



Reiki nível 1

O Despertar

POR DÉBORA SEVE

Seve Saúde e Bem-estar

Deborasevemassagem.com



Reiki nível 1

O Despertar

Sawabona!

Te vejo; Te respeito; Te valorizo!



Reiki nível 1

O Despertar

O reikiano não é criado pelo mestre e sim, despertado.

Por isso, denominamos o

Nível 1 do Reiki de

“O Despertar”.



Reiki nível 1

O Despertar

*O Reiki é, sem dúvida, um caminho democrático
para quem deseja servir de forma
desinteressada e tem boa vontade.*

Reiki assume a tarefa suprema de cura, não VOCÊ. (Você, como um praticante de Reiki, não faz nada no processo de cura. Mas você é essencial para a cura de Reiki.

Sem você, o Reiki não pode trabalhar).

Reiki é tudo que você precisa ... e tudo que você necessita é AMOR.

A energia vem do universo, e não do praticante de Reiki, que funciona como um canal e não como uma fonte de energia.



PRIMEIRO NÍVEL VOCÊ VAI APRENDER:

Você vai adquirir uma compreensão básica sobre o Reiki e uso básico das mãos na arte de curar. Será iniciado no Reiki por “Reiju” ou “sintonização” (“iniciação”), que permitirá ser um canal de Reiki. A partir desse momento, a energia Reiki irá fluir através de suas mãos e realizar o maravilhoso trabalho de cura. Isso significa que agora VOCÊ é um praticante de Reiki (curador) para o resto de sua vida.



PRIMEIRO NÍVEL VOCÊ VAI APRENDER:

De forma prática e presencial com o método de Villência Seve:

Servir um propósito maior; Experimentar algo novo; Viver o aqui e agora; Especializar-se no autoconhecimento.

Ancorado sob 3 pilares: Ética; Compromisso e Dedicação.

Ligados pelos 7 fios de ouro:

Amor; Respeito; Comunicação: Clareza, Foco; Prudência e confidencialidade.

Aula 100% prática com foco no sentir, se conectando com sua essência, com a natureza e a energia Universal.





COMO RECEBER REIJU OU SINTONIZAÇÕES:

Sente-se em uma cadeira e relaxe

Junte as palmas das mãos (Gassho) na frente de seu peito

(quando solicitado), e

suavemente feche os olhos.

Esteja preparado para o toque (parte superior da cabeça e as

mãos) pelo professor.

Mova suas mãos e braços de acordo como a orientação do

professor.



Despertar para o Reiki

Reiki

Reiki uma forma de medicina alternativa.

Reiki é uma forma de medicina alternativa baseada em pseudociência. Os praticantes usam a imposição de mãos para transferir "energia vital universal" para o paciente com fins curativos. o Reiki é disponibilizado em muitos hospitais e clínicas médicas tendo sido integrado aos serviços de saúde oferecidos pelo governo do Brasil, através SUS, em janeiro de 2017.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Despertar para o Reiki

Reiki

A palavra reiki é um estrangeirismo do japonês reiki (霊気, que significa "atmosfera misteriosa"), que deriva do chinês língqì (靈氣, "influencia sobrenatural"), a primeira utilização de que há registo na língua inglesa data de 1975. Em vez da normal transliteração, alguns autores de língua inglesa pseudo-traduziram reiki como "energia vital universal".

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Despertar para o Reiki

Reiki

Reiki escreve-se normalmente como 霊気 em shinitai kanji ou como レイキ no silabário katakana. É composto pelas palavras rei (霊: "espírito, milagroso, divino") e ki (気; qi: "gás, energia vital, sopro de vida, consciência"). O ki (mais conhecido por qi ou ch'i chinês) no reiki é entendido pelo significado "energia espiritual; energia vital; força vital".

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o Reiki

Reiki



R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

A ENERGIA REIKI

O Reiki é um caminho de paz, transformação, harmonia, equilíbrio, saúde e crescimento espiritual, que nos leva de encontro a nossa essência.

Reiki é uma palavra japonesa que identifica o Sistema Usui de Terapia Natural (Usui Reiki Ryoho), nome dado em homenagem ao seu descobridor, Mikao Usui.

Reiki significa energia universal e refere-se ao aspecto espiritual, à essência energética cósmica, que permeia todas as coisas e circunda tudo quanto existe.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM



Despertar para o Reiki

Reiki

Algumas traduções equivalentes dos dicionários de Japonês-Inglês são: "sensação de mistério" e "uma atmosfera etérea (que prevalece nos recintos sagrados de um santuário); (sentido, sentimento) uma presença espiritual (divina).

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Ki é a energia vital individual que flui em todos os organismos vivos e os mantém. Quando a energia Kisai de um corpo, ele deixa de ter vida. O Reiki é um processo de encontro destas duas energias – a Energia Universal e a nossa energia física ocorre depois da sintonização ou iniciação, feita por um mestre de Reiki habilitado. A antiga tradição indiana, com mais de 5000 anos, fala da Energia Universal, o “prana”, visto como o elemento básico e primordial da vida. Os iogues manipulam esta energia por meio de técnicas respiratórias e exercícios físicos, praticados antes, durante e após a meditação, permitindo alcançar e manter o equilíbrio entre corpo, mente e espírito.

Despertar para o Reiki

Reiki



A energia Reiki é uma das maiores forças deste planeta para a evolução das pessoas, um caminho de harmonização interior com o Universo. É uma energia confortadora, vinda do Criador. Vem do macrocosmo para o microcosmo. Todos nós temos acesso à energia Reiki e utilizá-la, é nosso direito inato. Reiki é um presente poderoso, uma oportunidade para o iniciado crescer e transformar-se. É uma energia de paz e libertação, com a qual o Criador abençoa o planeta. Ajuda a deter a violência e tendências autodestrutivas.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Despertar para o Reiki

Reiki

Linhagem do Reiki

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

Despertar para o Reiki

Reiki



A linhagem de Reiki (linhagem de energia) é uma parte muito importante do sistema de Reiki, mas não é tudo.

Nenhuma linhagem é melhor ou pior que a outra. Nenhum é “mais forte” ou “mais fraco”. Nenhuma é “mais avançada ou menos avançada”.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

REIKI
UNIVERSAL

Despertar para o Reiki

Reiki



R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Sua linhagem de Reiki não faz de você um bom praticante ou Shihan.

*“O hábito não faz
o monge”, como diz o ditado.*

*Os feitos e/ou ações são o critério que determinam um bom
praticante de Reiki e bom
Shihan.*

*Suas ações mentais, verbais e corporais (físicos), ou seja, o que você
pensa, o que você diz e
o que você faz são de extrema importância.*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM



Usui

Hayashi

Despertar para o Reiki

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

Mikao Usui y su grupo de iniciados



O sistema do Reiki foi desenvolvido por Mikao Usui(臼井甕男) em 1922 enquanto praticava Isyu Guo, um treino budista de 21 dias organizado no Monte Kurama. Não se sabe quais eram as atividades exigidas a Usui durante o treino, contudo envolviam muito provavelmente meditação, jejum, cânticos e orações. Através de uma revelação mística, Usui ganhou conhecimento e poder espiritual que podia aplicar a outros o Reiki que entra pelo seu corpo através do seu Chakra Coroa.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

