

# Flávio Roberto Wolff

# REIKI

quatro níveis em curso à distância,  
não tradicional,  
essencial



# **REIKI**

**quatro níveis em curso à distância, não tradicional, essencial**

*flávio roberto wolff  
recanto de serenidade,  
edição do autor*

*Santa Maria, RS, Brasil, dezembro de 2012.  
[e-mail: reiki.wolf.serenidade@gmail.com]*

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

---

Wolff, Flavio Roberto

Reiki : quatro níveis em curso à distância, não tradicional, essencial / Flavio Roberto Wolff. -- Santa Maria, RS : Ed. do Autor, 2012.

1. Energia vital 2. Imposição das mãos - Uso terapêutico 3. Medicina holística 4. Reiki (Sistema de cura) 5. Toque - Uso terapêutico  
I. Título.

12-14247

CDD-615.852

---

Índices para catálogo sistemático:

1. Reiki : Sistema universal de cura 615.852



*MICAO USUI e os símbolos do reiki*

# ÍNDICE

**Página de Rosto**

**Ficha catalográfica**

**ÍNDICE**

I Apresentações.

II Sumário

III Créditos

IV Licença

V Repositório

VI Em Construção

VII Método de trabalho

VIII Preço do professor

IX Os símbolos

X Princípio da descrença

XI Dedicatória

XII Prólogo

XIII Ética

XIV Contato com o professor



## **[1] Reiki I – Reiki de primeiro nível**

[1.1] Breve e descompromissada história do reiki

[1.1.1] Contando uma história

[1.1.2] Mikao Usui

[1.1.3] Subindo a montanha sagrada

[1.2] Os caminhos da Energia Cósmica

[1.2.1] O sistema energético humano

[1.2.2] Os vórtices de energia

[1.2.3] Centros menores e os chakras das mãos

[1.2.4] O caminho da energia, entre o universo e o cliente

[1.3.1] Bambu oco do reiki

[1.3.2] Os relatórios

[1.3.3] O tempo adequado de cada um

[1.4.1] A nossa linhagem do reiki

[1.4.2] Princípios do reiki

[1.4.3] O reiki é seguro

- [1.4.4] Dar reiki
- [1.4.5] Posição da mão
- [1.5] Auto reiki
- [1.6] As iniciações sagradas do reiki
  - [1.6.1] Preparação
  - [1.6.2] Roteiro do ritual iniciático
  - [1.6.3] Observações finais sobre a iniciação
- [1.7] Transmitindo reiki
- [1.8] Reiki rapidíssimo nas mãos



## **[2] Reiki II – reiki de segundo nível**

- [2.1] Contato com o professor
- [2.2] Anjos, anjo da guarda e anjo companheiro do reiki
- [2.3] Três símbolos
  - [2.3.1] Cho ku rei
  - [2.3.2] Definição budista tibetana dos cinco símbolos do reiki
  - [2.3.3] Relatório do aluno
  - [2.3.4] Sei he ki
  - [2.3.5] Hon sha ze sho nen
- [2.4] O relatório do aluno
- [2.5] As iniciações sagradas do reiki
  - [2.5.1] Tratamento imediato
- [2.6] Limpeza, cura emocional
  - [2.6.1] Considerações
  - [2.6.2] Nota magistral
- [2.7] Trabalhando com os símbolos
- [2.8] Cerimônia da humildade - lava pés
- [2.9] Reiki à distância
  - [2.9.1] Métodos de transmissão
    - [2.9.1.1] Técnica da redução
    - [2.9.1.2] Técnica da caixa
    - [2.9.1.3] Técnica do caderno
- [2.10] Relatório do aluno
- [2.11] A paz



### **[3] Reiki III - Reiki de terceiro nível**

- [3.1] Dai koo myo
- [3.2] Dai koo myo tibetano
- [3.3] Relatório do aluno
- [3.4] Iniciação
- [3.5] Cirurgia energética ou cirurgia kahuna



[KH] Ativando a “kundalini” e dominando o “hui yin” (jenn mo)

[K.1] DIANE STEIN escreve

[K.1.1] Primeiro exercício

[K.1.1.1] Para mulheres

[K.1.1.2] Para homens

[H.1.2] Segundo exercício – A posição Hui Yin

[H.1.2.1] Para mulheres

[H.1.2.2] Para homens

KH.2 Para homens, resumo extra, Kundalini e Huy Yin (Flávio Roberto Wolff)

K.2.1 Exercício Kundalini para homens

H.2.2.1 Primeiro exercício Huy Yin para homens

H.2.2.2 Segundo exercício Huy Yin para homens



- [4] Reiki IV - Reiki de quarto nível - o grau de professor - sensei
  - [4.1] O dinheiro
  - [4.2] O título de professor – sensei
  - [4.3] Convite à humildade
  - [4.4] A consciência tranquila
  - [4.5] Raku
  - [4.6] Ensinar reiki
  - [4.7] Iniciação
  - [4.8] Estou aqui para resolver as dúvidas do novo professor reiki
  - [4.9] A ajuda de Diane Stein
    - [4.9.1] Como Realizar a Iniciação
    - [4.9.2] O Ensino do Reiki
      - [4.9.2.1] Reiki I
      - [4.9.2.2] Reiki II
      - [4.9.2.3] Reiki III
    - [4.10] Palavras finais



# I APRESENTAÇÕES



## II SUMÁRIO

*Documento que tem por objetivo ensinar à distância o REIKI. Uma terapia complementar à medicina. Uma antiga arte de cura. Abrange todos os quatro níveis, I, II, III e IV.*

*É um curso inspirado no **reiki não tradicional**, da **Diane “Stein” (Reiki Essencial)**. É inspirado também no meu professor à distância, **Alain Kourchesne**, com seus quatro níveis. Além disso, traz elementos de Johnny De’Carli e William Lee Rand.*

*Aqui temos um guia seguro a respeito de uma antiga arte de cura, uma ancestral técnica energética holística que Mikao Usui redescobriu e chamou de REIKI.*

*Este documento nos proporciona um processo seguro de reencontrar dentro de nós todas as ferramentas necessárias para o feliz exercício desta técnica. O reiki é simples e poderoso.*

*Todavia não podemos esquecer. Sempre estamos a um passo do infinito. Quanto mais sabemos, mais sabemos que não sabemos. Há sempre o que caminhar e avançar em nossa vida espiritual. A menos que possamos nos comparar a Madre Tereza de Calcutá, ou a Mahatma Gandhi, por exemplo.*

*A ideia é ensinar à distância:*

*Significa que há um aluno em um horário/lugar e um professor em outro tempo/espço. A alma do professor se encontra com a alma do aluno e ocorrem as lições e as iniciações. O professor pode morar em Toronto / Canadá, e o aluno em Santa Maria / RS / Brasil.*

*O documento é escrito com o foco no ensino à distância. As iniciações são combinadas (através de troca de e-mails, por exemplo) e feitas à distância.*

*No entanto o documento também pode ser usado em aprendizado presencial.*

*O primeiro professor disponível é o próprio autor-mantenedor deste documento. Flávio Roberto Wolff e seu endereço é [reiki.wolf.serenidade@gmail.com](mailto:reiki.wolf.serenidade@gmail.com)*

*No primeiro nível aprendemos a imposição de mãos reiki. Conhecemos também técnicas de harmonização de centros de energia. E com as iniciações do primeiro nível todos os elementos da técnica se abrem para o aluno. Tornamo-nos terapeutas reiki.*

*No segundo nível a prática torna-se mais poderosa e praticamos envio de energia à distância com a técnica reiki. Além disso, começa nossa intimidade com três dos símbolos sagrados do reiki, o Cho Ku Rei, o Sei He Ki e o Hon Sha Ze Sho Nen.*

*No terceiro nível avançamos mais conhecendo os símbolos Dai Koo Myo e Dai Koo Myo Tibetano.*

*E aprendemos a fazer cirurgias energéticas - cirurgias kahuna.*

*No quarto nível tornamo-nos “senseis” (professores) completos de reiki para ensinar todos os níveis.*

*E o tempo vai passando e vamos aproveitando as lições do reiki, aprofundando e tornando-nos mais sensíveis e capazes de ajudar a quem necessita de ajuda.*

