este símbolo deve ser visto tridimensionalmente.As espirais representam muitas coisas em várias culturas, incluindo a Deusa. Eu acredito que este símbolo significa a nossa jornada interna. Ele nos abre ao nível espiritual e nos ajuda a guiar pessoas ao seu caminho depois de terem aprendido a importância da energia da Fonte e da Terra e harmonizá-las dentro delas. Meu sentimento me diz que as linhas do símbolo ampliam nossa conexão com nosso Eu Superior... Para nos guiar ao nosso caminho de cura. Eu nos vejo dentro de um vórtex de um espiral para o centro do coração e aí é quanto estamos habilitados para trabalharmos efetivamente como curadores e nos ajuda a usar nosso Poder Pessoal para estabelecer as mudanças nesta Caminhada pela Terra irá

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

trazer consciência às pessoas e ascender com a Mãe Terra. ***Este símbolo foi recebido por Willian Hilton na Pensilvânia durante sua iniciação de Ma'heo'o Reiki em dezembro de 2004***. Willian me contatou falando sobre o símbolo e sobre sua meditação onde obteve seu significado e as informações acima. Eu não estava certa de se esse símbolo deveria ser incluído no sistema, mas durante o a última semana de Fevereiro de 2005, enquanto iniciava outras pessoas, eu recebi o nome deste símbolo e a informação de que ele deveria ser adicionado ao processo de iniciação de Mestrado submergindo para dentro do Chákra do Coração Maior. Este chákra localiza-se entre o chákra coronário e o chákra laríngeo.

Auto-tratamento Ma'heo'o Reiki

Nós iremos agora iniciar nossa PRÁTICA de auto-tratamentos de cura. Usando técnicas que tenho aprendido. Torne-se seu próprio "paciente".

Abaixo, segue um guia para o tratamento. Lembre-se de acreditar e deixar fluir sua intuição, que é o melhor guia.

Tratando a você mesmo

Aplicar o tratamento em você mesmo é um aspecto muito importante do Reiki. É fortemente recomendado que você aplique auto-tratamentos regularmente, é preferível que seja diário no primeiro mês.

Quanto melhor se tornar sua saúde, mais você estará balanceando seus sistemas centrais de mente/corpo/espírito, e então aumentando drasticamente o fluxo da energia de Ma'heo'o Reiki a cada tratamento. O mais importante, é que aumentará o seu auxílio interior, ajudando-o a lidar com situações diárias mais satisfatoriamente e assim lhe dando auxílio espiritual quando necessário. As imagens que se seguem, detalham uma rotina de auto-tratamento sugerida. Se você já tem um conjunto de posições de aplicações, então as utilize. Não existem padrões ou parâmetros para o Ma'heo'o Reiki, simplesmente deixe a energia lhe guiar. Você permanecerá com suas mãos por várias posições ao longo do corpo. Permaneça cerca de 3-5 minutos em cada uma das seis posições, completando assim a aplicação entre 20-30 minutos. É importante seguir este esquema no início. Uma vez que você esteja familiarizado com os procedimentos básicos e já tenha confiança, deixe suas mãos o guiarem.

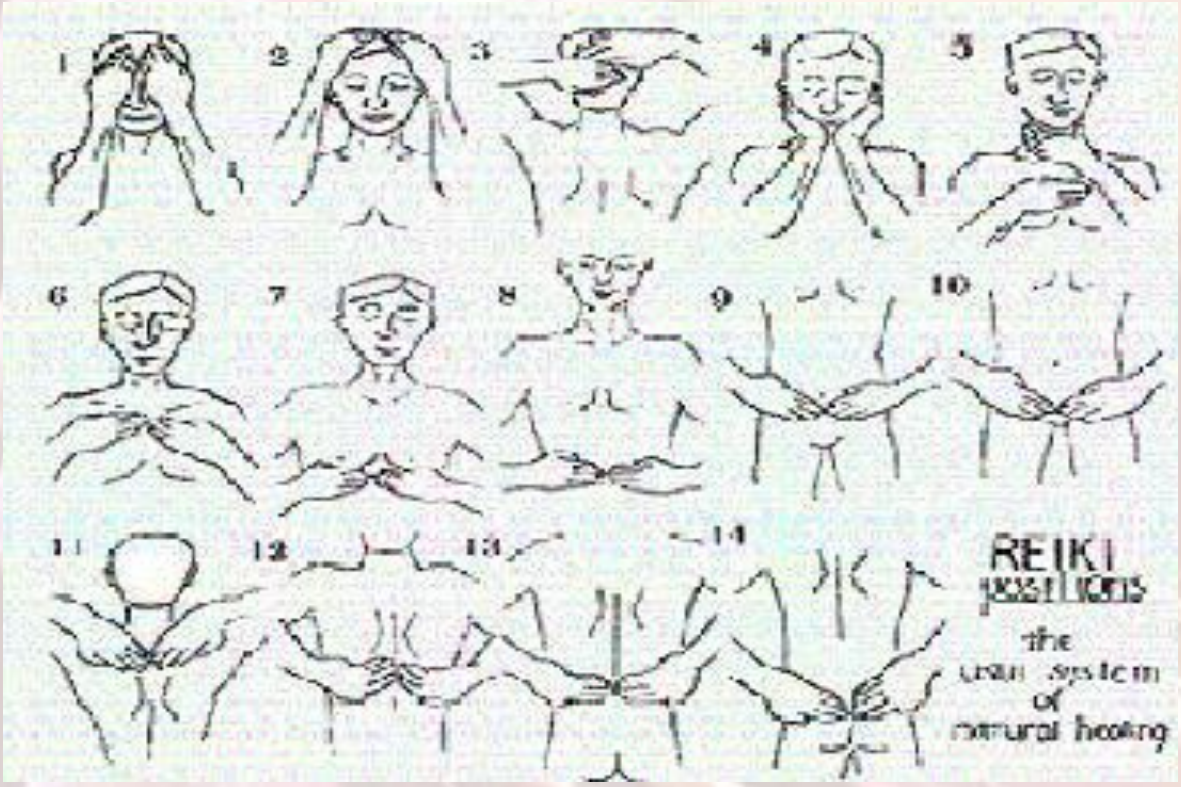
Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Prática, experiência e paciência irão certamente lhe levar ao estágio onde você acreditará na sua intuição. De qualquer forma, a energia universal estará sempre supervisionando seus tratamentos, garantindo o sucesso de cada um deles.