Mikao Usui y su grupo de iniciados



Mikao Usui
1865-1926

Despertar para o Reiki

Reiki

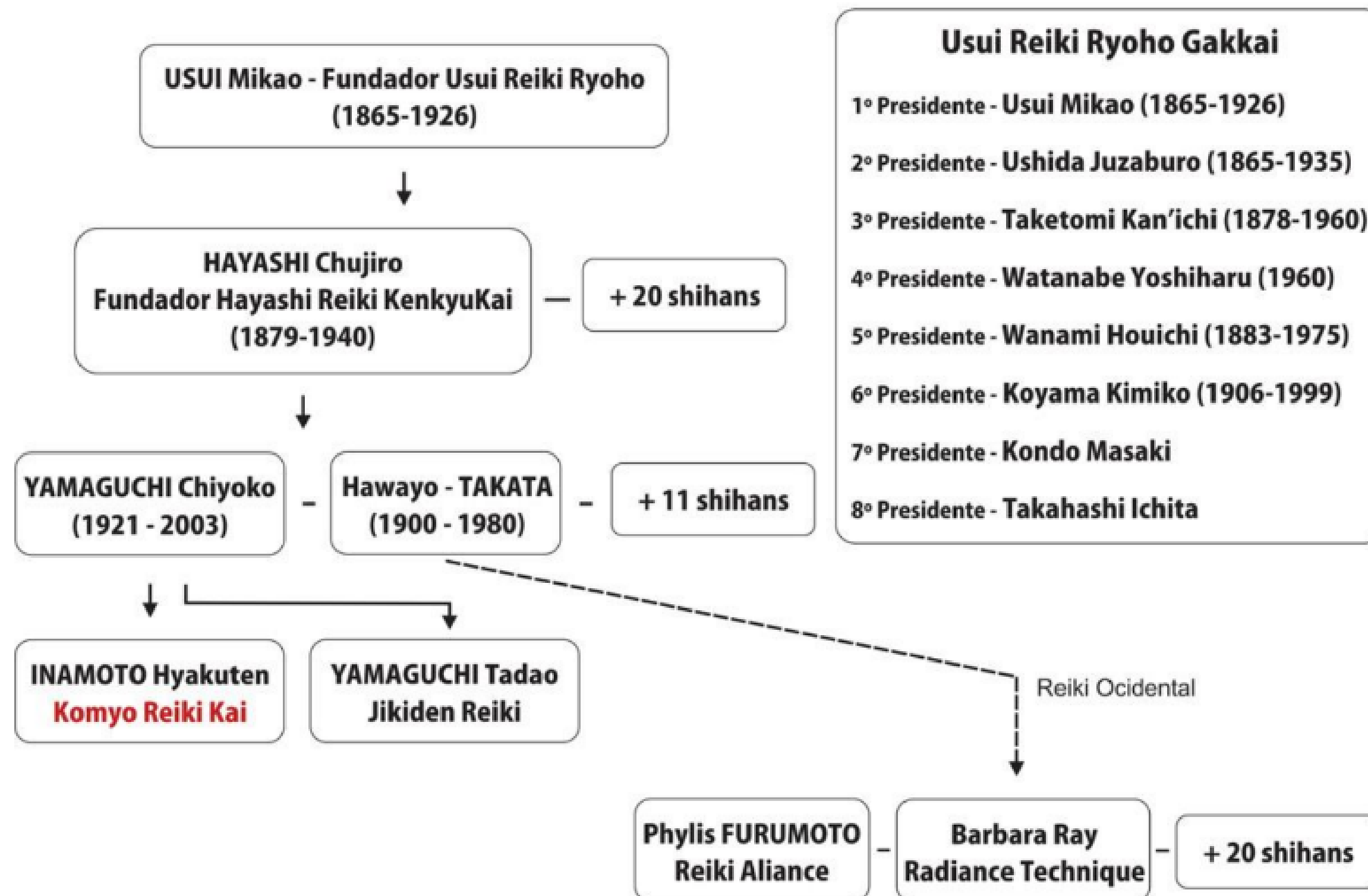


R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Em abril de 1922, Usui mudou-se para Tokio onde fundou o Usui Reiki Ryōhō Gakkai ("臼井靈氣療法學會") em old style characters, que significa "Sociedade do Método de Energia Espiritual Terapêutica de Usui") para assim continuar alegadamente a tratar pessoas com o Reiki. De acordo

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

USUI REIKI RYOHO - LINHAGEM



Despertar para o

Reiki

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM



Após a morte de Usui, J. Ushida, um aluno de Usui, assumiu o cargo de presidente da a Usui Reiki Ryoho Gakkai. Ele também foi responsável pela criação e montagem de um memorial de pedra junto ao túmulo de Usui. Ushida foi sucedido por Tichi Taketomi, Yoshiharu Watanabe, Kimiko Koyama e o sucessor atual para Usui, Kondo, que se tornou presidente em da Sociedade em 1998. Os dezesseis mestres iniciados por Usui incluem Toshihiro Eguchi, Jusaburo Guida, Tichi Taketomi, Toyoichi Wanami, Yoshihiru Watanabe, Keizo Ogawa, J. Ushida, e Chujiro Hayashi.



Chujiro Hayashi
1878-1941



Despertar para o Reiki

Reiki

Antes da morte de Usui, o médico naval japonês Chujiro Hayashi (林忠次郎) explicou a Usui sobre o desenvolvimento de uma forma diferente e muito mais simples de Reiki, e Usui a aprovou.[40] Após a morte de Usui, Hayashi deixou a Usui Reiki Ryoho Gakkai e formou a sua própria clínica, onde aplicou aulas e tratamentos Reiki. Hayashi treinou a japonesa-norte-americana Hawayo Takata na aplicação de Reiki e em 1938 ela se tornou Mestre da terapia. Takata fundou várias clínicas de Reiki em todo o Havaí e pode ser considerada a principal difusora do Reiki no Ocidente.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o Reiki

Reiki



R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Hawayo Takata

25 de Dezembro 1900 – 11 Dezembro 1980

Para muitos a filha do Reiki e para outros a mãe adoptiva do Reiki no Ocidente. A Sra. Takata desempenhou um papel vital na disseminação do Reiki no ocidente tendo recebido o seu grau de mestre de Chujiro Hayashi e levou o ensino de Reiki para o ocidente.

Entre 1970 e 1980 a Sra. Takata ensinou o terceiro nível de Reiki a 22 Mestres. O folheto ao final desta página é um modelo histórico das comunicações que fazia.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

Despertar para o Reiki

Reiki



A história de Hawayo Hironi Takata começou no alvorecer da manhã do Natal de 1900, quando nasceu em Hanamaulu na ilha de Kauai, no Hawai. Sua mãe pediu então à parteira que banhasse a recém-nascida, a envolvesse num lençol branco e voltasse o seu rosto para o sol que estava justamente nascendo por trás de uma montanha, enquanto batizava a criança com o nome de “Hawayo” em homenagem ao recém formado território do Hawai.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o Reiki

Reiki



O pai trabalhava nos campos de cana de açúcar de onde tirava o sustento para a sua família. Hawayo ia à escola pública sempre com muita alegria e prazer para aprender. Quando completou 12 anos juntou-se às outras crianças que trabalhavam na lavoura durante o Verão. Trabalhava diligentemente o que se tornava cada vez mais difícil, dada a sua saúde delicada. Foi quando diante das dificuldades apresentadas, foi convidada a ajudar nas salas de aula, o que lhe possibilitou ajudar a sua família.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o Reiki

Reiki



Em 1914 foi-lhe oferecido um emprego numa loja de Lihue, aos sábados, e pouco tempo depois, uma cliente da loja, impressionada com a delicadeza e presteza de Hawayo Takata no seu trabalho, ofereceu-lhe um emprego melhor, com o dobro do salário. Foi o início de uma amizade que perdurou por mais de 24 anos. Com a sua experiência adquirida anteriormente viu-se a supervisionar 21 pessoas.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Casou-se com Saichi Takata, o contabilista da propriedade em que trabalhava. Foi um casamento feliz coroado com o nascimento das suas filhas.

Despertar para o Reiki

Reiki



Numa manhã de outubro de 1930 Saichi faleceu, repentinamente aos 34 anos de idade. A partir desta data, a vida de Hawayo ficou mais difícil. Ela trabalhou ainda mais para garantir o sustento da família, o que resultou numa estafa, além de outros problemas físicos – com fortes dores abdominais que exigiam uma cirurgia urgente, além de graves problemas respiratórios que impediam o uso de anestesia. Não contava nem 35 anos mas sentia ter mais de 60. Estava desesperada.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o Reiki

Reiki



R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Depois, faleceu a sua irmã mais nova, o que a levou ao Japão, com o intuito de pessoalmente dar a notícia aos seus pais, em Yamagushi. Aproveitou para levar as cinzas de Saichi que deveriam ser colocadas no templo budista Ohtani em Tokyo.

Em 1935 chegou ao hospital em Akasaka, onde em primeiro lugar fez uma dieta para lhe propiciar melhores condições para enfrentar a cirurgia. Foi confirmado um tumor no abdômen, cálculo renal e apendicite. Perguntando por outra alternativa, além da cirurgia, foi-lhe oferecido um tratamento Reiki na clínica de Chujiro Hayashi.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

Despertar para o Reiki

Reiki



R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Em consequência das aplicações Reiki recebidas nesta clínica, a Sra. Takata foi curada e seu desejo de aprender o Reiki cresceu. Pediu para ser admitida no curso básico, o que lhe foi negado.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM



Despertar para o Reiki

Reiki

Deu-se conta que tinha que assumir um profundo compromisso com o Reiki. Foi ver Hayashi e falou-lhe o que sentia, comprometendo-se a ficar no Japão o tempo que fosse necessário. Ele aceitou e assim foi iniciada.

A Sra. Takata e suas duas filhas foram hospedadas durante um ano na casa de Hayashi, para aprender e praticar Reiki diariamente com ele nas suas visitas aos doentes. Recebeu a iniciação no segundo grau de praticante Reiki. Quando ambos sentiram que o treino estava concluído, em 1937 a Sra. Takata retornou a Kauai no Havai com o dom da cura.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o Reiki

Reiki



R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Semanas mais tarde, Sr Hayashi acompanhado de sua filha veio por 6 meses ao Hawai para ajudar Hawayo a estabelecer o Reiki nesta região. Decidiram iniciar os cursos e demonstrações desta arte de cura em Honolulu. Em fevereiro de 1938, Hayashi antes de se despedir do povo havaiano para retornar ao Japão, anunciou ser Hawayo Takata Mestre no Sistema Usui de Reiki, estando qualificada a praticar e ensinar o sistema. Para reforçar, completou os seus estudos de anatomia e técnicas alternativas, em Chicago, em julho de 1938.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

Despertar para o Reiki

Reiki



R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

No Hawaí a prática de Reiki prosperou com rapidez e em 1940 teve um sonho em que Hayashi lhe aparecia trajando um tradicional quimono de seda branco. Poucas semanas depois viu-se impelida a visitá-lo. Chujiro Hayashi mostrou-se muito apreensivo pois estava muito determinado a salvaguardar a essência do Reiki, de acordo com a sua promessa feita a Mikao Usui.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