*Vamos pedir ainda a Hawayo Takata que nos dê uma ideia geral sobre o assunto deste documento:*

*“Creio que existe Um Ser Supremo – o Infinito Absoluto – a Força Dinâmica*

*que governa o mundo e o universo. Trata-se de um poder espiritual invisível que vibra, e todos os outros poderes se tornam insignificantes ao seu lado. Portanto, é o Absoluto!... Eu chamo de "Reiki"...*

***Sendo uma força universal do Grande Espírito Divino, pertence a todos os que buscam e querem aprender a arte da cura."***

Observação:

*Este documento propõe quatro partes - os quatro níveis -, no entanto, colocado entre o terceiro e o quarto níveis está uma preparação interna, uma movimentação do Ki, uma Kundalini Yoga e um domínio do Huy Yin. São a preparação essencial para o quarto nível.*

### **III CRÉDITOS**

*Este documento é mantido por Flávio Roberto Wolff.*

*As seguintes pessoas também contribuíram espiritualmente com este documento:*

- *Maria Dalla Rosa Ghiggi (Guaporé/RS)*
- *Rosângela Oselame Postal (Guaporé/RS)*
- *Giane Silveira (Fundação Solidariedade / Porto Alegre/RS)*

*“Reiki, quatro níveis e curso à distância” é baseado no trabalho original de:*

- *Mikao Usui – Japão (1865-1926)*
- *Chugiro Hayashi – Japão (1880-1940)*
- *Hawayo Kawamura Takata – Havaí/Estados Unidos(1900-1980)*
- *Alain Courchesne – Canadá*
- *Diane Stein – Estados Unidos*
- *Johnny De'Carli – Brasil*
- *Amy Zaffarano Rowland – Estados Unidos*



**CHO KU REI**

## IV LICENÇA

*Este documento está disponível sob uma estratégia de Licença Livre de Documentação GNU (GFDL), GNU Free Documentation License.*

*Este modelo de licença é explicado na Wikipédia e se encontra oficialmente em <http://www.gnu.org/copyleft/fdl.html>*

*Você está livre para modificar, ampliar e melhorar o documento “Reiki, quatro níveis em curso à distância, não tradicional, essencial, de Flávio Roberto Wolff” sob os termos da licença aqui definida. Todos os trabalhos derivados devem ser disponibilizados sob esta licença.*

*Este documento é distribuído na esperança de que será útil, mas sua garantia depende de compromisso pessoal que pode ser adquirido por contato com o autor ([reiki.wolf.serenidade@gmail.com](mailto:reiki.wolf.serenidade@gmail.com)).*

*Este documento não está 100% desenvolvido. Faltam pequenos detalhes que não afetam sua finalidade e funcionalidade.*

### **SIGNIFICA QUE**

*Isto significa que adotamos o modelo de documentação do software livre.*

*O documento está permanentemente disponível para download gratuito (baixar gratuitamente), bastando solicitar para [reiki.wolf.serenidade@gmail.com](mailto:reiki.wolf.serenidade@gmail.com)*

*Qualquer interessado está autorizado pelo autor-mantenedor a copiar, distribuir gratuitamente, modificar, ampliar e melhorar este documento*

### **DESDE QUE**

- *o faça sob o mesmo sistema de licença – incluído no corpo do documento derivado -*
- *comunique ao autor-mantenedor o endereço onde ficará disponível o documento derivado*
- *deixe o documento derivado disponível para cópia, distribuição gratuita, modificação, ampliação e melhoria.*

**O OBJETIVO DESTA LICENÇA**, utilizada em especial em documentos relacionados ao software livre, é construir uma alternativa luminosa à forma ainda atual de distribuição de bens intelectuais e até de bens materiais. Queremos começar a viver em “Um mundo melhor”. Libertar a comunidade do poder material concentrado nas mãos de poucos. Partilhar, cooperar, fazer o semelhante sorrir. Queremos participar da construção de uma realidade mais humana, pacífica e feliz.



**SEI HE KI**

## V REPOSITÓRIO

*Este documento pode ser adquirido grátis, através de download a partir de  
===== eBooksBrasil.org =====*

*Agradecemos a bondade destes empreendedores da eBooksBrasil.org*

*Há também outra maneira de adquirir este documento grátis, que é pedir seu  
download diretamente ao autor-mantenedor Flávio Roberto Wolff, pelo e-mail*

*===== [reiki.wolf.serenidade@gmail.com](mailto:reiki.wolf.serenidade@gmail.com) =====*

*Por favor, ao fazer o pedido, já escolha o seu formato. Pode ser .doc ou .pdf  
ou os dois de uma vez.*

## **VI EM CONSTRUÇÃO**

*Embora contenha tudo o que é necessário para o aprendizado do Reiki, (com o acompanhamento de um professor reiki) hoje este documento ainda requer pequenos ajustes e acréscimos.*

*Além de todos os direitos da GFDL (licença livre) convido mais uma vez a você que me envie sugestões ou modificações que lhe pareçam adequados. Sua ajuda é vital para o sucesso deste documento.*

*Agradecido.*

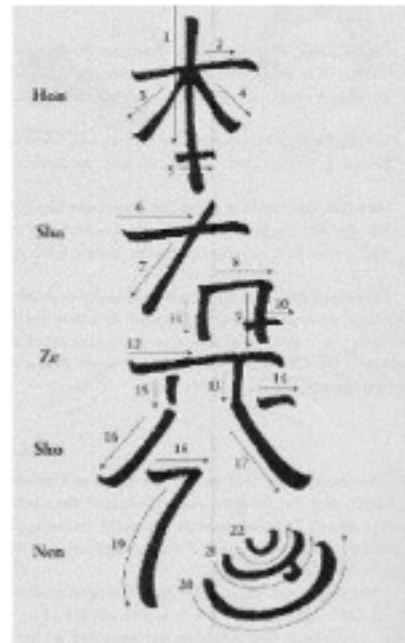
## VII MÉTODO DE TRABALHO DESTE CURSO À DISTÂNCIA

*Podemos utilizar este documento em um curso presencial. O que é ótimo. No entanto ele está escrito pensando em um curso à distância. Isso requer uma atitude positiva bem definida do aluno e do professor. É uma maneira emocionante e bela de confiar em nossa vida espiritual.*

*Procuraremos manter contato por e-mail*

- **Peça o documento a [reiki.wolf.serenidade@gmail.com](mailto:reiki.wolf.serenidade@gmail.com) que vamos disponibilizar o download.**
- O aluno, a aluna escreve alguma coisa sobre si mesmo. Declara que deseja fazer o curso e o que espera do mesmo.
- O professor (sensei) Flávio Roberto Wolff faz as suas observações aceitando o aluno, a aluna.
- O aluno, a aluna transmite seu número de celular ou manda diretamente uma mensagem torpedo para o celular do professor: 55.9663.1125
- O professor responde com outro torpedo para confirmar que o canal dos torpedos está OK.
- Assim estabelecemos três formas de contato: e-mail em primeiro lugar; torpedos em segundo e falar por telefone por último.
- O tempo que passa entre um e-mail e outro é oportunidade de ir avançando e efetuando a transformação psico-espiritual desejada.
- O professor estará ao seu lado em toda sua atitude de aprendizado.
- Pedirei pequenos relatórios à medida que as lições forem passando. Utilize linguagem simples e direta de preferência. Quero saber como vai meu aluno e seus progressos.
- Esta é a proposta de trabalho. No entanto podemos estudar as particularidades de cada aluno.

