

21 DIAS DE LIMPEZA ENERGÉTICA

escrito por CECIP - Conhecimento, Espiritualidade, Culturas e Pluralidade



Depois de se conectar com a energia reiki, é hora de passar por uma limpeza energética intensa e profunda, que dura exatamente três semanas. Descubra o que acontece durante esse período transformador

Texto • Camila Bruneli



Quem se rende à energia positiva do reiki garante que uma sessão conduzida por um bom terapeuta é capaz de proporcionar uma sensação única de vitalidade e bem-estar. Passe por uma iniciação e, em seguida, parta para um processo de purificação, que dará início a uma nova etapa em sua vida.

Conhecido como “os 21 dias de limpeza energética”, esse período é extremamente importante para eliminar do organismo todas as toxinas e impurezas que foram acumuladas ao longo da vida. Seu desenvolvimento acontece naturalmente, logo após a realização do curso de reiki nível I – trata-se de uma reação à elevação vibracional pela qual a pessoa passa quando é conectada à poderosa energia universal e, por isso, não pode ser evitado.

Batalhas e desafios

Sem dúvida, é um momento delicado para o reikiano: além de exigir algumas renúncias, pode causar desagradáveis efeitos

colaterais físicos e emocionais, uma vez que a limpeza ocorre através das fezes, urina, suor, sonhos e pensamentos.

Durante esse período, raiva, pânico, insegurança, frustração, temor, tristeza, desânimo e outras emoções negativas podem eclodir sem nenhuma razão aparente. Isso acontece porque, de alguma forma, esses sentimentos foram reprimidos no passado e agora precisam ser trazidos para a superfície para se dissiparem de uma vez por todas. Desconfortos físicos, como vômitos, diarreias, tonturas e fadiga em excesso também podem ocorrer, pois corpo e mente formam um único e inseparável sistema.

“Toda a energia pesada que está dentro de nós vem à tona”, explica Eliana Zacariotti, mestre da Associação Brasileira de Reiki, lembrando que esse processo é indispensável para entrarmos em sintonia com as frequências sutis e positivas criadas pelas harmonizações do reiki. “Se a força é negativa, ela não combina mais e por isso vai embora”, completa Eliana.

Para facilitar a purificação, algumas privações são recomendadas, como a abstenção no consumo de carne vermelha, bebida alcoólica e cigarro. O inusitado é que, justamente nesse período, um dos sintomas mais evidentes pode ser o aumento do desejo de comer, beber e fumar. O conselho dado pelos mestres é que, tendo consciência de que esse desafio poderá se apresentar, o iniciado apenas passe ao largo, como um mero espectador, procurando sempre fortalecer a sua natureza positiva.

Outra dica para quem quer vencer essa importante batalha é aplicar a energia reiki em si mesmo diariamente: as sessões de auto-aplicação são essenciais para a limpeza dos canais por onde circula nossa energia.

Período sagrado

✘ É interessante notar que, não por acaso, essa fase repleta de mudanças tão importantes dura 21 dias: de acordo com a psicologia, esse é o tempo que a mente leva para criar um novo hábito; segundo a biologia, é o período necessário para a realização de uma renovação celular; e, na história do reiki, é a duração da jornada de Mikao Usui, durante a qual ele permaneceu meditando e jejuando no Monte Kurama até receber sua iluminação total.

Além disso, esse número específico também tem uma explicação funcional. “Após a iniciação, a mudança vibracional é repentina, mas a energia demora cerca de três dias para ativar e energizar cada um dos chakras [os principais portais por onde a energia entra e sai do nosso organismo]. É por isso que a limpeza demora 21 dias”, afirma Eliana Zacariotti.

Apesar de alguns efeitos colaterais mais conhecidos, cada pessoa vive sua própria experiência, pessoal e intransferível, após se conectar com a energia cósmica. De acordo com as necessidades e características de cada um, as sensações e vivências durante a purificação serão completamente diferentes. Alguns iniciados, mesmo estando expurgando antigos bloqueios energéticos, sentem apenas impressões positivas, como aumento da vitalidade e elevação da paz interior. O importante é aceitar o seu próprio caminho, evitando comparações com amigos ou conhecidos.

Após o término dos 21 dias, chega o momento de prosseguir a jornada rumo ao aperfeiçoamento da técnica. A partir de então, o reikiano está apto a realizar o curso de reiki nível II e, conseqüentemente, fazer aplicações em outras pessoas. Quando chegar até aí, aproveite, a viagem está apenas começando!

Males que vêm para o bem

Confira os efeitos colaterais mais comuns durante as três semanas de purificação

Limpeza física

Desconfortos musculares, febre, enxaqueca, garganta dolorida, muco excessivo, tosse, constipação, diarreia, formigamentos, náuseas, urina mais concentrada.

Limpeza espiritual

Dificuldade para manter a fé e as antigas convicções, sensação de vazio e desamparo, medos inexplicáveis, confusão mental, desejo de descobrir novos horizontes.

Limpeza mental

Impulsos de comer, beber e fumar e retornar a antigos hábitos. Tristeza, raiva, irritação, mágoa, insegurança, culpa, frustração, tendência à autodestruição.

Fonte: Triada.com.br