Despertar para o Reiki

Reiki



Em 9 de maio de 1940 Chujiro Hayashi convidou os seus familiares e amigos mais chegados para a sua transição e morte que se daria entre 13,00 e 13,20hs daquele dia. Ele explicou a todos o motivo de ter escolhido tal data, a aproximação da guerra e o seu dever como ser humano em preservar e não destruir vidas. Agradeceu a todos e despediu-se da vida conscientemente e sem nenhuma dor. Após a transição de Chujiro Hayashi, Hawayo Takata seguindo as orientações recebidas, retornou ao Hawaí e graças ao seu compromisso de vida, o Reiki difundiu-se no ocidente.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o Reiki

Reiki



Takata não somente ensinava o Reiki: ela o vivia. A sua vida não era fácil, repleta de obstáculos e responsabilidades que transformava sempre em oportunidades de crescimento espiritual, tornando o seu carácter cada vez mais forte. Sabia sempre o que almejava encontrando os caminhos para a realização de seus propósitos.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o Reiki

Reiki



R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

De personalidade viva pontuada sempre por grande simplicidade e a curiosidade sadia de uma criança, questionando, explorando novas ideias, e aprendendo. Ela combinava esta simplicidade com uma intuição poderosa. A vida de Hawayo era uma excepcional demonstração de dedicação às Máximas do Reiki. Ela era um canal muito claro para a transmissão da energia curadora, carregada por 45 anos de experiência diária.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM



Hawayo Takata

1900-1980

Hawayo Hiromi Takata



Despertar para o Reiki

Reiki

Nos seus últimos 10 anos de vida iniciou 22 mestres, vindo a falecer em dezembro de 1980, pouco antes de seu aniversário.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o Reiki

Reiki



R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Mestra Phyllis Lei Furumoto

Sua iniciação de mestrado foi em abril de 1979, em Keosauqua, Iowa. Reconhecida pela Reiki Alliance como "Grandmaster na linhagem de Usui - Hayashi - Takata", de acordo com o site da Reiki Alliance em: De personalidade viva pontuada sempre por grande simplicidade e a curiosidade sadia de uma criança, questionando, explorando novas ideias, e aprendendo. Ela combinava esta simplicidade com uma intuição poderosa. A vida de Hawayo era uma excepcional demonstração de dedicação às Máximas do Reiki. Ela era um canal muito claro para a transmissão da energia curadora, carregada por

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

Despertar para o Reiki

. “Phyllis Lei Furumoto, neta da **Reiki** Takata, cresceu no Centro-Oeste dos Estados Unidos. Foi Iniciada em Reiki na tenra idade. Era seu dever cuidar da sua avó quando ela ia visitar a família. Sua jornada consciente com o Usui Sistema de Reiki, Usui Shiki Ryoho, não começou até muitos anos depois. Depois de estudar psicologia na faculdade, Phyllis trabalhou em um hospital psiquiátrico e, posteriormente, como um administrador de universidade. Com trinta anos, decidiu que era tempo para se dedicar a um propósito significativo da vida e aceitou o convite para viajar e trabalhar com a avó. Foi iniciada no mestrado em abril de 1979...”



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o Reiki

Reiki



R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Mestra Phyllis Lei Furumoto

Comunicação sobre a passagem e sucessão de Phyllis Furumoto

Há vários anos, Phyllis Furumoto, neta e sucessora de Hawayo Takata foi diagnosticada com câncer de mama. Após um ano de tratamento e repouso, Phyllis voltou a viajar e ensinar extensivamente ao redor do mundo. Em vista do seu diagnóstico, a questão de quem a sucederia como Portador da Linhagem Usui Shiki Ryoho tornou-se uma questão comum na comunidade de Reiki.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

Despertar para o Reiki

Reiki



Mestra Phyllis Lei Furumoto

Alguns anos depois, seu câncer desenvolveu metástases. Felizmente, o tratamento permitiu que ela continuasse trabalhando e viajando. Phyllis começou a preparar a comunidade Reiki, envolvendo-os no processo de sucessão. Ela enfraqueceu nos últimos meses e, em meados de fevereiro, decidiu interromper o tratamento contra o câncer e se preparar para o período de transição.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Despertar para o Reiki

Reiki

Mestra Phyllis Lei Furumoto

1980 -

neta da Takata, assumiu a função da grã-mestra e é considerada sucessora de sua avô desde 1980. 31 de Março de 2019 a neta de Hawayo Takata, Phyllis Furumoto, faleceu entre amigos, nos Estados Unidos. Sendo a grande orientadora do Usui Shiki Ryoho, decidiu também quem seria o seu sucessor. Paul Mitchell aluno de Takata, escreveu a seguinte comunicação sobre a passagem e sucessão de Phyllis Furumoto.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Os mestres reikianos:
Pat Jack; Cherie A.
Prasuhn;
William Lee Itand;
Patrick Harmouy;
André Larant;
Guida Valadares;
Marcos de Souza;
Ivo Itamar Mafort;
Clovis Osorio Vieira;
Alan Curátota de Melo;
Pedro Marlon Correa;
Débora Seve

Despertar para o Reiki

Reiki

*são aqueles que estudaram, se dedicaram,
praticou muito e atingiu o nível 3 do Reiki
Tradicional. Eles possuem um nível de
conhecimento avançado da técnica. Portanto, eles
podem ensinar e transmitir corretamente todos os
ensinamentos sobre a técnica para outras pessoas.
Seguindo a linhagem de ensinamentos do nosso
estimado mestre Mikao usui.*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

MASSAGEM

CLÁSSICA



NAMASTE

Mestre

Débora Seve

*Aos 28 anos de idade Débora Seve iniciou de forma
consciente sua jornada em
busca do seu lugar no mundo.*



*Graças as perguntas e o esforço de achar as respostas a elas é
que o ser humano evoluiu tanto.*

*Você pode conhecer a jornada desta mulher incrível, encantadora
e amorosa na segunda edição do livro Histórias que Inspiram o
Mundo pela editora Escrita Empreendedora, o livro está disponível
na Amazon e no site deborasevemassagem.com*

Através do projeto vivido a mestre Débora Seve vai inspirando, motivando e despertando a consciência para praticas de saúde, beleza e bem-estar, tendo iniciado sua jornada como reikiana no dia 30/04/2017, sendo iniciada pelos mestres Alan Curatola e Pedro Marlon, chegando ao mestrado no dia 23/02/2022. Após se tornar mestre iniciou sua filha e afilhada ainda em 2022, no inicio de 2023 iniciou o filho William e seu marido Francisco.

No dia 07/05/2023 abriu sua primeira turma de iniciação do Reiki Nível 1 gratuitamente com 7 pessoas na turma. Assim dando continuidade e inicio a formação da décima sétima geração de reikianos da linhagem direta de Mikao Usui..





Curiosidade

Vibração emitida pelo número 7

O número 7 na Cabala é um número mágico que fala sobre prosperidade e das vitórias do espírito sobre a matéria. Na Árvore da Vida da Cabala o sétimo caminho representa a combinação da fé com a inteligência. O 7 possui alguns simbolismos como os 7 dias da semana ou as 7 cores do arco-íris. Ele também é considerado como o número da perfeição divina pois no sétimo dia, Deus descansou de todas as suas obras.

O Número 7, na numerologia, representa o saber, a perfeição o número de Deus. A vibração deste número está associada à realeza, à honra e à fama, ao triunfo e à sabedoria. O Número 7 na numerologia pede, para quem esta vivendo sob esta influência, que acredite mais em si e nos outros. 7 – Desenvolvimento nas conexões.

Segundo o código Grabovoi o 7 emite vibração de que vai haver um desenvolvimento positivo nas conexões da sua vida. Existirá uma melhor conexão a nível das amizades, da família e também da vida amorosa.



Despertar para o Reiki

Reiki

Ensinaamentos

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Os 5 princípios no idioma Kanji

招福の秘法,
萬病の靈藥.
今日丈けは:
怒るな,
心配すな,

感謝して,
業をはけめ,
人に親切に.
朝夕合掌して心に
念じ,

口に唱へよ.
心身改善.
臼井靈氣療法.
肇祖,
臼井甕男

Despertar para o **Reiki**

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Os 5 princípios no idioma Rōmaji

Shōfuku no hihō,

Kansha shite,

Manbyō no reiyaku.

Gyō wo hakeme,

Kyō dake wa:

Hito ni shinsetsu ni.

Okoru na,

Asayū gasshō shite kokoro

Shinpai su na,

ni nenji,

Kuchi ni tonae yo.

Kuchi ni tonae yo.

Shinshin kaizen.

Usui Reiki Ryōhō.

Chōso,

Usui Mikao.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Os 5 princípios no idioma Português



*A arte secreta de convidar a
felicidade,*

*A remédio milagroso para
todas as doenças.*

Só por hoje:

Não se zangue, Despertar para o **Reiki**

Não se preocupe,

Seja grato,

Trabalhe com diligência,

Seja gentil para as pessoas.

Todas as manhãs e à noite,

junte as mãos em meditação e

ore com o seu coração.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Os 5 princípios no idioma Português



• Afirme na sua mente e cante com a boca.

Para a melhoria da mente e do corpo.

Usui Reiki Ryōhō.

O fundador,

Mikao Usui.