**HON SHA ZE SHO NEN**



## VIII PREÇO DO ACOMPANHAMENTO DO PROFESSOR

Vamos considerar determinados valores que servirão de base para nossos cálculos. Se necessário, revisamos. Os valores serão repassados ao autor-mantenedor-professor Flávio Wolff **antes da primeira iniciação de cada nível.**

### **PRIMEIRO NÍVEL**

- Acompanhamento do professor . . . . . R\$20,00
- Internet e telefone . . . . . R\$10,00
- confecção do diploma . . . . . R\$ 3,00
- envio do diploma . . . . . R\$ 4,00
- outros serviços . . . . . R\$.....
- TOTAL . . . . . R\$37,00

### **SEGUNDO NÍVEL**

- Acompanhamento do professor . . . . . R\$30,00
- Internet e telefone . . . . . R\$10,00
- confecção do diploma . . . . . R\$ 3,00
- envio do diploma . . . . . R\$ 4,00
- outros serviços . . . . . R\$.....
- TOTAL . . . . . R\$47,00

### **TERCEIRO NÍVEL**

- Acompanhamento do professor . . . . . R\$40,00
- Internet e telefone . . . . . R\$10,00
- confecção do diploma . . . . . R\$ 3,00
- envio do diploma . . . . . R\$ 4,00
- outros serviços . . . . . R\$.....
- TOTAL . . . . . R\$57,00

### **QUARTO NÍVEL**

- Acompanhamento do professor . . . . . R\$60,00
- Internet e telefone . . . . . R\$10,00
- confecção do diploma . . . . . R\$ 3,00
- envio do diploma . . . . . R\$ 4,00
- outros serviços . . . . . R\$.....
- TOTAL . . . . . R\$77,00

TOTAL DOS QUATRO NÍVEIS . . . . . R\$218,00

*Vamos respeitando os devidos intervalos (no mínimo 21 dias) para a acomodação da energia entre cada nível. Mas em um tempo bastante razoável, de forma tranquila teremos completado todo conteúdo deste documento, feitas todas as iniciações sob um custo bastante acessível (duzentos e dezoito reais).*



*DAI KO MYO*



*DAI KO MYO TIBETANO*

## IX OS SÍMBOLOS

*Cinco símbolos foram aqui mostrados. Eles terão seu próprio momento no decorrer deste documento. Agora servem apenas para despertar as mais antigas impressões curativas que cada um guarda dentro de si mesmo. O uso destes símbolos também está reservado para sua própria hora, ou seja, nos níveis onde serão abordados. Esta será sua utilização responsável.*



## **X PRINCÍPIO DA DESCRENÇA**

*O princípio da descrença é a proposição fundamental deste documento na qual o pesquisador ou pesquisadora, aluno ou aluna, não deve aceitar nenhuma ideia sem reflexão e sem submetê-la a uma análise crítica, desapalxonada e racional. Através do princípio da descrença a pessoa substitui a crença pelo conhecimento advindo da racionalidade e da experiência pessoal. O princípio da descrença representa um desafio prático para todos nós e pode ser postulado pela frase:*

*Não acredite em nada, nem mesmo no que eu lhe informar aqui.*

**EXPERIMENTE.**

*Tenha suas experiências pessoais.*



## XI DEDICATÓRIA

*Dedico este documento ao meu irmão Carlos Gilberto Wolff, que conhecemos como Beto. Sua presença, à semelhança da presença de um pai, foi fundamental para meu crescimento infantil e juvenil.*

*Além dele, dedico este documento à minha psiquiatra preferida, Dra. Hábaly Vaz, que pega na minha mão e me tira do vale profundo, e depois continua cuidando de mim com dedicação e bom humor.*

*Também dedico a Djwal Khul, fonte de inspiração.*



## XII PRÓLOGO

*Para denominar o produto de suas pesquisas e da bênção final que recebeu no monte Kurama, Mikao Utsui compôs a palavra japonesa **REIKI**.*

**REIKI** é a união de:

**"REI"**, universo, cosmo, energia de todo o universo, com **"KI"**, energia vital individual.



## XIII ÉTICA

*O praticante de reiki é um terapeuta e/ou professor.*

*Deve esforçar-se para viver em harmonia com seus pares terapeutas, enfermeiros, médicos, professores de todo tipo.*

*Deve tentar conhecer a ética que seguem todos os companheiros que trabalham com o ser humano em suas várias dimensões.*

*Deve respeitar o sigilo e os sentimentos de todos que o rodeiam.*

*Deve evoluir com seus erros e tornar-se mais e mais uma fonte de serenidade e alegria por onde passa.*

**Deve seguir o “Princípio da descrença”, declarado no item X.**



## **XIV Contato com o professor**

*Se você está pronto, se você está pronta para o aprendizado reiki;*

*Se quiser receber os ensinamentos essenciais para iniciar sua vida no reiki;*

*Se a partir do estudo deste documento você deseja responsabilizar-se pessoalmente com o conhecimento, evolução, autoconhecimento no campo da humildade, do amor e do serviço humanitário;*

*Se assume a partir de agora o esforço de agir eticamente e em harmonia com todos os profissionais da saúde;*

*Fecha então os olhos materiais e vê:*



*estou aqui,  
contigo!*

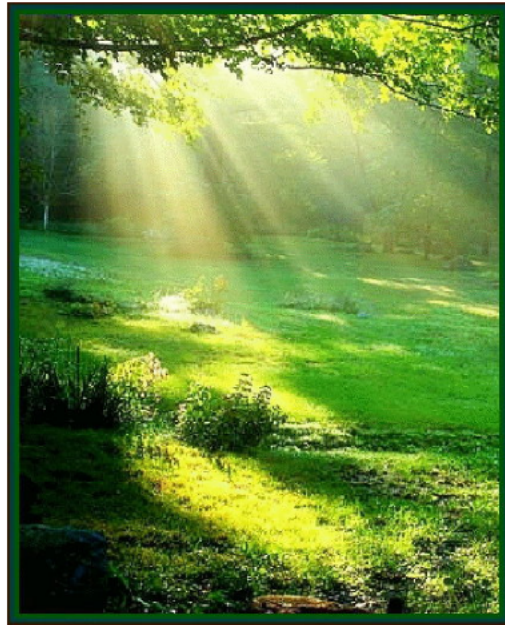
*Serei – durante o tempo adequado – seu professor para que alcance o nível reiki desejado.*

*Toma minha mão.*

*Começo agora a lhe ajudar!*

# [1] REIKI I

## REIKI DE PRIMEIRO NÍVEL



### [1.1] Breve e descompromissada história do reiki

*Contar a história do reiki faz parte da tradição oral.*

*No decorrer de nossa formação como professores de reiki, lemos e ouvimos várias histórias do reiki.*

*Há quem se dedique mais e viaje em pesquisa ao Japão, como nosso querido Johnny De'Carli.*

*Os elementos aos quais tive acesso até o momento me permitem apenas contar um misto de história e lenda. Mas nos ajuda muito a encontrar nosso lugar, nosso reiki, nosso caminho.*

#### [1.1.1] Contando uma história:

*Em meio à Eternidade (o não tempo), em meio ao Espaço Infinito (o não espaço) as humanidades dos orbes do Senhor necessitaram de uma técnica como o reiki. Alguns seres de luz, escolhidos pelo Mais Bondoso dedicaram-se a elaborá-la amorosa e cuidadosamente. Seu trabalho foi coroado pela felicidade de construir um instrumento que acessava com simplicidade e rapidez energias apolares exclusivamente benéficas que somente fluíam dentro da mais bela ética universal e a partir da mais alta espiritualidade. A técnica foi implantada nos seres dos diferentes orbes e passou gradativamente a ser um patrimônio da humanidade universal.*

*Em outro momento do não tempo, no nosso planeta azul a humanidade estava dando seus primeiros passos. Os seres que supervisionavam nossos processos evolutivos pediram a uma entidade especial para que trouxesse o reiki. Aquela que*

tradicionalmente conhecemos com o nome de Shiva trouxe-nos o reiki desde longínquas estrelas. Foi ela que amorosamente implantou em nossa infante humanidade e começou o processo de transmissão iniciática inserido na tradição oral do reiki.

O tempo terrestre foi passando, as civilizações foram se sucedendo, nosso orbe foi passando por grandes mudanças. Em algumas das civilizações que nossos atuais historiadores ainda não conseguiram acessar convenientemente o reiki floresceu como prática social. Dentre os aprendizados oferecidos às crianças, nas escolas, estava o reiki. Os professores eram também professores de reiki e através de iniciações despertavam a técnica em seus pequenos alunos. O reiki fazia parte do cotidiano daqueles povos.

Outras mudanças físicas aconteceram. Novamente civilizações sucumbiram e gradualmente deram lugar à humanidade como conhecemos atualmente. O reiki não se perdeu, mas as notícias que dele tínhamos eram muito tênues.

No Tibet há registros de técnicas de cura com as mãos datadas de 8000 AC.

