



# **MANUAL DE REIKI E ESPIRITUALIDADE**



Ebook feito por - Juliana Lotumolo





# REIKI E ESPIRITUALIDADE

A espiritualidade, segundo minhas percepções, pode ser definida como uma "propensão", um impulso natural do ser humano em buscar significado para a vida através de valores e virtudes que o torna cada vez mais conectado com a força do viver. Utiliza meios que transcendem aquilo que é palpável, por meio de conceitos que transcendem o tangível, à procura de uma conexão com algo maior, com o TODO, com o Divino ou com a grande fonte criadora, que pode ter diferentes nomes. Além do mais, a espiritualidade pode ou não estar ligada a uma vivência religiosa.

Nos tempos atuais, é fundamental proporcionar o encontro entre o conhecimento científico, a física moderna, a ESPIRITUALIDADE e conhecimentos ancestrais como das filosofias orientais. Estamos testemunhando uma grande transformação da humanidade. A União entre a ciência moderna, a física quântica e as tradições milenares, unidas de forma integral a nos trazer uma nova consciência humana.

## O QUE É O MÉTODO REIKI?

O Reiki é um método, com raiz no antigo Budismo, utilizado para ativar, harmonizar e "religar" o "EU", a energia vital dentro de cada um de nós, e a ENERGIA UNIVERSAL, a energia da grande fonte criadora, através da imposição das mãos e de sua filosofia e princípios.



# A DIVISÃO DO MÉTODO REIKI

O método Reiki tradicional divide-se em três níveis e todos os níveis são ativados com sintonizações, que são desobstrução dos Chakras (centros energéticos) através de um ritual e uma reconexão com a grande Fonte criadora.

## **Nível I – Reiki físico (Shoden)**

Também chamado de “O despertar” .

É o despertar ao servir! Após a sintonização neste nível e prática diária, o Reikiano está apto a tratar-se e a tratar o próximo.

## **Nível II – Reiki mental e emocional (Okuden)**

Neste nível o Reikiano conhecerá os símbolos sagrados, outras técnicas de aplicação, técnicas de quebras de padrões e reprogramação mental e técnicas de aplicação à distância.

Para nos conectarmos usamos o “testemunho energético”, ou seja, o nome completo e a data de nascimento.

## **Nível III – Mestrado em Reiki e espiritual (Shinpiden)**

Também conhecido como o nível da realização, onde o Reikiano torna-se seu próprio mestre interior, ocorrendo grande expansão da consciência e crescimento interior.

Nos tempos atuais, é fundamental proporcionar o encontro entre o conhecimento científico, a física moderna, a ESPIRITUALIDADE e conhecimentos ancestrais como das filosofias orientais. Estamos testemunhando uma grande transformação da humanidade. A União entre a ciência moderna, a física quântica e as tradições milenares, unidas de forma integral a nos trazer uma nova consciência humana.





# OS CINCO PRINCÍPIOS DO REIKI

Para ajudar no processo de crescimento, expansão da consciência e sintonia com sua ESPIRITUALIDADE, encontramos os cinco princípios do Reiki que constituem a filosofia de vida do Reiki.

Todos os princípios são expressos no tempo presente.

Procure fazer destes princípios, mantras diários em suas meditações.

## O PRIMEIRO PRINCÍPIO DO REIKI

1 – Só por hoje, não sentirei raiva! Serei calmo(a) e tranquilo(a) e estarei na serenidade do meu coração.

Sempre que sentir raiva, respire..... observe-se ..... qual o movimento que você deixou de fazer? Qual a palavra ou a frase que deixou de dizer? Qual o posicionamento que deixou de exercer?

E lembre-se que só você pode agir por você e liberar sua raiva!

## SEGUNDO PRINCÍPIO DO REIKI

2 – Só por hoje, não me preocuparei;

Preocupar-se é esquecer que há um propósito Divino universal em tudo o que acontece. É esquecer de viver o HOJE!!

## TERCEIRO PRINCÍPIO DO REIKI

3 – Serei grato;

Costumo dizer que RECLAMAR é clamar por aquilo que já conhecemos, que já vivenciamos. AGRADECER é deixar que a GRAÇA desça sobre nós e nos mostre o caminho de uma nova possibilidade. Sempre temos algo a agradecer basta abrir o olhar! Comece pelo sopro da vida que lhe habita!



## **QUARTO PRINCÍPIO DO REIKI**

4 – Serei honesto em meu trabalho;

Quando abrimos mão das ilusões e tomamos consciência da verdade, encontramos nosso Eu Superior, a verdade Divina e nossa **ESPIRITUALIDADE**.

## **QUINTO PRINCÍPIO DO REIKI**

5 – Serei gentil com todos os seres do Universo.

Da mesma forma, quando aceitamos os outros, sentimos o reflexo em nós próprios. Cada pessoa, animal, planta e mineral está incluído no todo. Mostrar amor e respeito por todos os outros seres é amar e respeitar a nós mesmos em sintonia com nossa **ESPIRITUALIDADE**.

Você tem se respeitado? Você tem respeitado ao outro? Você respeitado a grande Natureza?

## **O Desenvolvimento ESPIRITUAL**

O desenvolvimento espiritual amplia nosso campo áurico, aumentando nossas energias física, mental, emocional e espiritual, proporcionando aumento de sensibilidade e maior compreensão dos mistérios da vida. Esta transformação interior se dá através do desenvolvimento do chakra cardíaco ao qual faz crescer a consciência do amor e a capacidade de ajudar de forma incondicional. Essa expansão energética ampliará igualmente sua criatividade, intuição e sua sensibilidade. Promove a expansão da sua consciência.

Portanto, cuide-se mais a partir do seu desenvolvimento espiritual. Você pode desenvolver uma sensibilidade maior as químicas. Evite álcool, fumo e outras substâncias químicas que podem desequilibrar seu sistema. Alimente-se da forma mais natural possível e beba muita água!

Reiki é luz que nos leva de volta à grande luz. É a luz que nos alimenta e nos protege. É a luz que nos guia e nos direciona no viver e facilita a conexão com a nossa **ESPIRITUALIDADE**. Permita-se!

Lembre-se você é um ser Divino. A alegria, a Paz e o Amor são questões de escolha!!! **ESCOLHA A VIDA!!!**

Com carinho, amor e Reiki!

Namastê





# BENÇÃO DE KUAN YIN

Kuan Yin é uma das figuras mais cultuadas nas tradições orientais. Conhecida como Deusa da Misericórdia, da Compaixão e da Compassividade Feminina, uma tradução livre de seu nome é “aquela que ouve os lamentos do mundo”. Costuma-se dizer no oriente que ela surge em nossas vidas no momento em que é preciso trabalhar a compaixão e o AMOR INCONDICIONAL. Por isso sua forte ligação com o Reiki.

Na China se crê que pronunciar o nome de Kuan Yin três vezes salva a pessoa de qualquer mal, violência ou maldição.

## ESPECIAL PARA VOCÊ

Para você quer aprender mais sobre o Reiki e passar por uma experiência incrível ao meu lado (Juliana Lotumolo).

Eu quero te convidar participar de uma Jornada de de Reiki de 7 dias. É uma incrível jornada gravada para você fazer quando precisar se renovar através do Reiki.

Nessa Jornada eu te explico todos os conceitos, histórias, como foi criado e técnicas de Reiki e também 7 sessões de Reiki, uma para cada dia da semana.

**Clique no botão abaixo e inscreva-se para Jornada de Reiki - Equilibre-se com Reiki em 7 dias.**

**QUERO ME INSCREVER  
PARA A JORNADA DE REIKI -  
EQUILIBRE-SE COM REIKI EM 7 DIAS**





## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- MOTOYAMA, Hiroshi Teoria dos chakras. São Paulo, Editora Cultrix,
- PETTER, Frank A. O Fogo do Reiki . Editora Pensamento.
- De' CARLI, Johnny. Reiki Universal – São Paulo: Madras, 2006;
- Instituto Reiki Tradicional de Campinas – apostila Curso de Reiki Nível I – [www.ireiki.com.br](http://www.ireiki.com.br)

**Juliana Lotumolo** – Terapeuta Transpessoal - Acupunturista - Professora e Mestre Reiki

Escritora. Acupunturista e auriculoterapeuta pelo CETN (Centro de Estudo de Terapias Naturais), Membro do Colégio Internacional dos Terapeutas (CIT), Membro da Associação Luso-Brasileira de Transpessoal (Alubrat) e Membro do Federação Brasileira de Acupuntura.

Terapeuta Transpessoal pela Alubrat e Mestre Reiki e nos dias atuais, dedica-se exclusivamente à terapia e ao ensino do Reiki e da Medicina Tradicional Chinesa.

Formação em PNL pela escola Humaniversidade, Terapia transgeracional e psicodrama pela Anne Ancelin Schutzenberger International School Transgenerational Therapy , Biofeedback pelo Instituto Edumed para Educação em Medicina e saúde, estudos sobre os Chakras pela Unidarma e formação em Novas constelações Familiares e Quânticas pelo Instituto Corpo e Mente. Renascedora pelo IBRARE e Doula pelo ANDO escola de Doulas. Certificação de Terapeuta Transpessoal pelo DEGERT Portugal.

CRT 50058

**CLIQUE NO BOTÃO ABAIXO E INSCREVA-SE PARA  
JORNADA DE REIKI - EQUILIBRE-SE COM REIKI EM 7 DIAS.**

**QUERO ME INSCREVER  
PARA A JORNADA DE REIKI -  
EQUILIBRE-SE COM REIKI EM 7 DIAS**