Não esqueça de tomar bastante água!

Posições para Auto-Tratamento

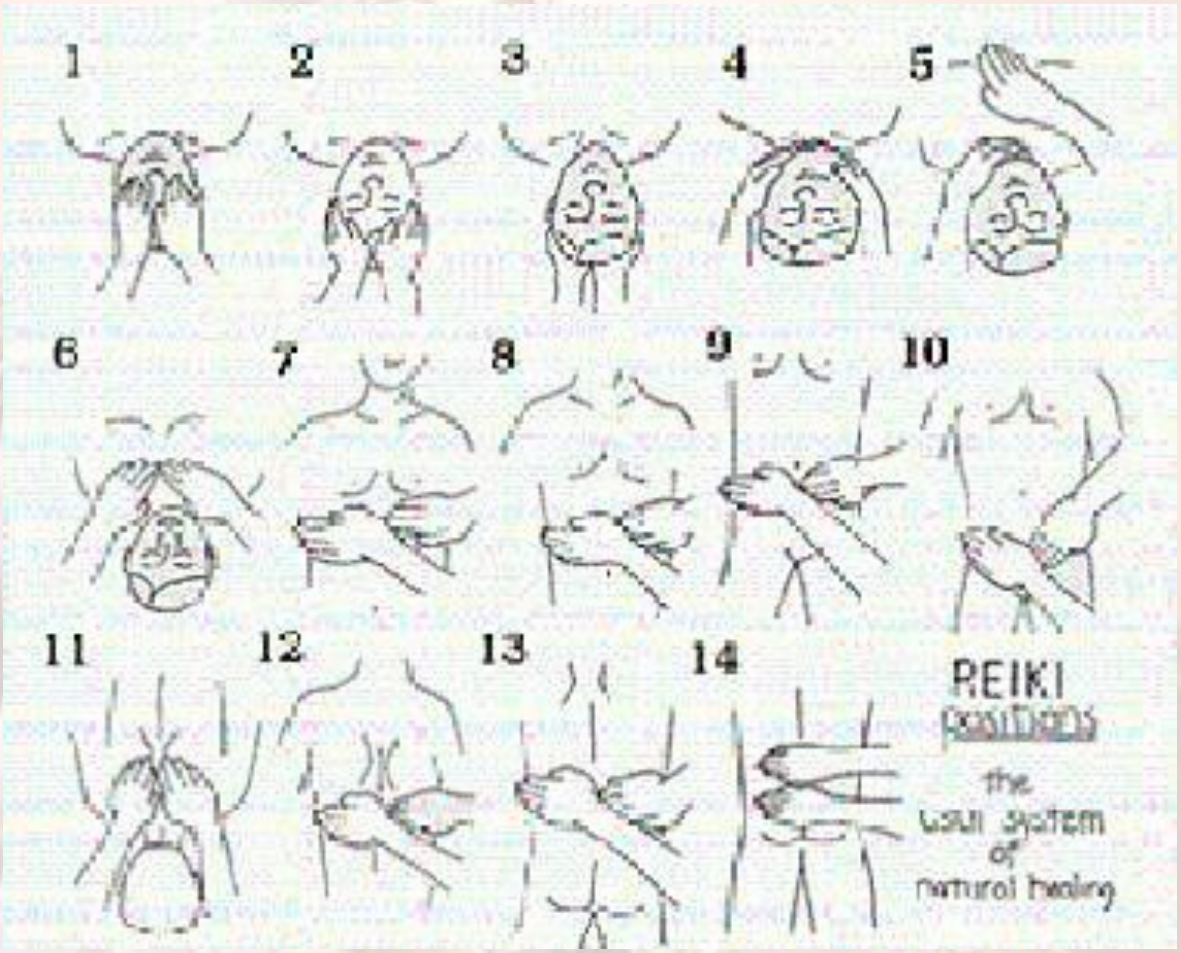
Comece seguindo sua consciência através dos sistemas de chákras e nadis, e quando você estiver consciente da presença do Ma'heo'o Reiki em você, então comece pela cabeça, trabalhando de cima para baixo ao longo do corpo. Normalmente, aproximadamente 3 minutos em cada posição é o recomendado (às vezes mais ou menos), dependendo nas reações que você pode sentir.



Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Posições das mãos para tratamento em outras pessoas

As posições seguintes são do sistema de Reiki Usui, pois como eu disse antes, o Ma'heo'o Reiki não tem posições padronizadas.



Tratamento de Ma'heo'o Nº1

Antes de começar o tratamento, concentre-se e sinta a conexão à energia do Ma'heo'o Reiki. Se você executou todas as técnicas e recebeu as iniciações, você não precisa se preocupar, você já está conectado à energia. Esta conexão não se desliga, ela perdurará por quanto tempo o seu caminho sagrado não for concluído. Ela sempre fluirá através de você e poderá ser transmitida a quem você desejar.

Use os símbolos no ambiente, para deixá-lo em harmonia com o Ma'heo'o Reiki.
Vo'e = Leste
Ho'e = Norte
Ho'esta = Sul

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Mahpe = Oeste
Ma'heo'o = Centro

Comece com a cabeça e deixe gentilmente a energia fluir para o local. Permaneça cerca de 3-5 minutos em cada posição (chákra). Visualize os símbolos (em qualquer ordem) fluindo do seu chákra da Coroa, descendo para as suas mãos e entrando no paciente. Desça por todas as posições na frente e depois atrás, e termine no local inicial, permanecendo mais 1 minuto, mais ou menos. Eu acho melhor começar no chákra Básico, mas algumas pessoas não se sentem confortáveis ao tratá-lo. Enfim, comece por qual posição você quiser, mas lembre-se de sempre terminar na mesma posição que você iniciou o tratamento.

Lentamente, vá cortando o fluxo de energia (como ao fechar lentamente uma torneira de água) de suas mãos até ele parar.

Tratamento de Ma'heo'o Reiki Nº 2

Esta é uma técnica mais avançada de tratamento. Você não precisa usá-la até se sentir confortável com ela, mas é o método de cura preferido do Ma'heo'o Reiki. Promoverá mais rapidamente a cura para as pessoas e elas absorverão mais energia do Ma'heo'o Reiki.

Comece como na primeira técnica, concentrando-se e preparando o ambiente. Você pode usar as posições que você usa normalmente. Permita a energia fluir através de suas mãos para dentro do cliente. Focalize em seus sistemas de chákras/nadis, permita que um raio da energia Ma'heo'o de cada chákra/nadi seus fluir para fora e entrar em seu cliente, conforme você move suas mãos. Permaneça cerca de 3-5 minutos em cada posição.

Quando você estiver pronto para terminar o tratamento, recupere os raios de energia para os seus chákras/nadis de uma só vez. Quando estiver completado, lentamente, vá apagando os raios de suas mãos, como se estivesse fechando uma torneira.

Dê tempo suficiente ao seu paciente para recuperar seus sentidos e pra que ele tenha certeza de que pode andar e ir embora.

Os símbolos de Ma'heo'o Reiki são muito poderosos e precisam ser entendidos antes de ser empregados. O nível vibracional da pessoa precisa estar alto suficiente para manter a energia de um símbolo depois de usá-lo. Para honrar a tradição oral, é recomendado que você (quando estiver ministrando um curso) não dê simplesmente um manual aos seus alunos. Leia e estude

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

todos os pontos com seus alunos e depois de completar os exercícios e fazer as iniciações, certifique-se de que eles entenderam completamente os conceitos apresentados antes de você os deixar partir. Um programa de aula está anexado ao final da apostila.
O trabalho se torna maior quanto se está ensinando à distância ou por correspondência do que em cursos presenciais. Ensinar em um fórum on-line ou classes virtuais como uma aula-universal é ideal, desde que você tenha capacidade para se contatar com cada um de seus alunos. Se você ensina algo na internet, o seu site serve como exemplo, onde você recomenda que os alunos mantenham contato regularmente. Via e-mail ou telefone, até que tenham entendido o propósito do curso e para que ele tenha oportunidade de fazer qualquer pergunta ou dúvida que ele tenha. Isto se torna muito mais importante quando se está trabalhando com alunos que não são familiarizados com a energia ou os conceitos e técnicas do Reiki.

Não ministre um curso onde você somente entrega as apostilas e faz as iniciações em seus alunos, deixando-os para entenderem tudo sozinhos.