Mais adiante, conta-se que houve um momento da história quando os monges budistas (Buda – 620-543AC) praticavam reiki em sua vida diária. No entanto em certo ponto do caminho decidiu-se que esse conhecimento seria guardado em suas bibliotecas. Os monges voltaram a dedicar-se apenas à busca da iluminação espiritual.

#### **[1.1.2] Mikao Usui (1865 – 1927)**

Em 15 de agosto de 1865, no Japão, na vila de Yago, no distrito de Yamagata, da prefeitura de Gifu, Uzaemon (pai) e Kaweai (mãe) receberam em seus braços o filho Mikao Usui.

Durante sua vida, mais especialmente ao aproximar-se de seus quarenta anos de idade, dedicou-se intensamente à busca e compreensão de conhecimentos sobre técnicas de cura como as praticadas por Buda e Jesus. Ele acreditava que a cura pela imposição de mãos e a cura à distância deveriam ser habilidades acessíveis a todos os seres humanos.

É possível que Mikao Usui tenha passado alguns anos nos Estados Unidos procurando a técnica de cura utilizada por Jesus.

No Japão peregrinou de monastério em monastério (budistas) por aproximadamente sete anos.

As últimas pesquisas teriam sido facilitadas por um velho e simpático abade de um monastério Zen-budista, em Kyoto. Estudou manuscritos antigos em sânscrito do Tibet e da Índia.

Encontrou finalmente manuscritos com a idade de mais de 2500 anos com esboços e símbolos em sânscrito relacionados com a técnica procurada. As palavras de Buda ali estavam anotadas pela mão de um discípulo anônimo.



### **[1.1.3] Subindo a montanha sagrada (1908)**

*Era o ano de 1908. Ele estava completando seus quarenta e três anos de idade. Ainda faltavam elementos essenciais à compreensão da técnica. Seu amigo abade o ajudou a decidir-se a subir o monte Kurama para fazer um jejum de 21 dias e meditar aguardando uma resposta.*



*Deixou então o mosteiro e subiu o monte Kurama, localizado 12 Km ao norte de Kyoto. Levou os Sutras encontrados no Tibet, um cantil de pele de cabra com água e 21 pedras para contar os 21 dias. Sentado próximo a um pinheiro e ouvindo o som de um riacho, passou os dias em meditação, leitura, oração, em pedido à Infinita Bondade que o instruisse.*



*Ao final da purificação, no amanhecer do vigésimo primeiro dia foi abençoado. A visão espiritual que recebeu permitiu-lhe compreender com clareza os símbolos e a técnica do reiki. Havia recebido a definitiva iniciação como terapeuta e professor Reiki.*

*Após este momento sagrado acontecido em 1908 no monte Kurama iniciou-se a fase atual da difusão da técnica. E a linhagem do reiki (a sucessão de professores e alunos), a qual pertencemos, resume singelamente a história do reiki desde Mikao Usui até cada um de nós.*

### **[1.2] Os caminhos da energia cósmica**

*Os novos avanços científicos estão confirmando os preceitos místicos tradicionais a respeito do universo e do ser humano. A partir da dialética entre a ciência e o conhecimento milenar está surgindo um novo e aprimorado conjunto de preceitos, que permanecem em vertiginoso processo evolutivo. Todos estamos convidados a fazer parte dessa dialética e da construção de um renovado acervo de conhecimentos.*

*Este documento (este curso de reiki) não pretende fazer mais do que uma breve menção a algumas das maneiras tradicionais de reconhecer a Energia Vital e seus*

caminhos. Além disso, abordaremos o assunto de forma geral e simplificada. O suficiente para elaborar um raciocínio básico a respeito da técnica Reiki.

A medicina Tradicional Chinesa e a Acupuntura utilizam o mapa de canais de energia ou **meridianos** e seus pontos.

Os indianos estudam os centros de energia, ou **chakras**.

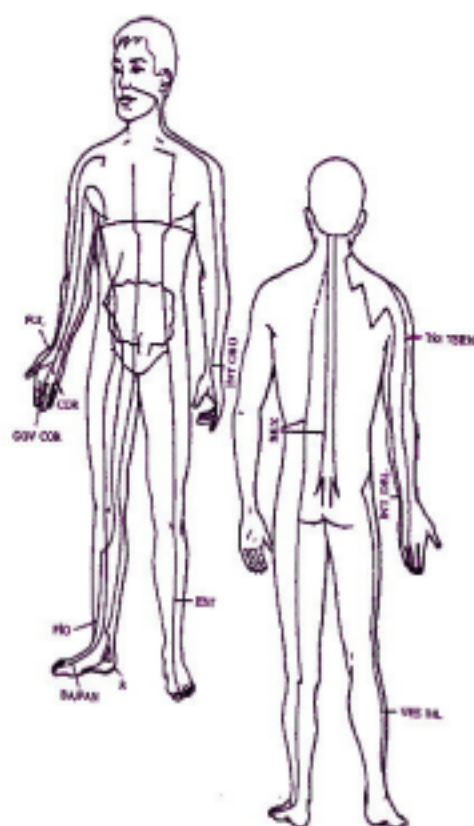
No Egito Antigo e depois na Europa os movimentos místicos relatam conhecer os mais diversos conjuntos de **corpos** sobrepostos do ser humano, desde um corpo essencialmente material até um corpo essencialmente espiritual. Algumas correntes definem cinco corpos: físico, etérico, mental, emocional e espiritual. Outras chegam a sete, nove ou até mais corpos que fazem parte do mesmo ser humano.

Todos esses preceitos são interligados. A energia universal, os planos, os corpos, os chakras e os canais de energia. Estão também ligados aos órgãos físicos de nosso corpo material, bem como com nosso modo de pensar, sentir, agir, interagir socialmente, evoluir espiritualmente. E têm uma dinâmica incessante.

A forma como cada pessoa, autor ou entidade se refere ao universo reflete sua própria capacidade física ou sua própria habilidade paranormal de “ver” o universo e o homem. Quando relata ao mundo suas descobertas, revela aquela parte da verdade que conseguiu “ver”. Outras entidades (pessoas, grupos de estudiosos) emitem outros relatos correspondentes à sua própria forma de “ver” o que se passa ao seu redor. Essas percepções diferentes correspondem cada uma ao tipo de vibração, ao tipo de energia que está acessível para a percepção daquela entidade.

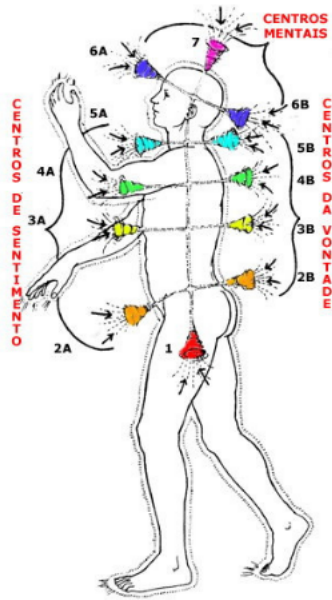
Sem dar-se completamente a perceber todas as energias de todos os tipos estão interagindo e mantendo a saúde integral de cada ser e de todo o universo.

E nós, que não vemos senão o aspecto material de nosso corpo e de todo o Universo, guiamos nosso raciocínio pelo relato dos privilegiados que nos contam de suas percepções e vivências.





corpo humano, bem como com todos os outros chakras e com toda diversificada rede de meridianos corpos e planos de energia.



