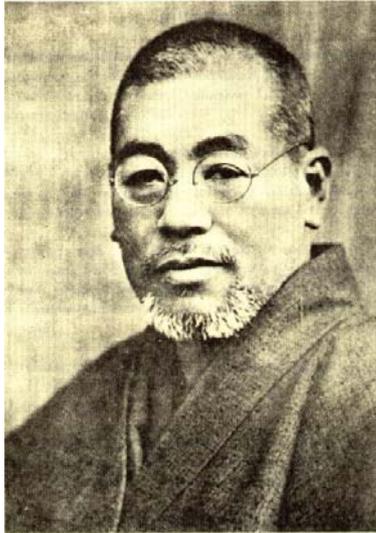


靈
氣



**Manual
do
Mestre Reiki**

大
光
明

Diane Stein

Os Símbolos do Terceiro Grau

O Terceiro Grau do Reiki é a parte mais interessante deste fantástico sistema de cura. Esse é o grau de Mestre, em que se aprende como transmitir o Reiki aos outros. Alguns instrutores dividem esse grau em duas partes: Reiki III para Praticante e Reiki III para Mestre/Instrutor. O ensinamento em Reiki III para Praticante inclui os exercícios de Ki citados no último capítulo, bem como os símbolos do Reiki III e seu uso na cura. Alguns instrutores chamam esse grau de Reiki II avançado. (Instrutores Tradicionais não usam, de modo algum, os exercícios de Ki.) O grau Mestre/Instrutor inclui informações sobre como realizar iniciações e ensinar o sistema Reiki. No meu método de ensino incluo no Reiki III os dois: a cura e a instrução.

Discute-se muito, em círculos de Reiki Tradicional e moderno, sobre quem deve receber o Terceiro Grau. No Reiki Tradicional, o grau de Mestre só deve ser conferido àquelas pessoas que se dispõem a dedicar sua vida ao Reiki. O candidato é avaliado cuidadosamente durante vários anos, período entre o treinamento em Reiki II e o III. Não é permitido que o estudante solicite o Reiki III, mas esse grau deve ser oferecido a ele por um Mestre iniciado. Poucos alunos são aceitos para a instrução. Os instrutores de Reiki que usam os métodos modernos ensinam o Terceiro Grau a preços muito mais baixos e com muito menos restrições.

A taxa para treinamento de Mestre em Reiki Tradicional, nos Estados Unidos, é de US\$ 10.000 e, no Canadá e na Inglaterra, é de US\$ 15.000. Não existem bolsas de estudo a preços reduzidos para o Reiki III, ou mesmo para os graus I e II. Exige-se que o aluno estude com o Mestre pelo menos durante um ano. Uma vez que ele comece a ensinar, isso deve ser feito na presença do Mestre por certo tempo, e durante esse período o Mestre recebe as taxas cobradas. A ele é permitido ensinar só o Reiki I e, posteriormente, o Reiki II. Pode levar até vários anos antes que o novo instrutor seja capaz de ensinar por si próprio.

Pouco antes e depois da morte da sra. Takata, durante certo tempo, pensava-se que só a Grã-Mestra pudesse iniciar no Reiki III. Suas alunas, embora também fossem iniciadas no Reiki III, só podiam ensinar o Reiki I e II. Algumas curadoras formadas pelo método Tradicional me disseram que as próprias instrutoras não sabiam que podiam iniciar Mestres. Quando as instrutoras compreenderam que também podiam iniciar Mestres/Instrutores, várias Reiki III Começaram a ser treinadas. Hawayo Takata iniciou 23 alunos de Reiki III durante os últimos dez anos de sua vida (1970-1980). Há poucos anos, havia um total de 250 Mestres em Reiki Tradicional nos Estados Unidos e cerca de 750 pelo mundo. Provavelmente, existem muito mais agora.

Alguns iniciados em Reiki III, treinados tradicionalmente, começaram a questionar o custo e a exclusividade, e os instrutores começaram a baixar suas taxas. Alguns também começaram a revisar e a modernizar os métodos de ensino. O resultado é que existem hoje mais Mestres, e novos métodos de Reiki estão sendo desenvolvidos. Meu próprio treinamento em Reiki II e Reiki III foi transmitido por esses métodos e instrutores. Esses Mestres estão descobrindo que o Reiki traz prosperidade e benefícios a baixos preços, e que a multiplicação de Mestres também beneficia o Reiki. Parece que há pouco ou nenhum diálogo entre as organizações Tradicionais e os Mestres/Instrutores modernos.

De acordo com Phyllis Furumoto, numa entrevista concedida a William Rand, Mikao Usui ensinou o Reiki muito informalmente, sem dividi-lo em graus. Chujiro Hayashi desenvolveu os métodos para o ensinamento Tradicional, e Hawayo Takata valeu-se do sistema de pagamento usado nos Estados Unidos. A Aliança Reiki estabeleceu muito mais regras depois da morte da sra. Takata.¹ A sra.

Furumoto, neta de Takata, foi nomeada Grã-Mestra da Aliança Reiki, mesmo não tendo nenhum conhecimento de novas técnicas do Reiki, de símbolos ou de iniciação, e nenhuma autoridade sobre outros praticantes.² Além disso:

Parece, frequentemente, que muitos Mestres e praticantes do Reiki são demasiado sensíveis a fatos como linhagem, certificados e filiação à organização "certa". O importante é você saber que está ligado ao Reiki de alguma forma. Se você sabe disso, nada mais importa.³

Os símbolos do Reiki também foram mencionados na entrevista, e a sra. Furumoto reconheceu a diferença actual que existe entre os símbolos do Reiki de vários Mestres. Ela disse que os símbolos do Reiki não têm de ser desenhados da mesma forma por todos os Mestres e praticantes; eles têm apenas de ser reconhecíveis. Ao usar os símbolos, o importante é a sua intenção. Ela comparou as variações com as diferenças de caligrafia na escrita das pessoas; não existem duas pessoas com uma mesma caligrafia. Entretanto, quase todos podem entender a caligrafia de outras pessoas, embora sejam diferentes.

Nas minhas aulas, quando alunos vêm até mim com símbolos ligeiramente modificados, mostro-lhes os meus e digo para usarem os que lhes pareçam mais apropriados. Já vi quatro versões para o Hon-Sha-Ze-Sho-Nen e há várias opções para os símbolos de Mestre em Reiki. Todas as versões funcionam de modo eficaz e apropriado. O mesmo ocorre com relação aos métodos de ensino do Reiki. O sistema Tradicional deve ser considerado por ter trazido o Reiki para o Ocidente, conservando-lhe as características.

Métodos de ensino modernos também dão sua contribuição. Eles ajudam a adaptar o Reiki a uma época e a uma cultura muito diferente da dos que o desenvolveram. Lembre-se de que esse sistema de cura provavelmente foi desenvolvido na Índia e no Tibet, alcançando a China com o Budismo e, então, espalhou-se pelo resto da Ásia, indo para os Estados Unidos depois de passar pelo Japão. As fórmulas escritas são anteriores à época cristã, pelo menos por mil anos. Elas têm pelo menos três milénios. Esse sistema pode ter chegado à Terra vindo de outros planetas. O Reiki passou por um longo processo de adaptação e mudanças durante milhares de anos.

Alguns instrutores e praticantes treinados conforme a tradição, embora nem todos, se recusam a aceitar outros métodos além dos seus próprios. Eles não dão valor ao treinamento de Reiki I, proposto pelos métodos modernos, dos estudantes que os procuram com vista aos estágios seguintes. Eles até mesmo recusam a participação de curadores treinados em outros métodos em seus encontros. Alguns dos meus alunos de Reiki III foram ameaçados por essas pessoas quando anunciaram seus trabalhos. Alunos não-Tradicionais podem ouvir que "eles não conhecem realmente o Reiki", ou que "aprenderam de forma errada". Se o desenho moderno de certos símbolos não é idêntico às versões de Mestres Tradicionais, os alunos ouvem de algumas pessoas que "esses não são os símbolos do Reiki e não vão funcionar". Nada disso é verdade. Essas atitudes certamente vão contra qualquer ética de cura e certamente também "não são Reiki".

O fato é que a iniciação em Reiki é simples e pode transformar um principiante num curador qualificado em apenas uma sessão. O mundo precisa muito de curadores, e quanto mais curadores melhor para o planeta. Todos sofrem muito nesta época de mudanças para a Terra. Para novamente tomar o Reiki universal, como ele foi um dia, são necessários muito mais instrutores em todos os seus métodos. É imoral manter exclusivo, nestes tempos, qualquer método de cura, e nenhum método é "melhor" ou "mais Reiki" do que qualquer outro.

Na minha opinião, o treinamento para Mestre em Reiki não pode ser limitado apenas às pessoas que podem dedicar sua vida ao Reiki. O mundo não funciona mais dessa forma. Poucas pessoas podem passar anos sendo treinadas, ou gastar US\$10.000 para receber o treinamento. Dependendo do Reiki para a própria sobrevivência também não é apropriado para a maioria das pessoas. Nos meus ensinamentos, ofereço o Reiki III a qualquer pessoa íntegra que o queira receber e tenha completado os outros dois graus. Para uma pessoa dedicada e com talentos excepcionais para a cura, em geral, não cobro nem mesmo preços baixos. Cerca da metade, talvez mais, de meus alunos não paga. Isso é válido para os três graus.

Da forma como ensino, obedeco a uma ética para cada um dos três graus. A ética simples do Reiki I e II é a de fazer a cura tanto direta quanto a distância somente para as pessoas que a queiram, e nunca violar o livre arbítrio. No Reiki III, a ética é financeira. O Reiki traz prosperidade, vida longa e bem-estar a todos. Estes não são valores que podem ser comprados ou vendidos. Embora o instrutor e o curador tenham o direito de ganhar a vida com seu trabalho, eles também têm a obrigação de tomar a cura acessível. Actualmente, quando dou aulas particulares, cobro US\$ 75 para ensinar o Reiki I, US\$ 100 para o Reiki II e US\$ 300 para o Reiki III. Quando ensino grupos maiores, durante um final de semana inteiro, cobro uma porcentagem de arrecadação, que resulta num custo bem abaixo do treinamento particular. Não cobro o trabalho de cura, mas qualquer um tem direito de ganhar a vida com esse trabalho. Peço aos meus alunos que não cobrem muito e ofereçam bolsas de estudo quando necessário.

Quando comecei a ensinar, passei por um período de três semanas tentando conservar o Reiki para mim mesma, querendo ganhar dinheiro e achando que o *status* de Mestre significava mais do que a simples responsabilidade de ensinar. Fiquei decepcionada comigo mesma por pensar dessa forma, mas não havia como negar a realidade. Sempre desejei o Reiki III com o propósito de ensinar o maior número possível de pessoas, a baixos custos, mas pude permitir que essa falta de perspectiva continuasse. Depois de algumas semanas de reflexão, essas ideias desapareceram. Ainda assim, tenho visto outros instrutores modernos, com intenções positivas, deixar de lado seus objectivos logo que começam a ensinar. Digo isso agora para alertar os meus alunos de que esse processo egocêntrico pode ocorrer também com eles. Seja persistente, e lembre-se do motivo pelo qual se tomou Mestre em Reiki.

Do mesmo modo que no Reiki II, ofereço aos meus alunos do Reiki III informações completas (em forma de apostila), para que estudem em casa. Espero que alunos sérios façam o trabalho e sintam que, embora eu os ensine, eles devem aprender por si próprios. Tomo o Reiki III acessível em cursos de fins-de-semana, para os três graus, e raramente recuso alunos. Nem todos os meus alunos de Reiki III se transformam em instrutores sérios, mas a maioria é. Eles desenvolvem a capacidade de ensinar, e farão isso quando estiverem prontos. Peço aos meus estudantes de Reiki III que ensinem com seriedade, e mesmo aqueles que dizem que não pretendem ensinar, em geral terminam ensinando. Eles podem não dar aulas, mas acabam ensinando seus familiares, ou aqueles que precisam dessa energia. Isso é muito diferente do método Tradicional de escolher um estudante de Reiki III, mas sinto que funciona nos dias de hoje.

Quando ensino o Reiki II, digo aos meus alunos que sinceramente espero que prossigam com o Reiki III. Eu só peço que façam isso se estiverem preparados para curar a si próprios, aos outros (incluindo os animais) e ao planeta. Eu não limito meus ensinamentos; aceito todos os alunos que couberem na classe. O aluno é quem determina se está pronto para o Reiki e em que grau. Se ele vem para aprender, já deu o primeiro passo. Não faço questão de um intervalo de

tempo determinado entre os graus.

Ao dar aulas sábado e domingo, ofereço o Reiki I, II, III — um processo cansativo para todos, inclusive para mim. No Reiki I, digo aos alunos que decidam por si se podem aguentar mais um dia de aula. Se eles se sentem sobrecarregados pela energia ou pelo excesso de informação (frequentemente isso não acontece no Reiki I), é melhor esperar para obter o Reiki II. Se eles se sentem prontos, são bem-vindos para continuar. Com o Reiki II, sou mais cautelosa; alerto-os sobre o processo de modificação emocional, que pode levar até seis meses após a iniciação. Pessoas com problemas emocionais podem preferir esperar.

Se um aluno nunca teve experiência com a cura, e recebe o Reiki I num dia e o II em outro, peço-lhe que deixe para receber o Reiki III posteriormente. Se o aluno é um curador experiente, ou um médium sem treinamento em Reiki I, ou mesmo um médium que recebeu recentemente esse treinamento, então deixo que ele escolha. A maioria das pessoas está bem consciente de suas limitações. É melhor fazer entre as iniciações uma pausa de pelo menos alguns meses, mas a disponibilidade dos Mestres, em geral, não permite isso. O aluno saberá decidir se está pronto ou não, e eu respeito e aceito suas decisões. Quando parto de uma cidade depois de um curso de Reiki de fim de semana, deixo para trás várias pessoas prontas para ensinar dentro de poucos meses.

Os ensinamentos em Reiki III começam com a introdução de mais dois símbolos. Ambos são utilizados durante as iniciações, mas só um é usado na cura. Os ensinamentos em Reiki III visam a iniciação, e os símbolos fazem parte desse processo. Os dois símbolos do Terceiro Grau são o Dai-Ko-Myo e o Raku. O Dai-Ko-Myo é usado na cura, e é também o símbolo que transmite a iniciação. O Raku é usado apenas durante as iniciações, e em nenhuma outra ocasião. Não era utilizado pela sra. Takata. O Dai-Ko-Myo é o único que tem duas versões muito diferentes: uma é usada no Reiki Tradicional e a outra no Reiki moderno. Nos meus ensinamentos, prefiro o símbolo moderno, embora não tenha nenhuma ideia de sua origem.

Dai-Ko-Myo

Versão Tradicional.



Quando comecei minha busca pelo Reiki III, uma conhecida mandou-me pelo correio o símbolo do Dai-Ko-Myo Tradicional, e eu o usei durante meu primeiro ano como instrutora. O símbolo Tradicional me foi mostrado com grandes variações, mas com os traços fundamentais bem definidos. A. J. Mackenzie Clay desenha uma versão no seu livro: *One Step Forward for Reiki* (New Dimensions, 1992). Depois de eu estar ensinando há algum tempo, minha instrutora de Reiki II, com

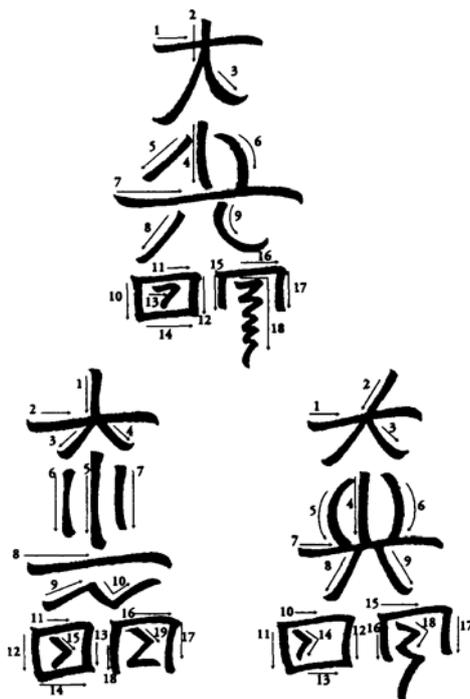
quem eu havia aprendido a maior parte das informações sobre como ensinar, me perguntou qual Dai-Ko-Myo eu estava usando. Quando lhe enviei uma cópia dele, pediu-me para tentar um outro. Fiquei relutante porque a versão que eu usava funcionava, mas concordei em tentar o novo símbolo. Assim que o experimentei resolvi adopta-lo, e nunca mais voltei a usar a versão Tradicional, a não ser para efeito de comparação.

Dai-Ko-Myo

Versão Tradicional com flechas mostrando como desenhar.



Dai-Ko-Myo
Variações.



Símbolo do Mestre Tibetano (esquerda) e Símbolo do Mestre Reiki Sunyata (direita).



Varição do Dai-Ko-Myo⁴

O novo símbolo não requereu memorização — foi como se eu já o conhecesse — e meu primeiro pensamento ao vê-lo foi: "Claro, é a espiral da Deusa." Ao usá-lo nas iniciações, descobri que é muito mais eficaz e flui mais facilmente que o Dai-Ko-Myo original. Quando utilizei esses símbolos nos alunos, pedi que os comparassem, e todos gostaram mais da nova versão. Esse símbolo lhes pareceu mais claro, mais simples e eficaz, como o foi para mim. Depois de trabalhar com esse símbolo por uns tempos, e alterná-lo com o Tradicional, resolvi utilizar a versão moderna.

Dai-Ko-Myo Não-Traducional



Em sessões de canalização com Suzanne Wagner, uma aluna perguntou sobre a forma do novo símbolo. Eu não estava presente à sessão, mas ouvi a gravação. Os guias do Reiki que participaram da canalização disseram que o novo Dai-Ko-Myo adapta-se mais às vibrações necessárias para os ensinamentos actuais. O símbolo mais antigo é mais apropriado às energias de tempos passados. Disseram que talvez houvesse pessoas que se adaptariam mais ao símbolo Tradicional, e que eu saberia disso ao fazer a iniciação. Na maioria dos casos, entretanto, aconselharam que eu usasse o novo símbolo. Os símbolos do Dai-Ko-Myo são mostrados neste capítulo. Peço aos meus alunos que experimentem ambos, e que escolham o que melhor se adapte às energias necessárias.