Despertar para o **Reiki**

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Despertar para o Reiki

Reiki

Método

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



É através desta técnica que os utilizadores do Reiki acreditam transferir a energia universal (rei)ki, através das palmas da mão, desta maneira colocando em atividade o sistema auto-curativo proposto pela terapia alternativa.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



O método Usui Reiki Ryōhō usa o olhar, o sopro, o toque e batidas ligeiras. Segundo Frank Arjava Petter, Usui tocava nas partes doentes do corpo, massageava-as e dava-lhes batidas ligeiras, acariciava-as, soprava-lhes, fixava-lhes o olhar durante dois ou três minutos e fornecia-lhes a energia ki, usando uma técnica de cura através da imposição das mãos.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Não exige um ambiente ou uma postura física, como no caso da Yoga, Nenhum objeto ou equipamento é exigido para aplicação da energia Reiki, só o toque das mãos do reikiano no seu próprio corpo ou no corpo de outra pessoa. A beleza do Reiki está na sua simplicidade. Pode-se usá-la todos os dias, em todos os lugares e por qualquer pessoa.

Todos podemos ser canais de Reiki após sermos iniciados, despertados.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



É através desta técnica que os utilizadores do Reiki acreditam transferir a energia universal (rei)ki, através das palmas da mão, desta maneira colocando em atividade o sistema auto-curativo proposto pela terapia alternativa.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



O método Reiki não substitui a medicina ocidental, mas de uma forma delicada e amorosa, libera tensões, intensificando as habilidades do corpo. As pessoas vencem dores que as atormentavam durante anos, fazendo-as sentirem-se mais amorosas, felizes e receptivas. Melhora o sistema imunológico, desintoxica, equilibra e amplia a nossa energia.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Ajuda a restaurar os músculos, os nervos, o esqueleto e a regenerar os órgãos. Age em tudo que precisa ser modificado no organismo físico, mental e espiritual.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



A energia Reiki está à disposição 24 horas por dia, independente da situação, do local ou de quem a pratica. Não exige um ambiente ou uma postura física, como no caso da Yoga, Nenhum objeto ou equipamento é exigido para aplicação da energia Reiki, só o toque das mãos do reikiano no seu próprio corpo ou no corpo de outra pessoa

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



A beleza do Reiki está na sua simplicidade. Pode-se usá-la todos os dias, em todos os lugares e por qualquer pessoa.

Todos podemos ser canais de Reiki.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



O método Reiki é sagrado, mas não é uma religião. Reiki é um método seguro e inofensivo, sem efeitos colaterais ou contra indicações e é compatível com qualquer outra forma de terapia, tratamento de saúde ou desenvolvimento espiritual.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



A quantidade de energia Reiki não pode ser manipulada pelo emissor, que simplesmente impõe as mão sobre o centro energético ou o local afetado e permite à energia fluir. A quantidade de energia que flui é determinada por quem recebe e não por quem aplica. Logo, não há como ocorrer um excesso numa aplicação.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



O método Reiki é um ótimo recurso para equilibrar os chakras (centros energéticos), localizados da base da coluna ao topo da cabeça ou um sistema filosófico. Adapta-se a qualquer cultura, raça, credo, seita ou idade. Também não é necessário que acreditemos nele, para que se propague ou faça efeito.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Reiki é um método inserido no contexto das práticas terapêuticas alternativas recomendadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS), da Organização das Nações Unidas (ONU). O método Reiki energiza e não desgasta o praticante

,

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



pois a técnica não utiliza o Ki ou Chi do reikiano sim, a energia cósmica do universo. Quanto mais damos, mais recebemos. ,

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



O REIKI é o método que menos esforço mental exige do terapeuta.

Basta um comando mental e o desenho de um símbolo gráfico para que a energia do terapeuta seja encaminhada para o organismo energético de um enfermo, apesar de muitos acreditarem que estão “canalizando a energia cósmica”.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Despertar para o **Reiki**

Na cura prânica, por exemplo, o terapeuta deve mentalizar a energia sendo produzida em um de seus chakras, de acordo com a variação eletromagnética que o terapeuta pretende enviar. Durante a sessão de aplicação do Reiki você deve se manter concentrado e com o pensamento elevado nesse processo. Por sua vez, na Cromoterapia Mental, você deve se concentrar e mentalizar a cor da energia que pretende enviar a quem recebe a energia Reiki.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Despertar para o **Reiki**

HATSUREI HO

発靈法

**MÉTODO PARA ATIVAR A ENERGIA
REIKI**

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Reiki

Postura: *Despertar para o*

Seiza ou sentado estilo japonês (isto é, sentar-se com as costas retas e com as pernas dobradas sob o mesmo) ou Agura (sentar-se de pernas cruzadas), ou sentado em uma cadeira ou em pé. Levemente feche os olhos, mantendo a coluna ereta, prestar atenção no Tanden (3 dedos abaixo do umbigo). Coloque as mãos no seu colo com as palmas voltadas para cima.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Despertar para o **Reiki**

Mokunen: (comunicação silenciosa).

*Diga silenciosamente para si mesmo: “Agora vou
começar o Hatsurei Ho”*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Kenyoku: (banho a seco) para purificar o corpo e a mente.

Coloque a mão direita sobre o ombro esquerdo, em seguida deslizar a mão (direita) diagonalmente para baixo, como se estivesse desenhando uma faixa, na direção da cintura do lado direito.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Kenyoku: (banho a seco) para purificar o corpo e a mente.

Da mesma forma, coloque a mão esquerda sobre o ombro direito deslizando

diagonalmente até o lado esquerdo da sua cintura.

Repita a etapa 3.1 com a mão direita novamente.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Kenyoku: (banho a seco) para purificar o corpo e a mente.

Estique o braço esquerdo na frente de você com a palma virada para cima, novamente

Despertar para o **Reiki**

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



toque com a mão direita o ombro esquerdo,
deslizando rapidamente pelo braço, pulso,
até as pontas dos dedos (Quando chegar na mão
colocar mais pressão, fechando a mão direita nos

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



dedos da mão esquerda). Da mesma forma, estique o braço direito, tocando o ombro direito com a mão esquerda, deslizando até as pontas dos dedos. Repita a etapa 3.4 com a mão direita.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Kenyoku: (banho a seco) para purificar o corpo e a mente.

Estique o braço esquerdo na frente de você com a palma virada para cima, novamente toque com a mão direita o ombro esquerdo, deslizando rapidamente pelo braço, pulso,

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



até as pontas dos dedos (Quando chegar na mão colocar mais pressão, fechando a mão direita nos dedos da mão esquerda). Da mesma forma, estique o braço direito, tocando o ombro direito com a mão esquerda, deslizando até as pontas dos dedos. Repita a etapa 3.4 com a mão direita.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Despertar para o **Reiki**

Gassho

**Joshin Kokyu Ho: (método de
respiração para purificar a mente)**

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Segure a respiração por um segundo ou dois, enquanto a luz preenche o Tanden.

Ao expirar, imagine que a luz branca do Reiki que esta no Tanden irradia de seu corpo para todas as direções sem limites.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Gassho: (Coloque as palmas juntas). Coloque as palmas das mãos juntas na frente do peito, logo acima de seu coração.

Seishin Toitsu: (concentração mental)

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Quando inalar imagine a luz branca do Reiki entrando pelas pontas de seus dedos de

ambas as mãos dirigindo-se para o seu Tanden

Segure a respiração por um segundo ou dois, enquanto a luz preenche o Tanden.

Quando expirar, imagine a luz branca do Reiki irradiando de suas mãos.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Mokunen: (comunicação silenciosa). Volte suas mãos ao colo e Repita silenciosamente para si mesmo “Agora terminou Hatsurei Ho”.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



OS BENEFÍCIOS DO REIKI

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



A energia Reiki também pode ser enviada à distância, com sucesso, num processo similar ao da emissão de ondas radiofônicas, para todo o planeta, para um país em crise, um grupo de pessoas, uma

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



A energia Reiki atua na totalidade do ser, nos corpos físico, emocional, mental e espiritual. Fazendo uso da energia Reiki, mantemos e recuperamos a saúde física, emocional, mental e espiritual, gerando um estado de harmonia.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



No momento em que a região se equilibra, deixa de solicitar energia. Efeito semelhante ocorre com a qualidade da energia Reiki emitida: quem a determina é a região em desarmonia do receptor. Cada região exige uma energia com ressonância diferente.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



O Reiki expande a consciência, ajudando na conexão espiritual com o Criador, alargando nossos horizontes, expandindo a conexão com o Eu Superior, fazendo crescer a consciência de amor e a capacidade de ajudar de forma incondicional. Esta expansão amplia a percepção, criatividade e intuição, facilitando seu autoconhecimento.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Quanto maior for o uso da energia Reiki, mais forte se torna o terapeuta, mais benefícios ele faz a si próprio e aos receptores, por mais doentes que estejam, o reikiano geralmente se sente bem disposto.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Uma vez que é iniciado no Reiki, a capacidade de cura com o Reiki é toda sua para o resto de sua vida.

Não é necessária nenhuma formação ou experiência específica anterior.

A energia Reiki irá fluir por si só. (Você não pode dirigir ou manipular).

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Não há necessidade de se concentrar em qualquer coisa conscientemente (sem concentração mental).

O praticante de Reiki não corre o risco de absorver para si energias negativas.

Reiki é altamente compatível com outras modalidades de cura.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Reiki pode operar em todos os seres (humanos, animais e plantas), atingindo todos os níveis - físico, mental, emocional e espiritual. Reiki não é um sistema de crença religiosa.