### [1.2.3] Centros menores e os chakras das mãos

*Espalhados por todo o corpo temos muitos outros chakras menores, inclusive nas mãos e pés.*

*Os chakras das palmas das mãos e da planta dos pés costumam ser a porta de saída da energia do universo que se dirige à pessoa a quem desejamos ajudar. E o chakra dos pés também costumam nos conectar ao globo terrestre, efetuando trocas energéticas importantes.*

***Podemos imaginar cada centro de energia como um vórtice cônico de energia que se abre a partir do centro da palma da mão, do centro do peito, do centro da região abrangida pelo chakra em questão.***

***É bom lembrar que cada chakra se abre para os dois lados do corpo: frente e costas.***



### [1.2.4] O caminho da energia, entre o universo e o cliente

- ***Universo***
- ***chakra coronário do terapeuta reiki***
- ***todos os canais de energia, chakras, planos e corpos do terapeuta reiki***
- ***chakra cardíaco do terapeuta reiki***
- ***chakras das mãos do terapeuta***
- ***cliente e todo seu sistema energético***

• **símbolos do reiki e anjos do reiki atuando em conjunto com o terapeuta.**

*A partir do momento que o terapeuta reiki deseja ajudar o cliente e coloca nele suas mãos, a energia do universo passa a fluir (1);*

*entra no terapeuta pelo topo da cabeça (2);*

*circula pelo corpo do terapeuta harmonizando, limpando (3);*

*concentra-se no chakra cardíaco (4);*

*dirige-se pelos braços para sair pelas mãos (5);*

*harmonizando todo sistema energético do cliente (6);*



*os símbolos sagrados do reiki sempre estão envolvidos no processo curativo (1); mas o terapeuta costuma utilizar conscientemente os símbolos apenas a partir do segundo nível;*

*além disso os “anjos do reiki”, entidades espirituais dedicadas a ajudar o terapeuta em suas práticas sempre estão ajudando; atuam como terapeutas reiki companheiros; e somente agem a partir da nossa intenção de praticar o bem através do reiki.*



### **[1.3.1] Bambu oco do reiki**

*Somos apenas bambus por onde passa a magnífica energia do universo, em direção ao cliente.*

*Nossa humildade é um valor precioso que devemos exercitar dia a dia, hora a hora, minuto a minuto.*

*Estamos aqui apenas como ajudantes. Quem se cura é o próprio cliente com a nossa ajuda e recebendo através de nós a energia universal. Somos apenas bambus ocos do reiki por onde passa a maravilhosa energia.*



### **[1.3.2] Os relatórios**

*Você irá avançando no reiki, no curso de reiki, neste documento. A cada passo mais largo está convidado, convidada, a fazer um pequeno relato de suas impressões, sensações, experiências ligadas ao estudo que ora fazemos. São informações que serão guardadas sigilosamente se assim for necessário, mas poderão ser utilizadas também para mostrar aos próximos alunos a maneira especial de reagir e evoluir no reiki. Basta relaxar e contar singelamente o que tem acontecido interna e externamente.*

*É momento também de expressar as dúvidas que ainda não foram conversadas ou que*

*ainda persistem com solução inacabada.*

*Quando vierem as iniciações, em especial, gostaria de ler seus relatórios sobre as mesmas.*

### **[1.3.3] O tempo adequado de cada um**

*O aluno deve avaliar com serenidade os seus progressos e desejos. É bom avançar sem pressa em meio às transformações evolutivas.*

*Cada um necessita de um tempo somente seu para assimilar os níveis e a quantidade de energia cósmica que passa pelo bambu oco do reiki.*

*Quando o aluno se sente pronto, o professor, os professores estão aqui, aguardando para novamente levar pela mão para um nível acima.*

*E passamos a trabalhar todos juntos por um mundo melhor.*



### **[1.4.1] A nossa linhagem no reiki**



***Mikao Usui - Chujiro Hayashi - Hawayo Takata***

- *Dr. Mikao Usui*

- *Dr. Chujiro Hayashi*
- *Hawayo Takata*
- *Dr. Arthur Robertson*
- *Dr. Roger Foisy*
- *Gisèle Plasse*
- *Pierre Vérot*
- *Dr. Alain Courchesne*
- *Flávio Roberto Wolff*
- *(aqui você escreve seu nome)*

#### **[1.4.2] Princípios do reiki**

*GOKAI (Os cinco Princípios do Reiki)*

*Kyo Dake Wa (Só por hoje)*

- *Okoro-Na (Não se zangue)*
- *Shimpai Suna (Não se preocupe)*
- *Kansha Shite (Expresse sua gratidão)*
- *Gyo Wo Hage Me (Seja aplicado em seu trabalho)*
- *Hito Ni Shinsetsu Ni (Seja gentil com os outros)*

*Enfim, devemos nos aprimorar hora a hora, dia a dia, mês a mês em nosso amor para com todos que nos cercam. Um amor inteligente, consciente.*



#### **[1.4.3] O reiki é seguro**

*Não seria necessário dizer, pelo conjunto todo de informações que estudamos. Mas vamos dizer aqui:*

*A técnica reiki somente permite o fluxo de energia apolar da mais alta espiritualidade, exclusivamente benéfica.*

*O sentido único da energia reiki é do Cosmos para o terapeuta e do terapeuta para o cliente. O terapeuta é apenas um canal por onde passa a energia.*

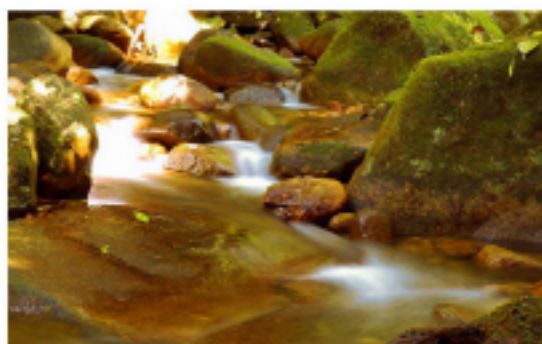
#### [1.4.4] Dar reiki

*O estado de ânimo que se deve adotar à hora de começar um tratamento é verdadeiramente primordial. Sobretudo há que evitar a todo custo o “querer” curar ou tentar “dirigir” a energia. No momento que se “força” o reiki a única coisa que fazemos é “transmitir nossa própria energia”. Se formos incapazes de “não querer” é melhor proteger-se. Há que dar “reiki” e não “flávio-ki” como algumas vezes me sucedeu.*



*Ao transmitir reiki é comum que nossas mãos **esquentem**, desde leve calor até a **sensação de queimadura**. Podemos também sentir formigamentos mais ou menos fortes. Tremores também. Se a sensação for demasiada, basta afastar novamente as mãos por algum tempo, ou passar para outra posição, ou encerrar a sessão.*

*A energização pode ser quente ou fria. Alguns poucos casos ou posições de mãos se revelam frias. Alguns poucos terapeutas funcionam mais com a energia fria. Uma pequena parte de nossa prática com reiki será com a energia fria, igualmente benéfica ao cliente.*



***Ao praticar reiki não fazemos promessas. O resultado das nossas sessões pode simplesmente não ser notado, embora efetivo e benéfico.** Nós também, muitas vezes nada sentimos.*

*É bom não converter o fato de dar reiki em algo demasiado místico. A maioria das pessoas, no mínimo, costuma sentir algo de **calor**, mas podem ver cores, outras podem chorar de alegria ou de tristeza, também tremores ou cócegas nas mãos... No entanto, cheguemos ou não a experimentar alguma sensação, a energia reiki passa por nós de toda forma, tanto creiamos nela ou não.*



© CanStock Photo - eqp7605635

*De acordo com a intuição, com todo cuidado ético, podemos conversar durante a sessão. O cliente costuma aproveitar melhor a energia quando em silêncio e de olhos fechados. Mas algumas vezes podemos ter conversas bastante terapêuticas, que podem se iniciar a partir de nossa intuição ou da intuição do cliente.*



*Não há necessidade de rezar ou de invocar a quem quer que seja antes de dar reiki. A energia cósmica está disponível para todos, em todo lugar e a todo momento. O reiki sempre acessa uma parcela de alta espiritualidade da energia cósmica.*



*O que é necessário é o desejo de ajudar.*

*Evidentemente permanecemos sempre atentos à questão ética e redescobrimo a melhor maneira de nos comportarmos com a energia e os clientes. Isso nos leva à intuição que floresce em virtude de nosso permanente desejo de aperfeiçoar e evitar erros e mal entendidos. Gradativamente evolui nossa intuição para ajudar a compreender todas as questões do reiki.*



#### **[1.4.5] Posição da mão**

*Todos os dedos devem de preferência estar unidos entre si, inclusive o polegar, para que a mão forme uma linha levemente curva.*

*É como se colocássemos as mãos dentro de meias. Todos os dedos ficam unidos e a mão fica em concha.*

*A curvatura interna da mão não deve ser muito pronunciada. É interessante que o cliente sinta o contato de toda a face interna da mão.*



#### **[1.5] Auto reiki**

*Estamos dando nossos primeiros passos no reiki. É natural que nos dediquemos primeiro ao nosso próprio bem e ao nosso próprio treinamento reiki.*



*Aprendemos muito com o auto reiki. Melhoramos. Sentimos os dois lados, o do terapeuta e o do cliente.*

*Além disso é nosso direito e nossa necessidade, como para todas as pessoas.*

*Fazemos auto reiki colocando as mãos em nós mesmos por todo o corpo.*

*Tocamos aproximadamente 13 regiões de nosso corpo, na frente e nas costas, correspondendo aos sete chakras.*



*As posições das costas são mais difíceis. Podemos executar apenas aquelas que forem possíveis sem esforço. Começar pelas da frente e somente depois acrescentar as das costas.*

*Estes gestos podem ser praticados cada manhã ou cada noite quando estivermos na cama. Também podemos fazê-lo sentados ou de pé.*



Devemos conceder de **três a cinco minutos** de atenção por zona, não mais que quinze minutos. Observar também a intuição.