Ao fazer isso, você estará desonrando o Ma'heo'o Reiki, nossa linhagem, à Mãe Terra, ao Ma'heo'o e ainda mais, a si próprio.

Capítulo 11: Ma'Heo'o Reiki Terceiro Nível

Este nível o irá conduzir através dos processos de iniciação. Os métodos de iniciações presenciais serão discutidos aqui, assim como os dois tipos de iniciações à distância. Cada método que você usar dependerá primeiro se você já é mestre em Reiki Usui e segundo se você se sentir confortável com ele. Por favor, lembre-se de que essas instruções não substituem as iniciações em Ma'heo'o Reiki, treinamento ou os tratamentos.

Para se tornar um mestre em Ma'heo'o Reiki, é necessário que você tenha recebido o treinamento e iniciações apropriados de um Ma'heo'o Reiki Master Teacher, que também tenha sido iniciado por outro mestre e assim por diante.

Você pode usar o método que sua intuição o guiar, desde que os passos básicos sejam seguidos.

Antes de ministrar as iniciações, diga aos seus alunos para decretar em voz alta a intenção de lhes ser mostrado/dito seus nomes sagrados e animais sagrados.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Eles podem dizer algo como "*eu desejo que me seja dito/mostrado meu nome sagrado e o meu animal do poder de uma forma que eu possa reconhecer*".

Rituais

Os rituais são comportamentos focalizados que têm sido testados pelo tempo e é sabido que atingem seus resultados com sucesso. São excelentes maneiras de impressionar o seu eu básico (mente lógica) com a necessidade da mudança e com o fato de você estar sério e centrado a esse propósito. Nunca realize um ritual na presença de pessoas negativas ou céticas, as quais irão sugar toda a energia do ritual. Se você tem a intenção de mudar a mente de pessoas céticas, existem outros momentos mais apropriados para isso e um ritual não é o momento certo.

Ritual de Cura



Este ritual pode ser praticado por você sozinho ou com um grupo que tenha a mesma intenção em mente. Neste ritual você está pedindo ao seu Eu Superior e aos outros Seres Superiores para que eles promovam o equilíbrio necessário para a cura com a ferramenta que você irá usar, o que neste caso é o Ma'heo'o Reiki.

Você pode pedir por sua cura ou dos outros, de situações, lugares ou conflitos. Como muitos rituais, este também é melhor executado à noite em um local quieto, que é um local que conduza e facilite o trabalho de cura.

Todos os Direitos Reservados – http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Para criar um ambiente para seu ritual, você pode querer fazer algum espaço sagrado, o que pode ser feito ao colocar no centro do espaço itens sagrados como cristais, pedras, velas, incensos, imagens ou qualquer outra coisa sagrada para você. Esta escolha pode ser de sua preferência ou dos membros do grupo. Você pode construir seu espaço sagrado tão extravagante ou simples quanto desejar.

Antes de seus membros chegarem, você pode querer imprimir os símbolos do Ma'heo'o Reiki em suas respectivas direções como você viu ser feito nos trabalhos de cura.

Peça aos membros para colocar alguma coisa pessoal (de preferência objetos artesanais) no espaço sagrado para ficarem lá durante a cerimônia. Os objetos serão carregados com um poderoso mana (energia universal) que será criada durante o ritual.

Enquanto os participantes estão se movendo, formando o círculo ao redor do local sagrado, você pode colocar uma música bem suave para tocar. Algo relaxante e tranqüilo seria ideal!

Para iniciar, faça uma prece pedindo pelo auxílio do Criador. Peça também para que seu espaço sagrado esteja fechado para qualquer energia negativa. Então você pode bater cascas de coco, assoviar, chacoalhar uma maracá, tocar um tambor, tocar sinos ou qualquer coisa que tiver nas mãos.

Isto muda a atmosfera e anuncia que o ritual começou. Neste momento, o líder escolhido diz: "estamos reunidos aqui esta noite com o propósito de cura para a mente, corpo e espírito de todos nós, aos outros e à Mãe Terra. Nossos meios serão os do Ma'heo'o Reiki e com ele iremos criar e direcionar energia da força vital. Trabalharemos na crença de que somos todos curadores em espírito, de que todos temos acesso à força vital e que todos podemos manter e receber ilimitadamente a força vital ".

"Esta noite nós pedimos pela cura com a consciência de que a doença é uma mensagem e uma oportunidade para aprendermos sobre nós mesmos. Nós tomamos aqui a responsabilidade por nosso próprio crescimento, antes removendo nossos bloqueios e trazendo para nós o equilíbrio para que a cura possa tomar lugar. Pedimos pela cura destes também, listados aqui, em seus níveis superiores."
"Pedimos para que os Eus superiores de todos neste local, estejam presentes, que os ancestrais estejam presentes e que o Concílio dos Anciãos esteja presente, para nos ajudar. Nós pedimos sinceramente pela cooperação de todos os Eus básicos neste local. Com o

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

propósito de invocar os Eus superiores, iremos mantrar lentamente oito vezes Au-Ma-Kua (o mantra pode ser acompanhado de tambores ou chocalhos)."

