

A ESSÊNCIA DO REIKI

**Como aumentar a sua energia,
manter-se saudável e sentir-se
bem utilizando o Reiki.**





Termos e Condições

AVISO LEGAL

Grande parte desta publicação baseia-se na experiência pessoal e evidências anedóticas. Embora o autor e editor fizeram todos os esforços razoáveis para alcançar uma precisão absoluta do conteúdo deste Guia, eles não assumem nenhuma responsabilidade por erros ou omissões. Além disso, você deve usar esta informação se você encontrar sinergia e por seu próprio risco. Sua situação particular não pode ser exatamente adequada aos exemplos ilustrados aqui; na verdade, é provável que não seja o mesmo e você deve ajustar o seu uso das informações e recomendações em conformidade com a sua situação.

Quaisquer marcas comerciais, marcas de serviços, nomes de produtos ou recursos nomeados são considerados de propriedade de seus respectivos proprietários e são usados somente para referência. Não há endosso implícito se usarmos um desses termos.

Todos os direitos reservados.

Este livro não pode ser reproduzido em qualquer forma, no todo ou em parte, sem a permissão escrita do autor.

-JOÃO PAULO AQUINO-



Produtos Relacionados

[O Guia das Técnicas de Reiki](#)

[O Poder da Meditação](#)

[Guia Definitivo da Yoga e Meditação](#)