Por ora o que devemos fazer é tomar familiaridade com as posições, com a intuição, com o tempo, com as sensações nas mãos e no corpo.

**Começemos o treinamento e façamos pelo menos 21 dias de auto reiki.** Isso harmonizará as energias da iniciação, entre outros benefícios.

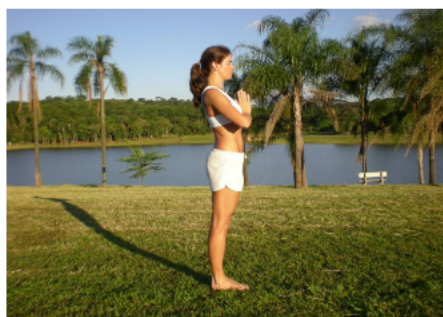
Tanto no caso do auto reiki quanto no caso do reiki para tratar as pessoas não devemos nos limitar às posições de base. Devemos **deixar-nos guiar por nossa intuição**. Precisamos "ouvir" nossas mãos. Elas querem trabalhar!

É importante aprender as posições básicas, o que nos dá segurança. E sempre as usamos quando a intuição está quieta. No entanto, melhor é aprender a ouvir "internamente" para executar um trabalho cada vez mais refinado e adequado ao cliente.

Vamos sentir que nosso sono melhora. Podemos sentir calor, principalmente nas mãos. Vamos sentir algumas manifestações. E para cada um é diferente. É bastante comum leveza e felicidade. Pratiquemos o máximo que pudermos.

E depois dos primeiros 21 dias, podemos tornar o auto reiki uma prática para toda a vida.

- Fazer auto reiki (1),
- oferecer reiki para as pessoas (2)
- e receber reiki (3)
- são três atitudes que harmonizam o praticante de reiki. Com estes três gestos tudo anda melhor.



### **[1.6] As iniciações sagradas do reiki**

*Agora vamos conhecer os rituais iniciáticos que em breve iremos vivenciar. Naturalmente que examinaremos aqui somente a parte que nos cabe. Os acontecimentos espirituais de cada iniciação são muito maiores e mais importantes. Mas a maioria deles está bem além de nossa possibilidade de percepção.*

*Utilizaremos o roteiro que aparece logo a seguir em todos os quatro níveis do reiki. Faremos pelo menos uma iniciação em cada um dos quatro níveis. Se acaso a intuição disser para fazer mais uma iniciação em algum dos graus, fazemos duas naquele grau. Pode ser também que o aluno deseje mais uma iniciação. Fazemos então esta iniciação adicional. Ela apenas reforça a primeira iniciação.*

*Não haverão apenas iniciações, mas também exercícios espirituais.*

**Após cada iniciação e cada exercício, bem como após cada fato mais marcante, você deve escrever um relatório contendo suas impressões, alegrias, sensações.** Quero acompanhar meus alunos cuidadosamente. Esses relatórios servirão também para estreitar nosso conhecimento mútuo e nossa relação aluno-professor e terapeuta-terapeuta.

#### **[1.6.1] Preparação**

1. *Tenha em mente o professor. Volte pelo tempo necessário à página onde está o **Contato com o professor**;*
2. *Um lugar tranquilo, com luminosidade atenuada;*
3. *Pensamentos voltados para as belezas da natureza e do Universo. Interiorização. Contato com a faísca divina dentro do iniciando. Meditação sobre o Infinito Amor, Infinita Sabedoria, Infinito Perdão, Infinita Bondade;*
4. *Um copo com água pura ou da natureza, se possível, para representar o fluido magnético cósmico e também armazenar todas as vibrações da iniciação;*
5. *Um banco ou cadeira, situado de forma que haja bom espaço ao redor;*
6. *Procurar no banco ou na cadeira, se possível uma maneira de manter a coluna ereta. Mesmo assim é importante permanecer confortável e descontraído (descontraída). Pode imaginar um fio elástico preso no teto, ligado ao topo da cabeça, puxando-a levemente para cima, ajudando a coluna vertebral a manter-se ereta. Se surgir qualquer tensão ou dificuldade, o melhor é recostar-se na cadeira;*
7. *Durante quase todo tempo vamos utilizar o mudra (ou kanji) das palmas unidas em frente ao peito;*
8. *Após executar esta preparação devemos relaxar. **Todos os detalhes internos estão se cumprindo.***



### [1.6.2] Roteiro do ritual iniciático

*Escute sua voz interior enquanto o ritual começa. Procure voltar-se serenamente para dentro de si mesmo (mesma) e entrar em estado de oração;*

*Todos os sons, distantes ou próximos, harmoniosos ou não, passam a compor um conjunto que nos ajuda a relaxar, serenar, absorver tudo de bom que a iniciação tem para oferecer;*

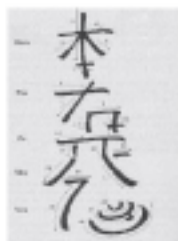
- *Juntamos as mãos na frente do peito. Coloco-me de pé à tua frente. Podes fechar os olhos para assimilar mais profundamente a iniciação. Faço minha oração silenciosa ao Deus de meu coração e de meu entendimento. Fazes também tua meditação ou oração preliminar dentro de teu silêncio;*
- *Agradeço-te pela grata oportunidade. Agradeço aos anjos e professores reiki presentes.*
- *Desenho no ar o Dai Koo Myo Tibetano (DKMT)*
- *Desenho no ar os símbolos seguintes, falo seus nomes três vezes e seus significados uma vez:*
- *Dai Koo Myo Tibetano (DKMT) A cura da alma;*



- *Cho Ku Rei (CKR) Deus está aqui. O poder infinito;*



- *Hon Sha Ze Sho Nen (HSZSN) Nem passado, nem presente, nem futuro;  
Nem longe, nem perto;  
Apenas compreensão e cura;  
Cura sem tempo. Cura sem espaço;  
Deus em mim abraça Deus em ti;*



- *Sei He Ki (SHK) A chave do universo;*  
*A unidade entre Deus e todos os seres;*  
*A emersão das emoções e sua cura;*  
*O esclarecimento, a purificação e a proteção;*



- *Desenho no ar o Dai Koo Myo Tibetano (DKMT) A cura da alma;*



### **RAKU**

*Estabeleço e mantenho a posição hui yin e a língua tocando o céu da boca o tempo todo. Prendo a respiração, a menos que esteja assoprando; então, respiro profundamente uma vez, e prendo a respiração novamente. O professor faz a iniciação em pé; os alunos mantêm-se sentados em cadeiras com espaldar reto. Suas mãos permanecem unidas sobre o peito, em posição de oração.*