Curar e ser curado funciona em sincronia, ou seja, tanto o curador como o receptor são curados.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



A eficácia do Reiki é imediata e evidente, especialmente em casos como “cortes, hemorragias, queimaduras, arranhões e dor aguda”.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Reiki pode curar outras pessoas que não estão fisicamente presentes (cura à distância).

Reiki, a energia do amor, harmonia e poder de cura do universo, guia e ajuda a desenvolver o seu próprio crescimento espiritual, Reiki Ryoho é um caminho e uma prática espiritual.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



COMO COLOCAR SUAS MÃOS PARA APLICAR O REIKI:

Estique as palmas das mãos com os dedos levemente juntos.

Coloque as mãos suavemente sobre o corpo. Tenha cuidado para não colocar pressão sobre os órgãos internos.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Mantenha as mãos um pouco distante de cortes, queimaduras, ou áreas onde o toque não é apropriado.

Basicamente as duas mãos são usadas para aplicar o Reiki, lado a lado ou uma após a outra, especialmente em órgãos como pulmões, rins e orelhas.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

REIKI RYOHO
霊気療法

CABEÇA
頭部

AUTO-APLICAÇÃO
12 POSIÇÕES BÁSICAS
自己 - 基本12ポジション

FRENTE
身体前部



Despertar para o

Reiki

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Despertar para o

Reiki

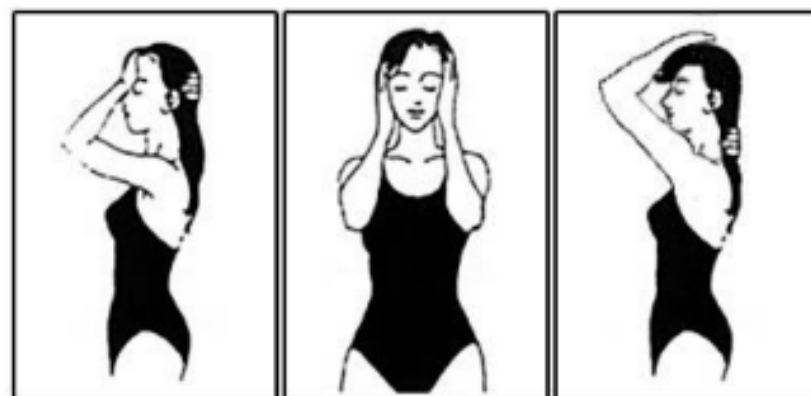
POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

POSIÇÕES DAS MÃOS TRADICIONAIS:

- ✓ Frente - Testa - entre as sobrancelhas e o coronário.
- ✓ Parte de trás da cabeça - entre o coronário e a medula oblonga.
- ✓ Lateral da cabeça - sobre as têmporas.
- ✓ Medula oblonga - nuca.
- ✓ Topo da cabeça - coronário

Depois de aplicar o Reiki na cabeça, área do estômago e rins, você deve colocar as mãos sobre a parte afetada ou a área que tem “problemas”. <nota> Estas posições são destinadas a doenças crônicas.



REIKI PODE SER APLICADO EM:

- ✓ Animais (animais de estimação), peixes, pássaros.
- ✓ Plantas, flores e sementes.
- ✓ Alimentos, água, bebidas, de modo a corrigir e/ou re-balancear.
- ✓ Remédios (drogas farmacêuticas), de modo a corrigir e de diminuir os efeitos colaterais.
- ✓ Uma casa (local) para limpar as energias negativas do lugar.
- ✓ Seja criativo e aplique Reiki em qualquer coisa ao seu redor.



Despertar para o

Reiki

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

Despertar para o

Reiki



COMO COLOCAR SUAS MÃOS PARA APLICAR O REIKI:

Recomenda-se que as mãos devem ser colocadas em cada posição por três a cinco minutos.

Estas posições das mãos basicamente estão destinadas para manter uma boa saúde, e não

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



são permanentes. O praticante pode ter sua própria versão das posições das mãos.

O ideal é que as mãos devem ser colocadas de forma intuitiva. Ao aplicar Reiki, você pode sentir formigamento, calor ou dor em suas mãos, em uma determinada área. Nesse caso,

•

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



COMO COLOCAR SUAS MÃOS PARA APLICAR O REIKI:

(Byosen e Hlibiki), você pode muito bem pular outras posições das mãos, de modo a concentrar-se nessa área até a sensação desaparecer.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



<nota> Tradicionalmente não há posições definidas para as mãos, exceto algumas posições na cabeça

•

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



COMO COLOCAR SUAS MÃOS PARA APLICAR O REIKI:

BYOSEN REIKAN HO - 病腺靈感法

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Quando você coloca as mãos em uma parte com problemas (enfermidade ou disfunção), sente-se “algo” resultante do problema. Esse “algo” é chamado de “Byosen”.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



A sensação do Byosen varia de uma fase (da enfermidade) a outra e/ou de uma etapa (de uma enfermidade) a outra. A sensação pode ser um formigamento, cócega, dor, frio, movimento, vibração ou similar.

.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



COMO COLOCAR SUAS MÃOS PARA APLICAR O REIKI:

BYOSEN REIKAN HO - 病腺靈感法

O sentimento (o que se sente) nas mãos é chamado de “Hibiki”.

Onde há enfermidade, há

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



byosen. Quando a pessoa sente o Byosen e começa a cura de Reiki neste local, pode prevenir o desenvolvimento dessa enfermidade e pode ser curada. Com bastante prática qualquer pessoa pode ser capaz de perceber o Byosen por meio do Hibiki, a sensação em suas próprias mãos.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Despertar para o
Reiki

21 DIAS DE PRÁTICA E DE AUTO-CURA:

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



O aluno é incentivado a começar a realizar a prática de auto-cura (auto-aplicação/tratamento) baseado nas 12 posições de mãos, a fim de experimentar os benefícios da cura do Reiki pelas imposições das mãos durante 21 dias, o período de tempo de disciplina de Usui Sensei através

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



do jejum e da meditação no Kurama-yama. (O aluno pode experimentar uma crise de cura, uma mudança para melhor, física e/ou mental/emocional. Tudo depende de cada indivíduo).

<nota> “21 dias de auto-tratamento” é prático, útil e benéfica, não há, no entanto, este tipo de prática no Reiki Ryoho tradicional japonês.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



*O aluno é incentivado a começar a realizar a prática de auto-cura
(auto-aplicação/tratamento)
baseado nas 12 posições de mãos, a fim de experimentar os benefícios
da cura do Reiki pelas
imposições das mãos durante 21 dias, o período de tempo de disciplina
de Usui Sensei através*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



do jejum e da meditação no Kurama-yama. (O aluno pode experimentar uma crise de cura, uma mudança para melhor, física e/ou mental/emocional. Tudo depende de cada indivíduo).

.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



<nota> “21 dias de auto-tratamento” é prático, útil e benéfica, não há, no entanto, este tipo de prática no Reiki Ryoho tradicional japonês.

•

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



REIKI PODE SER APLICADO EM:

Animais (animais de estimação), peixes, pássaros.

Plantas, flores e sementes.

Alimentos, água, bebidas, de modo a corrigir e/ou re-balancear.

Remédios (drogas farmacêuticas), de modo a corrigir e de diminuir os efeitos colaterais.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Uma casa (local) para limpar as energias negativas do lugar.

Seja criativo e aplique Reiki em qualquer coisa ao seu redor.

•

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



REIKI PODE SER APLICADO EM: SHUDAN REIKI - 手段 靈氣

*Envolve um grupo de praticantes de Reiki que trabalham com um
único paciente ao mesmo*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



**tempo. Este tratamento pode ser realizado num
curto espaço de tempo e a sua intensidade é
aumentada pelo número de praticantes envolvidos.**

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



REIKI PODE SER APLICADO EM: RENZOKU REIKI - 連続 靈氣

Maratona de Reiki. Envolve vários praticantes que trabalham por turnos, dando um tratamento

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



**contínuo ao paciente. Tal tratamento pode
prolongar-se por várias horas, ou dias.**

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



REIKI PODE SER APLICADO EM: MAWASHI REIKI - 回 靈氣

*Terapeutas de Reiki são colocados em um círculo de mãos dadas,
colocando a palma da mão*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



esquerda virada para cima (receptora) e a palma da
mão direita virada para baixo (emissora).

A energia do Reiki vai fluir e pode ser sentida
através das mãos de cada praticante.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



TRÊS MANEIRAS DE AUMENTAR O SEU NÍVEL DE ENERGIA REIKI

靈氣のエナジー・レベルを強くする方法

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



精神の修養を積むこと(人格を高める)

Esforce-se para cultivar e desenvolver a sua espiritualidade. (Seu crescimento espiritual

determina o seu nível de energia Reiki).

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



靈授を出来るだけ多く受けること

Receba Reiju o mais rápido possível. (Isso só é possível para os membros da Usui Reiki

Ryoho Gakkai, ou para participantes em reuniões/encontros de Reiki onde o Reiju é oferecido

•

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



聖座合掌行(合掌瞑想)を日々行うこと(就寝前と起床後に15~30分)

Diariamente pratique a Meditação (Gassho) antes de dormir e antes de levantar-se, de 15 a

30 minutos..