Uma vez conhecido o Dai-Ko-Myo no Reiki III, use-o em todas as curas. Quando transmito o Dai-Ko-Myo a distância, sinto que ele se desloca rapidamente do chakra do coração do curador para o da pessoa que recebe. Frequentemente, este é o único símbolo usado numa cura; entretanto, na cura a distância, sempre o uso junto com o Hon-Sha-Ze-Sho-Nen. O uso do Dai-Ko-Myo na forma invertida absorve a energia negativa para fora dos corpos e a libera. O objectivo do Dai-Ko-Myo é a cura da alma. Cada um dos símbolos do Reiki concentra-se num dos

corpos vibracionais. O Cho-Ku-Rei apresenta ressonância mais forte com o nível do corpo físico, o Sei-He-Ki, com o corpo emocional, o Hon-Sha-Ze-Sho-Nen, com o corpo mental; o Dai-Ko-Myo trabalha no nível do corpo espiritual.

Essa forma de cura é extremamente eficaz. Ela combate as raízes da doença. Os níveis do corpo espiritual trazem em si o projecto do qual o corpo físico é derivado. Nesse nível, a cura causa alterações profundas, comumente descritas como "miraculosas". Curadores Reiki vêem "milagres" em todas as sessões, e o Dai-Ko-Myo é usado frequentemente. As mudanças na vida ocorrem aqui. Assim como acontece com os outros símbolos, envie o Dai-Ko-Myo nas curas directas, quando sua intuição lhe disser para utilizá-lo. Eu o utilizo mais do que qualquer outro símbolo.

Dai-Ko-Myo Não-Tradicional Como desenhar.



Na cura a distância, frequentemente uso os quatro símbolos. Como primeiro recurso, use o Dai-Ko-Myo; então, envie o Hon-Sha-Ze-Sho-Nen. Em seguida, adicione o Cho-Ku-Rei, então o Sei-He-Ki e, finalmente, repita o Dai-Ko-Myo. Ao ser enviado, esse símbolo por vezes assume a coloração rosa do plano astral e, às vezes, o dourado metálico. A transmissão não é estática, mas se move, gira e vibra. Percebo isso ao transmitir directa e fortemente a energia do Deus/Fonte por meio do curador para a pessoa que recebe a energia. Essa energia supre todas as necessidades do receptor. Essa é a energia de cura mais poderosa disponível no planeta Terra, e certamente a mais positiva.

Na cura de si mesmo, use o Dai-Ko-Myo da mesma forma que o usa nos outros. Desenhe-o sobre o chakra do coração e visualize-o com os outros símbolos. Existe também um exercício de Ch'i Kung que usa esse símbolo na auto cura ou para aumentar o fluxo de Ki pelo corpo. Ele estimula o chakra do timo, na Linha do Hara, e melhora o sistema imunológico do corpo. Faça esse exercício duas vezes ao dia, do modo como segue, em pé, com as costas rectas.

Primeiramente, encontre o ponto indicado na ilustração. Ele se localiza em cada uma das escápulas, na cavidade óssea das costas. Aumente o fluxo de Reiki nas mãos, ou esfregue-as até que se aqueçam; então, comece a massagear o ponto num dos ombros, com a ponta dos dedos da mão. Massageie no sentido horário por um minuto e, então, comece a visualização do Dai-Ko-Myo. Faça trezentas vezes esse movimento giratório. Encontre o mesmo ponto no outro ombro e repita o processo.

Faça esse exercício em ambos os ombros, por três vezes. Para terminar, feche delicadamente os dedos da mão direita e bata suavemente sobre o osso esterno

(no peito) 25 vezes, visualizando o Dai-Ko-Myo durante o tempo todo duas vezes ao dia. Não conheço a origem desse exercício; mas, dando pancadas no timo, você o estimula e o fortalece. Existe um livro, escrito pelo médico John Diamond, *Your Body Doesn't Lie* (Warner Books, 1979), que trata do fortalecimento da glândula do timo. Diamond chama um exercício parecido com o descrito acima de "Tamborilar sobre o Timo".⁵

O Dai-Ko-Myo apresenta outros usos. Visualize os quatro símbolos para purificar e energizar os cristais, para programá-los, pedindo que se purifiquem a si mesmos. Para fazer isso, segure o cristal ou pedra preciosa entre as palmas das mãos, enviando energia Reiki. Primeiramente, visualize o Dai-Ko-Myo e, então, o Sei-He-Ki para purificar a pedra de todas as dores e energias negativas absorvidas. Em seguida, envie o Cho-Ku-Rei para programar o cristal — afirmando um objectivo como a cura, por exemplo. Se a pedra for usada para a cura, adicione o Hon-Sha-Ze-Sho-Nen. Por último, visualize o Dai-Ko-Myo novamente, pedindo que a pedra se purifique a si mesma a partir daí. Isso significa que a pedra trabalhará no sentido de purificar-se; por outro lado, é bom que você a limpe frequentemente. (Faça o teste com o pêndulo.)

Ao preparar elixires de pedras e flores, adiciono o Dai-Ko-Myo e o Cho-Ku-Rei à água e às flores (ou pedras) durante a infusão sob o Sol. Dizem que meus elixires são extremamente eficazes, e tenho certeza de que isso ocorre por causa do Dai-Ko-Myo. Use-o também para aumentar o poder dos remédios, das tinturas de ervas, dos remédios homeopáticos, etc. Em geral, esse é o único símbolo necessário. Uso o Dai-Ko-Myo virtualmente todas as vezes que uso o Reiki, em geral no início e ao final de qualquer sequência de símbolos ou sessão. A energia é forte e age profundamente. O Dai-Ko-Myo é o símbolo usado pelo instrutor na transmissão das iniciações Reiki. Informações sobre o processo iniciático são dadas no próximo capítulo.

Como os outros símbolos, o Dai-Ko-Myo deve ser memorizado. O aluno tem de ser capaz de desenhá-lo precisamente, com todas as linhas na sequência correcta. É mais simples usar o Dai-Ko-Myo em espiral do que a versão antiga. Demorei várias semanas para memorizar o Dai-Ko-Myo Tradicional. E esse foi o sinal de que minhas energias não se harmonizaram com as dessa versão. Ao contrário, incorporei o Dai-Ko-Myo moderno instantaneamente quando o vi. Não foi necessário memorizá-lo, pois parecia que eu já o conhecia. Novamente, todas as variações que conheço deste símbolo estão reproduzidas neste capítulo. Utilize a versão que for mais apropriada a você. Todas elas funcionam.

Energizador Imune Dai-Ko-Myo



É interessante notar a definição que o Ch'i Kung dá para a espiral, que também é o símbolo da energia da Deusa. Uma espiral no sentido horário, movendo-se a

partir do centro, tem a propriedade de condensar o Ki no seu centro. O Dai-Ko-Myo moderno é desenhado dessa forma, do centro para fora, no sentido horário. A espiral, no sentido anti-horário, provoca a expansão do Ki interno, que se liga ao Ki que existe além do corpo. Quando a expansão se completa, a direcção se inverte automaticamente, levando o Ki para o centro. A espiral cria vórtices de energia que atraem outras energias. A natureza se move em espirais, formando desde redemoinhos na água até furacões, e as espirais são usadas no Ch'i Kung para unir e condensar o Ki em prol da saúde e do aumento da capacidade de cura.⁶

Em Wicca, a espiral é o labirinto da iniciação; é a passagem da Roda dos Anos, e o local de afloramento e renascimento. A espiral no sentido horário invoca a energia criadora, ao passo que no sentido anti-horário deixa a pessoa dispersiva e relaxada. Starhawk, em *The Spiral Dance* (Harper e Row Publishers, 1979), compara a espiral dupla a um labirinto que leva ao centro da criação, o Vazio Budista:

Raku

O raio de luz mantendo o fogo (somente para fazer as iniciações).
As flechas mostram como desenhar.



À medida que você se movimenta ao longo da espiral, o mundo se dissolve, as formas se dissolvem, até que você se encontre no centro escondido onde a morte e o nascimento são "um". O centro da espiral brilha; é a Estrela do Norte, e as extremidades da espiral representam a Via Láctea; miríades de estrelas giram lentamente em torno de um ponto fixo... Você está no útero da Deusa, flutuando livremente. Sinta-se levado e impelido para fora da espiral, que agora é a abertura pela qual se renasce. Mova-se no sentido horário pela espiral dupla do seu DNA.⁷

O Dai-Ko-Myo moderno é a espiral dupla.

O outro símbolo do Reiki III é o Raku. A sra. Takata não usava esse símbolo sânscrito, mas a maioria, se não todos os Mestres em Reiki americanos, o usa hoje em dia. A maioria dos Mestres parece ter pouca informação sobre ele, e não compreendem a sua importância. Ele só é usado durante as iniciações, nunca no trabalho de cura. O símbolo se parece com um raio luminoso. Sua definição me foi dada como o símbolo que "domina o fogo". Ao finalizar a iniciação, o Raku é usado para reter a energia Reiki no receptor. Isso é tudo o que a maioria dos Mestres em Reiki sabe; mas, de fato, sua função vai bem além disso. Ele activa a Linha do Hara, ajudando o aluno a trazer a energia Reiki para seus canais condutores do Ki, e a fixam no centro do Hara (Tan Tien ou do umbigo).

Durante a iniciação, as auras do Mestre e do aluno se unem, e algo mais ocorre nesse momento. Durante esses poucos instantes, os guias do Reiki usam a energia para retirar o karma negativo da pessoa que recebe a iniciação em Reiki. O Mestre que realiza o processo capta o que é liberado através do contacto das

auras e realiza a integração;

em geral, ele é totalmente inconsciente disso. O Raku ainda separa as auras no final da iniciação. Também deixa o Mestre e o aluno com muito mais energia do Ki Original do que dispunham antes. Essa liberação kármica durante a iniciação explica a purificação e a reorganização do corpo físico e do emocional que se seguem à iniciação.

Com todas as variações dos símbolos hoje em dia, é interessante notar que há apenas uma variação para o Raku. Esta simplesmente suaviza as curvas do raio luminoso, que forma uma linha tortuosa. Usado dessa forma, o símbolo se transforma no Poder da Serpente Kundalini. Entretanto, o raio luminoso é a Vajra do Budismo Vajrayana — o símbolo do caminho de diamante do Budismo Mahayana no Tibet;

a forma em ziguezague do desenho parece ser a mais correcta. O Raku é o pequeno detalhe na extremidade da espiral dupla do Dai-Ko-Myo.

Os iniciados no Reiki III pelo método moderno que moram nas regiões mais próximas também me trazem desenhos de "novos" símbolos do Reiki. Dizem estar trazendo de volta alguns dos símbolos que se perderam. Muitos desses são energias sânscritas ou budistas, positivos em si, mas não são símbolos do Reiki. Nas canalizações feitas por Laurel Steinhice, disseram-nos que outros símbolos seriam devolvidos à Terra. O primeiro seria um símbolo para activar os centros energéticos dos olhos, permitindo que o Reiki fosse usado como um *laser*. Muitos curadores, à medida que se vão desenvolvendo psicicamente, aprendem a fazer isso sem um símbolo consciente. O Dai-Ko-Myo moderno parece ser o único símbolo não-Tradicional autenticamente Reiki, mas alguns outros são mostrados nas páginas seguintes.

Raku, Versão Serpente



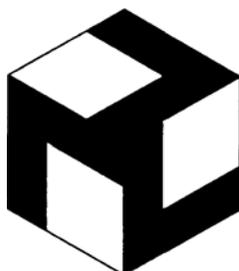
Embora eu não os considere símbolos do Reiki, alguns deles oferecem matéria para debate. "OM" é um símbolo sânscrito que representa o som ou vibração que deu origem ao Universo. Vários outros símbolos sânscritos são mostrados, cada qual com um tipo de energia de cura. O símbolo de Mestre da Palma representa a passagem da energia pelos chakras e pelo Sushumna, e também pode representar uma forma de iniciação. No Budismo Tântrico, as estátuas mostram muitos símbolos semelhantes esculpidos na palma das mãos dos Budas. Uma série de símbolos é chamada de Padrão do Útero e os símbolos são chamados de Bijas — sons das sementes. Eles são considerados como sendo a linguagem do Absoluto. O verdadeiro significado dos Bijas, que têm papel importante nos rituais do Budismo Tântrico, só é revelado aos iniciados. Bijas desenhados sobre *Stupas* também podem ser utilizados para representar os cinco elementos. *Stupas* são estátuas ou construções anteriores ao pagode, que representam intrinsecamente os elementos em suas formas.⁸ O Hon-Sha-Ze-Sho-Nen assemelha-se muito a uma *Stupa*.

Outro conjunto de símbolos contendo o Harth, o Zonar, o Haiu e o Yod me foi

dado na Califórnia. Eles foram desenhados para serem usados junto com os símbolos do Reiki. Embora a intenção desses símbolos seja altamente positiva, tive uma péssima experiência com um deles. Quando mostrei esses símbolos a certa mulher, ela escolheu o Harth e começou a usá-lo negativamente, construindo pirâmides psíquicas negras, que ela descrevia como protecção. Elas foram colocadas sobre a minha aura, a minha casa e sobre a de outras pessoas, e de forma alguma foram positivas. Em vez disso, as pirâmides interromperam o fluxo e a troca de energia, limitando o que deviam apenas proteger, prejudicando a pessoa ou o local. Nenhuma energia psíquica podia sair desses objectos mentalizados. Quando as energias negativas foram purificadas interiormente, elas não se dissiparam, mas continuaram voltando em virtude de o símbolo as ter aprisionado.

Eu me senti mal com esses símbolos desde o início, e pedi à mulher que não os usasse, mas ela continuou fazendo isso. As pirâmides constituíram um verdadeiro assédio psíquico, e se tomaram fonte de muita tensão e negatividade na minha casa. Quando finalmente compreendi o que se passava, trabalhei com outra curadora para purificar essas energias. As pirâmides negras — havia muitas delas — resistiam a quase todas as tentativas de eliminá-las. Depois de muitas tentativas inúteis, descobrimos que os Rakus enviados do terceiro olho (testa) podiam ser usados para eliminá-las, mas quase imediatamente elas se reestruturavam. Finalmente, nós as eliminamos, usando o Raku intensivamente; enviamos folhas de luz por baixo, para levantá-las e carregá-las para fora do planeta. Foram necessários vários meses para a minha casa se purificar e para eu me ver livre dessa energia.

A Antahkarana



Eu suspeito que esse símbolo tenha sido deturpado e usado negativamente, sem o seu sentido original. Ainda assim, desde essa ocasião, tenho evitado experimentar os "novos" símbolos, a menos que eu os entenda completamente. Não digo aos meus alunos que evitem essas energias desconhecidas, mas que procedam com muito cuidado. Os autênticos símbolos do Reiki não podem ser usados negativamente; eles têm uma protecção interna. Disseram-me, durante uma sessão de canalização, que havia originariamente trezentos símbolos do Reiki, 22 dos quais actualmente estavam sendo usados. Eles estão arquivados em bibliotecas no Tibet e na Índia. Quando chegar a hora de o Ocidente e de o Reiki terem esses símbolos de volta, ser-nos-ão dados de tal forma que poderão ser imediatamente reconhecidos como os autênticos símbolos do Reiki. Também aprenderemos como usá-los. O que também se pode dizer sobre isso é que os símbolos pessoais parecem dados psíquica e internamente às pessoas. Esses símbolos podem ser usados ou pelo menos estudados seguramente.

Uma outra forma utilizada como símbolo do Reiki é a Antahkarana, símbolo tibetano usado em rituais por milhares de anos para a cura e a meditação, mencionado por Alice Bailey e outros autores. Esse símbolo concentra e

desenvolve o Reiki, ou outras energias de cura, quando colocado sob a mesa de massagem durante a cura. Também se diz que liga o cérebro físico com o chakra da coroa, tendo efeito positivo sobre todos os chakras e a aura. Meditando com esse símbolo, activa-se automaticamente a Órbita Microcósmica, enviando-se o Ki através dos canais energéticos centrais do corpo. Durante a meditação, o símbolo parece deslocar-se e alterar, evoluindo para imagens diferentes. A Antahkarana pode ser usada para liberar as energias negativas de pessoas e objectos, bem como purificar cristais.¹⁰

Já vi representações holográficas da Antahkarana impressas em quadros de madeira. Parecem ser usadas geralmente no Meio-Oeste americano, e me foram mostradas na maioria das vezes por pessoas dessa região. Não se trata de um dos símbolos perdidos do Reiki, mas sua forma é positiva e sagrada quando em uso. Não se pode utilizá-lo de forma negativa e, mesmo tendo uma história antiga, sua energia tem sido testada por vários agentes de cura durante muitos anos.

Outro conjunto de símbolos usado em curas psíquicas merece ser mencionado. Trata-se de uma série de onze símbolos desenvolvidos por Frank Homan em seu livro *Kofutu Touch Healing* (Sunlight Publishing, 1986). Esses símbolos modernos são cuidadosamente apresentados, junto com uma série de posições das mãos sobre o corpo, iguais às do Reiki. Esses não são símbolos do Reiki, mas são válidos e definitivamente funcionam para a cura. A quantidade e a complexidade desses símbolos os tomam difíceis de gravar. Não os achei tão eficazes quanto os símbolos do Reiki, mas não deixam de ser válidos. Alguns alunos podem interessar-se em trabalhar com eles. Eles são positivos.

Quanto aos símbolos do Reiki III isso é tudo. Os dois símbolos do Reiki são o assunto central deste capítulo, e o aluno precisa escolher entre a versão moderna e a Tradicional do Dai-Ko-Myo. O Raku também é apresentado. Falarei muito mais sobre esses símbolos até o final do livro. Quanto aos símbolos que não são do Reiki, não serão mais analisados neste livro. A impressão que tenho é que os Mestres em Reiki moderno depararão com um sem-número de novos símbolos, assim como tem ocorrido comigo, e precisarão de um mapa para se orientar. Quando você estiver familiarizado com os símbolos do Reiki III e estiver pronto para usá-los na cura e nas iniciações, use-os. As iniciações são o maior "milagre" do sistema de cura Reiki.

1. William L. Rand, "A Meeting with Phylis Furumoto", in *Reild News*, primavera de 1992, p. 2.

2. *Ibid*, ç. I.

3. *Ibid*.

4. Uma outra versão do Símbolo do Terceiro Grau do Reiki, publicado in *One Step Forward for Reiki* de A. J. Mackenzie Clay (NSW, Austrália, New Dimensions Press, 1992), p. 38.