- *Coloco-me às costas do aluno;*
- *Abro o chakra da coroa;*
- *Desenho o DKMT sobre o chakra da coroa;*
- *Pego as mãos do aluno por cima dos ombros, seguro-as sobre o chakra da coroa e assopro nelas e no chakra da coroa; respiro fundo e seguro a respiração;*
- *Desenho os outros símbolos sobre o chakra da coroa: CKR, SHK, HSZSN;*
- *Pego novamente as mãos do aluno e assopro-as e ao chakra da coroa; respiro fundo e seguro a respiração;*
- *Coloco-me à frente do aluno;*
- *Abro as mãos do aluno, como um livro;*
- *Desenho o CKR sobre ambas as palmas;*
- *bato três vezes;*
- *Desenho o SHK sobre as palmas;*
- *bato três vezes;*
- *Desenho o HSZSN sobre as palmas das mãos;*
- *bato três vezes;*
- *Desenho o DKMT e bato três vezes;*
- *Trago as mãos do aluno, em posição de oração, para perto de mim e assopro as mãos e desde o chakra raiz até o chakra do coração; respiro fundo e seguro a respiração;*
- *Volto para as costas;*
- *Fecho a aura com os símbolos no interior, deixando apenas aberto o chakra da coroa;*
- *Desenho, faço, o raku ao longo da coluna vertebral, da cabeça aos pés;*
- *Solto o Hui Yin e a respiração;*
- *Volto para frente;*

- Declaro o nome do aluno e o grau adquirido para o bem da humanidade e de todos os seres;
- Peço-lhe que, pouco a pouco, volte à consciência material e alcanço o copo com água;

*Por alguns instantes cada um fica com suas próprias impressões e pensamentos. Em silêncio, cada um faz seus agradecimentos, meditação, oração.*

- Então nos abraçamos;
- para compartilhar a alegria da iniciação;
- e também para que eu lhe acolha na grande e feliz família do reiki.



### **[1.6.3] Observações finais sobre a iniciação**

*Não esqueçamos que este momento é muito especial. Com certa frequência pode vir acompanhado de grandes emoções. Você pediu e recebeu um conhecimento superior. Durante suas iniciações **é absolutamente natural que você sinta realmente***

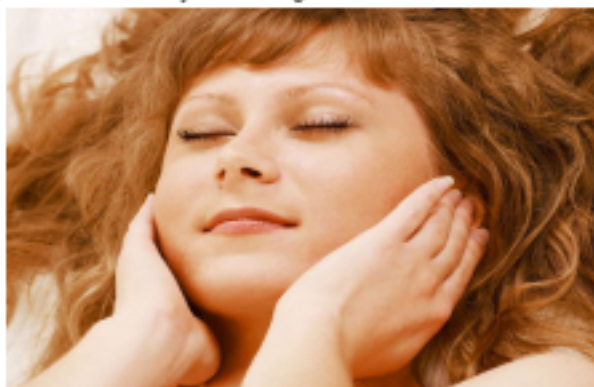
**minha presença**, assim como a de outras entidades de luz.

**Faz com simplicidade um relato por escrito.** Se desejar, pode complementar com um desenho referente aos acontecimentos. Manda para mim, juntamente com algum outro relatório já feito. Ficarei bastante feliz em examiná-los e então confeccionarei o diploma do grau alcançado. Junto com o diploma devolverei o material que você me enviou.

**Logo depois da iniciação devemos colocar a energia do reiki em movimento, iniciando imediatamente um tratamento reiki. Isso vai harmonizar a grande quantidade de energia reiki assimilada além de colocar em funcionamento a habilidade recém-adquirida.**

**Faça auto reiki durante 21 dias seguidos com a finalidade de cura e de ativar ao máximo a carga energética que recebeu.**

*Peço que guarde com carinho este Roteiro de Iniciação, preservando seu caráter sagrado. Ele serve para guiar e esclarecer o iniciando antes e durante as iniciações, sendo também uma grata lembrança a ser guardada.*





### **[1.7] Transmitindo reiki**

*Finalmente chegamos ao nosso objetivo mais belo, que nos dará felicidades mais refinadas.*

*Você pode notar que já tem uma boa preparação para esta etapa. A prática do auto reiki ajuda-nos a ter a segurança necessária para começar a oferecer reiki aos nossos entes queridos, aos nossos amigos e a todas as pessoas que necessitam de ajuda.*

- *É importante que em cada posição você e seu cliente se sintam confortáveis, em paz e harmonia. Se uma posição parece desconfortável, sob qualquer aspecto, não necessita ser praticada. A energia cósmica, através da técnica reiki, através de outra posição, fluirá onde mais for necessária.*
- *Você vai estudar e praticar as posições de mãos de forma a elaborar um roteiro que pareça confortável e adequado. Pode ser um roteiro com 16 posições. Mas pode ser com menos ou com mais.*
- *Experimente os tempos de cada posição, ficando primeiro atento à intuição, depois às sensações de suas mãos e depois há um tempo estabelecido de três a cinco minutos.*
- *Nas primeiras sessões de reiki, e na primeira vez de clientes novos é possível que haja uma predisposição natural para cumprir uma sessão completa em um tempo de 100 minutos. Nosso canal de energia está se acomodando à passagem do reiki.*

Mais adiante tudo se acomoda em um tempo mais adequado, entre 50 e 80 minutos para o primeiro nível do reiki.

- Os anjos do reiki, os companheiros “do outro lado” nos ajudam sempre, e sempre estão conosco durante nossas práticas.
- Seguir a intuição é a primeira opção em toda e qualquer decisão a respeito do tratamento. Para facilitar podemos juntar as mãos na frente do peito para aguardar uma vozinha dentro de nós sugerindo algo. Podemos também simplesmente permanecer receptivos e atentos a qualquer indicação interna.
- Em algum momento nos lembraremos de perguntar ao cliente se ele deseja mais reiki em algum ponto específico de seu corpo. Mas pode ser que ele venha de pronto anunciando uma dor aqui ou uma fisgada ali; e por aí começamos com toda tranquilidade.
- Uma região do corpo que necessite mais energia deve receber mais atenção e mais tempo. No entanto é normalmente desnecessário que passemos mais que 15 minutos nela.
- Se pudermos ter conosco companheiros terapeutas reiki (além é claro da companhia do anjo companheiro do reiki), podemos fazer um tratamento em grupo. Cada terapeuta escolhe uma posição inicial. O tratamento é simultâneo, de acordo com a intuição e possível harmonia e sincronicidade entre os terapeutas. As posições vão se sucedendo e o cliente recebe, em reduzido tempo, um tratamento completo multiplicadamente poderoso e benéfico.
- Em certo momento, no relacionamento com outros terapeutas podemos nos deparar com um questionamento quanto à eficácia do reiki de cada um. Deus dá a cada terapeuta exatamente a medida de leveza, beleza e intuição que Lhe é adequada. Abracemos com gratidão o grau interno que nos é dado com tamanha bondade. Sempre será o melhor grau que devemos ter. Sem contar que a vida e o reiki são dinâmicos. O que não se faz hoje eventualmente se pode fazer amanhã.
- Se oferecermos reiki e a pessoa negar, ou se o tratamento aparentemente não fizer nenhum efeito, devemos agir com desprendimento e humildade. Agradecemos a Deus por termos cumprido com nossa tarefa de oferecer ajuda. Há muitos necessitados. Vamos ajudar aqueles que estão prontos para recebê-la.
- **“Um pouco de reiki é melhor do que nenhum!”**
- Os detalhes da sessão de reiki passam pelo cavalheirismo, pelo respeito, pelo carinho. Pelo desejo expresso de ver nosso cliente sentindo-se o melhor possível. Sejamos delicados. Este é o momento de expressar nosso grande cuidado com ele ou ela.
- Consideramos como “efeitos colaterais do reiki” as limpezas que a energia cósmica promove durante e após a sessão de reiki enquanto está se reorganizando a estrutura energética do cliente. Há casos em que a quantidade de energias discordantes é suficiente para causar algum desconforto durante sua eliminação gradual após a sessão de reiki. Podem ser leves desconfortos físicos, mentais, emocionais ou espirituais. Intestino mais solto, choro, raiva, emoções, modificações na forma de pensar...
- **O cliente sempre deve ser estimulado a manter-se em contato com o terapeuta. Que estará sempre disponível para uma palavrinha esclarecedora e para envio de reiki à distância. Este reiki complementa o tratamento que eventualmente tenha manifestado algum “efeito colateral”.**
- Mesmo que o **terapeuta esteja apenas no primeiro nível**, todos os mecanismos

do reiki já foram despertados pelas iniciações. Uma vez que o cliente necessite, abra seus braços e mãos à sua frente e coloque a imagem mental do cliente no espaço que fica entre as mãos, e faça reiki nessa imagem sabendo que está efetuando um reiki à distância.



- O melhor procedimento de segurança do reiki como tratamento é o **fortalecimento das características básicas do próprio reiki**. Há que fazer um **trabalho consciente de autoprogramação interna durante algum tempo**. Cada terapeuta necessita de determinado período. Pode ser dois meses, seis meses, um ano... Trata-se do fluxo de energia cósmica, que é sempre, **sempre do universo, de Deus para o terapeuta e depois para o cliente. Nunca de volta do cliente para o terapeuta**. Não é uma troca, é uma doação. Uma doação que é

feita pelo cosmo, intermediada como canal, apenas um bambu oco do reiki, pelo terapeuta reiki e que é dirigida unicamente ao cliente. **A energia vem do universo, passa pelo terapeuta e vai para o cliente! Nada mais.**

- O item anterior é muito importante porque de alguma maneira, de vidas passadas ou de outra fonte obscura nossos mecanismos internos podem sinalizar **outros caminhos, outros sentidos para a energia**. Não podemos permitir que algum condicionamento ancestral ou qualquer outra coisa desvie o caminho tranquilo e positivo do reiki. A energia do cliente em nenhuma hipótese pode ser recebida pelo terapeuta. O reiki é uma via de mão única. Por isso é tão seguro.
- Seguindo neste assunto finalizamos dizendo que há que **pensar, mentalizar, orar... durante um determinado tempo, entre dois meses a um ano por exemplo, insistindo no caminho da energia reiki. Mentalizando o sentido da energia.**
- Os símbolos do reiki estão sempre presentes nos tratamentos, mesmo que o terapeuta seja de primeiro nível e não esteja pensando sobre eles.
- **O companheiro anjo do reiki está sempre presente nos tratamentos.** Fora dos tratamentos não o encontramos, mas no tratamento ele é nosso companheiro. É outro terapeuta reiki trabalhando e inspirando.
- Nas emergências devemos atuar imediatamente. Se uma pessoa está deitada no asfalto e aparentemente está ferida da cintura para cima, então, para não fazermos nada errado, pegamos os pés dela e tratamos com reiki. O reiki saberá o que fazer com a energia que entra pelos pés.
- Quando uma pessoa nos diz que um parente seu está com problema. Um filho, por exemplo, está com dores de barriga e a mãe é nossa colega de trabalho. Podemos, devemos fazer reiki nas mãos da mãe e dizer a ela que o filho está nesse momento recebendo reiki. Mais, o reiki permanecerá nas mãos para que ela, ao chegar em casa coloque suas mãos nele para que ele receba mais reiki. Abaixo temos a técnica do "reiki rapidíssimo nas mãos".



### **[1.8] Reiki rapidíssimo nas mãos**

A qualquer hora em qualquer lugar o reiki se faz presente com uma técnica especial, que pode ter efeito por bastante tempo, como quatro dias.

1. Convidamos o cliente a colocar-se em relaxamento e estender suas mãos para

- frente com as palmas para cima;*
- 2. Apoiamos, por baixo, com nossa mão esquerda, a mão direita do cliente;*
  - 3. Se acaso já estamos no segundo nível ou mais, escolhemos um ou mais símbolos para desenhar logo acima da mão do cliente;*
  - 4. Tocamos com nossa mão direita a palma da sua mão direita. Utilizamos um toque leve e firme, levemente mais firme do que nas outras práticas reiki, como a empurrar os símbolos do reiki para dentro da palma da mão do cliente;*
  - 5. Os símbolos ali estarão, cumprindo seu trabalho, desde o primeiro nível do reiki.*
  - 6. Permanecemos alguns segundos. O tempo que intuirmos necessário e adequado.*
  - 7. Repetimos os mesmos gestos trocando as mãos, para tratar a mão esquerda do cliente.*



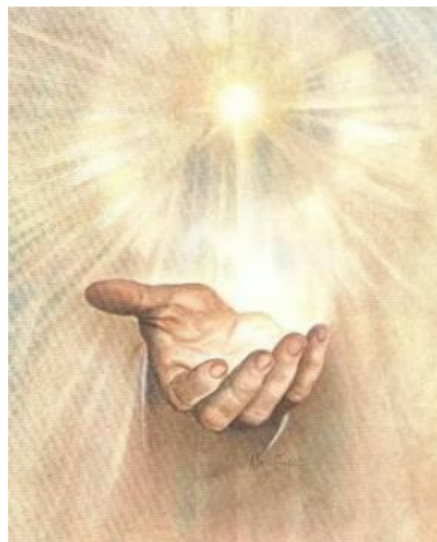


[glimbo.com](http://glimbo.com)



## [2] REIKI II

### REIKI DE SEGUNDO NÍVEL



*Neste segundo nível vamos trabalhar:*

- 1. com três símbolos;*
- 2. com reiki à distância;*
- 3. e com a humildade.*

#### **[2.1] contato com o professor**

*Você pode mais uma vez voltar à página (capítulo XIV) onde estou para lhe inspirar e acompanhar.*

*Estou com você durante todo este curso.*

*Acompanho você em suas necessidades espirituais, em especial a respeito do reiki e de seus gestos de bondade para quem necessita.*

*Ensino você, converso com você, inicio você no reiki e mantenho-me presente sempre que oportuno, para o bem da humanidade e de todos os seres. Para que se cumpra entre nós a vontade do Pai.*

#### **[2.2] Anjos, anjo da guarda e anjo companheiro do reiki**

*Em determinado momento de minha trajetória lembrei-me de meus anjos, e do anjo do reiki que recebi lá no começo do reiki.*

*Lembrei que poderia orar por eles.*

*Convido meus alunos a agradecer e enviar reiki a eles.*

#### **[2.3] Três símbolos**

- Cho ku rei*
- Sei he ki*
- Hon sha ze sho nen*

*De preferência devem ser visualizados na cor violeta.*

*São catalizadores de energia e só o fato de traçá-los já desperta certa carga energética.*

*Arranje folhas grandes e trace os símbolos. Comece traçando o primeiro símbolo repetidas vezes.*

*É bom dar um ou mais dias para cada símbolo até memorizá-lo completamente. Depois de memorizado (o traçado), sempre se acompanha com a pronúncia de seu nome três vezes.*

*No momento do tratamento uma das mãos pode ficar sobre o cliente e a outra mão traça o símbolo enquanto se pronuncia o nome do símbolo três vezes. Como alternativa podemos ficar um pouco afastados e desenhar o símbolo no ar na direção de todo o corpo do cliente.*

### **[2.3.1] CHO KU REI**

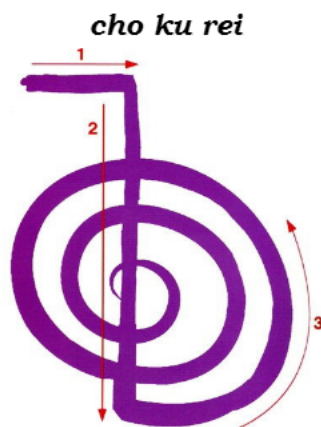
*O primeiro símbolo é o cho ku rei.*

*É um símbolo de poder, prosperidade e multiplicação.*

*Também é uma bênção.*

*Pode ser traduzido como:*

*“Deus está aqui. O poder infinito.”*



***Deus está aqui. O poder infinito.***

### **[2.3.2] Definição budista tibetana dos cinco símbolos do reiki**

*Aqui examinamos a versão budista tibetana. Agradecemos por este resumo à “**Diane Stein**” em seu livro “**Reiki Essencial**”.*

*Este texto mostra como o budismo tibetano compreendia os cinco símbolos que são utilizados por nós no reiki. Inclui o quarto e quinto símbolos que costumamos reservar para os últimos dois níveis, terceiro e quarto, nas tarefas de professor de reiki.*

*Os cinco símbolos correspondem aos cinco níveis da mente. Juntos eles eliminam a dualidade mente-matéria, desintegrando o ego para alcançar os níveis mais altos ao final do “caminho da iluminação” (nirvana). Uma vez alcançado este estado, o ser não tem mais a necessidade da reencarnação.*

*O uso original dos símbolos não foi para a cura (material), mas para a “iluminação” da ajuda ao próximo – os cinco níveis de sabedoria que culminam na “iluminação”.*

**Cho ku rei** – Início ou entrada, estágio de geração. