

Vantagens e Benefícios do Método Reiki

1- Simplicidade e Praticidade

A energia Reiki está à disposição do usuário 24 horas por dia, independente da situação, do local ou de quem o pratica. Não exige um ambiente ou uma postura física, como no yoga. Nenhum objeto ou equipamento é exigido para a aplicação da energia Reiki, só o toque das mãos do reikiano. Pela simplicidade da técnica, pode-se usá-la no metrô, no ônibus, no táxi ou numa sala de espera. É útil em todos os lugares, todos os dias. A beleza do método Reiki está na sua simplicidade. A simplicidade do método o torna acessível a qualquer pessoa, a qualquer estilo de vida. O método Reiki é a democratização da saúde, o equilíbrio ao alcance de todos, inclusive das crianças, anciãos e pessoas doentes.

2- Rompe Tempo e Espaço

Ao contrário das terapias mais conhecidas - massoterapia, shiatsu, do-in, quiroprática, cromoterapia e outras - nas quais há o condicionante do contato físico, a energia Reiki também pode ser aplicada à distância, com sucesso, num processo similar ao da emissão de ondas radiofônicas. Esta energia pode ser enviada para um trauma do passado, minimizando o dano emocional, bem como ser programado para atuar num evento futuro (audiência, entrevista de emprego, viagem aérea, provas escolares e de concursos, vestibular, ida ao dentista etc).

3- Holístico

Holístico vem do vocábulo grego holos, que quer dizer total, ou seja, a energia Reiki atua na totalidade do ser, nos corpos físico, emocional, mental e espiritual.

Quando procuramos, por exemplo, um dentista ou um dermatologista, visamos sanar problemas do corpo físico. Buscamos o apoio de um psicólogo, para o equilíbrio do corpo emocional. No caso de tratamentos psiquiátricos, a meta passa a ser o corpo mental. Muitos buscam dirigentes religiosos quando o objetivo é o corpo espiritual. Fazendo uso da energia Reiki, mantemos e recuperamos a saúde física, emocional, mental e espiritual.

É um método natural de equilíbrio, restauração e aperfeiçoamento de todos os corpos, gerando um estado de harmonia.

O Reiki não substitui a medicina, mas em muitos casos faz, de forma mais delicada e positiva, coisas que a medicina não pode fazer. Ao receber uma aplicação de energia Reiki, o corpo do receptor relaxa e a frequência cardíaca atinge o seu nível de repouso, assim como diminui a frequência respiratória. Ao final de uma sessão de Reiki, alguns receptores sentem-se acordando depois de uma noite longa de sono. A energia Reiki promove calma e bem-estar. Os tratamentos do Reiki liberam tensões, intensificando

as habilidades do corpo. As pessoas vencem dores que as atormentavam durante anos, fazendo-as sentirem-se mais amorosas, felizes e receptivas. Observamos melhoras em casos difíceis de prisão-de-ventre, com poucas aplicações de energia Reiki. Melhora o sistema imunológico, desintoxicam, equilibram e ampliam nossa energia, atuando no nível causal do mal-estar. Face à regeneração constante de nossos tecidos, a energia Reiki muda a estrutura química do corpo, ajudando a restaurar os músculos, os nervos, o esqueleto e a regenerar órgãos. Age em tudo que precisa ser modificado no organismo físico e etérico. O método Reiki é um ótimo recurso para equilibrar os sete principais chacras (centros energéticos), localizados da base da coluna ao topo da cabeça. Direccionam-se à origem dos problemas que, em geral, são emocionais. A energia Reiki ajuda a liberar emoções bloqueadas. Acaba com traumas emocionais do presente e do passado.