5. John Diamond, MD, *Your Body Doesn't Lie* (Nova York, NY, Warner Books, 1979), pp. 50-53.

6. Mantak e Maneewan Chia, *Awaken Healing Light of the Tão*, pp. 119-121.

7. Starhawk, *The Spiral Dance: A Rebirth of the Ancient Religion of the Great Goddess* (São Francisco, Harper and Row Publishers, 1979), p. 82.

8. Pierre Rambach, *The Secret Message of Tantric Buddhism* (NY, Rizzoli International Publications, 1979), pp. 60-67.

9. Em 1991, enviaram-me uma cópia xerox da primeira edição do livro de William L. Rand, *Reiki: The Healing Touch, First and Second Degree Manual*. Esse material continha um apêndice que nunca foi publicado como parte dessa edição. Essas informações sobre a Antahkarana, inclusive o desenho, estavam contidas nas páginas 8-13 desse apêndice. 10. *Ibid*.

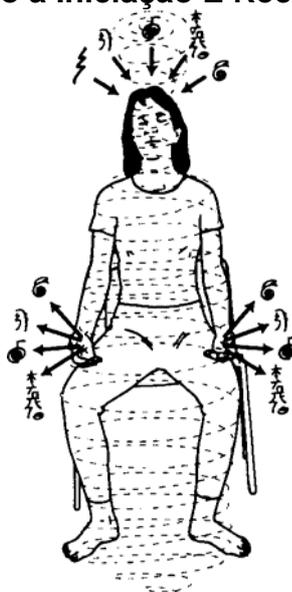
Como Realizar a Iniciação

No começo dos ensinamentos sobre o Reiki I, os alunos em geral perguntam o que é uma iniciação. Digo-lhes que só posso descrever o processo como sendo um milagre e, se depois de a terem recebido puderem dar uma definição mais clara, eu quero ouvi-la. Até hoje ninguém que tenha passado por uma iniciação, ou tenha realizado uma iniciação para alguém, deu uma definição precisa. A iniciação tem de ser vivida — não pode ser descrita racionalmente (ela é comandada pelo hemisfério esquerdo do cérebro). Ninguém sabe por que ou como a iniciação em Reiki funciona, ou por que a combinação das mãos, da respiração e do controle da Kundalini tem um efeito tão profundo. Os que já receberam iniciações em Reiki sabem que sua vida se altera profundamente. As iniciações são um ponto alto na vida de muitas pessoas, e a maioria de nós, que já passamos por elas, fica completamente deslumbrada durante o processo.

A diferença entre o Reiki e outros sistemas de cura pela imposição das mãos é a iniciação. Outros sistemas podem usar a imposição das mãos sobre os chakras e trabalhar com a energia do Ki, mas só o Reiki tem o benefício extraordinário da iniciação. Nos treinamentos Tradicionais do Reiki, existem quatro iniciações para o Reiki I e duas únicas iniciações para o Reiki II e III. Todas as quatro iniciações do Reiki I são diferentes entre si. Em métodos não-Tradicionais, a mesma iniciação combinada é usada uma única vez para cada um dos três graus, uma única iniciação suficientemente eficaz para substituir vários processos. Ambas as formas funcionam muito bem. A aceitação de ambas as formas de iniciação toma o agente de cura mais versátil.

As iniciações em Reiki abrem e expandem o Ki, mantêm a capacidade da Linha do Hara e eliminam os bloqueios dos canais energéticos, além de equilibrar e iluminar os chakras da Linha do Hara e do duplo etérico. Durante uma iniciação, o Ki Celeste, carregando os cinco símbolos do Reiki, desloca-se do chakra da coroa para o do coração do receptor. O Ki Terrestre é absorvido pelas pernas e pêlos chakras inferiores, sendo levado do Hara ao chakra do coração. O suprimento de Ki Original é restabelecido no Hara, e qualquer bloqueio ao uso da energia se desfaz. Tudo isso ocorre em poucos minutos.

Como a Iniciação É Recebida

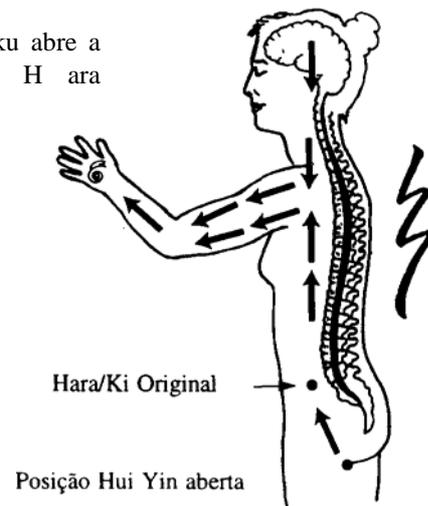


7a. , Os símbolos entram pela coroa

Os símbolos entram pelas
mãos

O Reiki emerge $\text{||}^{\wedge\wedge}$ das
mãos

O Raku abre a
Linha do H ara
inteiro

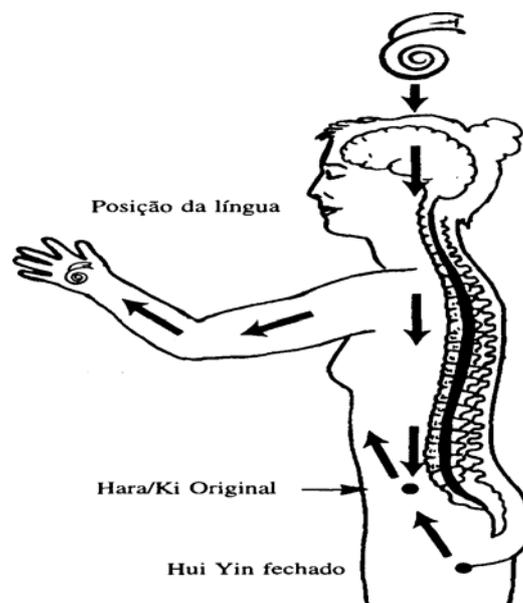


A iniciação é uma forma de pagamento kármico. Durante o processo, o karma é retirado do receptor como pagamento por se tomar um curador. Isso ocorre quando o Mestre/Instrutor permanece num nível energético muito elevado durante a iniciação, o que também eleva o nível do Ki no receptor. A ocorrência é automática, sem a intenção ou interferência do Mestre, apenas fluindo através dele. O ego não é envolvido. O Mestre simplesmente faz os movimentos físicos, e tudo o mais se segue.

O processo iniciático pode ser considerado hoje uma das coisas mais sagradas na Terra. Desde o momento da iniciação, um novo curador é criado — ou melhor, *despertado*. A capacidade de curar faz parte do código genético humano impresso no nosso DNA. A iniciação Reiki acende uma luz numa casa escura, reactivando dons que um dia foram universais, mas que hoje estão praticamente esquecidos. O Reiki é uma das maiores forças deste planeta na evolução das pessoas. As iniciações curam o nosso DNA, ligando-nos novamente à "Luz" da informação que foi perdida pelos habitantes da Terra.

Como a Iniciação é Passada

A posição Hui Yin muda a
energia do fluxo do canal dual
para a corrente única (AC para
DC).



Ao receber a iniciação em Reiki, cada pessoa tem uma experiência diferente. Ela pode ver cores, ter sensações estranhas, visualizar a imagem de si mesma em

vidas passadas ou entrar em contacto com espíritos-guias, ou encher-se de felicidade e alegria. Algumas pessoas choram ou tremem. Outras dizem que não sentiram nada, mas apresentam as faces coradas e um largo sorriso. A abertura para a energia é evidente ao se olhar para elas. A maioria das pessoas sente imediatamente as mãos quentes, o que é típico do curador Reiki, embora algumas possam levar mais tempo até manifestarem o calor nas mãos, à medida que as utilizarem na cura. Tenho sentido as mãos quentes até mesmo fazendo a iniciação com crianças, ou mesmo quando os símbolos não são colocados directamente nas mãos delas. Certa vez, uma mulher, ao cumprimentar-me com um aperto de mão, disse: "Você tem energia Reiki." Perguntei como sabia, pois ainda não ensinava naquela época. "Porque suas mãos estão quentes", respondeu. "Posso sentir. Você tem, no mínimo, o Reiki II." Eu tinha o Reiki II naquela época.

O Mestre, ao fazer a iniciação, sempre sente algo diferente, mas em geral o sentimento é de uma alegria intensa. O processo transforma o corpo num pára-raios. A energia do Ki primeiro se movimenta no corpo do Mestre/Instrutor, para depois ser transmitida ao aluno. Este é um processo fisicamente cansativo, que exige o controle da respiração e a capacidade de manter a posição Hui Yin por longo período. Não há tempo para se pensar durante a iniciação, só para movimentar a energia pelo corpo. Não há outras considerações além dos movimentos físicos; a energia toma conta de si própria.

A iniciação é uma experiência que envolve a Kundalini, atinge os níveis do Hara e do duplo etérico. Ajit Mookerjee em *Kundalini: O Despertar da Energia Interna*, descreve a ascensão da Kundalini como uma "explosão de calor, que passa como uma corrente através do Sushumna".¹ Algumas das sensações são descritas:

Ouvem-se sons, internamente, parecidos com uma queda-d'água, o zumbir das abelhas, o soar de um sino, uma flauta, e assim por diante. A cabeça pode começar a girar e a boca a se encher de saliva, mas o iogue vai além, até que consiga ouvir o mais interno, o mais subtil... os sons... O iogue visualiza uma variedade de formas, como pontos de luz, labaredas, formas geométricas que, no estado final de iluminação, se dissolvem em radiância interior de brilho intenso e pura luz.²

Isso dá uma indicação do que sente o Mestre ao realizar as iniciações em Reiki. É a posição Hui Yin, com a língua colocada no céu da boca, que faz o Ki subir pela Linha Central do Hara. O Ki Celeste entra pelo chakra da coroa no corpo do Mestre, e o Ki Terrestre, pelos chakras dos pés. Quando a posição Hui Yin se completa no chakra da raiz, o Ki Terrestre se dirige para cima, ao Hara ou chakra do Tan Tien. O canal de movimento ascendente (Vaso Governador, pelas costas) se fecha quando se coloca a língua no céu da boca de tal forma que a energia não sai

do corpo pelo chakra da coroa. O Ki Celeste, movimentando-se para baixo (pelo Vaso da Conceção, pela frente), da mesma forma estaciona no Hara, sem poder mover-se através do Hui Yin e sair pelos pés. Sem ter para onde ir, a energia do Ki muito elevada sai do corpo pelas mãos, impulsionando os símbolos para dentro da aura do receptor.

O efeito é o de mover o Ki dos canais internos do Mestre (para cima e para baixo, através do Vaso da Conceção e do Vaso Governador) para o único canal da Linha do Hara. Isso é equivalente à mudança de corrente elétrica alternada para contínua. O Mestre em Reiki conserva esse fluxo dentro do corpo, no qual a energia parece perfazer um oito, o símbolo egípcio do infinito. A energia é quente e viva e o raio do Raku é preso no interior do corpo. Os exercícios do Reiki II são formulados com o objectivo de exercitar o corpo do Mestre para manipular grande

quantidade de Ki, mas, ao aprender a fazer iniciações, ele ainda deve se adaptar. Quanto mais energia ele puder canalizar, mais poderoso será o efeito de suas iniciações nos outros.

Para mim, é durante a iniciação que os guias do Reiki se fazem sentir mais presentes. Eles se colocam atrás de mim e dirigem todo o processo; e eu presumo que também façam isso com todos os Mestres em Reiki. Quando faço iniciações, sinto constantemente a presença desses guias. Às vezes eu consigo vê-los. Se, ao traçar os símbolos, desenho uma linha fora de lugar, eles a corrigem e me dizem para continuar. Se cometo um engano, eles dizem: "Nós corrigimos", e assim o fazem. Psicicamente observo as formas energéticas dos símbolos se alterarem. Enquanto ensino o Reiki, e escrevo este livro, sinto-os canalizando o ensinamento através de mim. Todo contacto com o Reiki se transforma num ritual de grande beleza. Sempre digo que para mim o Reiki continua a ser novo e milagroso.

As gravações das sessões de canalização com Suzanne Wagner afirmam que todas as versões do Hon-Sha-Ze-Sho-Nen que temos no Ocidente são incorrectas. Quando se pergunta aos Mestres em Reiki que participam da sessão como se pode encontrar o símbolo correcto, eles dizem que isso não importa. O símbolo correcto está numa biblioteca no Tibet ou na Índia. Quando se pergunta o que fazer, eles respondem: "Escolha um — nós o corrigimos." Durante a iniciação, os símbolos se movimentam muito rapidamente para serem definidos com exactidão, mas algo ocorre com o que é tirado. Eles se transformam em algo ligeira mas definitivamente diferente. Eles não ficam estáticos nem se conservam em duas dimensões como aparecem no papel, mas se movem tridimensionalmente. Desenvolvem profundidade, cor, movimento, pulsação. Os guias do Reiki alteram os desenhos e "os corrigem" para que funcionem. Eles desejam tanto que o Reiki seja devolvido às pessoas deste planeta que fazem isso por nós.

Qualquer pessoa que queira transmitir o Reiki aos outros recebe toda a ajuda necessária. Já ensinei mulheres que não conseguiam manter a posição Hui Yin — uma não tinha mais o recto e os músculos dessa região, devido a uma cirurgia para extirpar um câncer, e a outra fora vítima de incesto quando criança, tendo os músculos da vagina e do recto sido gravemente afectados. Ambas fizeram o que puderam, e aprenderam a passar iniciações facilmente. A mulher vítima de incesto descreveu o aprendizado como a maior cura da sua vida. Uma outra usava um respirador artificial e não conseguia controlar a respiração da forma necessária durante as iniciações. Os guias do Reiki ensinaram-na a transmiti-las de uma forma especial. Certa mulher com problemas cardíacos, que também não conseguia manter-se nas posições físicas adequadas por tempo suficiente, desenvolveu uma capacidade própria para fazer iniciações. Faça o máximo. Quando se tem a intenção de ensinar o Reiki, recebe-se a ajuda.

Uma de minhas alunas do Reiki III é uma mulher confinada a uma cadeira de rodas, imóvel do pescoço para baixo. Ela usa o Reiki II, a cura a distância, sendo poderosa curadora psíquica. Sua Mestra em Reiki I e II recusou-se a lhe ensinar o Reiki III, dizendo que ela não iria usá-lo. A mulher veio até mim e eu a recebi sem objecção. Suspeitei que pudesse fazer iniciações tal como a cura a distância. Depois de ter recebido a iniciação do Terceiro Grau, sugeri que tentasse fazê-la. Imediatamente ela fez a iniciação para outra pessoa na classe, e a receptora sentiu a energia suficientemente forte, a ponto de ver os símbolos à medida que ela os enviava. Ela me telefonou, certa noite, chorando tanto que eu quase não compreendia o que ela dizia. Quando consegui acalmar-se, disse-me que conseguira fazer sua primeira iniciação em Reiki I.

Quando um Reiki III se familiariza com o processo iniciático, algo se altera com sua posição Hui Yin. Como a energia necessária para passar iniciações não ocorre no nível físico, toma-se possível manter a posição num nível não-físico. Com a

prática, o Mestre aprende a manter a posição Hui Yin no nível do Hara e no seu chakra da raiz. Comigo isso aconteceu por acaso. Eu já estava ensinando há aproximadamente um ano, e sentia que realizava iniciações extremamente eficazes, embora não mantivesse a posição Hui Yin como se exigia. Eu não teria sido capaz de realizar iniciações dessa forma. Isso continuou e, quando perguntei a meus guias, eles me explicaram o que estava acontecendo. Isso é algo que também pode acontecer intencionalmente, mas aprender a controlar as posições correias no corpo físico é essencial. Entretanto, quando tenho alunos com dificuldade, peço que tentem isso, o que em geral funciona.

Também já tentei realizar iniciações no plano astral, durante uma cura a distância. A pessoa com quem tentei isso estava fortemente ligada a mim neste plano, de tal forma que podia vê-la e tocá-la. Perguntei-lhe se queria, e a vi sentar-se à minha frente. Então, ministrei a iniciação como se estivesse fisicamente presente, embora ela estivesse a três mil milhas de distância. O resultado foi verdadeiramente fantástico. Observei nitidamente os símbolos entrarem pelo chakra da coroa e moverem-se pela aura, cuja cor se tomou violeta. A mulher ficou envolvida por uma energia dourada e metálica, que parecia irradiar-se longe o bastante para iluminar toda a sala. Ela permaneceu assim nas noites seguintes em que me liguei astralmente com ela. Quando houver a possibilidade de transmitir-lhe o Reiki de corpo presente, ela estará familiarizada com a energia.

O método de iniciação que se segue apresenta uma iniciação para cada um dos graus do Reiki. Também se trata da mesma iniciação para os três graus. Não sei quem desenvolveu esse método; ele tem sido transmitido oralmente. Também introduzi pequenas alterações. Esse não é o processo iniciático Tradicional. Ao escolher um método, tomou-se claro que eu precisava de um sistema que funcionasse rapidamente, pois estaria ensinando muitas pessoas ao mesmo tempo. As classes iniciais de Reiki são muito pequenas, com poucas pessoas recebendo iniciação de uma vez só. O processo iniciático é muito complicado. Cada uma das iniciações Tradicionais demora um fim-de-semana inteiro, e o Reiki III tem a duração de uma ou mais semanas. Minhas aulas condensam as informações em quatro ou cinco horas para cada grau. Ofereço apostilas, e espero que a maior parte do aprendizado seja feita em casa. Essas limitações exigem um processo iniciático rápido e eficiente.

A iniciação para o agente de cura dos níveis I, II e III é a mesma. Isso ocorre, em parte, devido à intenção e à capacidade que o receptor tem de conservar o KL. Ao fazer a iniciação para o Reiki I, provoca-se uma abertura na aura, pois a expansão áurica ainda não se iniciou. O aluno que está recebendo o Primeiro Grau não se abre totalmente durante a iniciação. À medida que seus corpos energéticos se expandem e se ajustam a uma maior quantidade de Ki, ele se torna capaz de lidar com mais energia e, portanto, começa a se abrir. A abertura completa para o Reiki I leva de três a quatro semanas. Descreveram-me esse processo como um ciclo que leva de três a quatro dias em cada chakra.

Quando se faz a iniciação no Reiki II, acontece o mesmo. O agente de cura do nível I atinge um grau de abertura da Linha do Hara, e é assim que o Segundo Grau se manifesta. Diz-se que o nível de energia no Reiki II é matematicamente elevado à segunda potência. Novamente, o aluno passa por um período de adaptação, à medida que aumenta sua capacidade de canalizar o Ki. No Reiki III, o nível de energia se expande novamente, a partir do ponto atingido no Reiki II. O processo é semelhante ao Reiki I e II, num nível energético mais expandido, pois o curador pode manipular uma maior quantidade de energia..

Esses períodos de adaptação são a causa da reação de desintoxicação que alguns agentes de cura sentem depois de receber as iniciações. Se há bloqueios energéticos nos chakras, na Linha do Hara, ou na capacidade para canalizar o Ki,

eles se dissolvem pela energia das iniciações. Essa dissolução causa reacções. Se os bloqueios são eliminados do corpo etérico, as reacções são físicas — diarreia, coriza, inapetência por alguns dias, ou dor de cabeça. Isso é mais frequente no Reiki I. Se os bloqueios se deslocam dos níveis emocional ou mental, a desintoxicação também ocorre nesses níveis. Essa é a desintoxicação que ocorre no Reiki II, e pode demorar vários meses, causando o desenvolvimento e as mudanças de vida.

Alterações no corpo espiritual ocorrem no Terceiro Grau. Na maior parte das vezes, não se manifestam como desintoxicação, mas na forma de um auto conhecimento cada vez maior, e uma impressão de comunhão e união com o Universo. Para a maioria dos alunos, a reacção mais frequente no Reiki III é a alegria pura. A purificação já ocorreu. Às vezes, o novo aluno de Reiki III necessita de mais horas de sono durante os dias subsequentes, à medida que seus níveis energéticos e corpos vibracionais se reajustam para se adaptar à expansão da energia.

Tradicionalmente, de acordo com a maioria dos instrutores de Reiki moderno, o Dai-Ko-Myo só é colocado nas mãos durante a iniciação em Reiki III. Nos três graus, ele é introduzido no chakra da coroa, mas no Reiki I e II ele não é colocado na palma das mãos. Quando faço a iniciação, sempre uso o Dai-Ko-Myo nas mãos, mesmo no Reiki I e II. Tradicionalmente, os outros símbolos do Reiki são colocados no chakra da coroa, mas no Reiki I e II eles só são colocados numa das mãos. Pergunta-se ao aluno: "Qual a mão utilizada para a cura?". Isso resulta num desequilíbrio energético, que pode ser um tanto incómodo. Sempre coloco os quatro símbolos em ambas as mãos, nos três graus. Eu não imaginava que outros instrutores fizessem de forma diferente, até que uma aluna me disse como foi bom para ela sentir os símbolos em ambas as mãos. Frequentemente, pessoas treinadas em Reiki I e II pelo método Tradicional recebem o Reiki III de mim.

Disseram-me que, quando Hawayo Takata fazia a iniciação, não usava o controle da respiração, a posição Hui Yin ou o Raku. As quatro iniciações do Reiki I não eram dadas em ordem específica, importando apenas que todas as quatro fossem dadas até o término da instrução. Ela usava o Cho-Ku-Rei, no sentido anti-horário, nos chakras da coroa, da garganta, da testa e do coração, em todos os graus, e os quatro símbolos sempre eram colocados no chakra da coroa. Os símbolos eram visualizados e "assoprados" no local. No Reiki I, nenhum dos símbolos era colocado na palma das mãos. No Reiki II, ela assoprava o Sei-He-Ki, o Hon-Sha-Ze-Sho-Nen e o Cho-Ku-Rei na palma aberta de uma das mãos, pedindo ao receptor que indicasse sua "mão de cura". No Reiki III, ela colocava o Dai-Ko-Myo sobre o chakra da coroa, e o Hon-Sha-Ze-Sho-Nen e o Cho-Ku-Rei ao longo da coluna vertebral. Só no Reiki III é que os quatro símbolos eram colocados na palma das mãos. Nos três graus, embora os símbolos não fossem colocados directamente sobre as palmas, eles eram visualizados sobre as mãos fechadas.

Ao tomar-se Mestre, comece a fazer iniciações para uma pessoa de cada vez. Leva certo tempo e exige experiência, às vezes vários meses, até que se consiga desenvolver o músculo e o controle de respiração exigidos; portanto, comece devagar. Não inicie os cursos enquanto não tiver aprendido correctamente a forma de fazer a iniciação. O primeiro grupo deve ser pequeno — no máximo, cinco pessoas; aumente o número delas à medida que se tomar mais forte. Para mim, depois de vários anos de experiência, creio que vinte é o número adequado. Já fiz a iniciação para 75 pessoas em um dia, e depois me arrependi. O desgaste é muito grande e eu só o senti posteriormente. Mesmo durante as iniciações, ocorre apenas uma grande elevação. A pessoa ignora o excesso de tempo despendido; portanto, dê ouvidos à sua intuição para saber se você está indo longe demais.

Gosto de fazer iniciações para pessoas que estejam à beira da morte,

gravemente doentes ou passando por grandes crises. Se a pessoa for capaz de usar o Reiki I para se curar, isso será ótimo, mas a iniciação, em si, já é uma grande cura. Não importa que essas pessoas não se tomem agentes de cura, embora algum dia talvez o sejam. O que importa é a cura e o grande benefício que uma iniciação proporciona no momento em que tanto se necessita. Tenho feito isso com bebês e animais. É fantástico sentir as mãos dos bebês se aquecerem. Fiz a iniciação em minha cadela Kali, que era brava e rebelde e que sofrera antes de vir para minha casa. Ela adorou o processo e começou a curar-se imediatamente. Seu comportamento começou a mudar para melhor.

Frequentemente, os alunos que já passaram por minhas instruções voltaram apenas para repetir as iniciações. Isso não é necessário, pois as iniciações se fixam para sempre; mas a sensação é tão maravilhosa que eu não os desencorajo. Também é perfeitamente correcto que um novo aluno de Reiki III pratique o modo de fazer as iniciações, e eu os estimulo a fazê-lo. Nada no Reiki, e certamente no processo iniciático, pode prejudicar alguém. Quando ensino o Terceiro Grau a um grupo, peço que se reúnam e pratiquem uns nos outros, em familiares ou em amigos. Não existe perigo de ocorrer uma sobrecarga energética quando se fazem diversas iniciações para a mesma pessoa — elas aceitam a energia no mesmo grau em que a Linha do Hara a tolera. É muito compensador verificar que alguém que recebeu a iniciação se abriu à energia, especialmente nas primeiras vezes em que isso ocorre. Uma de minhas alunas praticou tantas vezes o processo iniciático em seu gato que uma hora dessas acho que vou receber a notícia de que Spooky começou a voar! As iniciações oferecem cura a qualquer ser humano ou animal, e não há problema algum em repeti-las.

Ao começar a realizar iniciações em Reiki, inicie pelo Reiki I. Depois de ter dado várias instruções e sentir-se completamente à vontade com o processo iniciático do Primeiro Grau, passe ao Reiki II. Siga adiante só quando sentir que pode lidar bem com qualquer problema relacionado com o Primeiro Grau. O ensino do Reiki já é a sala de aula do Mestre em Reiki, contudo convém começar pelos ensinamentos básicos e depois passar aos estágios avançados. A melhor maneira de se preparar para as instruções do Reiki é fazer tanto o trabalho de cura directa como a distância o quanto mais possível, e praticar o processo iniciático. Conhecendo o Reiki profundamente, você se prepara para ensiná-lo aos outros. Há mais informações sobre como ensinar o Reiki no próximo capítulo.

A maioria dos alunos me pergunta: "Como você sabe que alguém se abriu à energia depois de ter recebido a iniciação?". No começo essa pergunta me amedrontava. Eu tinha muito pouco treino e quase nenhuma informação sobre o Reiki III. Eu não tinha a menor ideia sobre se as pessoas estavam se abrindo, duvidava muito de minha capacidade, e fui aprendendo à medida que prosseguia. Quando dei minha primeira aula, estava muito assustada, duvidando se realmente podia fazê-lo. Eu sabia que cometia enganos ao desenhar os símbolos e, quando isso ocorria, ouvia uma voz dizendo: "Continue, que nós corrigimos." Estava tão preocupada e assustada com o meu desempenho que nem observava os alunos. Olhe para o rosto deles depois da iniciação e saberá.

Uma maneira simples, de especial ajuda aos novos Mestres, é perguntar. Depois de fazer a iniciação a todos no grupo, pergunte o que viram ou o que sentiram. Se alguém não quiser falar, não insista. Depois de uma ou duas pessoas terem se manifestado, outras, em geral, fazem o mesmo. Diga a elas que fiquem alertas para sensações subtis, em vez de esperarem grandes acontecimentos; e, quando compreenderem que *algo* aconteceu, poderão querer participar da discussão. Ao descreverem o que se passou, você saberá que elas se abriram à energia. As pessoas descrevem uma grande variedade de sensações, particularmente no Reiki I. Em seguida, pergunte: "Há alguém que não tenha

sentido nada?".

De vez em quando, um entre 25 ou 30 alunos diz que não sentiu nada. Primeiramente, peça para sentir as mãos da pessoa — se elas estiverem quentes, ela definitivamente se abriu à energia, quer ela compreenda ou não. Pergunte o que ela sentiu ou viu durante a iniciação — alguns alunos esperam acontecimentos grandiosos, em vez de sensações subtis, de quietude. Em geral, quase todos os problemas são resolvidos dessa forma. Se as mãos continuarem frias e o aluno não sentiu nada durante a iniciação, pergunte se ele tem alguma dúvida em relação à energia ou à cura. Os alunos que tiveram educação fundamentalista, embora possam tê-la rejeitado, podem ter dificuldade ou medo de aceitar a cura psíquica.

Se for esse o caso, pergunte se ele quer se abrir à energia e assegure-lhe que a escolha é dele. Diga-lhe que, se ele quiser, poderá fazer a cura em alguém. Nós sempre fazemos isso depois de realizar as iniciações. Pergunte-lhe o que se passa então. Diga-lhe que, se optar por se abrir à energia, que medite e peça por ela e, se decidir não recebê-la, os símbolos permanecerão em sua aura por poucas semanas e se dissiparão. Se decidir mais tarde ter essa energia, só terá de meditar e pedir por ela.

Nunca tive um aluno que rejeitasse a energia completamente, embora alguns, a princípio, tenham sido ambivalentes. Mais tarde, resolveram participar das instruções. Todos, excepto um, se abriram ao final da instrução em Reiki I, e o aluno que rejeitou a energia optou por ela depois, dispondo-se na mesma noite. Para um Mestre em Reiki inexperiente, essa é provavelmente a situação mais difícil de entender e resolver. Eu aprendi o que fazer passando por dificuldades; tento oferecer soluções e respeitar o livre arbítrio, que é o mais importante. Se alguém recusa o Reiki, é direito seu fazê-lo. Isso só é relevante no Reiki I. Nunca vi acontecer no Segundo e Terceiro Graus.

Tive uma aluna do Primeiro Grau tão apavorada com a iniciação em si que pensei que ela não fosse recebê-la. Disse-lhe que a escolha era dela. Ela observou todas as pessoas do grupo, e então sentou-se para receber a iniciação. Perguntei-lhe: "Tem certeza?". E ela disse: "Sim", com lágrimas correndo pelo rosto. Realizei a iniciação e observei-a iluminar-se como uma vela, num sorriso maravilhoso. Ela recebeu o Reiki II no dia seguinte, dizendo que sentiu o Reiki como uma volta para casa. Disse que sabia que o Reiki mudaria sua vida. Hoje ela é Mestra e também ensina.

Antes de descrever o processo iniciático, é necessária a esta altura uma reflexão sobre as iniciações. A palavra "iniciação" também significa sintonização. E essa palavra, em sânscrito, significa "fortalecimento".³ O Reiki dá forças a quem quer que o receba e também ao Mestre que o difunde. Um instrutor de Reiki é chamado de "Mestre", mas o termo não tem a conotação de alguém que tem "poder sobre outrem", nem de hierarquia. O Mestre é simplesmente um instrutor. Se alguma honra acompanha o título, é a de ter o Reiki em si. Recebendo as instruções e iniciações de um Mestre, o aluno pode chegar até o Terceiro Grau do Reiki, mas é através do seu compromisso e empenho que um Reiki III se transforma num Mestre. Nenhum instrutor pode torná-lo um Mestre — o aluno só pode se tornar um Mestre depois de passar pelas iniciações e ensinar o Reiki I com sucesso.

Na Índia e no Tibet, um guru Vajrayana (Mestre/Instrutor de Budismo Tântrico), é honrado por fazer parte de uma linha de adeptos que se estende a Sidarta Gautama, o Buda, ou nele tem sua origem. Na Índia, um guru assume essa responsabilidade seriamente, sem egocentrismo e sem violar a confiança que existe entre aluno e instrutor. Actualmente, o Mestre em Reiki também se enquadra numa linhagem que passa por Hawayo Takata, por Jesus e por Buda

Sakyamuni, e tem origem em Shiva e nas estrelas.

Os alunos e Mestres em Reiki Tradicional também seguem uma linha de ensinamentos. O aluno identifica seu *status* dentro do Reiki pelo de seu instrutor e pelo instrutor do seu instrutor e por sua relação com Takata. O aluno foi treinado pelo Mestre A, que foi treinado pelo Mestre B, que foi treinado pelo Mestre C — até chegar na sra. Takata, que foi treinada por Chujiro Hayashi, que foi treinado por Mikao Usui. Essa é a linhagem do estudante. Estudantes e Mestres em Reiki não-Traducional dão menos ênfase à linhagem que os praticantes Tradicionais. O que realmente importa no Reiki não-Traducional é que o aluno ou Mestre receba o treinamento; não importa de quem. Um Mestre de qualquer linhagem tem como principal responsabilidade a prática do Reiki e sua disseminação através do ensino, e isso é o que importa.

No Budismo Tântrico existem muitos níveis de iniciação. O termo em sânscrito é "abhiseka"; em tibetano é "wong". Na Índia, diz-se que a pessoa recebe "Shaktipat". O processo iniciático é um sacramento, e eu suspeito que as iniciações em Reiki ou budistas tenham dado origem aos sacramentos do Cristianismo e, talvez, a todos os ritos de passagem. Ao receber a *abhiseka* — uma iniciação ou fortalecimento — poderes sagrados entram no corpo e aí permanecem. No Budismo Tântrico Vajrayana, uma iniciação sempre precede o início de um nível de ensinamento. Os quatro níveis do fortalecimento budista reflectem exactamente os três graus do Reiki.

As três primeiras iniciações budistas acabam com os bloqueios kármicos, a quarta cura a consciência. As quatro iniciações oferecem as seguintes expansões do Ki: 1) Abertura de bloqueios energéticos; 2) Aumento de poder; 3) Acesso a novas instruções; 4) Permissão ao aluno de praticar certos processos ou rituais.⁴ Esses quatro benefícios também são trazidos com as iniciações Reiki, cada grau elevando a um nível mais complexo. As quatro iniciações são as seguintes:

1. O Fortalecimento do Vaso limpa os canais psíquicos e o corpo físico de obstruções kármicas. Permite ao aluno visualizar certas divindades (Deuses). Outros benefícios são mantidos em segredo.
2. O Fortalecimento místico abre o fluxo do Ki e o poder da palavra dá eficácia aos mantras. Novamente, existem outros benefícios secretos.
3. O Fortalecimento do Conhecimento Divino purifica o corpo mental e permite a prática da Hatha loga, além de outras coisas.
4. O Fortalecimento Absoluto leva ao reconhecimento da verdadeira essência espiritual e à experiência directa do que, até então, era um conhecimento apenas simbólico. Esse fortalecimento permite o estudo da Atiioga e "tem resultados místicos profundos".⁵

Comparo o primeiro fortalecimento budista à iniciação em Reiki I: ele abre os canais do Hara e purifica a pessoa no nível do corpo físico. Os Fortalecimentos Místico e Divino correspondem ao Reiki II; os símbolos correspondem ao poder da palavra, como os bijas são as formas simbólicas escritas dos sons. Os corpos mental e emocional são purificados, e os exercícios de Hatha loga correspondem aos exercícios de Ki. O Fortalecimento Absoluto corresponde ao Terceiro Grau do Reiki. Ele vai directo à essência espiritual, ao corpo espiritual e promove a compreensão de todo o processo. "Resultados místicos profundos" são uma boa descrição do que ocorre depois de receber o Reiki III. O aluno que se transforma num Mestre em Reiki passa por profundas transformações em sua vida.

Assim como tudo no Reiki, o processo para fazer as iniciações é extremamente simples. Envolve uma série de movimentos do corpo físico que, quando feitos em certa sequência, têm efeitos espirituais duradouros de transformação. O Mestre/Instrutor não precisa se preocupar com o que ocorre durante o processo.

Só precisa executar a sequência correcta. Coisas muito complexas ocorrem durante a iniciação em Reiki, mas o Mestre nem precisa saber o que são. Ele apenas realiza a iniciação. Os guias e a energia Reiki tomam conta de tudo o que se segue.

Para realizar qualquer iniciação, o Mestre deve ser capaz de manter a posição Hui Yin, com a língua tocando o céu da boca durante todo o processo. Deve segurar a respiração, enquanto não assopra e, ao fazê-lo, a língua fica no céu da boca — ele assopra em tomo dela. Depois de assoprar, deve respirar profundamente de novo. Ao assoprar, transmite-se o Ki, e a primeira definição do Ki é "sopro vital". Ao fazer várias iniciações de uma só vez, é permitido respirar normalmente e deixar de lado o Hui Yin entre um estudante e outro. Entretanto, pode ser mais fácil manter o Hui Yin preso até que todas as iniciações sejam realizadas. Lembre-se de liberá-lo ao terminar, e integre-se. Ligue-se de novo à Terra e faça a Órbita Microcós mica, para que o Ki circule novamente e restabeleça o fluxo de energia normal do corpo.