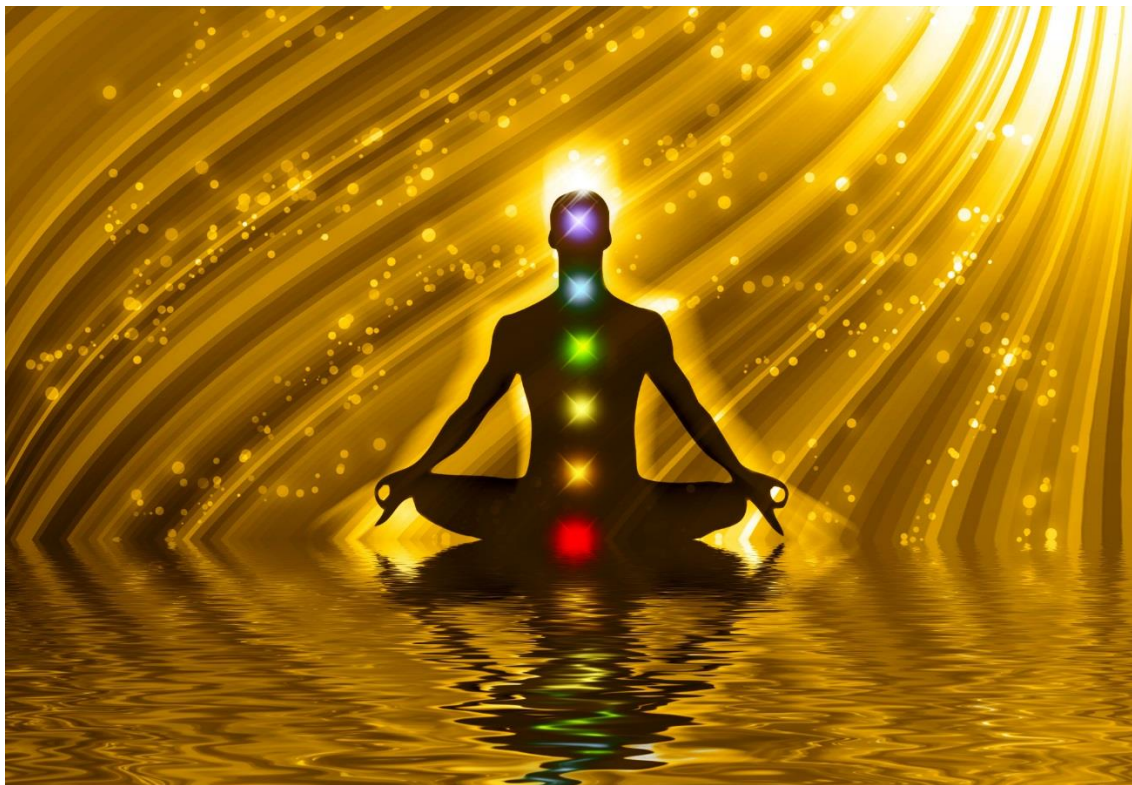
Índice

Introdução	pág. 4
Capítulo 1: Introdução ao Reiki	pág. 5
Capítulo 2: Aprendendo sobre o Reiki	pág. 7
Capítulo 3: Efeitos negativos do Reiki	pág. 10
Capítulo 4: Utilize o Reiki para tratar a sua saúde	pág. 13
Capítulo 5: O Reiki pode resolver os seus problemas	pág. 15
Capítulo 6: Benefícios do Reiki	pág. 18
Capítulo 7: Utilize o Reiki de forma eficaz	pág. 20
Capítulo 8: Vantagens adicionais ao tratamento de Reiki	pág. 22
Capítulo 9: O que esperar da prática de Reiki	pág. 25
Capítulo 10: Desvantagens em não usar o Reiki	pág. 27
Conclusão	pág. 29



Introdução

Encarado como uma prática misteriosa, o reiki originou-se no Japão, em torno de 1922. Iniciado por um budista japonês, esta prática de cura basicamente utilizando-se a palma da mão de um indivíduo para emitir energia de cura positiva até o paciente. Às vezes, o reiki é referido como método de tratamento oriental por médicos profissionais especializados.





Capítulo 1: Introdução ao Reiki

O Reiki é dividido em dois ramos que são conhecidos como reiki japonês e reiki ocidental.





Os Fundamentos

Em geral, o Reiki é dividido em 3 grandes etapas de proficiência, que são primeiro, segundo e terceiro nível, aqueles que praticam Reiki serão capazes de curar si mesmos e os outros também.

Os praticantes do segundo nível possuem a capacidade de curar qualquer a distância, que é referido como a cura à distância. O nível final (maior) é o nível vital em que o praticante possui o conhecimento essencial e meticoloso e proficiência para edificar e sintonizar os outros à prática do reiki.

Em termos práticos, é um método simples de um conceito com cura por métodos holísticos e sem o uso de qualquer medicação. O método é feito pelo mestre colocando as suas mãos sobre o pessoa que precisa de cura.

A ideia básica do processo é emitir energia positiva a partir do praticante de reiki para o paciente e entrar no processo de cura. Existem algumas reivindicações estranhas que afirmam que a energia de cura é auto induzida e pode "zerar" os ferimentos para começar o progresso da cura.

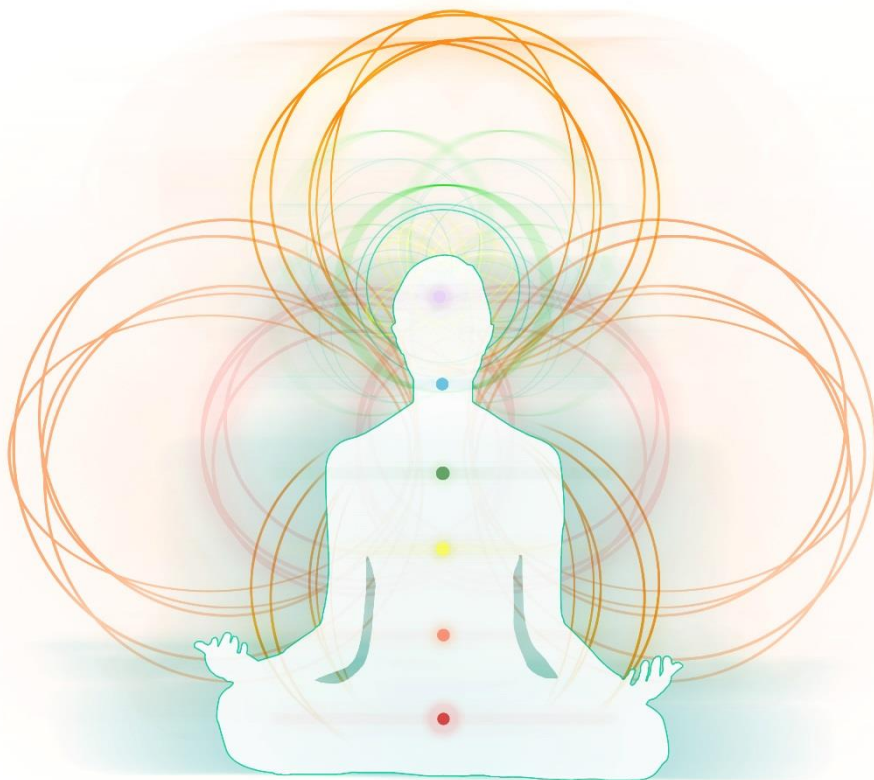
O fator dominante do reiki é a energia positiva que é suposta ser emitida para fins de cura. Espera-se que a energia do praticante esteja em níveis ótimos e, claro, de preferência positiva. Há alguns requisitos que um praticante de Reiki bem sucedido precisa seguir. Manter o corpo e a mente tão pura quanto possível é um dos pré-requisitos.

Algumas pessoas acreditam que o reiki japonês é mais focado e intuitivo em áreas específicas que precisam de cura, ao contrário do estilo de Reiki ocidental que geralmente trata todo o corpo.



Capítulo 2: Aprendendo sobre o Reiki

Embora o reiki exista há algum tempo, só nos últimos tempos é que está lentamente se tornando uma alternativa viável para a busca convencional de tratamentos médicos. Aprender ou adquirir esta forma de arte não exige extensas capacidades intelectuais, nem requer anos de estudos para dominar a arte. A beleza do reiki está na sua fácil acessibilidade e fácil transmissão de professor para aluno.





Começando sua educação

O requisito básico para ser um profissional bem sucedido de reiki é alcançar clareza e pureza de mente enquanto a energia é transferida de um corpo para outro para fins de cura.

Esta forma de energia positiva é muito importante para ser um praticante de sucesso. Há pessoas que ligam o processo de cura reiki ao de métodos de cura cristã (sendo esta a principal), enquanto outros se conectam com a mente e o corpo.

Várias pessoas que têm realmente tomado esta forma de arte sinceramente atestam até ter certa compreensão psíquica. Muitos outros acreditam eles têm as habilidades do "terceiro olho" e consciência aumentada dos arredores.

A prática é totalmente relacionada aos próprios problemas de saúde pessoal e conseqüentemente sua cura. É a capacidade de ligar a energia positiva de um corpo para outro, que ajuda na cura de problemas de saúde.

Várias pessoas passaram por este processo de cura e foram bem sucedidas. Essas pessoas são aqueles que não querem seguir o processo médico ocidental. Este segredo de reiki pode ser dominado facilmente e vai ficar com você para sempre. Não se pode esquecer o método facilmente.

A prática bem sucedida do reiki afeta o corpo, a mente e emoções do indivíduo. Uma vez que as toxinas são armazenados no nosso sistema ao longo do tempo, elas afetam negativamente o corpo, mas realizar reiki ajuda a descarregar esta negatividade e trazer energia positiva.

Apenas entendendo a gravidade da energia negativa e o impacto que pode ter sobre o corpo é que você pode executar de forma eficaz reiki para as condições ter condições de saúde mais favoráveis.



Para praticar reiki com sucesso, deve-se estar pronto para mudar seu estilo de vida um pouco. Todos esses requisitos trarão muito benefícios de muita qualidade.



Capítulo 3: Efeitos negativos do Reiki

Como qualquer coisa na vida, há sempre lados bons e ruins. Com o Reiki não é diferente. Tomar a decisão de embarcar no processo de aquisição de habilidades de reiki leva tempo e esforço. Uma certa quantidade de empenho e perseverança é esperado o que às vezes é difícil de gerir na expectativa de "gratificação instantânea" da sociedade de hoje.





O que procurar

Para certificar-se se é possível o praticante de Reiki trazer energia positiva, ele ou ela tem que fazer alguns sacrifícios na vida. O primeiro é parar de consumir comida não vegetariana alguns dias antes de começar a praticar reiki.

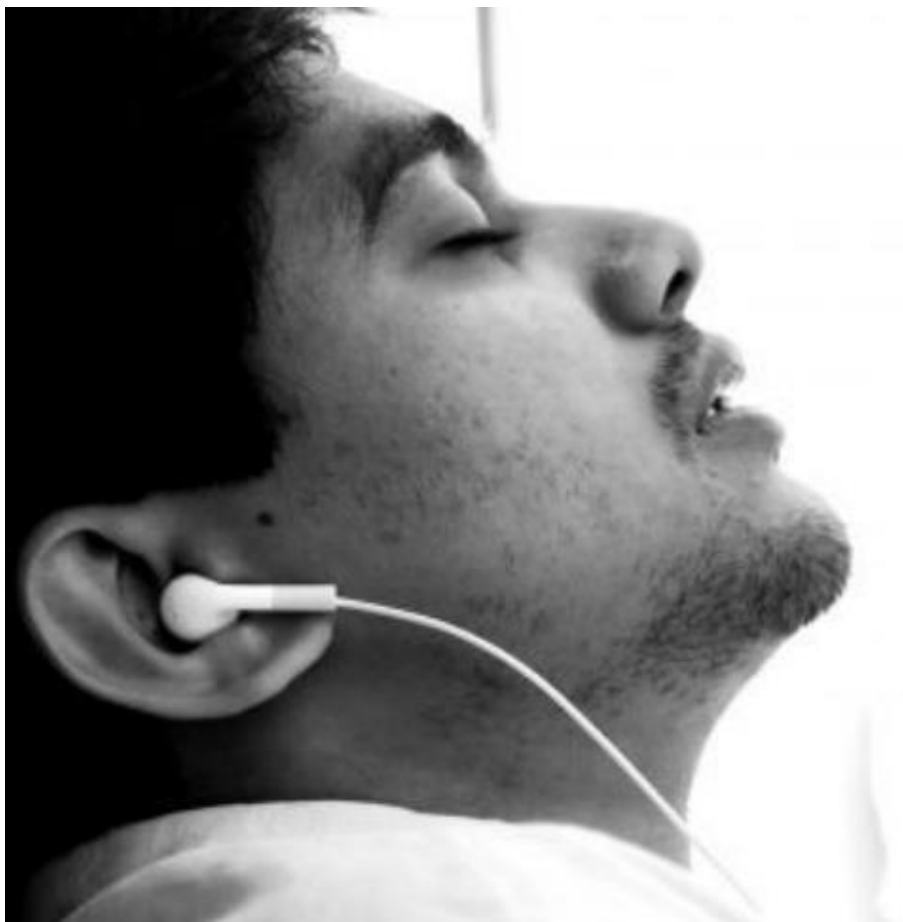
Desde que a pureza é o objetivo ao realizar reiki, consumir comida não vegetariana, bebidas que contêm toxinas, álcool, drogas, pesticidas, e outros ingredientes não são recomendados. Estes ingredientes negativos fazem o sistema desequilibrar e torna mais difícil para o bom fluxo de energia positiva.

O melhor método é seguir uma dieta com bastante líquido. Diminuir ou parar o consumo de toxinas também é necessário. Estes elementos geram disparidade no sistema nervoso e também no sistema endócrino. Algumas coisas para evitar, pelo menos, três dias antes da realização de uma sessões de Reiki são o álcool, doces, e tabagismo.

Manter um estilo de vida calmo e tranquilo também é útil, mas isto pode ser complicado no estilo de vida agitado que as pessoas possuem hoje em dia. Da mesma forma, reduzir sua exposição a elementos negativos externos é também obrigatório, portanto, assistir televisão, ouvir músicas desagradáveis, também a leitura de notícias perturbadoras precisam encerrar.

Para além dos elementos negativos acima mencionados, é igualmente importante manter-se longe do medo, raiva, ciúme, e ódio. Estas emoções podem parar e bloquear uma pessoa de ser um praticante bem sucedido de reiki e de praticar sessões de Reiki efetivamente.

Em alguns casos extremos, as pessoas que praticam reiki abstem-se de outros pois acreditam e consideram aquelas pessoas ao seu redor impuras e com energia negativa que eles não gostariam de se conectar.





Capítulo 4: Utilize o Reiki para tratar a sua saúde

Descobrir se está sofrendo de uma determinada doença pode ser assustador. O estresse principal começa com o tratamento complicado e a luta pelo estado em que já se encontra. Além de tudo isso, ter de escolher entre as várias opções disponíveis para o tratamento dos referidos problemas de saúde podem ser muito confuso para dizer o mínimo.





Uma mente esclarecida

Quando uma opção fácil e não-invasiva fácil está disponível para tratamento, a maioria das pessoas realmente se tornam interessadas em explorá-las. Da mesma forma, o método de tratamento Reiki não é uma opção para considerar e ignorar os tratamentos já existentes para a condição médica e procedimentos. Em palavras simples, o tratamento de reiki não deve ser utilizado para dispensar totalmente outros tratamentos médicos.

Reiki é um método global de tratamento destinado ao estágio inicial de qualquer tratamento preexistente que o paciente possa estar passando.

O reiki destina-se a trabalhar com a energia positiva consequente para combater quaisquer aspectos negativos pré-existentes no sistema do indivíduo. Como a energia Reiki é feita para ser utilizada isoladamente de acordo com a área específica que necessita de energia positiva, os diagnósticos anteriores ou prescrições são desnecessárias. Além de serem desnecessários, também é antiético fazer quaisquer tipo de recomendações.

Pessoas que sofrem de condições médicas graves declararam melhora positiva de sucesso após a implementação de reiki como um procedimento de cura. A energia positiva liberada da pessoa que executa reiki para o pessoa que sofre da condição médica é muitas vezes apontada como muito calmante e útil. Se a prática é continuada durante um longo período de tempo, existem também possibilidades para erradicar a doença por completo.

Parapessoas que levam a sua saúde sem reconhecer os problemas e não levam medidas de segurança para manter uma dieta saudável e um bom estilo de vida, utilizar o reiki pode mudar o seu ponto de vista para uma melhor compreensão do significado de saúde e condições mentais excelentes.



Capítulo 5: O Reiki pode resolver os seus problemas

A maioria das pessoas que tiveram algum encontro com o mundo da energia positiva do reiki elogiam a prática. Apresentado para ser uma eficaz e tranquila prática, a maioria das pessoas acreditam como uma forma de arte que o mundo em geral pode se beneficiar.





Os benefícios

A maioria das condições físicas e mentais e também a crueldade do ambiente de tempos em tempos estão ligados aos elementos negativos. A prática do reiki pode, em certa medida, erradicar essa energia negativa e restaurá-la com a melhor energia positiva.

A prática do reiki aborda todos os três elementos mente, corpo e ambiente que se ligam completamente de uma forma ou de outra. Quando reiki é utilizado na mente, os elementos como o processo do pensamento pode ser sintonizado para ter apenas pensamentos positivos.

Quando a mente é treinada a ser positiva sempre, muitas coisas boas podem ser alcançadas e até mesmo espalhar ao seu redor. Além do processo de pensamento, o estilo reiki de transmitir energia positiva de um para outro pode ajudar a gerar um melhor estado da saúde mental. Enxaquecas, dores de cabeça, estresse, preocupações e muitas outras condições relacionadas ao cérebro condições podem ser erradicadas com êxito com o energia positiva alcançadas pela prática de reiki.

Esta energia positiva de reiki é usada principalmente para erradicar todas as energias negativas que provocam e contribuem para a causa de doenças no indivíduo.

Uma das principais vantagens do processo é que não causa desconforto ou dor. Na verdade, a maioria das pessoas que experimentaram atestaram uma sensação reconfortante e em alguns casos fornecem grande relaxamento e cochilar durante uma sessão é comum.

O processo de cura do Reiki também pode ser feito a distância. Esta característica estranha é um benefício adicional para aqueles que procuram este tipo de cura para ajudar um tratamento medicinal em andamento. Um experiente praticante de eiki



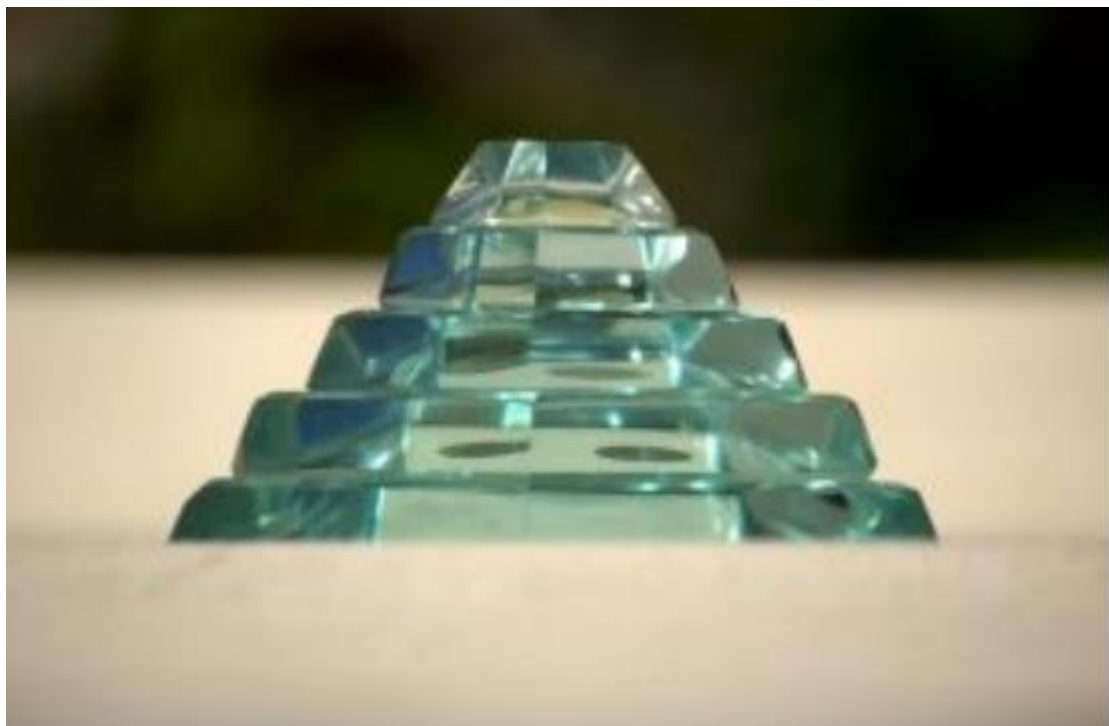
sempre pode transferir energia positiva facilmente através de uma meditação tranquila e silenciosa.



Capítulo 6: Benefícios do Reiki

Reiki é uma das formas mais antigas de transferência de energia positiva de uma fonte para outra, principalmente para fins de cura.

A prática do reiki traz muitos benefícios para a vida do praticante. As vantagens mais amplamente conhecidos e comuns obtidas ao praticar reiki são: alívio de estresse psicológico e estresse físico, conforto do corpo e da mente, relaxamento e tranquilidade no ambiente são alguns.





Alguns benefícios adicionais

Há também muitos outros benefícios conhecidos da prática de reiki, embora não menos benéficos. A maioria dos praticantes profissionais alcançam clareza mental.

Em contribuição ao alívio necessário durante uma tristeza emocional e uma aflição, o reiki ajuda a ligar-se uns aos outros através de um centro, portanto, impedindo a mente e o corpo de se sentirem totalmente drenados.

Reiki também trabalha para liberar a dor, melhorando a circulação geral do sangue por todo o corpo. Ao fazê-lo, o reiki também pode contribuir para acelerar a paralisação de sangramentos de feridas. Vários praticantes de reiki também confirmam as vantagens do elemento de purificação que o reiki pode trazer nas artérias, vesícula biliar, fígado, pulmões e baço.

Existem muitas outras doenças que o Reiki tem sido usado para curar e tratar, que é considerada como uma terapia complementar aos existentes tratamentos e medicamentos médicos.

Várias condições médicas são normalmente ligadas a algum tipo de desnível e o reiki tem sido usado para fazer mudanças positivas na área ferida. Algumas condições de saúde, como sangramento crônico e agudo de nariz, depressão e insônia crônica são alguns em que a prática de reiki tem sido muito útil na recuperação de tais condições.

Reiki também é utilizado para aumentar a velocidade do processo de recuperação especialmente após tratamentos cirúrgicos. A transferência de energia positiva ajuda a acelerar uma recuperação positiva, sem o uso adicional de medicamentos.



Capítulo 7: Utilize o Reiki de forma eficaz

Quando submetidos a tratamentos devido a uma condição médica específica a pessoa torna-se também aflita com numerosos elementos negativos.

Os elementos negativos adicionados devido aos tratamentos existentes podem aumentar o estresse físico e psicológico do indivíduo e pode causar várias outras complicações e também retardar a taxa de recuperação.





Partindo para a ação

Algumas pessoas descobriram que adicionando o uso de reiki ao seu tratamento médico contínuo, os resultados positivos foram observados. Tais resultados visíveis vão desde a recuperação mais rápida para realmente a redução de alguns medicamentos que não são mais necessários para tratar a condição médica devido à energia positiva obtida a partir de reiki.

Idealmente reiki deve ser praticado por um período de tempo razoável antes de alguns resultados positivos serem observados. Ao fazê-lo, pode-se também sentir as mudanças em outras áreas, tais como o nova capacidade mental provocada pela energia positiva. A fim de beneficiar do reiki efetivamente, o exercício da transferência de energia positiva deve ser feito com a cooperação e astúcia do destinatário para explorar este estilo de cura. A mentalidade positiva é quase um pré-requisito para o sucesso de um exercício de reiki.

Muitos pesquisadores científicos hoje estão dispostos a reconhecer o poder da energia positiva, quando usados para o seu potencial de cura. Os cientistas muitas vezes são um grupo cético, e para este tipo de reconhecimento ser trazido à tona, prova que o Reiki pode ser um ferramenta benéfica para ajudar o processo de cicatrização. Alguns até mesmo vão tão longe para dizer que o elemento positivo é permanentemente contido em cada indivíduo e aprender a tocar nesta energia tem um elevado potencial em resguardar a saúde.

A melhor maneira de usar o Reiki para o propósito de cura ou simplesmente para obter um estado saudável do corpo e da mente holisticamente é a de experimentar o processo em si. Como não existem efeitos secundários conhecidos, reiki é considerado um empreendimento seguro para embarcar.



Capítulo 8: Vantagens adicionais ao tratamento de Reiki

Todos os dias há novas descobertas no campo da medicina. Algumas encorajadores, enquanto outras nem tanto. No entanto, algumas podem até ser mesmo muito caras de se considerar, por isso, quando uma descoberta como reiki vem à luz pode ser uma bênção para muitos que precisam deste tipo de alívio promissor.





Descobertas adicionais

Embora reiki estivesse presente por um longo tempo e tenha sido praticado com sucesso em muitas culturas antigas, principalmente na Ásia, está rapidamente ganhando popularidade com os mais jovens.

Alguns atletas optaram por utilizar este método de cura para complementar seus tratamentos médicos em curso com resultados espantosos.

Usar a energia positiva do tratamento de reiki baseia-se em contra-atacar os elementos negativos de uma lesão, o processo de cicatrização de muitos atletas hoje em dia ter tomado um ritmo muito mais rápido.

Somando-se a este período de tempo surpreendentemente rápido de cura está a condição da lesão afetada "melhor do que antes".

Alguns novas descobertas também têm sido feitas, com o uso de reiki em áreas onde a Aids tem causado um enorme sofrimento para muitos indivíduos.

Este estado promissor de usar reiki como a energia positiva para combater todos os elementos negativos trazidos pela Aids está incentivando muitas pessoas a experimentarem reiki.

Cura à distância utilizando a técnica de reiki é outra maneira eficaz de curar uma doença. Como nem sempre é conveniente ou mesmo possível estar ao lado de um paciente por diversas razões, optar por usar reiki não é só atualmente amplamente praticada, mas também apresentado para ser tão eficaz em fornecer alívio e cura necessários.

Algumas pessoas, que praticaram reiki por longos períodos de tempo, tem documentados estarem promovendo esse estilo de cura para animais de estimação.



Na tentativa de buscar o melhor tratamento para o animal de estimação amado, alguns indivíduos se voltaram para reiki por seu estilo suave e não invasivo de tratamento. Há muitos casos de sucesso com este estilo dado que não faz mais estresse do animal de estimação já em indisposição.



Capítulo 9: O que esperar da prática de Reiki

Se alguém está a caminho de tomar a decisão de embarcar na experiência de reiki seria prudente primeiro descobrir o máximo possível sobre esta forma de arte.



Aspectos para levar em consideração

Algumas áreas sugeridas para procurar antes de tomar decisões relevantes como onde, quando, quem, etc estão a seguir:

- Benefícios do reiki;
- Processo de tratamento;
- Credenciais de reiki;
- Taxas de tratamentos, se existir;
- Treinamento de reiki;
- Workshops de reiki e testemunhos;
- Créditos de praticantes de reiki;
- Ferramentas e materiais possíveis.



Enquanto faz a pesquisa necessária, procurar na internet por aspectos e necessidades específicas podem tomar tempo e exigem paciência. Quando se trata de reiki, não existem muitas informações disponíveis, enquanto outras podem ser realmente contraditórias.

As contradições surgem das mais diferentes ideologias e filosofias envolvidas na pesquisa e prática desta forma de arte. Embora confuso muitas vezes, os mais diversos testemunhos que existem para consulta podem ajudar a tomar uma decisão mais assertiva.

Utilizar a internet pode ajudar a localizar o centro mais perto e adequado, ou até mesmo encontrar um grupo de praticantes de reiki pode ser uma excelente ideia. Alguns materiais de leitura também podem ser uma ótima fonte de informação sobre reiki e abordagem holística para a mente e corpo.

Entretanto, deve-se notar que esta forma de arte por se tornar muitas vezes individualizada. Muitas pessoas tem praticado com sucesso a arte do reiki nelas mesmas.

O reiki torna possível utilizar esta forma de arte para tratar o corpo e a mente sem necessariamente tendo a mentalidade de cura na cabeça. Reiki pode ser simplesmente utilizado individualmente para criar uma atmosfera positiva para a alegria e conforto de cada um.



Capítulo 10: Desvantagens em não usar o Reiki

Muitas doenças de hoje em dia requerem algumas formas invasivas de tratamento. Quando um indivíduo primeiramente descobre a presença de uma condição de saúde maléfica, os níveis de ansiedade aumentam e podem até chegar no limite.

Então qualquer forma não invasiva ou terapia complementar pode ser muito confortante.



O que você pode estar perdendo



Sendo uma prática de transfência de energia positiva para um ambiente negativo, reiki fornece a alavancagem muitas vezes necessária para combater um estado negativo de saúde que está a causar ou ter causado a presença de uma doença.

Ao não explorar a possibilidade de utilização de reiki para o tratamento de condições de saúde, uma grande perda de possibilidade de recuperação ou de impedimento da condição médica não pode ser realizada. Reiki não só ajuda no processo de cura física, mas também ajuda no estado mental da mente.

Um monte de problemas médicos aparentemente começam ou são atribuídos ao estado da mente de um indivíduo, portanto, usar reiki é o primeiro passo para luta contra a doença, ou a doença pode avançar.

Como reiki pode ser executado em si mesmo, reiki também pode ser praticado regularmente para, eventualmente, trazer uma visão positiva da vida. Com um melhor estado mental da mente contribui para uma perspectiva positiva e a qualidade de vida desfrutada pelo indivíduo pode ser de fato muito gratificante.

Apesar não haver muita pesquisa para tirar evidências conclusivas, algumas fontes atestaram uma experiência positiva global durante a gravidez quando reiki foi praticado. Esta dedução é feita simplesmente com base em ter uma grande quantidade de energia positiva, em ambos corpo e mente através da prática do reiki. Devido a isso, a energia positiva que rodeia a gestante e a condição e bem-estar do bebê também estão garantidos. Bebês mais felizes e mais saudáveis são o resultado positivo de praticar reiki.



Conclusão

Você pode ter procurado nas páginas amarelas da sua agenda por um praticante de Reiki em sua comunidade. No entanto, muitos poucos praticantes anunciam os seus serviços e utilizam essa mídia. Praticantes de reiki trabalham fora de clínicas, hospitais, spas.

Alguns praticantes fornecem atendimento em casa, viajam para o seu local de tratamento. Confira postagens em supermercados naturais, lojas metafísicas, aulas de yoga, faculdades comunitárias, e assim por diante. Praticantes de Reiki frequentemente confiam na palavra da boca de seus clientes regulares em atrair novos.

Há uma grande quantidade de diferentes tipos de sistemas de Reiki, por isso não deixe de pedir quaisquer dúvidas que possa ter sobre os serviços de um praticante antes de você reservar uma sessão.