Aumakua é a palavra havaiana que significa Eu Superior.

O líder então instrui todos a darem as mãos e fecharem os olhos.

Respirarem profundamente por 16 vezes no seu próprio ritmo, para construir a energia lentamente. Visualize uma enorme força de reiki sendo criada dentro do círculo, e conforme você continua sua respiração visualize-a intensificando.

Agora iremos primeiro nos visualizar, e depois os outros dentro do círculo de cura. Imagine-os dentro do circulo por alguns momentos, em completa saúde, sentindo-se bem e sorrindo.

Agora o líder instrui o grupo a dizer:"eu (nome), me coloco dentro do circulo de cura". Cada pessoa do grupo repete essas palavras até que todas estejam dentro do circulo de cura.

O líder então instrui ao grupo para que continuem sua respiração profunda enquanto visualizam outras pessoas que lhe pediram por cura e diga para cada uma delas "eu coloco (nome) no circulo de cura para ter saúde em todos os níveis de seu ser". Quando todos tiverem acabado de entrar no circulo, as pessoas amadas, etc, então a Terra deve ser colocada dentro do circulo de cura para completar a cura e renovação. Veja a Mãe Terra brilhar atrás de você com tranqüilidade e paz. Veja as pessoas, o ambiente, as plantas, as vidas animais existentes unidas, em perfeita harmonia e equilíbrio.

Mantenha esta visão por um momento.

Para encerrar o líder pede para todos para erguerem suas mãos ao céu e repetir "Faça com que a energia criada aqui se torne forte, deixe-a fluir aos Eus Superiores para a cura em todos os níveis. Que se faça a Chuva de Bênçãos. Aho!" e termine tocando o instrumento que você usou para iniciar o ritual.

Capítulo 12: Processo de Iniciação

Para a primeira iniciação você irá usar os símbolos ***ho'esta*** *e* ***mahpe****.*

O símbolo **ho'esta** será colocado no chákra básico e o **mahpe** nos chákras umbilical e do coração.

Para iniciar todas as iniciações você deve postar-se na frente do iniciando e colocar suas mãos diante do chákra que irá trabalhar. (se você for trabalhar com os chákras do coração e o básico, não toque a pessoa, somente coloque as mãos diante da área).

Imprima (com os olhos mentais) o símbolo **ho'esta** no chákra básico enquanto você fala seu nome três vezes (silenciosamente ou em voz alta). A cada vez que você disser o nome do símbolo ele penetrará mais profundamente no chákra, sendo que no final ele estará completamente imerso no mesmo.

Depois ponha suas mãos diante do chákra umbilical e com sua mente imprima o símbolo **mahpe** nele. A cada vez que você disser o nome do símbolo ele penetrará mais profundamente no chákra, sendo que no final ele estará completamente imerso no mesmo.

Agora suba ao coração e repita o mesmo procedimento.

Quando você terminar, segure as mãos do iniciado em posição de prece diante de seu chákra do coração com as suas mãos envolvendo as dele.

Diga: "Hoje lhe dou estes símbolos para você usá-los para o bem maior. Você os aceita?" O iniciado diz sim e o processo está terminado.

A próxima iniciação deve ser feita somente após 24-48 horas

*Para a segunda iniciação você usará os símbolos **vo'e** e **ho'e**.*

O símbolo **vo'e** será colocado no chákra da garganta e do terceiro olho, e o símbolo **ho'e** no chákra do plexo solar.

Imprima (com seu olho mental) o símbolo **ho'e** para dentro do chákra do plexo solar. A cada vez que você disser o nome do símbolo ele penetrará mais profundamente no chákra, sendo que no final ele estará completamente imerso no mesmo.

Agora você irá imprimir o símbolo **vo'e** dentro dos chákras da garganta e do terceiro olho seguindo o mesmo processo.

Imprima (com seu olho mental) o símbolo **vo'e** para dentro do chákra da garganta. A cada vez que você disser o nome do símbolo ele penetrará mais profundamente no chákra, sendo que no final ele estará completamente imerso no mesmo.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Imprima (com seu olho mental) o símbolo **vo'e** para dentro do chákra do terceiro olho. A cada vez que você disser o nome do símbolo ele penetrará mais profundamente no chákra, sendo que no final ele estará completamente imerso no mesmo.

Quando você terminar, segure as mãos do iniciando em posição de prece diante de seu chákra do coração com as suas mãos envolvendo as dele.

Diga: "Hoje lhe dou estes símbolos para você usá-los para o bem maior. Você os aceita?" O iniciado diz sim e o processo está terminado.

A terceira iniciação deve ser feita com no mínimo uma semana de intervalo.

Esta iniciação deve se basear mais no progresso do estudante com relação aos exercícios e às técnicas de Ma'heo'o Reiki.

Para a terceira iniciação você usará os símbolos **Ma'heo'o** e **Ma'heono hesta**. O símbolo **Ma'heo'o** será colocado no chákra da coroa e no Bindu e o símbolo **Ma'heono hesta** no timo ou no Chákra do Coração Maior localizado acima do chákra do coração.

Poste-se diante do seu aluno.

Imprima (com seu olho mental) o símbolo **Ma'heo'o** para dentro do chákra da coroa . A cada vez que você disser o nome do símbolo ele penetrará mais profundamente no chákra, sendo que no final ele estará completamente imerso no mesmo.
Agora, você imprimirá o símbolo **ma'heo'**o dentro do bindu, seguindo o mesmo procedimento acima.

Então imprima (com seu olho mental) o símbolo **Ma'heono hesta** para dentro do chákra do timo. A cada vez que você disser o nome do símbolo ele penetrará mais profundamente no chákra, sendo que no final ele estará completamente imerso no mesmo.

Quando você terminar, segure as mãos do iniciando em posição de prece diante de seu chacra do coração com as suas mãos envolvendo as dele.

Diga: "Hoje lhe dou estes símbolos para você usá-los para o bem maior. Você os aceita?" O iniciado diz sim.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Agora você diga: "Seja bem vindo (primeiro nome) à Maestria em Ma'heo'o Reiki", e então o processo está terminado.

Iniciação à distância

As iniciações à distância podem ser enviadas com o símbolo HonShaZeShoNen. Você precisa ser mestre Reiki Usui e ter já recebido este símbolo antes de usar este método de iniciação. Nós não iremos falar sobre este símbolo aqui, pois nós não o usaremos em nenhum outro momento. Se você ainda não é um mestre Reiki Usui, você pode pedir mais informações com o seu professor.

Você precisará de alguma informação do seu iniciado, embora uma foto não seja necessária. Você precisará do nome dele, sua localização (cidade, estado e país) endereço e nome ou nome e telefone.

Nossas energias são sintonizadas à nossas freqüências. Nossa freqüência é seu nome, portanto quanto mais informações sobre o iniciado, melhor.

Siga um dos passos abaixo para conectar-se com seu aluno e iniciá-lo. Todos esses passos são eficientes, então use aquele que você mais se adaptar.

1) Visualize em seu quadro mental um telefone – você pode até discar o número do telefone ou pedir à telefonista para conectá-lo ao (nome do iniciando aqui). Diga "por favor, conecte-me com Jane Smith em Lexington, KY". Quando a conexão estiver feita, você realiza a iniciação como se a pessoa estivesse em sua frente. A diferença é que você estará mantendo sua conexão com o iniciando em seu plano mental.
2) Visualize uma porta. Do outro lado da porta está seu iniciando. Bata na porta e quando responder (abrir a porta) você procede com a iniciação como se ele estivesse diante de você.
3) Você pode usar um travesseiro, um urso de pelúcia, foto, pedaço de papel, boneco, ou o que quiser para representar o iniciando. Coloque o objeto diante de você e realize a iniciação como se a pessoa estivesse em sua frente.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Tratamentos à Distância

Visualize em seu quadro mental um telefone – você pode até discar o número do telefone ou pedir à telefonista para conectá-lo ao (nome do iniciando aqui). Quando você estiver conectado a ele, faça um tratamento como se a pessoa estivesse presente. Visualize uma porta. Do outro lado da porta está seu iniciando. Bata na porta e quando responder (abrir a porta) você procede com o tratamento como se ele estivesse diante de você.

Você pode usar um travesseiro, um urso de pelúcia, foto, pedaço de papel, boneco, ou o que quiser para representar o iniciando. Coloque o objeto diante de você e realize o tratamento como se a pessoa estivesse em sua frente.

Permita que a energia flua através das suas mãos para dentro do cliente. Focalize em seus sistemas de chákras e nadis – permita que o raio luminoso de Ma'heo'o se mova através suas mãos. Permanecendo cerca de 3-5 minutos em cada posição.

Capítulo 13: Programa de Curso Presencial

Ma'heo'o Reiki Primeiro Nível

Tempo sugerido: das 10 às 18
Lembre-se de que o grupo deve ser de um tamanho que você possa terminar o curso o mais cedo possível. As pessoas ficam mais felizes e realizadas quando não precisam ficar mais tempo do que o planejado.
1) Abertura e Registro.
2) Defumação (opcional)
3) Apresentações – nome, trabalho, família, panorama metafísico, entendimento do Reiki, por que você quer trabalhar com o Ma'heo'o Reiki, diga algo que você gosta em você mesmo.
4) Inicie uma meditação para conectar-se ao grupo.
5) Distribua as apostilas.
6) Reiki: o que é o Reiki, o que é Ma'heo'o Reiki, explique os níveis, o que ele pode curar, história do Reiki, Ma'heo'o Reiki e as tradições xamânicas; use as informações do manual ou as suas próprias.
7) Pausa para o almoço (1 hora).
8) Retorne e reintegre o grupo.
9) Fale sobre a iniciação e como funciona.

Todos os Direitos Reservados – http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

10) Meditação de Preparação para a Iniciação – Lembre se dos nomes sagrados e dos animais guardiões para quem se interessar.
11) Iniciação em Ma'heo'o Reiki Primeiro Nível 12) Deixe os alunos escreverem em seus cadernos sobre a experiência da iniciação.
Compartilhe com o grupo, mas somente se sentirem-se confortáveis.
13) Pausa de 15 minutos.
14) Prática de Reiki (grupos de 3 ou 4) por durante 5-8 minutos. Vá reportando todas as sensações, visões ou conhecimentos que a energia do Ma'heo'o Reiki está fornecendo.
15) Compartilhe com a classe.
16) Explique a técnica de Respiração e Consciência e pratique.
17) Faça a técnica da Consciência dos Chákras/Nadis.
18) Deixe com que eles escrevam em seus diários o que sentiram desta experiência, e então compartilhem.
19) Pausa de 15 minutos.
20) Explicação dos símbolos – desenhe-os, a pronúncia correta dos nomes, breve explicação sobre o uso de cada símbolo.
21) Explique o Formulário de Informações do Cliente.
22) Discuta sobre honorários.
23) Explique os procedimentos para o Registro.
24) Prece/Meditação de encerramento – Termine com comentários e dúvidas.

Ma'heo'o Reiki Segundo Nível

Tempo sugerido: das 10 às 18
1) Abertura – Defumação (opcional).
2) Meditação/Prece de abertura.
3)Compartilhamento e meditação, efeitos da iniciação, o uso do Reiki, dúvidas/comentários.
4) Complete qualquer coisa que você não teve tempo no sábado.
5) Símbolos – Completo significado de cada um deles.
6) Mostre como se desenha os símbolos, deixe os desenhá-los por bastante tempo.
7) Discuta qualquer Nome Sagrado ou Animal do Poder que seus alunos tenham recebido, se eles desejarem. Pode ser útil você ter um livro com as Cartas Xamânicas (ed. Rocco) de Jamie Sams ou uma lista com informações sobre o assunto para expor aos alunos.
8) Discuta as cartas de Ma'heo'o Reiki e seus usos e deixe seus alunos examiná-las.
9) Pausa para o Almoço (1 hora).
10) Reintegração do grupo.

Todos os Direitos Reservados – http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

11) Fale sobre a Segunda Iniciação e resultados.
12) Pratique a Técnica do Circuito Sagrado
13) Deixe os alunos escreverem suas experiências em seus diários.
14) Pratique a respiração Psíquica, se necessário em grupo.
15) Pratique a respiração dos Chacras, se necessário em grupo.
16) Deixe-os anotar suas experiências.
17) Pausa de 15 minutos.
18) Meditação de preparação para a iniciação.
19) Iniciação ao Segundo Nível.
20) Experiências no diário.
21) Pausa de 10 minutos.
22) Estabeleça a prática de auto-tratamento por no mínimo 10 minutos.
23) Pratica de Ma'heo'o Reiki em outras pessoas. Alterne as técnicas com as pessoas. Se no primeiro nível você usou a técnica nº1, use hoje a nº2.
24) Meditação/Prece de encerramento – Termine com comentários e dúvidas.

Ma'heo'o Reiki Terceiro Nível

Tempo sugerido: das 10 às 18
Você já deve ter registrado seus alunos antes deste dia, tendo seus números de registro para você poder escrever nos certificados.
1) Abertura e Registro.
2) Defumação (opcional).
3) Meditação/Prece de abertura.
4) Compartilhem – meditação, efeitos da iniciação, utilização do Reiki, perguntas/comentários.
5) Complete tudo o que você não teve tempo no segundo nível.
6) Discuta qualquer Nome Sagrado ou Animal do Poder que seus alunos tenham recebido, se eles desejarem.
7) Prepare os alunos para realizar o Ritual de Cura.
8) Pausa para almoço (1 hora).
9) Reintegração do grupo.
10) Fale sobre a terceira iniciação e seus resultados.
11) Pratique a técnica do Circuito Sagrado.
12) Deixe-os anotar as experiências nos diários.
13) Meditação de preparação para a iniciação.
14) Iniciação do Terceiro Nível (mestrado).