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



**(Nota: Na Gakkai recomenda-se praticar esses três
itens.)**

(注: 臼井靈氣療法学会で奨励されている方法)

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Despertar para o **Reiki**

Gassho

**Joshin Kokyu Ho: (método de
respiração para purificar a mente)**

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



COMO MEDITAR:

1) Sente-se ereto em uma cadeira ou de pernas cruzadas sobre uma almofada ou no chão.

Tente manter uma postura relaxada, mas mantendo a costa ereta.

2) Feche os olhos, verifique se há alguma tensão muscular em seu corpo e concentra-se

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



na área que está causando a tensão, relaxando conscientemente os músculos.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



COMO MEDITAR:

3) Certifique-se que sua boca está fechada e se concentra no ar que entra seu nariz. Não tente forçar ou regular a respiração, apenas respire normalmente. Deixe o ritmo natural de sua respiração assumir.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

COMO MEDITAR:

4) Depois de poucos minutos, comece a contar mentalmente as respirações em pares, ou seja, contar “um” na inspiração e “um” na expiração, “dois” ao inspirar e “dois”, ao expirar, e assim por diante até “dez”.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

Despertar para o

Reiki



COMO MEDITAR:

1-1, 2-2, 3-3, 4-4, 5-5

1-1, 2-2, 3-3, 4-4, 5-5, 6-6

1-1, 2-2, 3-3, 4-4, 5-5, 6-6, 7-7

1-1, 2-2, 3-3, 4-4, 5-5, 6-6, 7-7, 8-8

1-1, 2-2, 3-3, 4-4, 5-5, 6-6, 7-7, 8-8, 9-9

1-1, 2-2, 3-3, 4-4, 5-5, 6-6, 7-7, 8-8, 9-9, 10-10

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



COMO MEDITAR:

Quando você não cometer mais erros para contar, não se de ao trabalho de fazê-lo.

Apenas se concentre na sua respiração, assim que o ar toca no seu nariz. Faça este o centro de sua atenção. Divirta-se!

A pratica mínima de 1 hora.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



COMO MEDITAR:

Uma vez que você alcançou o ciclo terminando em “10”, reinicie todo o processo com o ciclo que terminando em “5”.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



COMO MEDITAR:

Se você cometer um erro de contagem volte para o primeiro ciclo de respirações que terminam em “5” e começar tudo novamente.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



COMO MEDITAR:

<nota> Esta prática de meditação não faz parte do Usui Reiki Ryoho, no entanto, recomenda-se como um dos caminhos que levam ao desenvolvimento espiritual.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Técnicas Tradicionais do Reiki Japonês

伝統技法

Taden Chiryō Ho (GEDOKU HO)

解毒

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

Despertar para o

Reiki



1- Coloque uma mão na testa e outra no Tanden (três dedos abaixo do umbigo) com a intenção de enviar uma mensagem por meio da energia Reiki de sua mão ao seu subconsciente dizendo “as toxinas em meu corpo vão ser removidas”.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



- 2. Depois de 2-3 minutos, mova a mão que esta na testa até o Tanden (ou seja, duas mãos no Tanden), continue a aplicação do Reiki por volta de 15 a 20 minutos.*
- 3. Repita este método mais uma vez ou várias vezes até a cura.*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Despertar para o **Reiki**

SÍMBOLOS DO REIKI

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Os símbolos do Reiki servem como um catalisador ou como uma ferramenta para o despertar interior e re-conexão com a Fonte.. Com bastante prática se tornará você mesmo no símbolo, evoluir e transcender no passado e a necessidade de ajuda ou apoio externo. Então você será capaz de deixar ir os símbolos do Reiki.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Os símbolos do Reiki são benéficos e úteis para alunos iniciantes, mas os símbolos não são particularmente importantes. O que é mais importante é que você cultivar e desenvolver espiritualmente, a qualidade interior do seu ser.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Cho - ku - Rei



*Cho Ku Rei – O símbolo do poder
explicado. Os símbolos do Reiki são
basicamente formas japonesas
derivadas de sânscritos,*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Cho - ku - Rei



que ajudam a melhorar o fluxo de energia da vida. Estes símbolos são uma parte essencial da prática de Reiki e que costumava ser secreta

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Cho - ku - Rei



*e revelada apenas para
estudantes de Reiki que eram
iniciados no nível avançado ou
mestre.*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Cho - ku - Rei



O símbolo do poder de Reiki funciona basicamente como um “interruptor” que ajuda a aumentar instantaneamente a capacidade praticantes de Reiki para canalizar as energias.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Cho - ku - Rei



*O principal objetivo do uso é para
aumentar o poder de Reiki tirando
a energia ao redor e concentrá-la
sobre a finalidade desejada.*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Cho - ku - Rei



Q símbolo pode ser desenhado em ambas as direções, a espiral no sentido horário e no inverso embora seja mais usual ser no sentido inverso ao sentido horário.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Cho - ku - Rei



*Alguns mestres de Reiki
desenham-lo em sentidos diferentes
consoante as situações, mas outros
acreditam que a energia Reiki
trabalha sempre para o bem*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Cho - ku - Rei



*maior e portanto será indiferente a
forma de desenhar a sua espiral.*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Cho - ku - Rei



O símbolo do poder de Reiki é usado principalmente para conectar com a energia Reiki no início de uma sessão e também para ajudar a aumentar o poder de

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Cho - ku - Rei



Reiki sempre que for necessário durante uma sessão. Alguns praticantes usam-no em suas próprias palmas das mãos e chakras antes de tratar os outros,

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Cho - ku - Rei



*para ajudar a limpar os canais e
capacitar suas mãos. Usando o
símbolo do poder sobre o chakra
da coroa do recebedor ajuda a
criar energia positiva em*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Cho - ku - Rei



torno dele, ao usá-lo na parte inferior das costas e atrás do chakra do coração ajuda a selar a energia no final do tratamento.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Despertar para o **Reiki**

Exemplos de uso do símbolo do poder de Reiki

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



O Cho Ku Rei é um símbolo para todos os fins que pode ser usado em qualquer lugar e para qualquer coisa. Aqui estão algumas maneiras que podem ser usados.

- No local do tratamento: desenhar o Cho Ku Rei numa parte específica do corpo ajuda a focar as energias de Reiki nesse*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

- *ponto específico, ajudando curar ou sarar ferimentos especialmente difíceis, mas também em situações crônicas que têm efeitos localizados no organismo.*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

Despertar para o **Reiki**



- *Em nós próprios e ao redor :
usando este símbolo mentalmente é útil na limpeza de todas as
energias estagnadas durante uma sessão de Reiki. Da mesma
forma, desenhando-o nas paredes duma sala, limpa*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



a energia negativa, e desenhá-lo na atmosfera em torno e à volta de um espaço ajuda a limpar a área. O desenho pode ser físico (desenhado num papel num quadro etc), ou simbólico desenhado com a mão no ar.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



- *Nas pessoas: desenhar um grande símbolo na f*
- *Sho Ku Rei aplicado por inteiro na pessoa rente de uma pessoa ou em cada um dos seus chakras funciona como um escudo e protege a pessoa de energias negativas. Reiki*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



- *trabalha a diferentes níveis (física, emocional, mental ou espiritualmente) e o Cho Ku Rei irá, naturalmente, fornecer proteção a todos os níveis.*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



- *Nos alimentos: usar este símbolo sobre as suas refeições antes de começar a comer ajuda a remover as energias negativas presentes nos alimentos, tornando-os mais saudáveis e nutritivos.*
- *Em medicamentos ou qualquer substancia de tratamento:*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



- *Desenhar o símbolo do poder de Reiki na sua medicação ou substância a tomar, reduz os efeitos secundários e potencia os seus benefícios.*
- *Em objetos: aplicar o símbolo Cho Ku Rei em saudações, presentes e cartões de visita vai melhorar as relações pessoais e profissionais, trazendo o bem para todas as partes envolvidas.*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Para prevenir infortúnios: o símbolo do poder de Reiki ajuda na ligação com a energia universal instantaneamente, e usá-lo pode ajudar a prevenir infortúnios ou um mau evento. Os infortúnios acontecem por causa das energias desarmoniosas. Aplicando Cho Ku Rei ajuda a purificar o sistema de energia, tornando acidentes ou acontecimentos maus, menos prováveis de ocorrer.

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



- *No seu discurso: o Cho Ku Rei prova ser uma magnífica, ferramenta de focagem e atração de boas energias. Utilize-lo mentalmente nas suas afirmações, e para torná-lo ainda mais eficaz, acabe com todas as suas afirmações com “... para o bem maior de todos. “. Ao fazer isso garante que você não ficará somente esperando um determinado resultado, mas sim desperto para soluções criativas e novas experiências.*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



- *Por isso independentemente de onde, a quem, como o aplica e com que finalidade, será somente por forma a fornecer o seu amor incondicional, repondo a harmonia em tudo e a todos, pois você é somente um canal da energia divina do nosso universo para o bem maior de todos.*

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Despertar para o **Reiki**

Chekras

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



No idioma sânscrito, chakra quer dizer "roda de luz". Segundo a tradição hindu, os chakras são centros de absorção, exteriorização e administração de energias e representam os diferentes "corpos" do ser humano: físico, emocional, mental e energético. Eles ficam



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



localizados ao longo da coluna vertebral, emitindo sinais de energia vital em determinadas regiões do corpo, e seguem as cores do arco-íris, sendo contados de baixo para cima.... -



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Chakra desalinhado: como identificar das linhas integrativas, a harmonia nesses vórtices de energia é muito importante para manter a saúde física, mental e emocional, pois, conforme suas crenças, a doença se manifesta primeiramente na mente, nas



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



emoções, e depois no corpo físico. Mas como podemos saber. se estamos com os chakras alinhados ou em completa desarmonia?



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Quando estamos estressados, tristes, ansiosos ou deprimidos, por exemplo, é uma manifestação clara de que os chakras do campo emocional/astral ou mental estão em desarmonia com nosso corpo físico. Energias negativas costumam "grudar" nos nossos chakras, alterando nosso chakras, alterando nosso



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



comportamento e saúde. Para entender melhor, como funciona, primeiro é preciso entender que existem nove chakras em nossos campos de energia, mas, desses, sete estão mais sujeitos às vibrações que produzimos através de pensamentos,



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

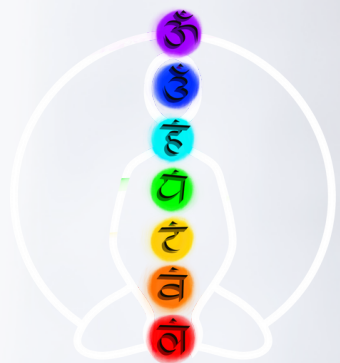
R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Quando estamos estressados, tristes, ansiosos ou deprimidos, por exemplo, é uma manifestação clara de que os chakras do campo emocional/astral ou mental estão em desarmonia com nosso corpo físico. Energias negativas costumam "grudar" nos nossos chakras,



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

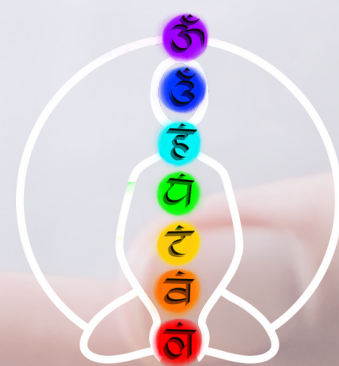
R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



alterando nosso chakras, alterando nosso comportamento e saúde. Para entender melhor, como funciona, primeiro é preciso entender que existem nove chakras em nossos campos de energia, mas, desses, sete estão mais sujeitos às vibrações que produzimos através de pensamentos,



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Quais são os chakras do corpo humano 1 - Básico ou raiz Cores: vermelho-alaranjado. Onde fica: na área da base da coluna, na região do cóccix e do períneo. Governa a base da coluna vertebral e o sistema glandular. O chakra básico ou raiz domina a nossa capacidade de sobrevivência, a força de vontade e o desejo de de



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



viver Em desequilíbrio: suscita sensação de insegurança, fraqueza, raiva, materialismo, depressão, intestino preso e excesso de controle no dia a dia. Dicas para equilibrar: a turmalina negra é a pedra indicada. Outras sugestões são caminhar com os pés descalços no chão, de preferência na grama ou na terra, e desapegar daquilo que é supérfluo.



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



*Umbilical ou sacro Cores: multicolorido, com destaque o laranja.
Onde fica: localizado a cerca de quatro dedos abaixo do umbigo,
na área do baixo ventre. Rege as gônadas (ovários e testículos),
os órgãos reprodutores e a região raquidiana. Está relacionado*



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



à sexualidade, à criatividade e à nossa capacidade de nos relacionarmos com o outro



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Em desequilíbrio: gera dificuldade de ereção para os homens e de obter o orgasmo para as mulheres. Culpa em relação ao sexo e falta de criatividade são outros males causados pelo "a



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



doecimento" desse chakra. Dicas para equilibrar: explorar a criatividade através de atividades artísticas, investir na autoestima e tentar se livrar de crenças sexuais limitantes são algumas boas ideias, assim como adotar um cristal de olho de tigre.



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Plexo solar ou esplênico Cores: multicolorido com predominância de amarelo e cor-de-rosa. Onde fica: situa-se nas regiões do estômago e aparelho digestivo superior. Associado à digestão dos alimentos e ao controle da glândula supra-renal e do pâncreas. É considerado o centro da energia relacionado ao poder pessoal.



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Em desequilíbrio: causa medos excessivos, egocentrismo, ansiedade e raiva. Há, ainda, o risco de diabetes.

Dicas para equilibrar: buscar se conectar com situações alegres e prazerosas e mentalizar a energia do Sol brilhando no chakra. Manter um cristal de citrino perto de si também ajuda



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Cardíaco ou coração Cores: dourado. Onde fica: está entre as omoplatas na parte da frente do peito, mais para o lado esquerdo. Rege a glândula timo, o coração, o sangue, o nervo vago e o sistema circulatório. Relaciona-se à expressão do amor: pela vida, pelas pessoas, por si mesmo



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Em desequilíbrio: afeta a autoestima e suscita a indiferença em relação aos outros. Também produz carência afetiva e possessividade nas relações afetivas. Dicas para equilibrar: usar um cristal de quartzo verde, praticar o autoelogio e fazer exercícios de respiração expandindo a região do tórax.



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Laríngeo ou garganta Cores: azul-prateado. Onde fica: na base do pescoço, na região da garganta, por isso tem a ver com a capacidade de comunicar os sentimentos e pensamentos. Governa as glândulas tireoide e paratireoide, o aparelho respiratório (brônquios, voz, pulmões, laringe e faringe), o canal alimentar (traqueia), os gânglios cervicais e a medula



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Em desequilíbrio: segundo os espiritualistas, quando o chakra está enfraquecido a pessoa sente dificuldades na comunicação, com tendência a "engolir sapos". Fala hiperativa, dor de garganta e hiper ou hipotireoidismo. Dicas para equilibrar: ingerir bastante líquidos, fazer gargarejos de água e sal e usar um cristal de água marinha como forma de proteção



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Frontal ou cabeça Cores: rosa, amarelo e azul. Onde fica: na área do centro das sobrancelhas, entre os olhos. Comanda a glândula pituitária, também chamada de hipófise, que controla várias outras glândulas do corpo. Envolve funções como a respiração e a circulação sanguínea. É um chakra associado ao nosso corpo mental, tanto na sua parcela racional e analítica, como na intuitiva e sintética.



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Em desequilíbrio: costuma provocar dores de cabeça, dificuldade de concentração e foco, hiperatividade, sinusite e males nos olhos. Dicas para equilibrar: colocar um cristal de ametista na região, organizar a rotina através das prioridades e apostar em pensamentos positivos



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Coronário ou coroa Cores: dourado e violeta. Onde fica: localizado no topo da nossa cabeça, rege a glândula pineal. Ela fica na região superior do cérebro e regula nossos níveis de sono, ansiedade e reação ao estresse. Esse chakra também está conectado com a nossa ligação com a espiritualidade, a transcendência da matéria e o sentimento de unidade com o Universo.



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Em desequilíbrio: pode gerar desarmonias espirituais e problemas neurológicos. Dicas para equilibrar: ter um cristal de quartzo branco à mão, praticar a meditação e desenvolver o próprio caminho da espiritualidade



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



Cuidados com o corpo afetam chakras. Se alimentar de forma saudável, moderando a ingestão de açúcar. Praticar atividade física e meditação. A ioga é uma atividade que trabalha os chakras através de respirações e posturas. Fazer higiene mental aos fins de semana, desligando o celular por um período de



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o **Reiki**



5 ou 6 horas. Reduzir o consumo de TV e computadores. Em vez disso, ler um livro, caminhar com os pés descalços em casa ou ao ar livre, tomar bastante água...



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki



Tudo isso recarrega nossos centros de energia. Usar as cores do chakra que você quer proteger ou desenvolver. Usar cristais com propriedades positivas como quartzo rosa, esmeralda e ametista sobre os chakras por uns 15-30 minutos.



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L

Despertar para o

Reiki

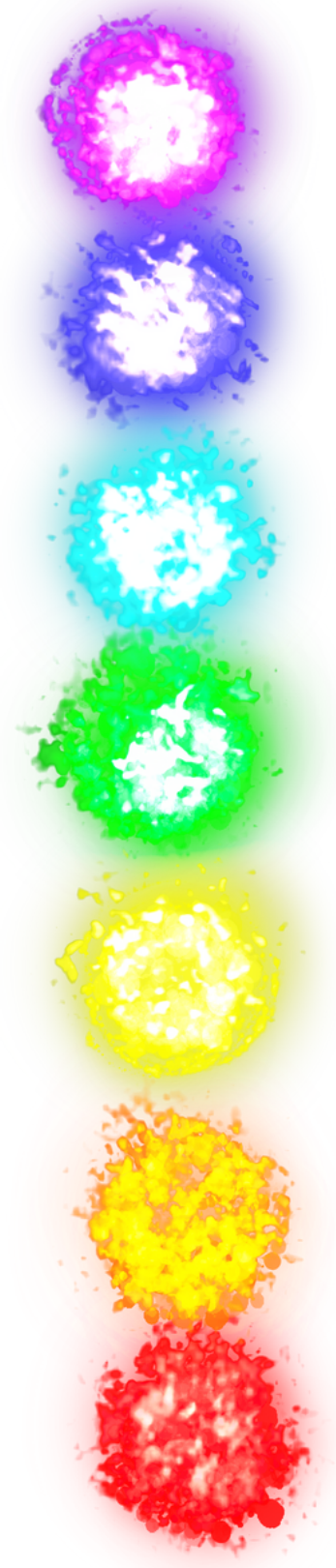


livre, tomar bastante água... Tudo isso recarrega nossos centros de energia. Usar as cores do chakra que você quer proteger ou desenvolver.



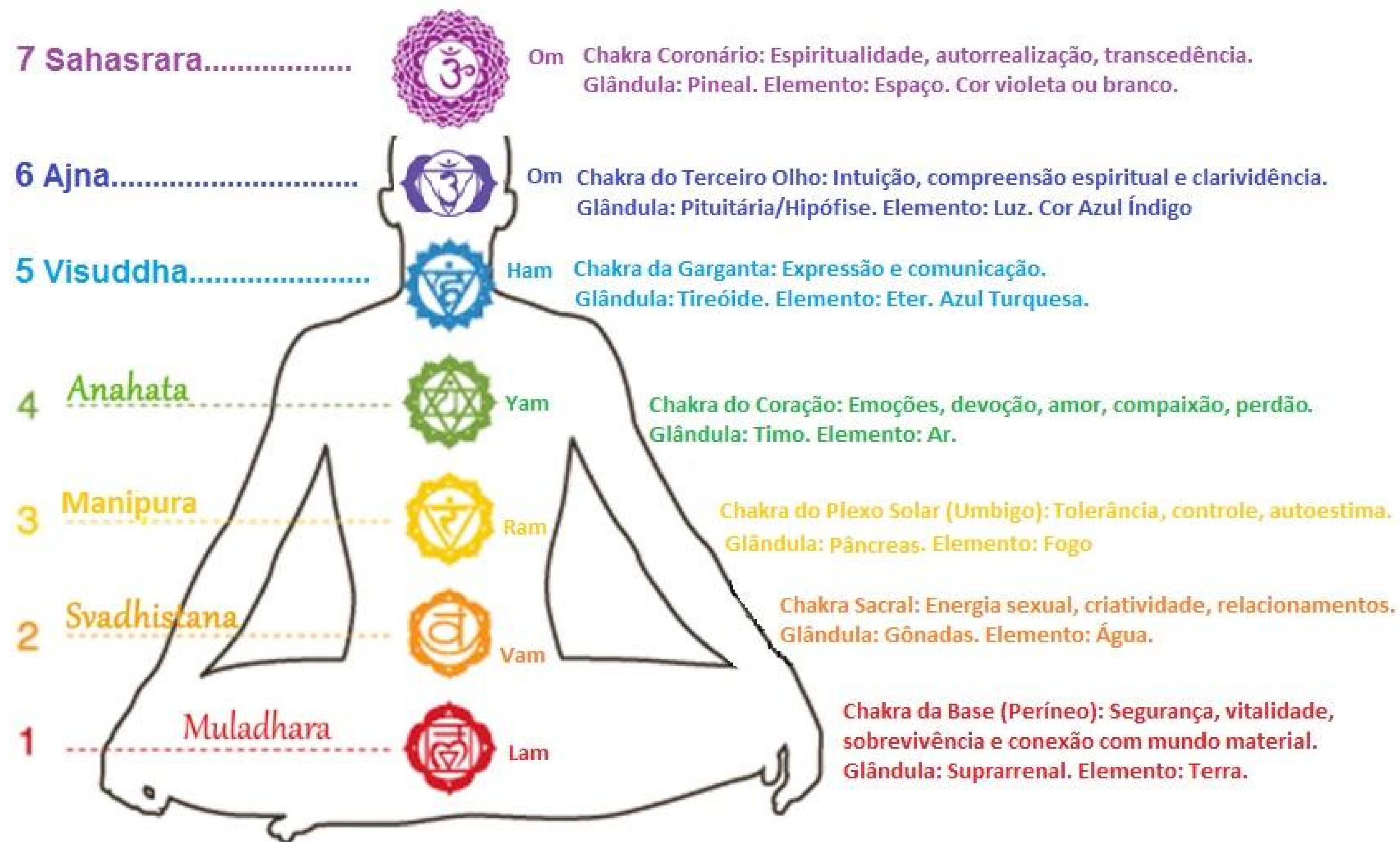
POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



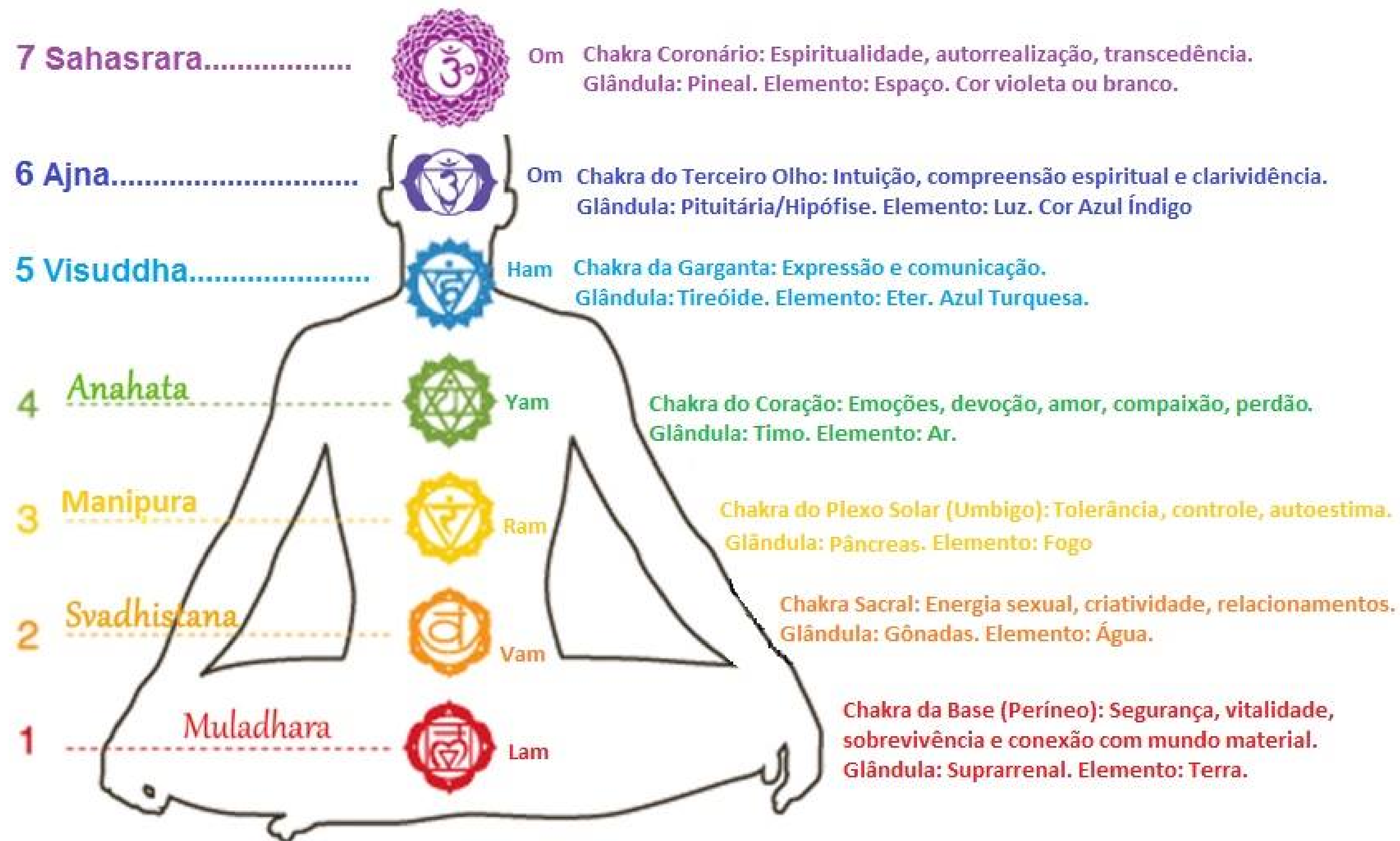
POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

R
E
I
K
I
E
N
E
R
G
I
A
U
N
I
V
E
R
S
A
L



Bibliografia

https://pt.wikipedia.org/wiki/Reiki#cite_note-43

<http://www.reikilibrar.com.br/2007/03/hawayo-takata-biografia.html>

<https://ametereiki.com.br/historia-dos-22-mestres-iniciados-pela-mestra-takata/>

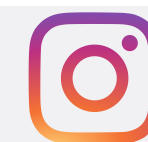
<https://www.joaomagalhaes.com/o-tao-do-reiki/2019/05/a-sucessao-de-phyllis-furumoto/>

https://drive.google.com/file/d/1Heh-phx_SEHJ9Qfed5vK-THRAU7Bild6/view

<https://www.uol.com.br/universa/noticias/redacao/2020/09/09/quais-sao-os-7-chakras-do-corpo-e-o-que-fazer-se-ficarem-desequilibrados.htm>

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM

Bibliografia



Todos os direitos reservados copyrigh 2017 - 2023
Débora Seve Saúde e bem-estar
Estrada Fazenda do Engenho/ Rua da Luz 175 São
Sebastião das Águas Claras Nova Lima- MG Brasil
+55(31) 98694 0788
@deborasevemassagem
deborasevemassagem.com

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM



gratidão

Despertar para o **Reiki**

POR DÉBORA SEVE MASSAGEM