Para receber a iniciação, o aluno senta-se numa cadeira, com as costas rectas e os pés no chão. Pode tirar o sapato se quiser. A energia de alguns Mestres em Reiki é tão forte que eles chegam a quebrar relógios durante as iniciações. Se você for um desses Mestres, peça ao aluno que o tire, e tire o seu também. Tenho o costume de deixar o receptor segurar cristais nas mãos abertas quando estão recebendo as iniciações. Um cristal energizado dessa forma raramente precisa ser limpo novamente. Se alguém faz isso, tenha cuidado para não derrubá-lo, e faça a iniciação sobre as pedras. Peça aos alunos que coloquem a palma das mãos, uma contra a outra, na altura do peito, e diga que manipulará suas mãos. Se o Mestre tiver de procurar pelas mãos do aluno durante a iniciação, toma-se muito difícil manter a posição Hui Yin e controlar a respiração simultaneamente.

As iniciações podem ser realizadas individualmente ou em grupo. Comece a fazer uma iniciação de cada vez e não trabalhe com filas enquanto não adquirir mais experiência e não estiver mais forte. Coloque de dois a cinco alunos sentados em

Como Realizar a Iniciação

Mantenha a posição Hui Yin e a língua tocando o céu da boca o tempo todo. Prenda a respiração, a menos que esteja assoprando; então, respire profundamente outra vez, e prenda a respiração novamente. O Mestre em Reiki faz a iniciação em pé; os alunos mantêm-se sentados em cadeiras com espaldar recto. Suas mãos permanecem unidas sobre o peito, em posição de oração.

I. Por trás

Abra o chakra da coroa. Isso pode ser feito através da visualização ou dos movimentos feitos com as mãos. Desenhe o Dai-Ko-Myo sobre o chakra da coroa. Pegue as mãos do aluno por cima dos ombros, segure-as e assopre no chakra da coroa. Respire fundo e segure a respiração. Desenhe os outros símbolos sobre o chakra da coroa: Cho-Ku-Rei, Sei-He-Ki, Hon-Sha-Ze-Sho-Nen. Pegue as mãos do aluno por cima dos ombros, segure-as e assopre no chakra da coroa. Respire fundo outra vez e segure a respiração.

2. Passe para a frente

Abra as mãos do aluno, como um livro.
Desenhe o Cho-Ku-Rei sobre ambas as palmas.
Bata três vezes.
Desenhe o Sei-He-Ki sobre a palma das mãos.
Bata três vezes.

Desenhe o Hon-Sha-Ze-Sho-Nen sobre ambas as palmas.
Bata três vezes.
Desenhe o Dai-Ko-Myo sobre a palma das mãos.

Bata três vezes.

Traga novamente as mãos do iniciado, que estão em posição de oração, para perto de você, e segure-as com uma das suas. Assopre do chakra da raiz ao do coração. Respire fundo e segure a respiração.

3. Volte para trás

Feche a aura, com os símbolos no interior. (Não feche o chakra da coroa.)
Desenhe o Raku ao longo da coluna vertebral, da cabeça aos pés. Solte o Hui Yin e a respiração. cadeiras formando uma fileira. Para mim, cinco são o ideal. Quatro não bastam, e esse número pode interromper o fluxo de energia. Com seis, pode-se provocar uma hiper ventilação; com sete o trabalho é impossível. Veja o que é mais conveniente para você. Lembre-se de que estará cansado no final — o estado energético alterado termina depois de uma hora, aproximadamente. Com experiência, usando esse método que se assemelha a uma linha de montagem, você pode fazer muitas iniciações rapidamente, com menos pessoas esperando para se sentar nas cadeiras depois de cada grupo.

Eu deixo que os meus alunos me vejam fazer a iniciação, contanto que permaneçam em silêncio. Isso nunca é permitido no Reiki Tradicional. Coloque música suave durante a iniciação, se quiser, mas a sala deve estar em total silêncio. Esse é um momento em que não deve haver nenhuma interrupção. A sala onde ocorre o processo iniciático fica energizada por um bom tempo depois dele. A temperatura da sala aumentará consideravelmente durante a iniciação. Num ambiente com ar condicionado, a temperatura inicial de 23 graus centígrados passa para 33, no final. Funcionários de uma loja localizada na frente do prédio onde eram feitas iniciações afirmavam que sabiam quando eu fazia a iniciação, pois a sala da frente também se aquecia. Isso ocorre também com o Mestre. Use roupas confortáveis ou uma jaqueta que você possa tirar. Vá ao banheiro antes de começar; é impossível manter a posição Hui Yin estando com vontade de urinar.

Durante as iniciações, os alunos do Reiki I que estão à espera precisam fazer algo. Depois da iniciação de cada grupo, é extremamente importante que cada aluno faça a imposição das mãos sobre outra pessoa por vários minutos. Trabalhar os ombros e as costas da pessoa é uma boa sugestão. Isso traz a energia Reiki através da Linha do Hara da pessoa que recebe a energia. Também previne dores de cabeça e a sensação de atordoamento que ocorre posteriormente. Sempre sei quem deixou de tocar alguém depois da iniciação por causa das reclamações que fazem mais tarde — e já lhes digo de antemão, que eu não me compadeço daqueles que se recusam a me ouvir. Depois de terem feito isso, diga-lhes que ministrem a cura a si mesmos.

O processo iniciático está descrito na tabela apresentada anteriormente. Comece por trás da pessoa. Concentre-se e evoque os guias do Reiki. Respire fundo algumas vezes e estabeleça a posição Hui Yin com a língua tocando o céu da boca. Respire fundo e prenda a respiração. A abertura do chakra da coroa é basicamente um processo de visualização. Faça um movimento com as duas mãos, acima e sobre a cabeça do receptor, abrindo e expandindo o chakra da coroa. Você sentirá a expansão da aura e poderá até mesmo vê-la. Os símbolos são desenhados com toda a mão, a palma voltada para o chakra da coroa. Isso é feito muito rapidamente para que se consiga visualizar uma cor. Mas é apropriado visualizar os símbolos na cor violeta, no chakra da coroa. Comece com o Dai-Ko-

Myo.

Para tomar as mãos do aluno, incline-se para a frente. Elas estão unidas na altura do peito, em posição de oração. Insista para que as mãos se mantenham nessa posição; ter de buscá-las torna difícil manter a posição Hui Yin e a respiração. Assopre, permanecendo com a língua tocando o céu da boca, e respire profundamente mais uma vez. Desenhe os outros três símbolos: Cho-Ku-Rei, Sei-He-Ki e Hon-Sha-Ze-Sho-Nen. Visualize-os, penetrando no chakra da coroa. Assopre e respire profundamente.

Coloque-se diante do aluno que está sentado. Traga para a frente as mãos fechadas do aluno e abra-as como se ele segurasse um livro um pouco acima do colo. Sobre as mãos paralelas, trace o Cho-Ku-Rei e bata levemente com a palma das mãos na palma das mãos do aluno, por três vezes. Nesse momento, visualize os símbolos entrando pelas mãos. Trace o Sei-He-Ki e bata levemente com a palma das mãos nas palmas do aluno, por três vezes. Então, faça o mesmo com o Hon-Sha-Ze-Sho-Nen — desenhe o símbolo e faça-o fluir para o interior. Por último, faça o Dai-Ko-Myo, batendo levemente com suas mãos na palma das mãos do aluno, após tê-lo desenhado.

Incline-se para pegar as mãos do aluno, feche-as novamente com uma de suas mãos. Incline-se para a frente e assopre do chakra da raiz ao do coração. Os homens, em geral, ficam agitados com esse movimento e podem pular na cadeira. Alguns alunos pulam na primeira vez que se bate nas mãos — faça-o delicadamente. Depois de assoprar, respire fundo e novamente prenda a respiração.

Passa para as costas do aluno. Existem dúvidas sobre se é preciso continuar a prender a respiração, mas a posição Hui Yin ainda é necessária. Em geral, mantenho ambas (respiração e Hui Yin), bem como a língua tocando o céu da boca. Faça o movimento de fechamento da aura, visualizando os símbolos dentro dela. Isso pode ser feito através da visualização ou do gesto de trazer as mãos juntas acima da cabeça. Jamais feche o chakra da coroa. A essa altura ele estará amplamente aberto; a aura fechada o protegerá. Desenhe o Raku ao longo da coluna vertebral, da cabeça até o chão. Você sentirá um deslocamento de sua própria energia e da do aluno também, ao usar o Raku. Solte a respiração e a posição Hui Yin.

A iniciação está terminada. Leva cerca de três minutos. Aprenda a desenhar os símbolos rapidamente, de tal forma que o Hui Yin e a respiração não tenham de ficar presos por muito tempo. Com prática e experiência você conseguirá. E se conseguir visualizar claramente os símbolos, "imprima-os" em vez de desenhá-los. Envie-os na cor violeta ao terceiro olho. Ao fazer a iniciação para pessoas dispostas em fila, desloque-se primeiramente por trás e, depois, mova-se para a frente; então, desloque-se para trás, finalizando a iniciação. É muito mais rápido fazer isso com um grupo grande de pessoas do que fazer iniciações uma a uma. Entretanto, quando faço a iniciação em Reiki III, prefiro fazê-lo individualmente — a iniciação significa muito para que se faça em grupo.

Insista para que as pessoas presentes na sala se mantenham em total silêncio. O processo iniciático exige total concentração e o Mestre precisa de silêncio. A iniciação Reiki também é um grande acontecimento para a pessoa que recebe a energia, e ela merece passar pela iniciação sem que esta se interrompa. Raramente tive problemas com pessoas que não cooperaram. Os alunos podem sair da sala se estão impacientes. Só no Reiki I é necessário que as pessoas ponham as mãos em alguém, por alguns minutos, depois de receber a iniciação.

Durante um período que precede o processo iniciático, o Mestre sente sua aura "iluminar-se". Isso sempre acontece comigo antes de eu passar as instruções, e também ocorreu uma vez em que eu não pretendia realizar iniciações. Eu estava

na casa de uma amiga, e alguém me perguntou sobre o Reiki. Eu não esperava, mas acabei fazendo uma iniciação. Minha amiga disse que, pelo menos uns vinte minutos antes da iniciação, minha aura começou a "iluminar-se". Foi algo de momento, eu não planejei para que isso acontecesse. Entretanto, os guias do Reiki sabiam que eu iria fazer iniciações e prepararam minha aura para tanto. Se, durante a instrução, isso se tornar incómodo — a energia pode exigir demais e às vezes você não está pronto para começar —, peça aos guias do Reiki que o acalmem. Diga-lhes: "Ainda não estou pronto, por favor, esperem." Às vezes, eles ficam ansiosos e impacientes, pois esperaram muito tempo para trazer o Reiki de volta ao mundo.

Se durante a iniciação você cometer um engano, consulte os guias. Os meus não dizem para eu recomeçar. "Nós resolvemos", eles dizem. Dê o melhor de si durante o processo. Aprenda bem e pratique-o, mas, se esquecer de algo, ou cometer um erro, isso não será uma catástrofe. Se esquecer completamente de um símbolo, pode precisar voltar a desenhá-lo, ou talvez nem precise. Pergunte aos guias. Com a intenção positiva de ensinar o Reiki e algum conhecimento do processo, toda ajuda lhe é oferecida.

Entre um aluno e outro, ou uma fila de alunos, respire fundo. A respiração entrecortada não é agradável. Ao final das iniciações, peça aos guias para fixá-la à Terra. Use um cristal: obsidiana ou hematita; use a Órbita Microcósmica, ou abrace uma árvore. Toque o dedo mínimo com o polegar em ambas as mãos — embora isso altere o fluxo de energia repentinamente. Algumas essências florais são muito úteis. Jantar depois das aulas também ajuda, e será ótimo receber uma cura em grupo de seus alunos recém iniciados. Pode levar algumas horas para se acalmar, e espere pois o cansaço virá.

Existe uma forma de realizar iniciações sem a posição Hui Yin. Use o processo acima e uma grade de cristais. Para fazer isso, você precisa de oito cristais geradores de quartzo, com pelo menos quinze centímetros de comprimento. Eles devem estar bem limpos (purificados) antes de serem usados. Esta informação me foi passada e a Laurel Steinhice durante suas sessões de canalização. Só se pode fazer uma iniciação de cada vez ao usar esse método. O aluno, com as costas rectas, senta-se numa cadeira. Dois cristais são colocados directamente atrás dessa cadeira. Ambos estão voltados para os pés do aluno. Todos os cristais apontam na direcção da pessoa que recebe a energia. Ao redor da cadeira e do Mestre faz-se uma grade, ou círculo, com pelo menos cinco cristais grandes, todos voltados na direcção do aluno. Pode haver muitos outros cristais na grade, mas use um número ímpar.

O Mestre começa a iniciação por trás da cadeira, com os pés descalços sobre os dois cristais. Quando se move para a frente, um terceiro cristal mais próximo fica entre seus pés. Continue com o processo iniciático. Eu acho que é necessário ter à mão cristais muito poderosos para se obter o mesmo efeito do método anterior. Os cristais usados numa grade Reiki desenvolvem e mantêm uma poderosa carga. Durante as sessões de cura, a grade também pode ser colocada sob a mesa de massagem.

Ao usar cristais numa grade Reiki, use apenas o quartzo claro, de alta qualidade, e tenha certeza de que as pedras estejam bem limpas e purificadas.

Uma outra forma de manter a posição Hui Yin, que foi desenvolvida pela minha aluna Anastasie Marie, é colocar um pequeno ovo de cristal dentro da vagina e outro sob a língua. Isso não só mantém a posição Hui Yin, mas também intensifica o efeito; as iniciações feitas dessa maneira são muito eficazes. Anatomicamente, esse método só funciona com mulheres.

A iniciação em Reiki pode tomar-se um belo ritual, ou pode ser simples e rápida, como a que faço, pois ensino a numerosos grupos em muitos lugares e, em

geral, com um tempo determinado em cada classe. No Reiki Tradicional, as iniciações são realizadas individualmente. A pessoa que recebe a energia é levada para uma sala, separada das outras, onde a iniciação é realizada com estilo e de forma agradável. Mas não importa o estilo; a iniciação, em si, é um acontecimento sagrado.

Fazer da iniciação um ritual — como sei que era no Budismo Tântrico — cria uma atmosfera sagrada de grande beleza, que apela a todos os sentidos. Comece com a porta fechada, sem que haja interrupções, numa sala suavemente iluminada. Tire o telefone do gancho. Acenda velas e coloque-as fora do alcance das pessoas, para que elas se movam à vontade. Queime incenso, mas certifique-se de que ninguém é alérgico a ele. Rosa, âmbar ou erva-doce são especialmente agradáveis. Coloque música de fundo bem calma, apropriada aos estados alterados de consciência, como, por exemplo: Enya, Kitaro ou Kay Gardner. Às vezes, uso uma gravação de harpa com Gail Baudino. Se o Mestre Instrutor e o aluno são Wicca, construa um altar com velas, flores, incenso, objectos indicando as quatro direcções e imagens de Deuses. Ou construa um altar para meditação, sem conotação religiosa. Lembre-se de que o Reiki é sagrado, mas não é uma religião.

Comece o processo iniciático com uma meditação. Primeiramente, faça uma sequência completa de relaxamento corporal e, então, dirija a meditação aos chakras dos alunos, para que recebam a energia Reiki. Faça com que eles voltem a uma vida passada em que a energia Reiki já foi usada, ligue-os aos seus guias espirituais, ou simplesmente dirija a energia do Ki aos seus chakras, visualizando as cores em sequência. Leve o grupo a um planeta onde todas as pessoas tenham o Reiki, e observe a vida diária desse lugar; então, conduza-os ao futuro da Terra, onde todas as pessoas são agentes de cura, observando como a Terra é curada. As possibilidades de visualização ao se fazer uma meditação desse tipo são ilimitadas. Entretanto, concentre-se na abertura, na receptividade e, talvez, no merecimento dessa energia.

Quando os alunos tiverem entrado profundamente nos estados alterados de consciência, comece a fazer as iniciações. O Mestre pode colocar uma gota de essência de amêndoas, de rosas, de lavanda ou de menta sob a língua. Use essências puras, mas certifique-se de que é seguro colocá-las na boca. Arde um pouco, mas seu aroma é transportado para dentro da aura do aluno, com a respiração. Lembre-se de manter a língua tocando o céu da boca. Realize as iniciações. Termine o ritual com outra meditação e uma bênção final. Os budistas Vajrayanas, que desenvolveram o Reiki, usam rituais, simbolismo e misticismo em suas práticas. Estas podem ser traduzidas para qualquer sistema de crenças.

Isso descreve o método de iniciação em Reiki não-Tradicional. Tenho tentado ensinar esse processo de forma tão clara e simples quanto possível, procurando responder às perguntas mais frequentes que um novo Reiki III pode ter. Provavelmente, a única maneira de se aprender a realizar uma iniciação é praticá-la. A experiência vem com a prática. Uma vez que um Reiki III aprende a fazer iniciações, ele está pronto para ensinar. O ato de ensinar transforma-o num Mestre. O capítulo seguinte descreve como ensinar cada um dos graus do Reiki.

1. Ajit Mookerjee, *Kundalini: The Arousal of the Inner Energy*, p. 71.

2. *Ibid.*

3. John Blofeld, *The Tantric Mysticism of Tibet*, p. 139.

4. *Ibid.*, p. 144.

5. *Ibid.*, pp. 143-144.

O Ensino do Reiki

O aluno que recebeu o Reiki I, II e III — como nos cursos intensivos que dou nos fins-de-semana — pode sentir-se sobrecarregado. Antes de começar a

ensinar (ou antes que você entre em pânico), é necessário que você explique a ele a iniciação e fale sobre a energia. Se o aluno recebeu o Reiki I na sexta-feira e o Reiki III no domingo, ele não estará pronto para ensinar. Ele precisará primeiro aprender e praticar o Reiki em si mesmo, antes de transmiti-lo a outras pessoas. Acredito que levará várias semanas, ou mesmo meses, depois do curso, até que o aluno esteja apto a fazer a iniciação de outras pessoas. Alguém que tenha esperado um certo tempo entre um grau e outro poderá requerer menos tempo de preparo para começar a ensinar. Isso varia de pessoa para pessoa; cada um conhece suas limitações e necessidades. Não existe uma regra nem um tempo determinado e rígido para isso.

Se você recebeu os três graus num curso intensivo, a primeira providência é aprender o Reiki I. Pratique diariamente a auto cura pela imposição das mãos e faça tantas sessões directamente com outras pessoas quanto for possível. Recomendo aos meus alunos que ministrem a auto cura diária pelo menos no primeiro mês depois de receberem o Reiki I, e três sessões completas com outras pessoas por semana. Por ora, esqueça os Reiki II e III. Quando estiver completamente familiarizado com o Reiki I e tiver experiência com a cura directa, passe para o Reiki II. Novamente, o tempo varia de pessoa para pessoa. Então, passe para o Reiki II, mas só quando se sentir pronto.