4- Sem Polaridade e Seguro

Uma pessoa que apresenta um desequilíbrio energético com predominância de energia yang acaba desenvolvendo impaciência, intolerância, irritabilidade, agressividade, hiperatividade etc. Outra, com predominância de energia yin, desenvolve comportamentos como apatia, tristeza, melancolia, desânimo e depressão. Terapias polarizadas podem potencializar os efeitos do desequilíbrio, com resultados negativos em quem as recebe. Reiki é um método não polarizado e, portanto, sempre seguro e inofensivo, sem efeitos colaterais ou contra-indicações. Trata-se de um método sem conseqüências negativas, jamais causa danos. Não é como a eletricidade. Não produz curtos, não destrói nervos ou tecidos mais frágeis, como os olhos, por exemplo. A energia Reiki é única e una, de tripla atividade. Encerra em si mesma a polaridade positiva (yang), a negativa (yin) e a neutra. Por não ser polarizada, é compatível com qualquer outra forma de terapia, tratamento de saúde ou desenvolvimento espiritual.

A energia Reiki não pode ser manipulada pelo emissor, que simplesmente impõe as mãos sobre o centro energético ou o local afetado e permite à energia fluir. A quantidade de energia que flui é determinada por quem recebe (o receptor) e não por quem aplica a energia Reiki. Logo, não há como ocorrer um excesso numa aplicação de energia Reiki. No momento em que a região se equilibra, deixa de solicitar energia. Caso o reikiano permaneça com as mãos no local, estará perdendo seu tempo. Efeito semelhante ocorre com a qualidade da energia Reiki emitida: quem a determina é o chacra em desarmonia do receptor. Cada chacra exige uma energia com ressonância diferente.

5- Expansão da Consciência

Através de um medidor específico, numa pessoa não iniciada, podemos detectar a presença da energia da aura a uma distância de um metro. Num reikiano de Nível 3-A, a energia pode ser percebida a mais de dois metros de distância. O método Reiki expande nosso campo áurico, aumentando nossa energia física, emocional e mental. Tal expansão no campo áurico produz uma transformação indiscutível de consciência em qualquer pessoa. Estes são somente alguns dos benefícios da expansão da consciência: redespertar nossa conexão espiritual com o Criador; alargar nossos

horizontes; expandir a conexão com o nosso Eu Superior; aumentar a compreensão dos mistérios da vida; aumentar a sensibilidade; desenvolver o chacra cardíaco e fazer crescer a consciência de amor e a capacidade de ajudar de forma incondicional. Essa expansão energética ampliará igualmente sua criatividade e intuição. O aumento da percepção, com a ajuda da energia Reiki, é um passo importante para seu desenvolvimento espiritual. Poderá ocorrer de você pensar em alguém e a pessoa lhe procurar ou telefonar. Concentrando-se num problema, a solução subitamente pode aparecer por intuição ou através de outra pessoa, de um livro, de um jornal etc. A energia Reiki vai confrontar você com pessoas e situações que o ajudarão a descobrir a prestar mais atenção em si. Você terá a oportunidade de discernir mais claramente os obstáculos que você mesmo criou na vida, poderá tornar-se mais consciente, criando a condição interior para ouvir verdades geralmente negadas, facilitando seu autoconhecimento.

6- Sem Conotação Religiosa ou Credos

O método Reiki é sagrado, mas não é uma religião ou um sistema filosófico, com restrições e tabus. Adapta-se a qualquer cultura, raça, credo, seita ou idade. Não utiliza talismãs ou quaisquer instrumentos auxiliares. Também não é necessário que acreditemos nele, para que se propague ou faça efeito.

Reiki é um método inserido no contexto das práticas terapêuticas alternativas recomendadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS), órgão da Organização das Nações Unidas (ONU).

Haverá época em que a humanidade se unirá, como já o fez em outras eras, na medicina, ciência e religião. Sem dúvida, o Reiki terá grande importância para que a humanidade alcance sua plenitude.

7- Não Desgasta o Terapeuta

A maioria das terapias corporais e energéticas envolvem doação de energia vital do terapeuta ao receptor, causando um desgaste energético. O desgaste contínuo da energia ki do doador, sem reposição adequada, tende a deteriorar seu sistema imunológico, defesa natural do corpo contra doenças. Resulta, também, num desequilíbrio que pode afetar a dinâmica física, emocional, mental e espiritual do doador.

O método Reiki energiza e não desgasta o praticante, pois a técnica não utiliza o chi ou o ki do reikiano, e sim a Energia Cósmica do Universo. Quando o reikiano aplica energia Reiki, retém cerca de 30% da energia aplicada. Diríamos que funciona como uma bonificação divina. Logo, o praticante passa a ter mais energia e disposição depois da sessão. No método Reiki, quanto mais damos mais recebemos. Quanto maior for o uso da energia Reiki, mais forte se torna o terapeuta, mais benefícios ele faz a si próprio e aos receptores. Após tratar muitos receptores, por mais doentes que estejam, o reikiano geralmente se sente bem disposto. Entretanto, o método Reiki não substitui a boa respiração, o repouso e a alimentação

adequada. Tampouco é um substituto para as nossas necessidades de exercícios físicos apropriados.

8- Sem Diagnóstico

O diagnóstico é uma prerrogativa médica. O terapeuta reikiano que o realizar estará exercendo ilegalmente a medicina, com implicações jurídicas pesadas previstas pelo Código Penal, tais como charlatanismo e curandeirismo. Afinal, para que um diagnóstico seja realizado com competência e sucesso, a pessoa deverá dedicar anos de sua vida ao estudo de anatomia, fisiologia e bioquímica. A técnica Reiki não exige diagnóstico da patologia para que um tratamento seja bem sucedido e pode ser usada inclusive por crianças (a partir dos sete anos de idade) para tratar até mesmo disfunções crônicas. Isto acontece porque Reiki é uma energia inteligente. Penetra no corpo do receptor e através dos meridianos energéticos e chakras, dirige-se até a causa ou origem dos desequilíbrios ou enfermidades.

9- Beneficia todo Ser Vivo

Existem excelentes práticas terapêuticas que apresentariam certas limitações para serem aplicadas em outros seres vivos (Veja REIKI em Animais). No caso da acupuntura, ou da massoterapia, por exemplo, haveria alguma dificuldade se fôssemos tratar uma árvore frondosa, um peixe num aquário ou um animal feroz. A energia Reiki, por ser universal, que pode ser irradiada também à distância, possibilita estas alternativas. Serve igualmente para o tratamento de quaisquer organismos vivos: animais e plantas. É incrível observar como flores que acabaram de murchar recuperam a sua beleza em poucas horas, com a aplicação de energia Reiki.

10- Não Fica Obsoleto

No caso do Reiki, a técnica não fica obsoleta, é a mesma desde o seu descobrimento.

Um longo período sem utilizar a energia Reiki não levará à necessidade de nova ativação energética para o mesmo nível do método Reiki. A sintonização fica profundamente enraizada no iniciado, não se perde, pois é um presente divino. Um dom que, uma vez recebido, não é perdido, e nos acompanhará, pelo resto de nossa existência, trabalhando corpo, mente e espírito. Uma vez realizada a iniciação, os canais permanecerão abertos pelo resto da existência do reikiano, mesmo que por um longo período não sejam acessados. Eles podem tornar-se mais fortes com a prática ou enfraquecer por falta de uso, entretanto poderão ser reativados pela simples volta à prática do método Reiki. Quanto mais o reikiano usa a energia Reiki, mais aumenta sua capacidade de canalização, pois seus canais de condução de energia se abrem como conseqüência da prática.

11- Não é Necessário Despir

Muitas técnicas eficazes obrigam o terapeuta a despir seu cliente, o que poderá colocá-lo em situação embaraçosa. Para uma aplicação de energia Reiki, não precisamos despir o receptor. A energia atravessa sem problemas qualquer material, inclusive o metal. Entretanto, em função de poder haver interferência no campo eletromagnético (aura) do receptor e do reikiano, recomendamos a retirada de adornos (pulseiras, relógios, brincos, anéis, fivelas etc) na hora da aplicação.

12- Complementar

O método Reiki tanto pode ser usado isoladamente, quanto como complemento terapêutico de qualquer técnica (convencional ou holística), o que se deve ao fato de a energia não ter polaridade. Assim as possibilidades para combiná-lo com outras técnicas são infinitas.