Frank Arjava Petter,
Walter Lübeck e William Lee Rand

O Espírito do REIKI



Das tradições até ao presente,
os fundamentos, os símbolos e as técnicas
deste extraordinário caminho espiritual.

nascente

Índice

Prefácio..... 11

Introdução..... 13

PARTE I – A HISTÓRIA DO REIKI..... 17

Capítulo **1**
O Reiki no Mundo Oriental..... 19

Capítulo **2**
O Reiki no Mundo Ocidental..... 25
A Evolução do Reiki..... 28
Uma Definição de Reiki..... 29

Capítulo **3**
A História do Reiki de Hawayo Takata..... 31
Teria o Dr. Usui outro Nome?..... 36
Na Esteira dos Passos de Takata..... 37

Capítulo **4**
Qual é a Tradição do Reiki?..... 40

Capítulo **5**
O Reiki Contemporâneo no Japão..... 43

PARTE II – AS BASES DA ENERGIA DE REIKI..... 47

Capítulo **6**
O Significado do Caráter de Reiki..... 49
Uma Análise ao Caráter do Reiki..... 51
Formas Adicionais de Escrever o Caráter *Ki*..... 54
Resumo do Significado Esotérico do Termo *Ki*/*Chi*..... 55

Capítulo **7**
Um Sistema Japonês para Descrever as Energias Vitais..... 58
As Caraterísticas das Sete Energias Vitais Basilares..... 60

Capítulo **8**
A Natureza da Energia de Reiki..... 67
Porque é que Adoecemos?..... 70
A Iniciação de Reiki: Uma Experiência Pessoal..... 72
A Energia Terapêutica Especial do Reiki..... 74

Capítulo **9**
Uma Explicação Científica sobre a Energia de Reiki..... 77

Capítulo **10**
Os Meridianos..... 83

Capítulo **11**
Os Chakras..... 89

Capítulo **12**
A Aura..... 93

Capítulo **13**
O Percurso da Cabeça ao Coração e do Coração à Barriga..... 96

Capítulo **14**
O Reiki como Caminho Espiritual..... 99
Os Cinco Princípios do Reiki..... 101
Os Cinco Objetos do Reiki Ryoho..... 103

PARTE III – A PRÁTICA DE REIKI..... 105

Capítulo **15**
A Formação em Reiki..... 107
Critérios Mínimos Necessários..... 108
Reiki I..... 108
Reiki II..... 109
Reiki III-A ou Nível de Praticante Mestre..... 109
Reiki IV-B ou Nível de Professor Mestre..... 110
Programas de Ensino de Nível Superior..... 110

Capítulo **16**
A Relação entre o Professor e o Aluno de Reiki..... 112
O Reiki como Caminho Espiritual..... 114
A Relação Espiritual entre o Professor e o Aluno de Reiki..... 116

Capítulo **17**
Os Símbolos e Mantras do Reiki..... 124
Símbolos e Mantras nas Várias Tradições Espirituais..... 124
A Melhor Abordagem aos Símbolos e Mantras do Reiki..... 129
O Significado dos Símbolos e Mantras do Reiki..... 130
Informação Básica sobre a Utilização dos Símbolos e Mantras..... 140

Capítulo **18**
As Técnicas de Reiki Japonesas..... 142
Regras Básicas da Sociedade Japonesa..... 145
O Desenvolvimento do Reiki no Japão..... 149
As Técnicas de Reiki do Dr. Usui..... 151
1. *Gassho Meiso*: A Meditação *Gassho*..... 152
2. *Reiji-Ho:* A Indicação da Energia de Reiki..... 156
3. *A Técnica Kenyoku*: Banho Seco..... 159
4. *Joshin Kokyuu-Ho*: A Técnica Respiratória..... 164
5. *Byosen*: A Técnica de Varrimento..... 168
6. *Reiki Mawashi*: Exercício de Grupo Corrente de Reiki..... 170
7. *Shu Chu-Reiki*: Exercício de Grupo Concentrado..... 172
8. *Enkaku Chiryo (Shashin Chiryo)*: Técnica de Tratamento à Distância..... 173

9. *Seiheki Chiryo*: Técnica de Tratamento de Hábitos..... 175
10. *Koki-Ho*: Tratamento através da Respiração..... 177
11. *Gyoshi-Ho*: Tratamento com os Olhos..... 179
12. *Reiki Undo*: Exercício de Reiki..... 181
13. *Hesso Chiryo*: A Técnica de Tratamento do Umbigo..... 185
14. *Jacki-Kiri Joka-Ho*: Transformação de Energia Negativa..... 186
15. *Genetsu-Ho*: A Técnica para Fazer Descer uma Febre..... 188
16. *Byogen Chiryo*: Tratamento da Origem de uma Doença..... 189
17. *Hanshin Chiryo*: Tratamento para Metade do Corpo..... 190
18. *Hanshin Koketsu-Ho*: Técnica das Trocas Sanguíneas..... 191
19. *Tanden Chiryo*: Tratamento *Tanden*..... 193
20. *Gedoku-Ho*: A Técnica de Desintoxicação..... 194

Capítulo **19**
Técnicas de Tratamento de Acordo com o Dr. Chujiro Hayashi..... 196
Técnicas de Tratamento..... 196

Capítulo **20**
O Tratamento Sistemático de Todo o Corpo com Reiki..... 209
Introdução..... 209
Informação Geral sobre o Tratamento de Todo o Corpo..... 210
A Preparação Adequada para um Tratamento de Todo o Corpo..... 212
Dar Início ao Tratamento de Todo o Corpo com Reiki..... 213
As 17 Posições do Tratamento de Todo o Corpo com Reiki..... 214
Explicações sobre as Posições para o Tratamento de Todo o Corpo..... 222
Explicação dos Efeitos das Posições Individuais do Tratamento de Todo o Corpo..... 223
Sobre as Posições Especiais..... 244
Intensificação Energética no Primeiro Nível..... 245

PARTE IV – O REIKI NO PRESENTE E NO FUTURO..... 247

Capítulo **21**
Percorrendo o Caminho do Reiki 249
O Trabalho com os Princípios de Vida na Teoria e na Prática..... 249

Os Princípios de Vida e o Aspeto Místico do Sistema Usui de Cura Natural 250
A Atitude Interna durante um Tratamento de Reiki 261

Capítulo **22**
Harmonia entre Todos os Grupos de Reiki 264
Um Exercício Importante 266
Um Ato Heroico 268

Capítulo **23**
O Futuro do Reiki 272
O Reiki Contribuirá para a Criação de Paz no Mundo 273

PARTE V – APÊNDICE 279

Capítulo **24**
Guia de Pronúncia para Todas as Palavras Japonesas e Outras Palavras Estrangeiras 280

Capítulo **25**
Regras de Etiqueta no Japão e nos Locais de Reiki Japoneses 284

Capítulo **26**
Os Poemas do Imperador Meiji 288

Notas Finais 304
O Certificado de Reiki de Hawayo Takata 308
Anúncio de Palestra de Hawayo Takata 309
Carta da Universidade de Doshisha 310
Carta da Universidade de Chicago 311

Prefácio

Encontrar um livro escrito por tão grandes Mestres e Investigadores, como Walter Lübeck, Frank Arjava Petter e William Lee Rand, é ter em mãos testemunhos de vida na prática de Reiki que a todos irão trazer esclarecimento e vontade de praticar ainda mais.

Desde a sua edição em inglês, que este livro foi uma referência para os praticantes que sempre procuraram a razão das coisas, o porquê e o como das técnicas. De uma forma clara, sucinta e explícita, cada um destes Mestres partilha uma visão muito própria e cuidada sobre o Usui Reiki Ryoho, o método de cura natural Usui que nos leva à Arte Secreta de Convidar a Felicidade.

O Espírito do Reiki é um livro para ti, para todos os praticantes de Reiki de qualquer nível, de qualquer sistema, que procurem uma noção sobre o que é o Reiki e mesmo um esclarecimento sobre como praticar enquanto aluno, ensinar enquanto Mestre e aplicar enquanto terapeuta. É uma referência para que os Mestres de Reiki de vários sistemas passem a ensinar também as técnicas tradicionais, podendo todos os praticantes ficar cada vez mais enriquecidos no seu percurso de vida.

Também aqui irão encontrar os 125 poemas do Imperador Meiji, o que reforça a perspetiva da filosofia de vida no Reiki. Só colocar as mãos não basta, precisamos de crescer, mudar, transformar a nossa consciência, como diz o poema 125, O Espelho: «Devia polir-me cada vez mais para utilizar o coração límpido e resplandecente dos demais, como um espelho». Também Frank Arjava Petter faz um reforço à importância do nosso desenvolvimento interior, no final do capítulo sobre as técnicas tradicionais, dizendo-nos que «as técnicas são dedos que apontam para a lua. São instrumentos e não devem ser confundidos com a "coisa real". Você é a coisa real, você é a lua e não o dedo que aponta para ela. Para além de pensamentos e emoções, corpo e alma, saúde e doença, energia de Reiki, todos os seus conceitos, sonhos e aspirações, existe você! Pergunte sempre a si próprio quem é que realiza a experiência. No final do dia, a única pergunta que se mantém é: "Quem sou eu, quem sou eu, quem sou eu?" Quando esta pergunta é respondida, termina todo o sofrimento».

Desejo-te uma leitura atenta, com mente limpa e coração predisposto, para que possas usufruir de cada palavra. Mais do que contemplares a escrita, coloca em prática e realiza Reiki em todo o teu potencial. Só por hoje, sou grato por estes ensinamentos e principalmente por tu os colocares em prática.

João Magalhães
Presidente da Associação Portuguesa de Reiki

Introdução

por Frank Arjava Petter

«Nenhum homem é uma ilha» é uma expressão famosa de John Donne, poeta do século XVI. Quatrocentos anos mais tarde, esta ideia é mais válida do que nunca. O nosso mundo está cada vez mais pequeno. A Internet, as preocupações com o meio ambiente, a política e o comércio internacional têm vindo a aproximar cada vez mais as diversas culturas deste maravilhoso planeta. A tendência do século XXI é «vamos fazer em conjunto».

Um ser humano, uma aldeia, uma cidade ou mesmo um país já não pode viver inteiramente por sua conta. A competitividade — o desejo de ser o primeiro, o melhor, o mais importante e o único — enquanto «valor» tornou-se simplesmente obsoleta. Este desejo pode ter sido útil no passado. O conceito de evolução descreve um processo de dependência em direção à independência, resultando em última análise em interdependência. A dependência não é um estado completamente negativo; indica a capacidade de amar, de estar aberto aos outros, de aceitar e apreciar o mérito individual alheio, de percebermos as nossas próprias limitações e de reconhecermos que não estamos sós. A dependência é o primeiro passo em direção ao amor.

Contudo, se não tivermos vontade de ser bem-sucedidos por nós mesmos, ficar por nossa conta e viver a própria vida, é pouco provável que o crescimento ocorra. Isto aplica-se a nível pessoal, cultural e internacional. Uma pessoa independente, uma comunidade independente transmite uma imagem cativante de grande força e pleno poder — uma força que não pode ser negada. O mundo ocidental tem sido muito influenciado nas últimas décadas pelo poder do pensamento positivo e pela teoria de que criamos a nossa própria realidade. Todavia, a independência não é o destino final.

O passo seguinte, a interdependência, integra o objetivo último da comunicação entre indivíduos e nações, bem como os fatores mencionados acima que afetam o meio ambiente do nosso maravilhoso planeta. A analogia perfeita para o estado de interdependência é o princípio da luz. Brilha dentro de cada um de nós a mesma luz, iluminando o caminho de todos os seres, sejam eles conscientes ou inanimados, independentemente do seu

trajeto. Precisamos apenas de observar a natureza para perceber a sua maravilhosa interação. Para onde quer que olhemos, a unidade de todas as coisas é uma verdade inevitável. Até mesmo no sistema de Reiki, poder, amor e luz formam um todo unificado. Somente a unidade das energias faz com que a vida valha realmente a pena.

A verdade derradeira resulta destes três conceitos, porém, existe muito além deles. A essência da verdade derradeira é de que nada pode acontecer sem que o divino o permita. O sábio indiano Ramakrishna Paramhansa propõe que concedemos a Deus a autoridade sobre a nossa vida: deixemos Deus assinar todos os documentos importantes, e tudo o resto simplesmente se encaminhará. A minha experiência de vida revelou-me que é isto que precisa de acontecer antes de um ser humano se poder tornar um veículo do divino.

Este livro assinala uma mudança de consciência na comunidade mundial de Reiki. Os seus três autores — Walter Lübeck, William Rand e Frank Arjava Petter — gostariam de o convidar a si, caro leitor, para uma viagem ao coração. É uma jornada em direção à unidade, em direção ao amor, ao crescimento e à vida em conjunto enquanto comunidade unificada.

Nesta Era de Aquário, o ego individual não poderá sobreviver. Cumpriu o seu dever, desempenhou o seu papel e serviu o seu propósito. Sonhou o seu próprio sonho, mas agora estamos a despertar. Assim que despertamos, o sonho perde o seu significado e é rapidamente esquecido.

Ao trazer o Reiki para o Havai em 1937, Hawayo Takata provavelmente não se apercebeu do impacto que este iria ter no Ocidente. Este livro é dedicado à grande dádiva, a dádiva do Reiki que Hawayo Takata apresentou ao mundo ocidental. O Reiki tornou-se a técnica individual de cura mais frequentemente utilizada em todo o mundo. Existe um potencial ainda maior para o futuro. O Reiki difundiu-se por todo o globo num período de 20 anos e difundir-se-á nos corações de muitos mais companheiros humanos no novo milénio.

São várias as razões que explicam porque é que o poder do Reiki foi capaz de unir o mundo. A mais óbvia de todas é a sua grande simplicidade. Nas próprias palavras do Dr. Usui, «toda a gente pode aprender e praticar Reiki». A segunda razão é que o Reiki apresenta resultados. Os resultados são a cura dos corpos físico, mental e emocional, em todos os seus estados de prazer, dor, saúde e doença. O Reiki trata o presente, bem como o passado

e o futuro. Trata os doentes e os saudáveis, os pobres e os ricos, os jovens e os velhos. Trata os hindus, os cristãos, os budistas, os muçulmanos e os judeus — independentemente do lugar onde vivam ou do que façam. O Reiki transcendeu estas divisões e uniu todas as religiões, etnias e pessoas que vivem e amam ao longo das vastas extensões deste planeta.

Contudo, nem todos os aspetos do Reiki são compostos por harmonia e felicidade. Aparentemente, precisamos de uma certa dose de conflito, de fricção entre nós, para que a aprendizagem se dê. Nos últimos anos, tem havido algum atrito na comunidade mundial de Reiki. As tentativas de grupos específicos para registar a marca Reiki são apenas um exemplo da fricção. Como todos nós que trabalhamos em áreas terapêuticas sabemos, o sintoma de uma doença não é a doença em si mesma. O sintoma é apenas uma pequena parte da doença, exigindo de nós que descortinemos a causa e a tratemos nas suas diversas camadas. Através deste livro, gostaríamos de oferecer a todos vós os benefícios do nosso trabalho terapêutico.

Cada um de nós os três tem perspetivas absolutamente distintas acerca do Reiki, mas partilhamos da mesma visão de superação e da mesma experiência da energia de Reiki. A nossa visão comum de superação é a superação de opiniões, a superação das nossas diferenças a favor do que é essencial para todos nós. Todos nós partilhamos a experiência da energia vital que tudo permeia — o Reiki.

Assim sendo, trazemos até si, caro leitor, a nossa visão. O leitor também é parte da mesma energia. Se nós os três conseguimos reunir as nossas energias e trabalhar em função de um objetivo comum, também o leitor pode fazer o mesmo com outros. Este livro incentiva cada um de nós a despertar do sonho de independência e ação individual. Porque é a mesma energia que faz os nossos corações bater, o melhor é começarmos a trabalhar em conjunto e não uns contra os outros. Quando duas mãos se juntam, o sentido de individualidade é ultrapassado.

Somos todos um.



Parte 1

A HISTÓRIA DO REIKI

世の中に危きことはなかるべし

正しき道をふみたがへずば

: 115 **A Estrada**
Se percorres
O caminho certo
Nenhum perigo
Deste mundo
Te afetará

CAPÍTULO 1

O Reiki no Mundo Oriental

por William Lee Rand

O Reiki foi descoberto e desenvolvido pelo Dr. Mikao Usui, que era, entre outras coisas, um monge budista japonês. Usui nasceu no Japão a 15 de agosto de 1865, na pequena aldeia de Taniai, no distrito de Yamagata da província de Gifu, localizada perto da atual Nagoya.[i] Especulou-se que Usui provavelmente seria oriundo de uma família abastada, por ter estudado e viajado muito. Embora normalmente seja assim no Japão, este facto nunca foi confirmado. A minha intuição diz-me que os seus estudos e viagens eram realizados ao estilo de um monge peregrino, dependente da iniciativa pessoal, da flexibilidade e da divina providência, e não apoiados por uma fortuna.

Sabemos concretamente que Usui estudou *kiko* em tenra idade num templo budista tendai, no sagrado monte Kurama, a norte de Tóquio. O *kiko* é a versão japonesa do *chi kung*, uma disciplina concebida para melhorar a saúde através de meditação, práticas respiratórias e exercícios de movimento lento. Foca-se no desenvolvimento e utilização do *ki*, ou energia vital, e inclui métodos de tratamento através da colocação das mãos.

Esta prática requer que o indivíduo armazene energia terapêutica através dos exercícios antes de ser utilizada para tratamento. A utilização deste método pode conduzir ao enfraquecimento do indivíduo, uma vez que também pode esgotar a energia pessoal. O jovem Usui questionava se haveria uma forma de tratar sem que fosse necessário armazenar primeiro energia terapêutica, o que acabava por conduzir ao enfraquecimento do indivíduo. Esta era uma questão importante, que agiu como uma semente na sua mente em desenvolvimento; uma semente que haveria de crescer despercebida até se concretizar subitamente mais tarde na sua vida, de uma forma muito profunda.[ii]

O sensei Usui viajou por todo o Japão, pela China e pela Europa em busca de conhecimento. Tinha intenção de estudar e aprender um leque alargado de disciplinas, incluindo Medicina, Psicologia, Religião e desenvolvimento espiritual. Devido às suas aprimoradas capacidades intelectuais,

Usui conseguiu reunir um grupo metafísico chamado *Rei Jyutu Ka*, onde continuou a sua educação sobre o mundo espiritual.[iii] O seu grande e permanente interesse pelo conhecimento criou as bases que lhe permitiram compreender o significado da fantástica dádiva que viria a receber anos mais tarde.

A sua educação e uma mente bem organizada ajudaram-no a obter um cargo como secretário de Shinpei Goto, a seguir tornou-se chefe do departamento de saúde e segurança social e mais tarde presidente do distrito de Tóquio. Uma das vantagens do seu trabalho como secretário foi ter travado conhecimento com muitas pessoas influentes por todo o Japão. Os contactos ajudaram-no a dar início ao seu próprio negócio e a tornar-se um homem de negócios bem-sucedido.[iv]

A sua carreira na área dos negócios correu bem durante algum tempo, mas em 1914 tomou um rumo negativo.[iii] Com alguns conhecimentos de Budismo, Usui decidiu tornar-se monge budista. Concentrou-se na prática devocional e treinou intensamente, acabando por regressar ao monte Kurama, onde havia estudado quando era rapaz. Decidiu fazer um retiro de 21 dias na montanha[i, iv]. Aí, Usui jejuou, entoou cânticos, rezou e meditou. Uma das meditações que provavelmente realizou consistia em ficar sob uma pequena queda de água artificial e deixar o fluxo de água cair sobre a sua cabeça. Este tipo de meditação é praticado até hoje no monte Kurama! O seu objetivo é purificar e abrir o chakra da coroa.

Perto do final do seu retiro, em março de 1922, Usui passa por uma experiência de iluminação ou *satori*, ao ser atingido na cabeça por uma grande e poderosa luz espiritual. Essa luz era a energia de Reiki, que chegou até ele sob a forma de uma sintonização. O seu nível de consciência expandiu-se grandemente e Usui deu-se conta de que tinha sido inundado por um grande poder. Usui sabia que se tratava do poder que tinha desejado quando, em criança, estudara o tratamento no monte Kurama. Usui exultou, pois sabia que podia tratar os outros sem consumir a sua própria energia.[i]

O sensei Usui utilizou o Reiki primeiro em si próprio e depois em membros da sua família. Mudou-se para Tóquio em abril de 1922 e começou uma sociedade terapêutica a que deu o nome de Usui Reiki Ryoho Gakkai, o que em português significa Sociedade Terapêutica de Usui Reiki. Também abriu uma clínica em Harajuku, Aoyama, perto do santuário de Meiji, no centro de Tóquio, e começou a dar aulas e a realizar tratamentos de Reiki.[i]

Desenvolveu então seis níveis ou graus para o seu treino (de acordo com Fumio Ogawa), que numerou ao contrário do que fazemos no Ocidente: o primeiro nível era o número seis e o nível mas elevado era o número um. (Os primeiros quatro níveis, que compreendiam os níveis seis a três, são aqueles que a Sra. Takata ensinava como Reiki I, combinando os quatros níveis num único nível, motivo pelo qual Takata realizava quatro sintonizações no seu primeiro nível, ou seja, uma sintonização por cada etapa.) Os primeiros quatro níveis recebiam o nome *Shoden*, ou *nível inicial*; o quinto nível era conhecido como *Okuden*, ou *ensinamento interior*, e estava dividido em *Okuden Zenki* (primeira metade) e *Okuden Koki* (segunda metade); o grau de mestre era chamado *Shinpiden*, ou *ensinamento do mistério*.[iii]

É preciso ter presente que o termo «mestre» não era usado pelo sensei Usui e não é usado no Japão. Foi Hawayo Takata quem criou este título quando começou a ensinar o nível *Shinpiden*, em 1970. Teria sido mais sábio não ter usado este termo, já que nas práticas espirituais o termo «mestre» refere-se a alguém que atingiu a iluminação, um grande feito espiritual que apenas alguns alcançaram neste planeta. O nível *Shinpiden* de Reiki é simplesmente transmitido do *Shinpiden* para o aluno, sem que o aluno precise de ser iluminado ou mesmo muito desenvolvido espiritualmente quando comparado com um mestre iluminado. Assim sendo, quando se começou a ouvir falar de Reiki e do grau de mestre de Reiki, alguns pensaram que tal significava que um mestre de Reiki era comparável a um mestre espiritual ou a um mestre iluminado, pelo que tinham uma conceção errada da condição espiritual de um mestre de Reiki. Consequentemente, algumas pessoas pretendiam tornar-se mestres de Reiki devido ao estatuto, e não pelo valor de transmitir Reiki aos outros.

Se o nível *Shinpiden* tivesse continuado a ser referido deste modo no Ocidente ou simplesmente como o nível relativo à formação de professores de Reiki, não teriam existido tantas ilusões em torno do Reiki, criadas pelo ego, quando o grau de mestre foi ensinado pela primeira vez no Ocidente, nas décadas de setenta e oitenta do século passado.

O sensei Usui continuou a ensinar e a realizar tratamentos na clínica de Tóquio, mas a paz e harmonia foram abaladas em 1923 pelo grande terramoto de Kanto, um dos piores e mais devastadores terramotos a atingir o Japão. Morreram mais de 140 mil pessoas. Centenas de casas e edifícios ficaram reduzidos a escombros e muitos mais arderam no incêndio

subsequente. Milhares de pessoas ficaram sem casa e muitas outras ficaram feridas ou fisicamente doentes. Quase todas ficaram emocionalmente traumatizadas.[v] A procura de Reiki tornou-se enorme, e o sensei Usui e os seus alunos trabalharam dia e noite para ajudar tantas pessoas quanto possível. Em 1925 Usui abriu uma clínica muito maior em Nakano, Tóquio, e começou a viajar por todo o Japão para difundir o Reiki. As necessidades de tratamento após o terramoto mantiveram-se durante muitos anos e, durante essa fase, o sensei Usui ensinou Reiki a mais de dois mil alunos e formou 16 professores.[i] «Devido à ajuda que Usui providenciou, o governo japonês agraciou-o com o prémio Kun San To, pelo serviço meritório aos outros.»[iv]

O sensei Usui não queria que o Reiki fosse apenas uma prática exclusiva de um grupo nem que fosse controlado ou limitado de alguma forma. Ao invés, queria que estivesse à disposição de toda a gente e que fosse difundido pelo mundo. Para Usui, o Reiki era uma forma de toda a gente experimentar o divino e, por consequência, todos ficariam então mais dispostos a trabalhar em conjunto para criar um mundo melhor.[vi, vii]

O sensei Usui faleceu a 9 de março de 1926, depois de sofrer um AVC enquanto dava uma aula de Reiki em Fukuyama. Está enterrado no templo de Saihoji, em Suginami-Ku, Tóquio. Após a sua morte, os seus alunos erigiram uma grande lápide memorial ao lado da sua sepultura com uma bonita inscrição, descrevendo a sua vida e o seu trabalho com o Reiki.

Quando o sensei Usui descobriu o Reiki, eram ensinados muitos outros métodos de tratamento através da colocação das mãos. De acordo com Toshitaka Mochizuki, a técnica de tratamento *Taireidou* foi iniciada por Morihei Tanaka e a *Tenohira-Ryouchi-Kenkyukai*, que significa «associação para o estudo dos tratamentos com as palmas das mãos», foi iniciada por Toshihiro Eguchi, que aprendeu a tratar com o sensei Usui, antes de fundar o seu próprio grupo. Eguchi também escreveu livros sobre o processo de cura, que atualmente são difíceis de encontrar. *Jintai-Ragium-Gakkai*, que significa «a sociedade do rádio do corpo humano», foi fundada por Chiwake Matsumoto. *Shinnoukyou-Honin* era um grupo religioso fundado por Taikan Nishimura, cujo método era conhecido como *Shinnoukyou-Syokushu-Shikou-Ryoho*, o que significa «método de cura da luz violeta». Também as religiões *Mahi Kari* e *Johrei* tiveram início no Japão e ambas se centram na cura através das mãos. Curiosamente, ambas usam o mesmo símbolo que o sensei Usui escolheu

como o Símbolo do Mestre. Desconheço se existe alguma ligação entre estes sistemas terapêuticos, mas o seu começo praticamente simultâneo indica um súbito crescimento do interesse pela terapia em todo o Japão na altura em que o sensei Usui descobriu o Reiki.

Depois do desaparecimento do sensei Usui, J. Ushida tornou-se presidente do Usui Reiki Ryoho Gakkai e tomou a iniciativa de erigir o memorial a Usui e redigir a inscrição. Em baixo encontra uma lista dos presidentes do Usui Reiki Ryoho Gakkai e as datas aproximadas em que exerceram o cargo.[1]

Presidentes do Usui Reiki Ryoho Gakkai

Mikao Usui	1922 — 1926
Juzaburo Ushida	1926 — 1935
Kan'ichi Taketomi	1935 — 1960
Yoshiharu Watanabe	? — 1960
Hoichi Wanami	? — 1975
Kimiko Koyama	1975 — 1999
Masayoshi Kondo	1999 — até hoje

Aqui fica uma lista de sete dos 16 professores que Usui formou. A lista surge da pesquisa de Frank Arjava Petter e Dave King:

Toshihiro Eguchi
Ilichi Taketomi
Toyoichi Wanami
Yoshiharu Watanabe
Kozo Ogawa
Juzaburo Ushida
Chujiro Hayashi

Poderá ser uma surpresa para o leitor dar-se conta de que, apesar de ter recebido do Dr. Usui o grau de *Shinpiden*, o Dr. Chujiro Hayashi nunca foi presidente do Usui Reiki Ryoho Gakkai. A seguir à morte de Usui, o Dr. Hayashi abandonou o Gakkai, para fundar a sua própria associação. Hayashi manteve registos pormenorizados de todos os seus tratamentos e desenvolveu o seu próprio estilo de Reiki, que incluía posições especiais

[1] Estas datas provêm do conhecimento de que os presidentes exerciam o cargo até à sua morte.

para as mãos no tratamento de diversas maleitas. O seu manual de ensino, que inclui a posição das mãos, pode ser encontrado no *Capítulo 19*. Apesar de o Dr. Hayashi ser um mestre respeitado de Reiki e presidente da sua própria organização, nunca foi grande mestre do sistema de Usui. De facto, o título nunca fez parte do Usui Reiki.

CAPÍTULO 2

O Reiki no Mundo Ocidental

por William Lee Rand

Hawayo Takata foi responsável por trazer o Reiki para o Ocidente. De outra forma, o Reiki provavelmente teria demorado muito mais tempo a sair do Japão, se é que alguma vez teria saído. Graças a Takata o Reiki difundiu-se por todo o mundo e muitos milhões de pessoas beneficiam do seu poder terapêutico.

Hawayo Takata nasceu a 24 de dezembro de 1900, na ilha de Kauai, no Havai, e começou a trabalhar nas plantações de cana-de-açúcar ainda criança. Acabaria por casar com o contabilista de uma das plantações, que viria a morrer em 1930 depois do nascimento de dois filhos. Hawayo Takata teve de criar os filhos sozinha enquanto trabalhava nos campos de cana-de-açúcar para sustentar a sua família. O trabalho era muito árduo e, cinco anos volvidos, Takata desenvolveu um problema nos pulmões, teve dores abdominais e um esgotamento nervoso. Uma das suas irmãs faleceu logo depois, e Takata viajou até ao Japão para visitar os pais e procurar ajuda para o seu estado de saúde.

Começou por ir a um hospital comum, mas depois optou por uma abordagem diferente. Acabou por ir à clínica de Reiki do Dr. Hayashi, onde recebeu dois tratamentos por dia, e quatro meses mais tarde estava completamente curada. Os exames feitos no hospital confirmaram-no. Takata ficou muito contente por estar curada e quis aprender Reiki para cuidar da sua saúde quando voltasse para o Havai. Em 1936 Takata aprendeu o *Shoden* com o Dr. Hayashi e, depois de trabalhar na clínica deste, fazendo tratamentos de Reiki durante um ano, recebeu o *Okuden*.

Em 1937, Takata regressou ao Havai na companhia do Dr. Hayashi, e juntos viajaram pelo Havai, dando palestras, ensinando Reiki e realizando tratamentos. A 21 de fevereiro de 1938, Hawayo Takata foi iniciada no *Shinpiden* pelo Dr. Hayashi.[viii]

Hawayo Takata abriu uma clínica perto de Hilo, no Havai, e teve ainda uma outra clínica em Honolulu. Takata realizava tratamentos e também dava formação a alunos no nível *Okuden*, a que começou a atribuir o nome

de Nível II. Takata ganhou notoriedade como terapeuta, viajando pelos Estados Unidos e outras partes do mundo, ensinando e realizando tratamentos.

Em 1970, começou a dar formação em *Shinpiden*, ou grau de mestre, nome que começou a atribuir-lhe. Takata cobrava dez mil dólares pela formação, que consistia num curso de fim de semana sem qualquer treino.[2]

Hawayo Takata iniciou 22 mestres de Reiki antes de morrer a 11 de dezembro de 1980[3], a quem impôs o juramento sagrado de seguirem exatamente o seu ensino, de modo a preservar o sistema de Usui da forma como Takata o interpretava. Embora a linhagem retrocedesse ao Dr. Usui, o seu método de ensino e a sua prática excluíram muito do que o próprio Dr. Usui considerava importante, e foram acrescentadas muitas regras suas. Algumas destas regras eram consideradas restritivas, e aquilo que Takata ensinou, para efeitos de esclarecimento, deveria ser designado mais apropriadamente como «Takata Reiki».

O elevado valor que Takata cobrava pelo grau de mestre pode ter sido benéfico, pois instilou um sentimento de respeito maior pelo Reiki, porém, nem toda a gente pensava desta forma. Algumas pessoas achavam que se tratava de uma forma artificial de suscitar respeito e que ao utilizar o dinheiro desta maneira as atenções eram desviadas do respeito que o Reiki merece pela sua capacidade de cura e outros benefícios que proporciona. Os elevados honorários também impediam muitos de receber Reiki e impediam a sua rápida propagação, o que era contrário ao espírito da vontade do Dr. Usui, já que era sua intenção que o Reiki estivesse à disposição de todos e não restringido a um grupo específico, difundindo-se assim por todo o mundo.[i, vi, vii]

Depois da morte de Hawayo Takata, um dos 21 mestres a quem esta tinha dado formação decidiu ignorar os requisitos de Takata e seguir a sua própria orientação interior. Iris Ishikura começou a cobrar um valor bastante moderado pelo grau de mestre; em alguns casos, ensinando gratuitamente.

---

[2] *Journey into Consciousness*, de Bethal Phaigh, página 130. Foi confirmado por outros mestres de Reiki iniciados por Hawayo Takata que esta deu cursos para mestre de Reiki que duravam um fim de semana.

[3] Antes de morrer, Hawayo Takata deu à sua irmã uma lista dos 22 mestres que iniciou. São eles: George Araki, Dorothy Baba, Ursula Baylow, Rick Bockner, Barbara Brown, Fran Brown, Patricia Ewing, Phyllis Lei Furumoto, Beth Gray, John Gray, Iris Ishikura, Harry Kuboi, Ethel Lombardi, Barbara McCullough, Mary McFadyen, Paul Mitchell, Bethel Phaigh, Barbara Weber Ray, Shinobu Saito (irmã de Takata), Virginia Samdahl e Wanja Twan.

Por conseguinte, em meados da década de 1980, o Reiki começou a difundir-se mais rapidamente. É provável que no final dos anos 1980, várias centenas de mestres de Reiki cobrassem honorários modestos. O número cresceu rapidamente, e atualmente a regra é cobrar honorários modestos pelo grau de mestre. Apenas um número muito pequeno de mestres de Reiki ainda cobra dez mil dólares.

Acredito que os alunos de Reiki são guiados até ao mentor certo para si. Por isso, o valor que o professor cobra é exatamente o valor certo para cada aluno. Aqueles que pagaram dez mil dólares pelo grau de mestre fizeram-no porque assim devia ser, tal como aqueles que pagaram quantias mais pequenas deviam pagar menos. Cada professor tem o direito de cobrar a quantia que entender ou ensinar de graça. O valor que é pago pela formação em Reiki não afeta a sua qualidade. Conforme vimos, Hawayo Takata cobrava uma quantia muito elevada pela formação durante um fim de semana. Como termo de comparação, alguns professores de Reiki levam muito mais tempo a formar mestres e cobram menos do que Hawayo Takata cobrava.

Ao levar o Reiki para o Ocidente, Hawayo Takata acrescentou algumas regras que muitos consideram restritivas e que não faziam parte do ensino do Dr. Usui, o que pode ter dificultado a aprendizagem dos alunos de Reiki e abrandado a sua progressão. Isto é explicado em grande detalhe no próximo capítulo. Contudo, é importante que não percamos de vista o grande valor que Takata produziu ao trazer o Reiki para o Ocidente. Estamos gratos pela sua contribuição e continuamos a respeitá-la pelas maravilhosas dádivas que o seu trabalho trouxe até nós. A seguir à morte de Hawayo Takata, alguns professores adeptos de Reiki começaram a mudar as restrições que Takata havia acrescentado e começaram a seguir a sua orientação interior e a ensinar mais abertamente — permitindo inclusivamente aos seus alunos tirar apontamentos e efetuar gravações.

Também começaram a fornecer material escrito e manuais de trabalho e a cobrar honorários mais moderados. Outros começaram a pesquisar sobre a história do Reiki. Finalmente, começou a surgir informação nova oriunda do Japão sobre o Dr. Usui e a sua forma de ensinar. As novas informações oriundas de provas documentais confirmaram o que a maioria sempre pressentiu — que o Reiki deveria ser ensinado abertamente e colocado à disposição de toda a gente. Estamos gratos que aqueles com coragem para seguir a sua orientação interior o tenham feito. Graças a isto,

o sonho de o Reiki se tornar acessível a todas as pessoas no mundo está rapidamente a tornar-se uma realidade.

A Evolução do Reiki

Umas das qualidades da mentalidade ocidental é procurar melhorar. O progresso parece ser uma necessidade cultural, e estamos sempre a tentar fazer coisas maiores, mais imponentes ou de alguma forma aprimoradas. Não foi diferente com o Reiki. Desde que o Reiki chegou ao Ocidente, e em particular desde que ficou mais facilmente disponível nos anos 1980 e 1990, que os alunos de Reiki têm tido liberdade com a nova técnica.

Fruto de inspiração e de um desejo de proporcionar benefícios maiores, as pessoas foram conduzidas em direção a novos métodos, no sentido da satisfação de necessidades modernas. Muitos canalizaram símbolos novos e desenvolveram variações para o processo de sintonização. Muitas pessoas sensíveis aperceberam-se de que as novas técnicas de tratamento que estavam a ser canalizadas continuavam a ter as mesmas qualidades centrais do Usui Reiki Ryoho; a vibração da energia terapêutica era simplesmente diferente. Apesar de qualquer processo de cura provir de uma única fonte, tornou-se evidente que o Reiki pode assumir «sabores» diferentes, com efeitos diferentes.

Foram percebidas algumas qualidades nas novas variantes de Reiki, nomeadamente uma qualidade mais enraizada e proveniente da terra, ou uma qualidade mais leve e proveniente do universo, ou uma qualidade mais suave, mais delicada, mais forte, mais densa, mais refinada, etc. Também foi dado conta de que a nova energia de Reiki aparentemente funciona melhor em algumas situações de tratamento do que o Usui Reiki Ryoho. Alguns dos novos sistemas de Reiki também incluem símbolos novos, que atraem energias terapêuticas com um objetivo ou benefício específico. Estas incluem a capacidade de aliviar a dor, curar profundamente, produzir equilíbrio, abrir o coração, criar paz, inspirar, aumentar a criatividade, manifestar objetivos, proteger, etc.

Ter à disposição diversos tipos de Reiki com que trabalhar e símbolos adicionais proporciona ao praticante uma maior flexibilidade e permite que o processo de cura ocorra mais rapidamente e frequentemente com melhores resultados. A situação é idêntica à de alguém que faz obras em casa.

Se tudo o que tiver for uma chave de fendas, um martelo e um alicate, poderá fazer algumas melhorias, todavia, se acrescentar uma serra, madeira, formões, alicates de corte e um conjunto de chaves inglesas, poderá realizar rapidamente muito mais. Muitos acham que é uma vantagem ter diversos tipos de Reiki com que trabalhar.

Quando foram detetadas diferenças nas qualidades das novas energias terapêuticas, as pessoas deram-se conta de que estava a ser canalizado um tipo diferente de Reiki e deu-se um novo nome à prática. A primeira técnica nova de Reiki recebeu o nome Mari el®, canalizada em 1983 por Ethel Lombardi, um dos mestres de Hawayo Takata. Seguiram-se muitas outras, incluindo a Técnica de Radiância®, o Raku Kei, o Reiki Tibetano, o Karuna Reiki®, Reiki Arco-íris, Reiki Era Dourada, Reiki Jin-Kei Do®, Reiki Satya japonês, Men Chho Reiki®, Reiki Jinlap, Seichim, Reiki Saku, Reiki Estrela Azul, Reiki Plus® — e a lista continua. Existem atualmente 30 tipos de Reiki, divididos em muitos subgrupos e ramos, e estão sempre a ser canalizados mais.

Uma Definição de Reiki

Há quem fique confuso quando ouve falar de diferentes tipos de Reiki, pois acredita que o Reiki é aquilo que o Dr. Usui canalizou — qualquer outra técnica terapêutica deveria ter outro nome. Devemos ter presente, no entanto, que quando a nova técnica foi concedida ao Dr. Usui, a palavra *reiki* já era utilizada no Japão. O Dr. Usui não chamava à sua técnica Reiki, mas sim Usui Reiki Ryoho, certificando-se assim de que os outros entendiam tratar-se de um tipo de Reiki único. A canalização de outros métodos terapêuticos semelhantes ao Usui Reiki Ryoho, mas com vibrações e resultados diferentes, clarificou a existência atual de toda uma classe de métodos terapêuticos que podem ser designados apropriadamente como Reiki.

Tendo isto presente, como é que alguém pode afirmar o que é ou não uma técnica de Reiki? Através da análise do Reiki concedido ao Dr. Usui, identificamos quatro caraterísticas únicas que identificam o grupo de técnicas terapêuticas designadas adequadamente como Reiki:

1. A capacidade de aplicar Reiki advém de uma sintonização, ao invés do desenvolvimento de uma capacidade ao longo do tempo, através da utilização de meditação ou outros exercícios.

2. Todas as técnicas de Reiki integram uma linhagem, o que significa que a técnica foi transmitida de professor para aluno através de um processo de sintonização, que tem início na pessoa que primeiro canalizou a técnica.
3. O Reiki não requer que a energia seja conduzida com a mente, uma vez que é orientada pelo poder superior, que sabe qual a vibração ou combinação de vibrações a ser usada e de que forma atuar.
4. O Reiki não é prejudicial.

Quando uma técnica terapêutica tem estas quatro caraterísticas, pode ser considerada uma técnica de Reiki.

CAPÍTULO 3

A História do Reiki de Hawayo Takata

por William Lee Rand

Quando comecei a investigar a história do Reiki e percebi que existiam problemas graves com a versão que Hawayo Takata tinha contado, fiquei desiludido. Por essa altura, ninguém no Ocidente sabia onde é que estava localizada a sepultura do Dr. Usui e não tínhamos qualquer contacto no Japão ligado ao Reiki. Hawayo Takata tinha fornecido as únicas informações disponíveis. Quando a sua história começou a ser revelada, comecei a indagar se alguma vez o Dr. Usui teria existido e a pensar que talvez a história tivesse sido inventada. Consequentemente, questionei-me se deveria continuar a praticar Reiki; encontrava-me num dilema espiritual. Contudo, depois de refletir sobre a situação, apercebi-me de que a experiência indicava que o Reiki constituía um método terapêutico válido, pelo que deveria continuar a minha investigação na esperança de surgirem outras revelações e de ser descoberto o verdadeiro Dr. Usui. Também indaguei porque é que Hawayo Takata tinha decidido alterar a história do Reiki.

Especulando a este respeito, dei-me conta de que a Segunda Guerra Mundial começara logo a seguir a Hawayo Takata trazer o Reiki para o Ocidente. De facto, para os Estados Unidos, a guerra começou quando os japoneses atacaram Pearl Harbour no Havai, onde Hawayo Takata vivia e ensinava Reiki. A opinião relativamente a tudo o que fosse nipónico tornou-se subitamente muito desfavorável. As pessoas não confiavam em nada que viesse do Japão e faziam pouco de tudo o que fosse japonês. Além disso, muitos daqueles que eram descendentes de japoneses foram colocados em campos de concentração. As condições desses campos eram muito precárias; não existia liberdade e as pessoas eram tratadas como prisioneiras. Felizmente, Hawayo Takata conseguiu evitar o campo de concentração, mas deve ter sido uma época muito arriscada para ela e deve ter sido muito difícil promover uma prática japonesa como o Reiki. Assim sendo, Takata terá decidido que a única forma de continuar a praticar Reiki era fazer com

o que o seu fundador parecesse mais ocidental. Talvez seja este o motivo pelo qual Takata relatou que o Dr. Usui tinha sido um pastor cristão, que tinha frequentado uma universidade nos Estados Unidos e sido presidente de uma universidade cristã no Japão. Esta também pode ser a razão pela qual Takata introduziu tantas modificações na sua prática.

A informação que se segue é apresentada de uma forma muito direta e alguns poderão achar que traça uma imagem depreciativa da integridade de Hawayo Takata. Todavia, é minha convicção que Takata fez o melhor que pôde perante circunstâncias muito difíceis. É importante que nos foquemos nas coisas positivas que realizou e que a respeitemos e honremos por ter trazido o Reiki para o Ocidente e por ter continuado a praticar e a ensinar durante uma época tão complicada.

Até ao início deste século, foram escritos mais de 60 livros sobre Reiki. A história do Reiki que aparece na maioria deles é a versão transmitida por Hawayo Takata. A história, disponível em gravações áudio e transcrições feitas antes da sua transição, normalmente é repetida na íntegra pela maioria dos autores. Há quem questione as razões pelas quais tantos autores continuam a fazê-lo quando os factos não consubstanciam a versão de Takata. Em parte, isso fica a dever-se à circunstância de muitos desses livros terem sido escritos antes de os factos se terem tornado conhecidos.

Ainda assim, não é normal que um autor reproduza uma história sem a investigar, mas aparentemente foi o que aconteceu com a literatura sobre o Reiki. Quando se escreve sobre uma história, é importante não aceitar simplesmente aquilo que é relatado, mas investigá-la sempre que possível para verificar os factos. A pesquisa histórica normalmente baseia-se em documentos originais e diversas entrevistas a indivíduos ou organizações com experiência em primeira mão, de modo a desenvolver um conhecimento que é suportado em várias frentes.

Como exemplo, Hawayo Takata afirmou que o Dr. Usui tinha sido presidente da Universidade Doshisha, em Quioto, no Japão. Teria sido relativamente fácil para qualquer autor contactar a Universidade Doshisha e confirmar esta informação antes de a relatar como um facto. Infelizmente, a maior parte dos primeiros autores não o fez. Alguns autores atuais empreenderam este passo extra. À medida que a história de Takata foi sendo investigada por Arjava Petter, Chetna Kobayashi, eu próprio e outros, tornava-se cada vez mais evidente que a história do Reiki de Takata tinha muitas fragilidades e elementos «míticos» que não se baseavam em factos históricos.

Uma vez que a versão de Takata foi incluída em tantos livros de Reiki, não a repetirei aqui na íntegra. Contudo, para benefício de todos aqueles que conhecem a sua história, julgo que é importante recordá-la e fornecer os factos como os conhecemos atualmente, com base em investigação rigorosa. Deste modo, o leitor terá uma versão mais precisa da história e compreenderá de que forma a versão de Takata influenciou a prática de Reiki no Ocidente.

Hawayo Takata afirmava que era a única mestre de Reiki do mundo nos panfletos que utilizava para promover os seus cursos. Também afirmava que todos os mestres de Reiki no Japão tinham morrido durante a guerra. Esta era também parte da história relatada por muitos dos seus alunos e pelas duas organizações de Reiki fundadas pelos seus alunos a seguir à sua morte. Esta parte da versão de Takata é importante, pois qualquer pessoa interessada em investigar o que estava por detrás da história do Reiki ter-se-ia sentido desencorajado de o fazer, uma vez que dava a entender que Hawayo Takata e a sua versão consistiam a única fonte de informação sobre a história do Reiki.

Apesar de muitos daqueles que escutavam esta parte da versão de Takata terem dúvidas, tornava-se difícil para os ocidentais pesquisarem a história do Reiki devido às barreiras geográficas, culturais e linguísticas. A maioria aceitou-a, porque era a única informação disponível.

Hoje sabe-se que sempre existiram mestres de Reiki e que este sempre foi praticado no Japão, tanto antes como depois da guerra. Na verdade, o Reiki tem sido continuamente praticado e representado no Japão pela organização de Reiki fundada pelo Dr. Usui, a Usui Reiki Ryoho Gakkai, localizada em Tóquio. Com base na nossa investigação, o presidente da organização durante a guerra era Kanichi Taketomi, que se manteve no cargo até à sua morte em 1960.

Também se sabe que Hawayo Takata teve contacto com diversos mestres no Japão a seguir à guerra. Por exemplo, a mulher de Hayashi, Chie Hayashi, que era mestre de Reiki e amiga de Hawayo Takata, continuou a praticar e a ensinar Reiki no Japão a seguir à guerra. Correspondi-me com uma mulher no Havai, Yoshi Kimura, cujo pai, Tatseyi Nagao, recebeu o primeiro e o segundo nível de Reiki de Hawayo Takata, no Havai. Em 1950, o seu pai regressou ao Japão para receber o nível *Shinpiden* de Chie Hayashi e voltou para o Havai, onde praticou e ensinou Reiki até à sua morte, com 96 anos de idade, em 1980, o mesmo ano em que Hawayo

Takata faleceu. Assim sendo, é evidente que Hawayo Takata teve contacto com outros mestres de Reiki a seguir à guerra, incluindo um mestre que teve aulas com ela e que viveu perto da sua clínica no Havai.

Hawayo Takata afirmou que o Reiki era uma tradição oral e por conseguinte não deveria ser fornecido qualquer material escrito aos alunos de Reiki. Takata não autorizava que se tirassem apontamentos ou se fizessem gravações. A regra era rigorosamente imposta e transmitida a todos os mestres treinados por si como parte obrigatória do sistema de Reiki de Usui.

Hoje sabe-se que esta ideia não era universalmente aceite. O Reiki não se trata apenas de uma tradição oral. Quer o Dr. Usui, quer o Dr. Hayashi tinham material escrito, que forneciam aos seus alunos. Temos cópias de ambos os manuais de ensino, que contêm exercícios muito importantes e também incluem posições das mãos para o tratamento de maleitas específicas. Frank Arjava Petter publicou uma tradução do manual do Dr. Usui nos seus livros,[vi, vii] e no final desta obra foi incluída uma tradução do caderno de apontamentos do Dr. Hayashi (consulte o *Capítulo 19*, página 196 e seguintes).

Sabemos que Hawayo Takata tinha o caderno do Dr. Hayashi, pois forneceu cópias dele a alguns dos seus alunos. Sem material escrito e sem a possibilidade de tirar apontamentos ou fazer gravações, a aprendizagem dos alunos ficava dificultada. A partir do final da década de 1980, vários professores usaram o bom senso e permitiram aos seus alunos tirar apontamentos e efetuar gravações, além de fornecerem manuais e instruções impressas. Atualmente, esta é uma prática comum.

Hawayo Takata afirmava ser a representante do Usui Reiki e ensinar uma forma não alterada de Usui Reiki, a mesma que era ensinada pelo Dr. Usui. Com base num caderno de apontamentos de Kimiko Koyama, temos conhecimento de muitos exercícios que eram ensinados pelo Dr. Usui, mas não por Hawayo Takata, que conhecia alguns desses exercícios, conforme menciona no seu diário. Na entrada do seu diário datada de maio de 1936: «O melhor de tudo foi que o Sr. Hayashi concedeu agraciar-me com o segredo do *Shinpiden*, com o *Kokyu-Ho* e o *Reiji-Ho*, derradeiros na ciência da energia.»

De acordo com as suas palavras, Hawayo Takata aprendeu Reiki no Japão com o Dr. Hayashi, em 1935. Descobrimos que o Dr. Hayashi abandonou o Usui Reiki Ryoho Gakkai e criou a sua própria forma de Reiki,

fazendo modificações importantes relativamente ao que tinha aprendido com o Dr. Usui e ao que era ensinado pelo Gakkai. As modificações podem ter sido benéficas, mas ao empreendê-las criou o seu próprio estilo de Reiki. Mais tarde, atribuiu à sua clínica de Reiki o nome de Instituto de Reiki Hayashi. A ideia de que Hawayo Takata ensinava Usui Reiki é o motivo pelo qual os seguidores se autodenominam praticantes «tradicionais» de Usui Reiki e afirmam seguir uma forma autêntica de Usui Reiki.

Hawayo Takata também declarou ser sucessora do Dr. Hayashi e ser responsável pela sua clínica, etc. De acordo com a informação concedida pela Sra. Yamagouchi em Quioto, no Japão, foi Chie Hayashi quem se tornou sucessora do Dr. Hayashi. A Sra. Yamagouchi foi iniciada como mestre de Reiki pelo Dr. Hayashi em 1938 e, pelo menos até ao ano 2000, continuou a praticar e a ensinar Reiki no Japão.

Hawayo Takata não praticava o Usui Reiki «tradicional», mas uma variante desenvolvida pelo Dr. Hayashi, deixando de fora muitos exercícios que sabia fazerem parte do sistema de Usui. Também se crê que Hawayo Takata modificou mais tarde o estilo de Reiki que praticava, depois da morte do Dr. Hayashi. Acho lamentável que Takata, quaisquer que tenham sido as suas razões, tenha optado por não ensinar o sistema de Reiki de Usui, uma vez que, agora que temos a oportunidade de praticar os exercícios a partir do caderno de apontamentos do Dr. Usui, temo-nos apercebido de que são muito úteis.

Hawayo Takata afirmava que o Dr. Usui era cristão. Citando a transcrição da gravação da história contada por Takata, esta afirma: «Por esta altura, no início da história, o Dr. Usui era presidente da Universidade de Doshisha, em Quioto. Também era pastor aos domingos, e na universidade tinham uma capela, pelo que era um pastor cristão de pleno direito...» De acordo com o Gakkai, o Dr. Usui nunca foi cristão; era budista. Está sepultado no templo de Saihoji, um templo budista. Se tivesse sido cristão, teria sido sepultado num cemitério cristão. A Universidade Doshisha não tem qualquer registo que comprove que o Dr. Usui tenha sido presidente, membro da faculdade ou aluno; na verdade, a escola não o conhece de todo. (Consulte a carta da Universidade de Doshisha na parte final deste livro, página 310.)

Hawayo Takata afirmou que o Dr. Usui tinha frequentado a Universidade de Chicago nos Estados Unidos onde completara os seus estudos, tendo-se licenciado em Teologia, mas ao verificarmos esta informação junto da

Universidade de Chicago, descobrimos que não conseguiram localizar qualquer registo que confirmasse sequer a frequência de uma disciplina da escola ou da faculdade luterana que esteve na origem da fundação da Universidade de Chicago. (Consulte a carta da Universidade de Chicago na parte final deste livro, página 311.)

Teria o Dr. Usui outro Nome?

Uma das razões apontadas para o facto de não conseguirmos encontrar qualquer registo que comprovasse que o Dr. Usui tinha sido presidente da Universidade de Doshisha ou que frequentara a Universidade de Chicago é que este usaria outro nome. Esta especulação é, no entanto, improvável, e não encontrámos qualquer evidência que corroborasse esta ideia. Usui é o nome que aparece na sua lápide no cemitério de Saihoji. É também o seu nome de família, o que foi confirmado a partir dos nomes de membros da família sepultados nesse lugar e pelos membros da sua família que ainda estão vivos. (Apesar de a sua lápide memorial declarar que Usui tinha um segundo nome — Gyoho —, este é um nome para ser utilizado no além e não durante a sua vida.) É altamente improvável que um japonês usasse outro nome que não o nome de família sendo presidente de uma universidade ou estando matriculado como aluno.

Hawayo Takata afirmou que o Dr. Usui redescobriu o Reiki numa fórmula contida num dos sutras budistas que leu em sânscrito num templo zen. Takata não indicou de que sutra se tratava e ninguém foi capaz de encontrar a fórmula para adquirir Reiki em qualquer um dos sutras budistas. Por conseguinte, não conseguimos confirmar esta declaração e, apesar de ser possível, não aparenta ser completamente consistente com as afirmações feitas pelo próprio Dr. Usui.

O Dr. Usui disse que o Reiki é uma forma original de cura. No seu manual, o *Reiki Ryoho Hikkei*, o Dr. Usui declara: «O nosso Reiki Ryoho é algo absolutamente original e não pode ser comparado a qualquer outro caminho [espiritual] existente no mundo.» Mais à frente, afirma: «Antes de mais, o nosso Reiki Ryoho é uma terapia original, edificada sobre o poder espiritual do universo.» Inscrito na pedra do memorial de Usui está que o sistema de Reiki tem origem na experiência mística do Dr. Usui no monte Kurama.

A única fonte de informação que afirma que o Dr. Usui redescobriu o Reiki é Hawayo Takata, e já verificámos que há outras partes da sua história acerca do Reiki que não são completamente factuais. Pessoalmente, acho que as palavras do próprio Dr. Usui constituem uma fonte de informação mais correta sobre a origem do Reiki. A partir daqui, podemos concluir que o Dr. Usui não redescobriu o Reiki, mas que este é uma forma de tratamento original desenvolvida por ele. É claro que a energia de Reiki pode ter sido parte de um ou mais sistemas terapêuticos praticados anteriormente. No entanto, ao que parece, o Dr. Usui teve uma experiência mística muito forte no monte Kurama, através da qual recebeu a energia terapêutica do Reiki diretamente da fonte, e desenvolveu o sistema terapêutico de Reiki a partir da experiência.

Hawayo Takata também afirmava que o valor oficial para receber o grau de mestre era dez mil dólares; se alguém não cobrasse esta quantia, não estaria a praticar o sistema de Reiki de Usui. Na organização de Reiki iniciada por alguns alunos de Hawayo Takata, o requisito do pagamento de dez mil dólares pela obtenção do grau de mestre é enfatizado; frequentemente como o ponto mais importante. A taxa foi umas das maiores restrições à difusão do Reiki, especialmente no início da década de 1980, uma vez que a maior parte dos que ensinavam Reiki no Ocidente cobravam-na. Agora que temos informações adicionais oriundas do Japão, é evidente que a taxa de dez mil dólares pelo grau de mestre não era parte integrante do sistema de Usui, mas antes uma taxa estabelecida pela própria Hawayo Takata. De acordo com o Sr. Doi, o Gakkai japonês, do qual é membro, cobra honorários muito modestos. Cobram uma joia vitalícia de cem dólares e uma taxa de vinte dólares por cada reunião em que se participa. Além disso, de acordo com a Sra. Yamagouchi, o valor que pagou ao Dr. Hayashi pelo seu grau de mestre correspondeu a cerca de um mês de pagamento. Não era uma quantia pequena, mas certamente que não eram os dez mil dólares exigidos por Hawayo Takata.

Na Esteira dos Passos de Takata

Depois da morte de Hawayo Takata, em dezembro de 1980, Barbara Weber Ray reivindicou o título de Grande Mestre de Reiki, declarando que tinha sido vontade de Hawayo Takata que se encarregasse do Reiki após a sua

morte e que fosse a Grande Mestre. A seguir, outra mulher, Phyllis Furumoto, veio reclamar o mesmo. Formaram-se duas organizações de Reiki distintas em torno de cada uma, e ambas reclamaram que as suas líderes eram o Grande Mestre de Reiki, reivindicação que se mantém até hoje! (Phyllis Furumoto pode ser a sucessora do legado de Hawayo Takata, conforme reivindica, porém, conforme foi explicado antes, Hawayo Takata nunca esteve encarregue do sistema de Usui nem foi a sucessora do Dr. Hayashi.)

É importante ter presente que nem Hawayo Takata, nem o Dr. Hayashi, nem o Dr. Usui se autointitulavam «grande mestre». Este título apenas começou a ser usado no Ocidente, a seguir à morte de Hawayo Takata. Nunca foi usado no Japão. Alegadamente, o Dr. Usui era um homem muito humilde. O próprio afirmava que não estava no nível energético mais elevado. Atribuía a si próprio o segundo lugar, deixando bastante aberta a possibilidade de um desenvolvimento maior.

Conforme dissemos antes, a organização iniciada pelo Dr. Usui é a Usui Reiki Ryoho Gakkai, que está sediada em Tóquio, no Japão. O Dr. Usui foi o primeiro presidente do Usui Reiki Ryoho Gakkai e, quando morreu, o Sr. Juzaburo Ushida tornou-se o presidente. O Sr. Ushida foi o responsável pela pedra memorial erigida ao lado da sepultura do Dr. Usui no templo de Saihoji. O Dr. Hayashi nunca foi presidente e, na verdade, nunca poderia ter sido presidente, porque rompeu com a organização de Usui para criar o seu próprio grupo. Por conseguinte, ninguém da linhagem do Dr. Hayashi poderia ter-se tornado presidente da organização de Usui. Na altura em que Barbara Weber Ray e Phyllis Furumoto reivindicavam ser o Grande Mestre de Reiki, a Sra. Kimiko Koyama era presidente do Usui Reiki Ryoho Gakkai. A pessoa atualmente responsável pelo Usui Reiki Ryoho Gakkai é o Sr. Masayoshi Kondo, que vive em Tóquio.

Assim sendo, como se pode perceber com base em evidências factuais, Hawayo Takata não ensinava o mesmo estilo de Reiki que era ensinado pelo Dr. Usui e não fez parte da organização a que o Dr. Usui deu início. Takata não podia ter estado à frente do sistema de Usui, e nem o podia nenhum dos seus alunos. No entanto, as suas contribuições para a introdução e o ensino do Reiki no Ocidente são extremamente valiosas por si só, não havendo dúvidas de que Takata deu a conhecer o Reiki a um grande número de pessoas.

Para alguns, esta informação pode ser um choque, já que tem sido tão enfatizado que Hawayo Takata era a responsável pelo sistema de Usui

e que ensinava uma forma inalterada de Usui Reiki. Foi assim comigo quando comecei a ouvir acerca do assunto. Contudo, estes eventos não se repercutiram na qualidade da energia de Reiki e, agora que temos uma base factual para a história do Usui Reiki e os seus métodos originais, podemos apresentá-lo de uma forma mais profissional. Além disso, a história factual faz com que seja muito mais fácil para todos os grupos de Reiki trabalharem juntos em harmonia.

O Reiki sobreviveu e difundiu-se por todo o planeta, apesar de todas as limitações óbvias mencionadas anteriormente. É um tributo ao poder excecional do Reiki e um indicador de que esta energia terapêutica é autêntica e tem a capacidade de ultrapassar os desafios e as preocupações monetárias de professores anteriores. Estamos gratos a todos aqueles que contribuíram para a preservação do Reiki e para a revelação da sua intenção e métodos originais. Que o espírito do Reiki continue a crescer, de modo a que a cura, felicidade e paz que oferece possam ser experimentadas por todos no nosso belo planeta.

CAPÍTULO 4

Qual é a Tradição do Reiki?

por Frank Arjava Petter

O *American Heritage Dictionary of the English Language* define tradição desta forma:

1. Transmissão de uma geração para outra de elementos de uma cultura, especialmente através da comunicação oral.
2. a) Uma forma de pensamento ou comportamento seguido continuamente por um povo, de geração em geração; um uso ou costume. b) Um conjunto de tais usos e costumes entendido como um corpo coerente de precedentes que influenciam o presente: tradições familiares de vestuário e etiqueta.
3. Um corpo de preceitos religiosos não escritos.
4. Uma prática ou grupo de práticas reiteradas no tempo.
5. Lei: transferência de propriedade para outro.

A raiz da palavra tradição encontra-se na palavra latina «*traditus*, particípio passado (verbo) de *tradere*, entregar, transmitir, confiar».

Fala-se frequentemente em «tradição de Reiki», «Reiki tradicional», «na tradição do Dr. Usui» etc., porém, na verdade, nenhum de nós no Ocidente sabe muito a respeito da verdadeira tradição do Reiki! A nossa tradição de cerca de vinte anos de Reiki ocidental tem-se baseado no entendimento que Hawayo Takata tinha do Reiki. São muitas pessoas e não apenas um indivíduo quem normalmente mantém uma tradição. Como resultado disso, a pesquisa dos antecedentes de uma tradição pode ser realizada facilmente e com êxito. No caso do Reiki ocidental, é difícil determinar exatamente o que aconteceu entre o Dr. Usui e o Dr. Hayashi, e entre o Dr. Hayashi e Hawayo Takata, porque todas as pessoas envolvidas já faleceram. A pesquisa feita no Japão indica que o Dr. Hayashi era considerado um «rebelde» no seio do Usui Reiki Ryoho Gakkai. Afinal, rompeu com o grupo principal e deu início ao seu próprio sistema. Felizmente que o fez; de outro modo, ninguém no Ocidente teria tido a oportunidade de aprender Reiki!

Depois de os trajetos oriental e ocidental do Reiki se dividirem — desde o início da década de 1940 até meados de 1980 —, aconteceu algo muito estranho: foi transmitido aos alunos de Reiki ocidentais que não existiam praticantes de Reiki vivos no Japão. Foi-lhes dito que Hawayo Takata era a única mestre praticante de Reiki em todo o mundo. Também foram informados de que todos os praticantes japoneses de Reiki tinham morrido durante a Segunda Guerra Mundial! Embora possa parecer absurdo, sei que era possível, porque nasci em Düsseldorf, uma cidade alemã que foi basicamente erradicada da face da terra durante a Segunda Guerra Mundial. Todos os praticantes de Reiki podiam ter morrido em Hiroshima ou Nagasaki. Contudo, o facto é que o Reiki japonês sobreviveu até hoje.

À medida que forem sendo descobertos cada vez mais manuscritos de Reiki originais no Japão, torna-se mais provável que venhamos a ser obrigados a reconsiderar aquilo que tratamos como sendo o Reiki tradicional. Um passo possível seria utilizar a designação Hayashi-Takata Reiki em vez de Usui Reiki no Reiki ocidental. Um professor de Reiki japonês com quem conversei há vários anos propôs o termo depois de saber que Phyllis Furumoto tinha tentado registar a palavra *reiki*. Felizmente, o empreendimento absurdo já foi desfeito.

Uma abordagem mas positiva seria incorporar no Reiki ocidental os aspetos «novos» do Reiki japonês original à medida que progredimos no nosso caminho de descoberta. Recentemente, vieram a lume muitos factos e aspetos da vida e do trabalho do Dr. Usui. As suas técnicas de Reiki originais foram descobertas e estão agora a ser utilizadas por milhares de praticantes de Reiki em todo o mundo. Contudo, um aspeto vital do trabalho com o Reiki que ainda permanece um mistério é o processo de iniciação ou sintonização utilizado pelo Dr. Usui.

Até hoje, não conheci ninguém no mundo ocidental que saiba exatamente como é que o Dr. Usui e o Usui Reiki Ryoho Gakkai atual sintonizam e iniciam membros no Reiki.

Entretanto, muitos professores de Reiki no Japão oferecem-se para ensinar aquilo a que chamam técnica de *Rei-ju* (sintonização) original de Usui Reiki Ryoho Gakkai. Todavia, o facto é que aquilo que está a ser ensinado é a versão do *Rei-ju* do Sr. Hiroshi Doi. Apesar de o Sr. Doi deixar muito claro nos seus grupos de trabalho que aquilo que ensina é a sua própria técnica, alguns do seus alunos preferem ignorar essa indicação. Em 1999, participei num dos seus workshops em Vancouver; a seguir, vários participantes

começaram a oferecer aos seus alunos o «processo de sintonização Gakkai original». Quando é que iremos aprender a lição?

Até que um dos mestres de Reiki do Usui Reiki Ryoho Gakkai (dos quais apenas há seis) — ou algum membro de outro grupo no Japão — se chegue à frente e partilhe o conhecimento connosco, estamos simplesmente a lidar com conjeturas, o que não nos satisfaz por completo.

William, Walter e eu estamos comprometidos em continuar a procurar e a investigar no Japão. Talvez o leitor também esteja interessado. Estamos convencidos de que alguém um dia será bem-sucedido e aguardamos ansiosamente pelo momento de celebrar...

CAPÍTULO 5

O Reiki Contemporâneo no Japão

por Frank Arjava Petter

A seguir à morte do Dr. Usui, o movimento de Reiki japonês dividiu-se em vários grupos, incluindo o Hayashi Shiki Reiki Ryoho do Dr. Hayashi. É do nosso conhecimento que o Dr. Hayashi rompeu a determinada altura com o Usui Reiki Ryoho Gakkai, pois tratava o seu próprio sistema por Hayashi Shiki Reiki Ryoho (consulte o *Capítulo 19*, sobre o *Manual de Hayashi Shiki*, na página 196 e seguintes) e não Usui Reiki. Outro facto conduz-nos à mesma conclusão: todos nós pensávamos que o Dr. Hayashi tinha dado o grau de mestre/professor a Hawayo Takata, todavia, o Usui Reiki Ryoho Gakkai não permite a ninguém que não o seu presidente conceder o título, ainda que professores, como o Dr. Hayashi, estivessem autorizados a ter os seus próprios alunos.

Sabe-se pouco acerca do motivo e da altura em que o Dr. Hayashi abandonou o círculo do Usui Reiki Ryoho Gakkai. Pode ter sido depois da morte do Dr. Usui. Em muitas tradições, as circunstâncias mudam aquando da morte de quem deu origem ao sistema.

Diz-se que o Dr. Hayashi se tornou bastante famoso à época e que o seu grupo cresceu bastante mais do que o Usui Reiki Ryoho Gakkai original. O Sr. Doi, membro do Gakkai, contou-me que o Hayashi Shiki Reiki Ryoho despareceu com a morte de Chujiro Hayashi, que se suicidou em 1941. Todavia, fontes americanas transmitiram-me que a Sra. Hayashi continuou a ensinar Reiki depois da morte do marido.

De acordo com fontes no Japão a história mística do «suicídio interno» do Dr. Hayashi, que muitos de nós lemos em livros de Reiki ocidentais, é uma fábula. Seguindo as pisadas da ligação do Dr. Hayashi a Hawayo Takata na década de 1930, Hawayo Takata viajou frequentemente para os Estados Unidos. A Segunda Guerra mundial irrompeu entretanto e a América tornou-se inimiga do Japão. Os rumores no Japão são de que Hayashi escolheu pôr fim à própria vida porque era suspeito de ser um espião.

Há cinco ou seis anos, o Sr. Fumio Ogawa (filho adotivo do Sr. Kozo Ogawa, que trabalhou pessoalmente com o Dr. Usui e foi responsável por um centro de Reiki) contou-nos que os praticantes de Reiki tinham frequentemente de se mudar durante a guerra, para evitar a suspeita de pertencerem ao movimento de paz — o que teria como consequência a execução imediata.

Uma vez que os grupos de Reiki no Japão eram muito pequenos ou bastante secretos, não se expandiram muito ao longo dos anos, e a maior parte deles cessou a seguir à Segunda Guerra Mundial. Muitos deles desapareceram com a morte do seu líder e alguns mudaram os ensinamentos de modo a ajustarem-se aos seus interesses. Alguns destes grupos transformaram-se inclusivamente em algo completamente diferente. Soube que algumas pequenas religiões japonesas contemporâneas foram fundadas por alguns alunos do Dr. Usui.

Há uma grande lacuna na história do Reiki entre a década de 1940 e o início dos anos 1980. O Sr. Fumio Ogawa mencionou que durante a década de 1940 existiam muitas escolas de Reiki por todo o país. O meu sogro conta que um dos seus companheiros de reclusão num campo de prisioneiros de guerra russo, um médico japonês, lhe falou acerca do Reiki logo a seguir à Segunda Guerra Mundial. Um dos nossos alunos, terapeuta massagista e acupuntor, contou-nos que ouviu falar em Reiki pela primeira vez nos anos 1960.

É um facto da cultura japonesa, bastante conhecido e de alguma forma engraçado, que as técnicas desenvolvidas no Japão necessitam frequentemente de ser exportadas para o Ocidente e a seguir reimportadas para serem aceites pelos japoneses! Um exemplo disso mesmo é a macrobiótica, que foi desenvolvida no Japão, onde não recebeu qualquer apoio até se tornar muito popular nos Estados Unidos e ter sido trazida novamente para o país. O aiquidô teve o mesmo destino, assim como o *shiatsu* e o Reiki. (No texto seguinte, irei usar o termo «Reiki ocidental» ao referir-me à técnica ensinada através do Dr. Hayashi e de Hawayo Takata e «Reiki japonês» para os ensinamentos do Usui Reiki Ryoho Gakkai e outros grupos japoneses relacionados.)

Grande parte do crédito pela reintrodução do Reiki no Japão vai para a Sra. Mieko Mitsui, uma professora da Técnica de Radiância, que levou o Reiki de volta para a sua terra natal, em 1984. Mitsui deu cursos de Reiki Um e Reiki Dois em diversas cidades japonesas e teve diversos artigos publicados em revistas esotéricas. Num dos artigos, descreve o seu

encontro com o Sr. Ogawa.[iv] O artigo é o primeiro encontro documentado — acompanhado por fotografias — entre o Reiki ocidental e o Reiki japonês. Contudo, os resultados desse encontro nunca foram discutidos em público no Ocidente.

A Sra. Mitsui não ensinou o grau de mestre no Japão. Praticantes impacientes, que tinham aprendido Reiki Um e Reiki Dois, vieram a Sapporo para realizarem a sua formação como professores com Chetna e comigo.

Em poucos anos, o Reiki ocidental propagou-se a todo o país. Alguns dos nossos alunos começaram a ensinar turmas grandes nas principais cidades do Japão. Em dezembro de 1999, o Reiki ocidental tinha-se tornado uma técnica bem conhecida no seio dos círculos esotéricos.

Diversas escolas de Reiki ocidental, com base quase exclusivamente nos nossos alunos ou na nossa linhagem, estão hoje ativas no Japão. A escola maior é provavelmente a de Tóquio, dirigida pelo Sr. Toshitaka Mochizuki, autor do livro *Iyashi No Te,*[iii] que aprendeu diretamente connosco. Mochizuki visitou-nos duas vezes com o seu colaborador, o Sr. Takahashi, uma vez em 1993 e outra em 1998.

Outros professores de Reiki da nossa linhagem bastante conhecidos são:

- Sr. Arupam Hitoshi Isono;
- Sr. Fuminori Aoki, um dos alunos do Sr. Mochizuki, autor do livro *Healing the Reiki* e presidente da associação Reiki One. A Reiki One é a maior organização de Reiki no Japão, não devendo ser confundida com a Usui Reiki Ryoho Gakkai;
- Sr. Doi, autor do livro *Gendai No Reiki-Ho*;
- Sr. Masaharu Ueno, autor do livro *Shinden Reiki No Himitsu*;
- Sr. Yoshio Tasaki, autor do livro *Reiki Healing Jiten*;
- Sra. Yukiko Utena, autora do livro *Kyoi No Reiki Ryoho*.

Os japoneses são muito hábeis a apropriar-se de um sistema de pensamento, um conceito, uma máquina, um calçado, uma técnica, uma canção ou uma religião e a transformá-lo em algo completamente diferente. O produto final é frequentemente muito melhor do que o original. Muitas das escolas de Reiki supracitadas combinam Reiki ocidental e japonês.

A linhagem não tem sido um aspeto importante do Reiki ocidental no Japão. A maioria dos praticantes/professores de Reiki não se preocupam ou não conhecem onde e quando o seu professor aprendeu Reiki. Todavia, não é indelicado perguntar aos professores sobre a sua linhagem.

Tornou-se um símbolo de *status* ser japonês e ensinar Reiki entre os círculos de Reiki ocidental, todavia, não se deixe influenciar demasiado pela nacionalidade de um professor. Em vez disso, antes de se decidir por um professor com quem estudar, avalie-o da mesma forma que avaliaria um professor da sua cultura.

Os autores deste livro gostariam de o convidar
a si, caro leitor, para uma viagem ao coração.
É uma jornada em direção à unidade, ao amor,
ao crescimento e à vida em conjunto
enquanto comunidade unificada.

Este é um livro sem precedentes, escrito por três conceituados mestres de Reiki que aqui decidiram partilhar as suas multifacetadas investigações e experiências. O vasto leque de tópicos abrangidos varia entre a busca de uma explicação científica para a energia do Reiki e uma visão do Reiki enquanto caminho espiritual para todos. Inclui também os últimos conhecimentos acerca dos métodos de cura do Dr. Usui, criador do sistema original, informação sobre a prática atual no Japão e uma análise ao desenvolvimento do Reiki no Ocidente.

Trata-se, pois, de uma obra marcante no contexto da história contemporânea do Reiki, que não deixa de fora a abordagem a algumas das suas figuras mais emblemáticas, assim como análises detalhadas aos seus principais símbolos e mantras. Possui também a componente de manual prático ilustrado com a explicação das principais técnicas.

«Um dos mais importantes livros de Reiki,
escrito pelos maiores mestres e investigadores
da atualidade.»

JOÃO MAGALHÃES,
autor de *Reiki: Guia para uma Vida Feliz*
e *O Grande Livro do Reiki*

nascente
o curso da sua vida
20|20 editora

ISBN 978-989-8839-84-8

9 789898 839848

Saúde e Bem-Estar