Faça meditações noturnas e comece a cura a distância. Adicione os símbolos do Reiki nas sessões directas e a distância, mas antes memorize-os cuidadosamente. Quando eu os aprendi, preguei-os sobre a mesa de jantar e os estudava enquanto fazia as refeições. Primeiro, envie os símbolos mentalmente nas curas directa e a distância, então visualize-se desenhando-os. Todas as linhas devem ser bem feitas, na sequência correcta. Por último, desenhe-os no papel sem copiá-los. Gaste o tempo que for necessário até se sentir seguro com o Reiki II.

Em seguida, faça diariamente os exercícios do Ki por trinta minutos. Passe pelo menos algumas semanas fazendo experiências com a Órbita Microcómica e com o Primeiro Exercício do Ki. Essas são práticas fundamentais por si mesmas. Comece exercitando a posição Hui Yin, e vá aumentando o tempo à medida que consegue mantê-la. Pode demorar algumas semanas até que você consiga manter a posição o tempo necessário para realizar uma iniciação. Aprenda a perceber a sensação do Ki movendo-se pelo seu corpo e a mudança dessa sensação com exercícios diferentes.

Então, já familiarizado com os exercícios acima citados, é hora de acrescentar o Reiki III. Comece com os símbolos do Terceiro Grau; em primeiro lugar, escolha a versão do Dai-Ko-Myo que mais lhe agrade. Tentar usá-los na cura a distância é uma maneira de testá-los. Ignore, por ora, quaisquer símbolos que não sejam do Reiki, pois eles não são importantes. Deixe também para depois os símbolos pessoais. Acrescente o Dai-Ko-Myo à cura directa e à cura a distância, e procure sentir seu efeito. Quando estiver completamente familiarizado com a cura directa e com a cura a distância, com os cinco símbolos do Reiki e com os exercícios de Ki, é hora de começar a trabalhar com a energia do ensinamento do Reiki III.

Aprenda a usar o processo iniciático e pratique-o sempre que possível. Se você aprendeu o Reiki com um grupo de pessoas, é melhor que vocês o pratiquem juntos e que ministrem a cura uns nos outros. Compartilhar o Reiki é maravilhoso para a cura e pode ser executado facilmente ao praticar as iniciações. Quando o grupo fizer iniciações uns nos outros repetidas vezes, não espere pelas altas cargas energéticas que recebeu nas primeiras iniciações. Você provavelmente ainda sentirá o fluxo de energia, especialmente se trabalhar com os exercícios do Ki, que o tornarão sensível a isso. Você passará a ver os símbolos à medida que eles forem ensinados.

Quando você se sentir seguro com a prática do Reiki nos três níveis, então estará pronto para ensinar. Comece com uma pessoa, de preferência um membro da família, e lhe dê o Reiki I. Dê o Reiki I a outras pessoas individualmente, e talvez a um pequeno grupo com menos de cinco pessoas, antes de anunciar um curso. As informações sobre o que ensinar são discutidas neste capítulo. Quando sua capacidade de realizar iniciações aumentar o suficiente para usá-la em grupos maiores, e você se sentir completamente seguro com o Reiki I, tente o Reiki II. Novamente, comece com um pequeno grupo de amigos antes de anunciar um curso. Aprenda a lidar com a energia de cada grau antes de passar para o próximo nível.

Recomendo que dêem vários cursos de Reiki I antes de começar a ensinar o Reiki II, e que dêem cursos de Reiki II antes de começar a ensinar o Reiki III. Neste capítulo, descrevo o que ensinar em cada um dos três graus. O processo de ensino treina o Mestre/Instrutor. Este também aprende enquanto trabalha os métodos de cura de cada um desses graus. Comece a ensinar o Reiki III individualmente, em vez de em grupos, e dê aos seus alunos a oportunidade de assistir às suas aulas do Primeiro e Segundo Grau, se desejarem. É preciso que se tenha alguma experiência com o Reiki I e II para que se possa ensinar o Reiki III. Não há necessidade de se apressar. Espere até que se sinta seguro em cada grau.

Todo novo iniciado em Reiki III desenvolve seus próprios métodos de ensino. Isso é desencorajado no Reiki Tradicional, em que todos os graus são rigidamente definidos. Nos grupos de Reiki Tradicional, as capacidades psíquicas não são ensinadas, e é dada pouca ou nenhuma explicação de como ou por que o método Tradicional funciona. Os guias espirituais e os guias do Reiki não são mencionados, tampouco vidas passadas e a cura dos traumas nesta vida. Não há símbolos alternativos nem Ponto Estacionário. O processo iniciático Tradicional, embora muito mais complexo que o método ensinado neste livro, não envolve os exercícios do Ki nem o uso da posição Hui Yin.

Qualquer coisa que esteja fora do estrito esquema Tradicional é definida como "não pertencendo ao Reiki" e firmemente contestada. Quando recebi o Reiki I pela segunda vez, durante um curso, fiquei apavorada quando o Mestre/Instrutor Tradicional se recusou a falar sobre descargas emocionais ou catarses. "Isso não é Reiki", disse com raiva, em resposta à minha pergunta. E óbvio que é, e os curadores Reiki precisam saber disso, assim como o que fazer quando isso acontecer. O Mestre em Reiki não-Traducional tem muito mais escolhas e informações para aprender e para trabalhar com elas. Tento ser bem clara no ensinamento sobre o que é e o que não é Reiki Tradicional.

Meus alunos nem sempre ensinam como eu, e não há problema quanto a isso. Se fazem iniciações com sucesso, ensinando os símbolos, as posições das mãos na cura direta e na cura a distância, estão ensinando o Reiki. Às vezes, quando se afastam muito do sistema Reiki, eu os advirto. Quando alguém ensina Reiki fazendo com que os alunos desenhem seus próprios símbolos em vez de usar os símbolos do Reiki, e oferecendo o Terceiro Grau só a terapeutas e profissionais, não considero isso Reiki, mas, sim, algum método próprio, e não tenho o direito de intervir porque a pessoa tem livre arbítrio. A maioria dos meus Reiki III ensina o Reiki de uma forma que me deixa orgulhosa, mas poucos ensinam exatamente como eu.

A primeira coisa a aprender sobre o ensino do Reiki é como cuidar de suas próprias necessidades. Ser Mestre em Reiki implica enorme responsabilidade, e a pessoa só tem consciência disso quando obtém esse título. Provavelmente, você tem outros trabalhos no dia-a-dia, trabalha com cura, e talvez tenha de ensinar o Reiki fora do seu "ambiente". Festivais, conferências ou cursos nem sempre

estarão sob o seu controle. Primeiramente, saiba quantas iniciações você pode realizar num dia sem se sentir esgotado, e não faça iniciações com um número muito grande de alunos. Determine o que é melhor para você. Ultrapassar seus limites poderá acarretar sérias consequências.

Ensinei o Reiki em um festival feminino em Pocono, em 1994. Anunciei no festival que daria o Reiki I, e cinquenta mulheres se apresentaram para o curso. Embora dois alunos estivessem me ajudando, tratava-se de um número muito grande. Além disso, elas começaram a perguntar sobre o Reiki II e III. Não gosto de me recusar a ensinar a ninguém, principalmente aquelas mulheres do festival passado, que não tinham outra forma para obter a instrução mais avançada. A aula sobre o Reiki I foi no sábado, e no domingo combinei de me encontrar com as que queriam receber o Reiki II sob uma linda árvore, ao ar livre, depois do almoço.

Depois do Reiki II, passei o Terceiro Grau para vinte e poucas mulheres. Esses cursos não estavam nos planos do festival; além disso, eu havia planejado outro curso para aquela noite. Quando terminei, às 21 horas, estava muito doente. Eu realizara quase cem iniciações em 24 horas, tomara muito sol, estava exausta. A purificação kármica, que ocorre em cada iniciação, passa pela aura do Mestre em Reiki. Também há um limite para a quantidade de Ki que pode ser canalizada por uma pessoa em um dia. Eu causei o meu próprio mal, pois não respeitei meus limites. Fiquei doente e cansada nos três meses seguintes. Às vezes, ainda hoje preciso lembrar-me disso, e procuro alertar meus alunos para que cuidem de si mesmos.

Quando for ensinar, estabeleça um número de pessoas por classe. Esse limite deverá variar de pessoa para pessoa e dependerá do nível de experiência de cada um. Evite ensinar ou dar sessões individuais com muita frequência. É mais prudente ensinar apenas uma vez por semana. Quando ensino durante um fim-de-semana, espero um mês antes de fazê-lo novamente. O ideal seriam dois meses. Descanse bastante depois de um curso, durma mais se precisar. Descanse bastante e, depois de ter dado muitas aulas ou de ter estado em companhia de grupos grandes, durma mais horas, se necessário. Se estiver dando aulas à tarde, tire a manhã de folga, e durma até tarde ou fique relaxado até a aula. Coma bem antes e depois de ensinar, isso ajuda a manter-se firme. As sessões de cura requerem menos limites estritos, já que o Reiki energiza o curador e o receptor. Aprenda a conhecer também quais são os seus limites na cura.

Cada Mestre tem suas próprias necessidades. Descubra quais as condições de que você precisa para ensinar o Reiki, e siga-as como for possível. Cuidar de si mesmo o ajudará a ensinar com mais frequência e a sentir prazer nisso. O ensinamento sempre será interessante, não importa quantas vezes você repita as mesmas aulas. Ensinar o Reiki é um acontecimento e uma bênção para o resto da vida. Não há necessidade de acelerar o processo de aprendizagem, nem de se cansar com ele.

Use roupas leves. Você sentirá muito calor durante a iniciação e algum tempo depois; posteriormente, terá vontade de se agasalhar de novo. Jaquetas e roupas fáceis de tirar são úteis. Qualquer coisa que tolha o movimento das mãos e dos braços causará aborrecimento durante a iniciação. Pulseiras também incomodam. Tenho roupas que só uso em seminários — uma blusa de mangas justas, e rasguei-a várias vezes. Vista roupas fáceis de lavar, pois você vai transpirar. Depois de ter ensinado, quando a quantidade de Ki diminuir, você poderá sentir mais frio do que as pessoas que estão ao seu redor; leve um casaco para essas horas. Você provavelmente não terá disposição para ir a festas depois dos cursos.

Escolha também um lugar confortável para ensinar. Em geral, prefiro a sala de estar. Gosto de cursos informais. No Reiki I, quando todos estão deitados no chão durante a cura, um tapete macio é excelente. Se a sala de aula não tiver tapetes,

peça aos alunos para trazerem travesseiros e cobertores. Ponha essa informação na propaganda do curso. Não é muito cómodo ensinar em salas em que as cadeiras estão enfileiradas; mas, se não houver outro jeito, arrume as cadeiras em círculos. Durante a cura, retire as cadeiras, empilhando-as junto às paredes ou fora da sala, e realize a cura sobre os cobertores, no chão ou numa mesa firme.

Em conferências ou festivais, as condições podem não ser boas. Certa vez, dei aulas num restaurante; forrei as mesas com cobertores e as usamos como se fossem mesas de massagem. Quando for ensinar ao ar livre, procure um lugar à sombra. A grama verde é um lugar adorável para se realizar a cura. Leve filtro solar e garrafas de água para o grupo; em qualquer curso, mantenha um copo de água, Gatorade ou sucos de fruta sempre à mão — falar durante as aulas dá sede. Faça intervalos durante as aulas. Professores e alunos precisam de uma pausa.

Cinco cadeiras rectas (ou quantas você quiser usar em fila) são necessárias para realizar as iniciações. Um banco largo, como um banco de piquenique, pode ser usado. Você pode não ser capaz de manter a posição Hui Yin nem a energia se os alunos estiverem sentados no chão. Se não houver cadeiras na sala, peça aos alunos que as peguem de outras salas ou de locais onde são dados seminários. Ao concordar em fazer o seminário, especifique essa necessidade desde o início. Também deve haver um banheiro nas proximidades — é extremamente difícil manter a posição Hui Yin com vontade de urinar. Os alunos devem lavar as mãos antes de realizar a cura. Lembre-se de que as mãos serão colocadas sobre os seus olhos e os de outras pessoas.

Aceito crianças em meus cursos de Reiki I, contanto que tenham idade suficiente para não atrapalhar. Ao ensinar o Reiki a uma criança, a mãe, ou alguém próximo a ela, deverá receber o treinamento a fim de que entenda o que a criança faz e possa ajudá-la. Surpreendo-me a cada dia com a rapidez com que as crianças aprendem e como fazem isso cedo. Uma de minhas primeiras Reiki I foi Calhe, neta de minha amiga Carolyn. Calhe, sua mãe e Carolyn receberam o Reiki I juntas. Já que ela tinha seis anos e meio, eu não sabia o que esperar dela. No final da noite, entretanto, Calhe estava ensinando-me a realizar o Reiki I. Seus comentários, como: "meias e não luvas" para as posições das mãos no Reiki, e "primeiro sobe, depois desce, e então você pode mover as mãos", hoje fazem parte dos meus ensinamentos.

As crianças aprendem as posições das mãos no Reiki, mas demoram pouco tempo em cada uma delas. Cailie me disse que sabia exactamente quando movimentá-las, o que equivale a aproximadamente trinta segundos entre uma posição e outra, em vez dos cinco minutos usuais. A energia das crianças flui tão claramente que o Reiki se movimenta rapidamente através delas. Quando depois treinei Kayla, que veio para as Partilhas do Reiki quando tinha quatro anos, observei a mesma coisa. Kayla gostava de entrar na sala onde estava ocorrendo uma sessão de cura, pôr as mãos sobre alguém durante alguns momentos e depois ir embora. Ela passava em cada mesa, transmitindo sua energia de cura às pessoas nessas ocasiões. Kayla sempre foi exacta nas posições, e sabia a região do corpo da pessoa que precisava de tratamento sem que nada lhe tivessem dito a respeito. Nas sessões, ela era o centro das atenções.

Kayla tinha vindo para o curso com seu pai, que não conseguira encontrar uma babá para tomar conta dela. A garota tinha três anos e meio, era quieta e não atrapalhava. Quando chegou o momento da iniciação, ofereci-lhe também. Seu pai concordou e ela sentou em seu colo para recebê-la. Depois da iniciação, ela dormiu. Não pensei que fosse curar com essa idade. Alguns meses mais tarde, seu pai me telefonou: "Você não vai acreditar no que Kayla fez." Ele estava com dor de cabeça e foi deitar-se, pedindo que ela brincasse quieta. Ela então subiu na cama dele, pôs as mãos em sua testa e disse: "Eu curo você, papai." E curou.

Mais tarde, ela começou a participar das Partilhas do Reiki.

Minha aluna de Reiki II mais jovem tinha oito anos. Novamente, isso aconteceu sem que eu planejasse. Molly veio ao meu curso com a mãe, e saiu-se muito bem com o Reiki I. Quando sua mãe voltou para receber o Reiki II, no dia seguinte, ele, também veio. Disse-lhe que ela poderia vir, mas que trouxesse algo com que se ocupar caso se aborrecesse. Molly ficou até o fim e recebeu a iniciação em Reiki II. Quando comecei a ensinar os exercícios do Ki, ela saiu e voltou mais tarde com várias folhas de papel contendo os símbolos do Reiki que havia desenhado, perfeitamente corretos. "Você os copiou das apostilas", eu disse. "Não", disse Molly, "aprendi a desenhá-los agora." E tomou-se uma competente curadora a distância aos oito anos de idade, participando dos Encontros Reiki — principalmente para servir de babá a Kayla.

Uma jovem veio para receber Reiki I e II, e eu pensei que ela tivesse cerca de quinze anos. Veio com a mãe e queria receber também o Reiki III. A mãe não permitiu: "Quando você tiver idade suficiente, eu mesma lhe ensinarei." Addy tinha apenas onze anos. Ela será uma grande Mestra em Reiki, provavelmente ainda muito jovem; entretanto, o Terceiro Grau não é para crianças. É preciso capacidade para ensinar e muita responsabilidade. Sempre me agrada quando crianças vêm para os cursos de Reiki I e eu as encorajo. Alguns de meus alunos dão cursos de Reiki I exclusivamente para crianças. Se você for dar aulas para elas, organize turmas pequenas.

Fiz iniciações em Reiki I a todos os membros de uma família em crise, de forma que pudessem ajudar uns aos outros, e o mais jovem deles foi Bradley, um bebê de seis meses. Ele era muito pequeno para receber os símbolos nas mãos e também se mexia muito, portanto pus os símbolos na parte frontal de seu pequeno corpo. Eu não esperava que um bebê se tomasse curador, mas passei a iniciação como cura em si. Fiquei impressionada ao sentir que suas mãozinhas se aqueceram depois da iniciação. O bebê foi avaliado pelas pessoas, que constataram isso por si mesmas. Também chorou muito depois da iniciação, e isso pode ter sido alguma forma de purificação. Um mês depois, sua mãe disse que as mãos dele ainda estavam quentes.

A energia Reiki nunca faz mal, e a iniciação cura qualquer pessoa que a receba. Eu aceito praticamente qualquer pessoa para o Reiki I. Se alguém quer fazer o curso, mas não pode pagar, sempre ofereço bolsas de estudo. Só recusei numa ocasião, e foi para o Reiki II. Em geral, acredito que, se alguém quer o Reiki, é porque deve tê-lo. Recusei-me a dar o curso devido ao fato de a mulher ter perdido a aula de iniciação e pelo menos a metade do ensinamento, pois chegou muito atrasada. Em geral, eu deixaria que as outras pessoas lhe mostrassem as posições das mãos, e eu realizaria a iniciação, mas alguma coisa me impediu de fazê-lo.

Ela queria a iniciação em Reiki I para poder obter o Reiki II no dia seguinte. Eu lhe disse que deveria esperar por uma nova ocasião. Mais tarde, as outras alunas e eu realizamos a cura nessa mulher e, durante a cura, compreendemos por que ela não deveria receber o Reiki II, já que na cura descobrimos uma vida passada em que ela havia sacrificado pessoas em rituais. Essa vida tinha relação direta com os problemas que ela tentava resolver. Ela não tinha consciência desse passado, mas três curadores o viram fisicamente e falamos sobre isso mais tarde. Todos nós havíamos sido orientados para não falar sobre o assunto durante a sessão. A mulher estava tentando eliminar um karma muito pesado com um bloqueio de consciência. É provável que o Reiki II despertasse lembranças antes que ela estivesse pronta para conhecê-las, e talvez lidar com elas na ocasião exigisse um esforço demasiado. Talvez o Reiki II desbloqueasse essa memória antes que estivesse pronta para isso.