Todos os Direitos Reservados – http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

15) Experiências nos diários.
16) Pausa de 10 minutos.
17) Estabeleça a prática de auto-tratamentos por no mínimo 10 minutos.
18) Pratica de Ma'heo'o Reiki em outras pessoas. Alterne as técnicas com as pessoas.
Se no outro nível você usou a técnica nº1, use hoje a nº2, se tiverem dificuldades com a segunda, volte à primeira, mas todos devem tentar, ao menos tentar a segunda técnica.
19) Explicações sobre as iniciações.
20) Explique o Hon Sha Ze Sho Nen e sua relação entre o reiki e o Ma'heo'o Reiki.
21) Explique e mostre aos alunos como se fazer uma iniciação, abordando todos os métodos para que eles se familiarizem com eles.
22) Prática de iniciações.
23) Pausa de 15 minutos.
24) Estabeleça a prática de auto-tratamentos por no mínimo 10 minutos.
25) Explique tratamentos à distância.
26) Explique como se fazer tratamentos à distância, todos os métodos.
27) Estabeleça a prática de tratamentos à distância.
28) Escrevam as experiências nos diários.
29) Discuta o Formulário do Cliente.
30) Discuta o Processo de Registro.
31) Perguntas e Respostas.
32) Pausa de 10 minutos.
33) Entrega de certificados e linhagens.
34) Informe aos alunos sobre o site e forma de como continuarem a manterem contato.

Capítulo 14: Exercícios de Ma'heo'o Reiki

As questões adiante são destinadas a ajudá-lo a entender melhor as técnicas de Ma'heo'o Reiki e utilizá-las. Por favor, envie suas respostas ao seu professor. Lembre-se de completar todos os exercícios para poder receber sua certificação.

1. Explique, se for o caso, as diferenças sentidas no Ma'heo'o Reiki. Você já estudou outros seguimentos de Reiki? Quais?

2. Explique em suas próprias palavras os pontos comuns entre o Reiki e a espiritualidade Nativo-Americana.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

3. Volte às suas notas sobre a técnica do Circuito Sagrado e explique qualquer diferença que você possa ter sentido posteriormente na respiração dos Chákras.

4. Realize 3 tratamentos em Ma'heo'o Reiki em 2 pessoas/animais (presencialmente) e responda as questões seguintes em cada tratamento.
. Sexo do cliente:
. Horário de início:
. Horário de término:
. Quais as sensações que você teve?
. Qual tipo de tratamento você usou? O primeiro ou o segundo?
. Você sentiu a conexão com o Ma'heo'o Reiki?
. Qual foi a ressonância em seu cliente?
. Reporte tudo o que achar importante.

5. Desenhe os símbolos do Ma'heo'o Reiki. Faça auto-tratamentos e sempre anote as sensações que você tem, lembrando-se de anotar sempre as dúvidas ou pensamentos que possam lhe ocorrer.

6. Descreva como se dar um tratamento ou uma iniciação à distância em Ma'heo'o Reiki.

Testes:

Teste Nº1
1. Complete a lacuna
Os praticantes de Ma'heo'o Reiki não diagnosticam nenhuma condição em seus _____.

2. Complete a lacuna
Existem _____ símbolos específicos ao Ma'heo'o Reiki.

3. Explique o propósito da iniciação do primeiro nível.

Teste Nº2
1. Explique como a respiração e a consciência trabalham juntas.
2. Explique o propósito da iniciação do segundo nível.

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

Teste Nº3

1. A cor associada ao chákra básico é:

A vermelha
B azul
C verde
D laranja
E amarela

2. A cor associada ao chákra da coroa é:

A verde
B dourada
C violeta
D lavanda
E rosa

3. A cor associada ao chákra umbilical é:

A vermelha
B azul
C amarela
D laranja
E verde

4. A cor associada ao chákra do terceiro olho é:

A cinza
B índigo
C roxo
D vermelha
E amarela

5. A cor associada com o chákra do plexo solar é:

A amarela
B verde
C azul
D violeta
E laranja

6. A cor associada ao chákra do coração é:

Todos os Direitos Reservados - http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/

A verde
B azul
C vermelha
D laranja
E amarela

7. A cor associada ao chákra da garganta é:
A vermelha
B índigo
C violeta
D verde
E azul

8. Explique o termo "respiração psíquica".

Teste Nº4

1. O símbolo **mahpe** representa qual elemento?
2. O símbolo **ho'esta** representa qual elemento?
3. O símbolo **ho'e** representa qual elemento?
4. O símbolo **ma'heo'o** representa qual elemento?
5. O símbolo **vo'e** representa qual elemento?

Teste Nº5

1. Descreva o procedimento para se realizar um tratamento Ma'heo'o Reiki presencialmente.
2. Descreva o procedimento para se realizar uma iniciação Ma'heo'o Reiki presencialmente.

Agradecimentos e Mensagem Final

Eu agradeço a você a oportunidade de compartilhar meu aprendizado e espero que ele lhe seja útil. Estarei sempre à disposição para qualquer dúvida, se eu não conhecer a resposta, a buscaremos juntos.
Que sua jornada seja abençoada.
Tenha uma existência impregnada de luz, energia, amor e paz.
Macaé-Rj, Maio de 2011.

Esta apostila foi, amorosamente, elaborada por Leilane Castro, respeitando as tradições originais da fundadora Ver. Sheryl Carter.

Shaman Leilane Castro

Mestre no Sistema Xamânico Cheyenne – MA´HEO´O

Todos os Direitos Reservados – http://br.groups.yahoo.com/group/tratamentoadistancia/