Nunca mais recusei ninguém para o Reiki II. Entretanto, se você conhecer um aluno que seja do tipo que "manipula" as pessoas, ou que possa fazer mau uso do seu potencial psíquico, ele não poderá receber o Reiki II, pois o uso indevido dessa maravilhosa energia pode acarretar a criação de karmas ruins; portanto, é melhor prevenir para que isso não ocorra. Os símbolos não podem ser usados indevidamente, e não farão mal a ninguém, independentemente da intenção com que são enviados. O Reiki foi criado para curar e não para causar o mal. No entanto, o karma adquirido por se fazer mau uso do Reiki é bastante grave, e talvez seja melhor não pôr alguém que possa tentar fazer isso no caminho kármico. Quando houver dúvida numa situação como essa, siga os seus instintos e estabeleça contacto com os seus guias ou com seus guias do Reiki. Seja cauteloso quanto a não deixar que o seu ego ou um julgamento precipitado interfira na sua decisão. Às vezes, você pode surpreender-se com o resultado da orientação, como aconteceu comigo.

Recusei apenas uma pessoa para o Reiki III em um curso dado fora da cidade. As participantes disseram que, se Beth (não era esse o seu nome) participasse do Reiki III, elas se recusariam a fazê-lo. Eu conhecia muito bem uma das mulheres para saber que algo sério se passava com Beth. Disseram-me que ela enganara pelo menos metade delas numa situação e que Beth dizia que ensinava o Reiki quando, na verdade, só tinha o Reiki I e II, que eu lhe ensinara naquele dia. Eu sabia que havia ressentimento entre Beth e uma das participantes que veio me procurar, mas não sabia o que fazer. Eu não sabia se havia conflitos de personalidade ou se, de fato, Beth era alguém que as pessoas deviam temer.

Eu não havia recebido nenhuma impressão psíquica sobre essa mulher, o que não era comum; pedi, portanto, a uma pessoa do grupo que a apontasse para mim, mas continuei sem receber impressões que me permitissem continuar. Eu me tranquei no banheiro com meu pêndulo para conversar com meus guias. Às vezes, quando viajo para dar cursos, esse é o único lugar onde tenho privacidade. Disseram-me para recusá-la, e como nunca tinha recusado ninguém antes, fiquei preocupada. Dirigi-me à mulher e disse a ela que eu não estava fazendo nenhum julgamento sobre ela, já que eu não a conhecia, mas que algumas mulheres do grupo não a queriam na classe, e eu tinha de respeitar a decisão delas. Beth começou a chorar. Senti-me péssima.

Uma amiga de longa data e minha aluna estava lá para passar o fim-de-semana, e perguntei-lhe que informações psíquicas recebera sobre a mulher. Não lhe contei por quê. Minha amiga, que não a conhecera antes, disse: "A aura dela apresenta coloração marrom e aspecto viscoso; há algo errado aí." Senti-me um pouco melhor com a minha decisão. Mais tarde, contei a duas mulheres que haviam organizado o curso sobre o que eu havia feito e ambas disseram que pensaram em me contar algo sobre Beth, pois também não queriam que ela participasse do Reiki III. Elas confirmaram tudo o que as outras pessoas disseram. Na manhã seguinte, em ritual com o grupo, recebi a confirmação necessária sobre Beth.

Numa outra ocasião, não gostei de uma mulher que veio para os cursos Reiki I e II. Era rude, irritante e muito negativa — um grande problema. Não aceitava nada sem argumentar. Desejei imensamente que ela não viesse para o Reiki III e, quando perguntei aos guias se deveria negar-lhe esse curso, não recebi resposta. No domingo, ela apareceu para as aulas de Reiki III. Perguntei aos meus guias novamente e eles me pediram para aceitá-la. Mais tarde, quis saber por que deveria ensinar o Terceiro Grau a essa pessoa. Certamente, ela não era o tipo para uma Mestre em Reiki. Os guias responderam que ela jamais iria usar a energia Reiki, muito menos ensinar, portanto não ia fazer mau uso dessa energia; entretanto, a energia Reiki iria curá-la.

Como regra geral, ensino qualquer pessoa que venha a mim querendo aprender, a menos que me dêem boas razões para não fazer isso. Ao ensinar um grupo, sinto que as pessoas presentes estão ali porque devem estar e o Reiki ou os guias se encarregarão de afastar as pessoas erradas. Se alguém não estiver pronto para ir além do Reiki I, ele mesmo saberá ou algo acontecerá para que não volte no dia seguinte. Se ele não deve estar presente ao Reiki III, poderá acontecer de o pneu de seu carro furar ou ocorrerá qualquer emergência que o impedirá de estar presente. A maioria das pessoas sabe quando estão preparadas para o Reiki e respeitam isso, e quando alguém não está pronto e insiste em obtê-lo, essa pessoa não usará a energia até que seja capaz.

Ao anunciar o Reiki III publicamente, não tenho controle sobre as pessoas que aparecem. Se sinto muito fortemente que alguém não deveria estar presente, eu digo, mas isso aconteceu só uma vez. Em último caso, deixo a palavra final aos guias Reiki; se há algo que eu deva saber, eles me contam. Tenho certeza de que vários alunos que não estavam prontos ficaram ali apenas para participar de um curso da Nova Era. Eles não ensinarão o Reiki, tampouco trabalharão com técnicas de cura, mas talvez possam obter a cura ou curar pessoas inconscientemente. Enfim, tive alunos nessa situação para o primeiro curso e, quando voltaram para o segundo, em outra ocasião em que estive na cidade, estavam prontos e eram evidentes as mudanças emocionais pelas quais passaram. Ninguém pode usar o Reiki para fazer o mal, e esse tipo de situação jamais prejudica o Reiki.

Uma questão relevante, no Reiki é a bolsa de estudos. Deve-se ou não ensinar alguém que não pode pagar? Quantas bolsas devem ser oferecidas por curso? As pessoas que não pagam apreciarão e usarão o Reiki? Não sei de nenhum Mestre em Reiki Tradicional que tenha aceito alguém, a menos que essa pessoa pague, e bem caro. O preceito Tradicional é que, se não pagarem, não usarão a energia, tampouco a respeitarão. Meu costume é o de oferecer bolsas de estudos em todos os cursos, embora algumas pessoas não façam uso da energia, pagando ou não.

Se você estiver ensinando seis pessoas e acrescentar uma sétima, terá apenas mais uma iniciação a realizar. Se alguém quer o Reiki a ponto de solicitar uma bolsa de estudos, em geral eu a dou. Essa pessoa pode juntar-se à classe na aula seguinte. Se alguém oferece uma troca, eu aceito. Quando viajo, não tenho ideia de quem pagou o curso ou não, e realmente não me importo. Durante os festivais, ensino sem cobrar mesmo o Reiki III. Formei vários Mestres dessa forma, e eles certamente fazem bom uso do Reiki. O retorno que peço aos bolsistas é que usem os ensinamentos e a cura para ajudar os outros. Se estiverem dispostos a isso, e a maioria deles está, então eles já me pagaram totalmente.

Às vezes, aparecem pessoas com capacidades excepcionais para a cura e precisam usar esses dons. O Reiki fornece a estrutura para essas pessoas e proporciona a base para qualquer outra capacidade de cura. Já treinei em Reiki vários curadores médiuns como uma forma de aprimoramento de suas habilidades e de como usá-las. Tenho três "filhas médiuns" formadas dessa maneira. Todas elas muito pobres. Duas eram estudantes universitárias quando as conheci. Não podiam pagar pelas aulas de Reiki e as ofereci sem cobrar. Elas precisavam do Reiki e hoje curam e ensinam. Eu era uma curadora desse tipo, embora não fosse jovem quando recebi a primeira iniciação. Também não paguei para receber os três graus, mas eu o aprecio de todas as formas possíveis.

Mesmo quando alguém não faz uso do que aprendeu, o Reiki oferece a cura e algo mais de que a pessoa necessite. As iniciações são curas que duram o resto da vida. Não me arrependo de haver treinado ninguém até hoje. Creio que existe uma razão para cada pessoa treinada até os dias de hoje. O dinheiro não vem ao caso. A cura precisa ser universal e não tem preço. O que o aluno faz depois com

o ensinamento é da sua responsabilidade e escolha. Se fizer bom uso, ganhará muito. Se não fizer uso da energia, ainda assim lhe terá feito bem. O Reiki muda a vida de qualquer pessoa que o receba. É raro uma pessoa não o usar nem apreciar.

Cursos de Reiki I Tradicional levam um fim-de-semana inteiro e envolvem quatro iniciações. Quando recebi o Reiki I, sexta-feira à noite, a aula foi sobre a história do Reiki e o Mestre realizou a primeira iniciação. No sábado, praticamos a auto cura e também a sequência de posições das mãos o dia todo, e recebemos duas outras iniciações. No domingo, praticamos a cura uns nos outros e recebemos a quarta iniciação. O processo foi lento, e as aulas foram realizadas numa sala com assoalho duro e sem cadeiras. Eu ensino o Reiki I em três, no máximo em cinco horas, usando o método de uma única iniciação.

O Reiki II Tradicional também é ensinado em um fim-de-semana, em que se aprende a desenhar os símbolos e se recebe uma iniciação. Exige-se que os alunos memorizem os símbolos em classe. Estes não podem ser levados para casa, e, no final do curso, os símbolos que foram desenhados são queimados num ritual. Ensino o Reiki II em aproximadamente três horas. Forneço apostilas com os símbolos para poderem levar para suas casas para que os alunos os aprendam bem. Para o Reiki não-Traducional basta uma iniciação para cada grau.

O Reiki III Tradicional requer uma semana de aula e um ano ou mais de aprendizado. Durante o aprendizado, o aluno só pode ensinar na presença do Mestre; quando isso ocorre, é o Mestre que recebe as taxas pagas pelos alunos. Ensino o Reiki III durante o período de cinco horas e peço aos alunos que trabalhem juntos para que aprendam o processo iniciático e o método de ensino. Quando moram na minha cidade, são sempre bem-vindos para assistir às minhas aulas; embora eu não os pague, também não cobro nada deles. Jamais precisei supervisionar o curso de alguém. Convido alunos Reiki III para me ajudarem a realizar iniciações durante os festivais e sou muito grata a eles. Ofereço ajuda por telefone aos meus alunos quando eles pedem, e também, desde que eu possa, dou qualquer outro tipo de ajuda de que necessitem.

Normalmente não forneço certificados, excepto para o Reiki III. Entretanto, se pedirem para os outros graus, eles recebem. As vezes, durante cursos de fins-de-semana, os responsáveis preparam certificados para todos os graus, e eu os assino. Não dou muito valor a credenciais — um papel assinado não faz um Mestre em Reiki e, sim, a capacidade de curar e de ensinar. Assim como no Reiki I e II, é a capacidade de curar que faz o agente de cura. Alguns instrutores Tradicionais aceitam meus certificados e outros não. À medida que mais alunos meus se tornam Mestres/Instrutores, há mais cursos sobre os três graus em um número maior de lugares. Continuo a oferecê-los na medida do possível durante as minhas viagens e durante os festivais. Peço aos meus instrutores de Reiki III para levar a sério o ensino, e muitos deles fazem isso.

Em círculos Tradicionais, o certificado e a linhagem tornaram-se símbolo de *status*. A cura não é o principal, o diploma, sim. Certa vez, fui a um Encontro de Reiki Tradicional. Muitas pessoas eram ricas, todas eram Reiki I e algumas Reiki II. O *status* das pessoas do Reiki II era claramente mais elevado e elas agiam de acordo com ele. Praticavam a cura umas nas outras como um evento social, mas, quando eu disse que trabalhava com problemas como a AIDS, todas se afastaram de mim e me deixaram sentada sozinha no sofá. Um certificado não faz um curador; curador é aquele que realmente faz curas.

Entretanto, neste mundo ávido de *status*, certificados fazem sentido para muitas pessoas; se alguém os quiser, eu os tenho para dar. Às vezes, eles ajudam a levar as pessoas para as sessões de cura com o Reiki, que de outra maneira não apreciariam nem compreenderiam o ensinamento. Para muitas pessoas, um

diploma significa autoridade, e é isso o que elas aprenderam a respeitar. Mestres em Reiki Tradicional pedem para os alunos apresentarem seus certificados de Reiki I antes de aceitá-los para um curso de Reiki II, mas o certificado não garante que a pessoa tenha aprendido o conteúdo do grau.

A maioria dos instrutores Tradicionais fornece certificados em seus cursos; eu não tenho nada contra isso. Uma sugestão para os que os fornecem é a de que produzam seus próprios certificados no computador em vez de comprá-los, pois custam muito caro. Dessa forma, podem-se tirar cópias em papel especial e pagar-se muito menos. Isso tudo pode ser feito em casas de xerox, se você não souber fazer no seu computador. Será mais compensador se você dá cursos frequentemente, embora possa parecer que sai mais caro.

A seguir dou uma lista específica sobre o que deve ser ensinado nos cursos de Reiki I, II e III. Cada grau requer uma iniciação, e o Mestre precisa de uma série de apostilas para distribuir aos alunos. (Casas de xerox facturam muito com a ajuda dos Mestres em Reiki...) Meus alunos têm permissão para fazer cópias de minhas apostilas a fim de distribuir em seus cursos, desde que identifiquem a fonte do material (ver apêndice). À medida que novos Mestres ganham experiência, em geral eles desenvolvem suas apostilas. O que se segue é apenas um resumo; este livro é um guia de ensino. A melhor forma de saber o que ensinar em cada grau é lembrar-se do que aprendeu quando passou pelo curso e do que foi melhor para você.

Reiki I

Gosto de começar andando pela sala, perguntando o nome das pessoas e que experiências anteriores tiveram com a cura. Isso deve ser rápido; você pode precisar interromper alguém que queira contar toda a sua biografia. Isso dá ao Mestre uma ideia do nível do grupo. Para alguém que nunca teve experiência com a cura nem outra forma energética de trabalho, o Reiki é uma boa maneira de começar. Para quem usa outros métodos — a massagem, por exemplo — o Reiki é um complemento ao seu trabalho. Em seguida, começo dizendo por que ensino o Reiki, em vez de usar outro método de cura. Digo ao grupo que, no final da tarde, serão curadores competentes e não precisarão mais de um instrutor para o Reiki I.

Em seguida, dê uma breve definição do que é o Reiki e o que este faz, contando a história desse sistema de cura. Em geral, isso leva vinte minutos. Descreva os três graus. Alguém vai querer saber o que é uma iniciação — defina da melhor maneira possível. Em geral, digo que é algo que precisa ser vivido e não pode ser definido adequadamente. Todas as pessoas que tiveram experiências com a cura Reiki têm histórias para contar. Conte a sua história e a classe pode ter algo a acrescentar. Se alguém no grupo já passou por uma cura com o Reiki ou tem o Reiki I, peça-lhe que conte como foi. Se ele já passou por alguma iniciação, peça-lhe que conte como o Reiki mudou sua vida. Fale sobre os princípios do Reiki. Você pode achar conveniente tê-los numa apostila.

Distribua desenhos mostrando as posições das mãos na cura direta e na cura de si mesmo. Mostre as posições e aconselhe os alunos a sentir a energia imediatamente para que comparem a temperatura delas depois da iniciação. Descreva o ciclo energético e diga quanto tempo as mãos permanecem em cada posição, uma vez que tenha recebido a iniciação em Reiki I. Este é um bom momento para um intervalo, durante o qual as cadeiras devem ser arrumadas para a iniciação, ou, depois do intervalo, descreva o que virá em seguida. Não permita que o grupo se afaste muito do programa preestabelecido. Os intervalos podem ser demorados se você não estabelecer um limite de tempo.

Depois do intervalo, faça as iniciações. Diga aos alunos que precisa de silêncio e que trabalhará com grupos de cinco pessoas (ou com quantas decidir). Mostre-lhes como manter as mãos na posição de oração e diga-lhes que, à medida que um grupo se levanta, as cinco pessoas do próximo grupo devem se sentar rapidamente. Realizar iniciações para um grupo de 25 pessoas leva pelo menos 45 minutos, mesmo que você trabalhe rapidamente. Mantenha-se em movimento, fazendo iniciações continuamente. Ao final de cada grupo, diga-lhes que terminou e que podem se levantar.

Quando cada grupo acabar e todos se levantarem das cadeiras, diga-lhes que ponham as mãos em alguém do grupo, mantendo-as nessa posição por vários minutos. Assim, saberão quando a energia se movimentou por elas, quando começa a fluir pelas mãos e quando as palmas das mãos começam a esquentar. As pessoas podem tocar os ombros ou as costas de alguém, ou onde quer que a pessoa que recebe a energia queira. Depois disso, devem começar a cura de si mesmos. Isso as manterá ocupadas enquanto você realiza a iniciação com as outras pessoas.

Depois de todos terem recebido a iniciação, pergunte se alguém quer falar sobre a experiência. Não se demore muito nisso, apenas consiga algumas respostas. Pergunte se alguma pessoa do grupo deixou de ter algum tipo de sensação. Se alguém se manifestar, pegue em suas mãos e, se estiverem quentes, não é necessário fazer mais nada. Entretanto, se precisar de mais ajuda, espere até que as outras comecem a praticar a cura para conversar em particular. Às vezes, alguém reage liberando energias negativas e desagradáveis, ou mesmo sentindo-se desequilibrado ou fora de si, ou ainda desconfortavelmente quente. Ponha essas pessoas para curar outras imediatamente. Essa é a melhor maneira de equilibrar a energia delas; Também uso essências florais para ajudá-las. Os florais de Bach tradicionais — Rescue, Clematis, Perelandra's Grus, Aachen Rose ou Oregold Rose — são ótimos para isso. Essas sensações passam em poucos minutos, em particular quando os alunos começam a trazer a energia através das mãos.

Em seguida, distribua as folhas, mostrando as posições das mãos para a cura direta em outras pessoas. Prepare uma mesa de massagem, se houver alguma disponível, ou trabalhe no chão, à frente do grupo, a fim de demonstrar as posições das mãos. Há sempre alguém que quer servir de modelo — mais tarde dê a essa pessoa a chance de observar uma demonstração com outra pessoa. Não faça uma cura completa, pois é demorada; só demonstre a sequência das posições rapidamente. Enquanto estiver fazendo isso, fale sobre o tempo em que as mãos permanecem em cada posição, sobre o ciclo energético, a liberação das emoções, etc. Fale sobre a ética do Reiki: a cura só deve ser feita com a permissão da pessoa.

Depois de ter demonstrado as posições na região antero posterior do corpo, e de todos as terem compreendido sem mais perguntas, demonstre uma cura em grupo. Sempre procuro deixar isso para mais tarde. Faça a demonstração depois de as pessoas terem formado pares. Esse é o melhor momento. Usando um novo modelo, leve várias pessoas para a frente do grupo a fim de demonstrá-lo. Fale sobre as Partilhas do Reiki. Se alguém se interessar em planejar uma Partilha, encoraje-o. Se o curso for na sua cidade natal, você pode tomar a iniciativa, organizando a primeira.

Faça com que as pessoas formem pares a fim de praticar a cura umas nas outras. Cada aluno deve dar e receber uma sessão de cura, mesmo que haja pouco tempo ou muitos alunos na turma. Sessões individuais são importantes e devem ser efectuadas sempre que possível. Diga à classe que, se alguém continuar a ter sensações desagradáveis, praticar a cura é a solução. Esclareça

que as sensações não fazem mal;

fale sobre os sintomas e as desintoxicações. A cura em duplas toma quase a metade do tempo dedicado ao curso, e é muito importante. Ela traz a energia da iniciação através do toque e toma o sistema de cura uma realidade. É essa sessão depois da iniciação que os toma agentes de cura Reiki I.

Disponha-se a responder às perguntas, mas desse momento em diante não há muito mais coisas para ensinar. Se todos já formaram duplas, junte-se a eles para dar e receber a cura. Isso ajuda o Mestre a liberar a energia da iniciação, fazendo com que se sintam muito bem. Muitos curadores não têm quem lhes ministre a cura e eles precisam dela tanto quanto qualquer outra pessoa. Se houver tempo, faça no final do curso algumas curas em grupo. De agora em diante, sua ajuda não será necessária, seus alunos podem agir por conta própria. Reserve cerca de cinco horas para o Reiki I e mais um intervalo para o almoço. Em geral, prefiro o período da tarde, ou da noite, pois os intervalos para refeições exigem muito tempo.

Nas apostilas de Reiki I constam as posições das mãos para a auto cura e para a cura direta. Às vezes, podem ter os princípios do Reiki e informações sobre a fonte emocional das doenças. A ética do Reiki I envolve a cura com permissão da pessoa que recebe a energia de cura. Essa é a estrutura do curso do Reiki I; acrescente outras informações que considerar necessárias.

Reiki II

Gasta-se menos tempo para ensinar o Reiki II, mas são necessárias mais apostilas e mais trabalho por parte dos alunos. Novamente, prefiro um arranjo informal numa sala de aula razoável. Arrume as cadeiras em círculo ou, se for confortável, sentem-se no chão. Algumas cadeiras devem estar disponíveis para os que não podem sentar no chão. Ande pela sala e pergunte se alguém tem dúvidas sobre o Reiki I. Quando dou aulas contínuas durante fins-de-semana intensivos, as dúvidas estabelecem um bom vínculo no trabalho, esclarecendo qualquer tema não ventilado no dia anterior.

Mesmo que os alunos tenham recebido o Primeiro Grau há algum tempo, podem ter perguntas a fazer.

Em seguida, descreva o que é diferente no Reiki II — a cura a distância, os símbolos, etc. Pergunte se alguém na sala já realizou a cura a distância alguma vez. Em geral me surpreendo, pois quase a metade das pessoas já fez isso. Ande ao redor da sala novamente e peça às pessoas que já ministraram a cura a distância que descrevam como fizeram isso. Uma grande variedade de métodos é descrita. Pessoas que pensam que nunca fizeram esse tipo de cura antes podem se surpreender ao descobrir que fazem isso com frequência. Então, ensine seu método para curar a distância, explicando o processo passo a passo.

Ensine os quatro passos da cura a distância. São eles: 1) imaginar a pessoa pequenina, encolhida entre as palmas das mãos; 2) imaginar-se na presença da pessoa, realizando uma cura direta; 3) usar a perna (a coxa ou o joelho) como centro de atenção; e 4) utilizar um objecto para substituir a pessoa que recebe a energia de cura (um ursinho, etc.). Diga-lhes que os símbolos são acrescentados a qualquer método de cura a distância, explicando o modo como são visualizados e enviados.

Discuta a ética do Reiki II, que envolve a obtenção da permissão da pessoa para a cura, se ela não a permitiu no plano físico. Isso é importante. Dou ênfase à ética no Reiki II, pois envolve o uso consciente da energia altamente expandida. Ao falar sobre materializações e o uso do Reiki para além da cura, enfatizo a ética

novamente. Não é ético manipular uma pessoa dessa forma sem a sua permissão. Ao materializar algo, faça-o só com a permissão da pessoa. Levar a fartura à vida de alguém é ético — muitas pessoas não sabem disso — mas tirar a fartura da vida dos outros para que você a tenha não é ético de modo algum.

Em seguida, explique os símbolos, usando as apostilas que mostram os três símbolos e como desenhá-los. As apostilas também podem ter informações sobre o uso dos símbolos. Desenhe os símbolos no ar na sequência correcta, passo a passo, e peça aos alunos que pratiquem também. Nesse momento, faça uma pausa a fim de responder às perguntas que se seguem com frequência. Fale sobre os muitos usos dos símbolos, usos que vão além do da cura — bênção e iluminação ou purificação do alimento, encaminhamento de espíritos (e entidades) presos em residências, protecção, trabalho com vidas passadas. Esteja aberto para discussões. O assunto do Reiki I envolve o tacto — deve-se sentir em vez de discutir — enquanto o Reiki II é intelectual. No Segundo Grau, as palavras são criadas pela mente a partir do vazio.

Nesse momento, faça um intervalo e então comece as iniciações. Não há dificuldade na abertura à energia, como pode ocorrer com o Reiki I, e não é necessário pôr as mãos sobre alguém depois da iniciação, como ocorre no Reiki I. Em geral, a única sensação imediata é a de se ficar aéreo, mais do que no Primeiro Grau. Alerta os alunos quanto a essa possível reacção, bem como para a mudança de vida e os seis meses aproximados para a cura emocional que se seguem ao Reiki II. Ao sair do curso, as pessoas devem dirigir com cuidado.

Certa vez, ensinei o Reiki I e II ao mesmo tempo e, antes de as pessoas partirem, alertei-as sobre as possíveis reacções e sensações. Todas disseram que estavam bem. Meia hora depois, uma pessoa do grupo me telefonou perguntando se podia voltar para o lugar onde acontecera o seminário e passar a noite connosco. Eu estava na casa da pessoa que organizara o curso. Concordamos que ela voltasse e todos saímos para jantar e passamos a noite conversando. A certa altura, perguntei-lhe por que havia voltado. Ela ficou vermelha e pareceu zangada. Disse-lhe que, se não quisesse, ela não precisava explicar. Então ela disse: "Você estava certa sobre a possibilidade de ficarmos aéreos; eu não conseguia voltar para casa."

Termine o Reiki II dando informações sobre os exercícios do Ki e explicando por que são importantes. Diga às pessoas do grupo que, se elas não pretendem fazer o Reiki III, podem enviar os símbolos, imprimindo-os mentalmente durante a cura, não precisando memorizar passo a passo o modo de desenhá-los. Elas também podem ignorar os exercícios do Ki se não forem seguir adiante. Concluir o processo seria tão benéfico que elas deveriam considerar seriamente essa opção. Encorajo os meus alunos de Reiki n a fazer o trabalho — memorizar os símbolos e praticar os exercícios do Ki. Também os estímulo, se forem curadores sérios e se propuserem a ensinar Reiki, a continuar com o Reiki III. Com os métodos simples não-Tradicionais e preços baixos, o Reiki III está disponível a qualquer pessoa que queira se beneficiar ao utilizá-lo.

Nas apostilas do Reiki II há os três símbolos e as informações sobre como desenhá-los, como usá-los e uma explicação sobre os exercícios do Ki. A ética do Reiki II envolve a não-manipulação e a obtenção da permissão para se curar a distância.

Reiki III

O programa do Reiki III parece simples, mas o curso demora mais do que o Reiki I e II — pelo menos cinco horas com um grupo interessado. Envolve a introdução de dois símbolos, o processo iniciático, o material sobre Budismo (ver o

capítulo seguinte) e informações sobre como ensinar cada um dos três graus. O ensinamento do Terceiro Grau é o mais interessante dos três. Os alunos são curadores avançados e são a fina flor; além disso, são em número menor. Durante o Reiki I e II, você começou a conhecê-los. Os alunos que não estiverem prontos para o Reiki III não são capazes de se comprometer e não estarão mais presentes.

Nesse momento, você já conhecerá os alunos pelo nome, caso contrário peça que se apresentem novamente. Pergunte se há questões que não foram respondidas ou se faltou fazer algo no Reiki II. Se algum dos alunos não recebeu o Reiki II pelo método Tradicional, deve-se começar pelos exercícios do Ki e uma dissertação da posição Hui Yin. Tenha apostilas para distribuir aos que precisam delas. Diga aos alunos que quaisquer versões dos símbolos do Reiki II que estejam usando são válidas e que continuem a usá-las, mesmo que sejam diferentes entre si; discuta sobre as diferenças entre os símbolos.

Apresente os símbolos do Reiki III, dedicando algum tempo ao Dai-Ko-Myo e ao Raku, falando sobre o uso desses símbolos na cura e fora dela. Dê apostilas com as versões Tradicional e moderna do Dai-Ko-Myo, explicando aos alunos que eles devem escolher uma delas, de acordo com sua preferência. A discussão sobre os símbolos que não são Reiki é opcional. Aborde a informação contida no capítulo seguinte. Trata-se de material avançado sobre a origem dos símbolos e do sistema Reiki de uma perspectiva fascinante. Procuro apresentar os símbolos do modo mais simples possível enquanto os alunos estão aprendendo.

O processo iniciático vem em seguida. Explique-o e demonstre. Ponha uma única cadeira no centro da sala. Realize a iniciação do Terceiro Grau para cada aluno, enquanto os outros assistem acompanhando pela apostila; a menos que o grupo seja muito grande, eu prefiro fazer as iniciações em Reiki III individualmente. Todos têm uma reação muito forte a essa energia verdadeiramente poderosa. Elas tremem ao sentar-se, como aconteceu comigo, ou começam a chorar; outros saem do corpo por alguns minutos ou começam a canalizar a energia. A energia da iniciação ao Terceiro Grau é só alegria. Você pode querer dar algumas explicações entre as iniciações ou guardá-las para o início ou para o fim.

Quando as iniciações tiverem sido realizadas e as demonstrações e perguntas tiverem terminado, indague se alguém do grupo quer tentar fazer uma iniciação imediatamente, olhando os símbolos na apostila. Alguns alunos corajosos podem até querer fazer isso, mas, em geral, estarão alterados demais. Não os force a fazer algo; eles podem praticar mais tarde. Certa vez, uma aluna, apesar de ter feito tudo corretamente durante o curso, estava convencida de que nunca seria capaz de realizar uma iniciação ou de ensinar. Disse-lhe que eu lhe provaria o contrário e solicitei que *ela* realizasse uma iniciação ali, naquele momento. Segurei as folhas com os símbolos para que ela fosse olhando e lhe disse o que fazer, passo a passo. Ela ficou maravilhada com a energia que sentiu e sua autoconfiança aumentou muito.

Para a maioria dos alunos, leva alguns meses, depois do curso de Reiki, até que se sintam prontos para realizar iniciações. Para grande parte das pessoas são necessárias algumas semanas de exercícios do Ki mais a posição Hui Yin. Leva tempo para memorizar os símbolos e aprender o processo. Alunos que se iniciaram no Reiki I e continuaram até o Reiki III num fim-de-semana precisam de muito mais tempo para aprender os três graus. Depois do curso, a maioria dos alunos está sobrecarregada de informações e energia, e é necessário algum tempo para integrá-las e assimilá-las. Eles podem precisar dormir por vários dias, enquanto a Linha do Hara se expande para comportar a energia. Entretanto, há exceções a essa regra.

Uma aluna que recebera o Reiki I e II Tradicional levou-me à sua cidade para um fim-de-semana intensivo. Ela obteria o Reiki III no domingo, mas eu enviei-lhe

antecipadamente o material sobre ele; entusiasmada, ela recebeu o Reiki III na sexta-feira à tarde. A noite, quando ensinei o Reiki I, disse-lhe que estava pronta para começar a me ajudar. Ela pôs as folhas com os símbolos numa cadeira ao lado e realizou duas iniciações correctamente. Então, começou a chorar, falando que não podia continuar. Um mês depois, ela deu seu primeiro curso de Reiki I, e tenho certeza de que se saiu bem. Ela esperara durante dez anos pelo Reiki III e não estava disposta a esperar mais.

Depois das iniciações, comente sobre o que ensinar nos três graus. Este capítulo ocupa-se disso. A maioria das dúvidas surge durante a iniciação. Em geral, prolongo o período do curso para além do que estava previsto e todos saímos com fome e prontos para jantar. Pode ser útil elaborar uma relação com os tópicos a serem abordados em cada grau. Entre os assuntos importantes, estão: saber como os alunos se abriram à energia da iniciação e como reagiram a ela; o que fazer se não sentiram nada e como ajudá-los se tiverem reacções muito fortes. Ao ensinar o Reiki I, insista para que as pessoas ponham as mãos em alguém depois de receber as iniciações. Os alunos sempre devem saber que podem ser recusados para um curso avançado.

Esperamos que cheguem ao fim estes tempos em que cura e treinamento de curadores custam fortunas. A cura precisa tornar-se acessível a todos os que a desejam e o treinamento em cura precisa estar disponível às pessoas talentosas. Não há nada de errado em se cobrar por sessões de cura ou por ensinamentos; um curador tem o direito de ganhar a vida. O Reiki traz fartura para os praticantes e instrutores. Quando são dadas bolsas de estudos e os preços são razoáveis, a fartura virá. Hoje em dia, nos Estados Unidos, temos um sistema médico que deixa pessoas pobres ou sem seguro passarem frio; isso é errado num sistema de cura nascido da filosofia budista de compaixão por todos os seres vivos. O que você envia volta multiplicado muitas vezes.

Frequentemente, os Mestres em Reiki III discutem o problema do dinheiro. Querem saber quanto cobrar, quando oferecer bolsas de estudos, se é ético ganhar a vida com o Reiki, se o ensinamento será valorizado sem o pagamento, etc. No parágrafo acima, dei minha opinião, mas há o livre arbítrio. A discussão em classe há de ser proveitosa já que este é um tópico importante. Como todos os Mestres em Reiki estão juntos na sala, o debate é importante. O acordo entre os estudantes pode ter implicações fundamentais para os anos que estão por vir. Deixe a discussão transcorrer ao perceber que ela é pertinente, mas não se esqueça de que cada aluno deve optar livremente e chegar por si mesmo a um acordo sobre o problema.

Vários Mestres em Reiki formados pelos métodos moderno e Tradicional participaram de meus cursos. Um casal queria ensinar o Reiki num centro destinado ao tratamento de AIDS, mas achava que seu método de iniciação era impossível com grandes grupos. Assistiram ao meu curso durante três dias e receberam a iniciação pelo meu método. Gostaram do método moderno pela simplicidade e passaram a usá-lo antes mesmo de mudar completamente para o método não-Traducional. Frequentemente, tenho Mestres treinados Tradicionalmente em meus cursos. Eles vêm com o objectivo de inspeccionar, fazer reclamações para mim ou de mim. Saem com ideias diferentes. Uma mulher disse que tinha esperado encontrar "uma bruxa ensinando Reiki" e, em vez disso, encontrou uma "Mestra Reiki, que também é uma bruxa". Nós duas consideramos isso um elogio. Os métodos não-Tradicionais sempre são testados e considerados verdadeiros e muito eficazes.

Gosto de falar um pouco sobre a possibilidade de a pessoa se tomar presunçosa quando se torna Mestre e lembro aos alunos que sejam humildes. O Reiki é uma energia inteligente e uma qualidade sagrada que vai além dos

desígnios humanos. Como instrutores, nossa responsabilidade é para com o Reiki e para com as pessoas que ensinamos. É necessário encorajarmos os grupos para que continuem ensinando e treinando mais instrutores, mais Reiki III. Alguns Mestres Reiki novos podem se sentir tentados a conservar para si mesmos os segredos e milagres dessa arte. Lembre-se do mundo em que vivemos e de como é necessário curá-lo. Quanto mais instrutores Reiki III houver, mais rápido o Reiki se tomará universal na Terra novamente, para benefício de todos.

Nas apostilas do Reiki III estão os exercícios do Ki para aqueles que nunca os viram; os símbolos do Terceiro Grau e o modo de desenhá-los e as instruções sobre como realizar iniciações. Outras apostilas, opcionais, devem incluir um resumo das informações budistas contidas no capítulo seguinte e outro sobre o que ensinar em cada grau. A ética do Reiki III envolve o cobrar preços razoáveis e o oferecer bolsas. Também considero parte da ética do Terceiro Grau o compromisso de ensinar e de divulgar o Reiki.

Esse é um breve esboço de uma aula para o Mestre em Reiki III. Não consigo explicar como é maravilhoso ensiná-lo. Treinei várias centenas de Reiki III e grande parte deles também ensina hoje, dando cursos a preços razoáveis nos Estados Unidos, no Canadá, na Alemanha e no México. Há a necessidade de muito mais Mestres e curadores em todos os lugares, e incentivo os meus Reiki III a ensinar. Posso aumentar o potencial, fazendo-lhes iniciações e dando-lhes informações sobre os ensinamentos, mas eles devem tomar-se Mestres por seu próprio esforço.

O material acima esboça o que fazer em cada um dos três graus em Reiki. Cada instrutor desenvolve seus próprios métodos — os apresentados aqui dão apenas uma orientação geral como ponto de partida. O último capítulo deste livro aborda o Reiki e o Budismo. Eles são a chave de todo o sistema Reiki. Descobri-los foi a parte mais emocionante do quebra-cabeças. Trata-se de um último capítulo porque apresenta todo o sistema Reiki de uma ampla perspectiva.

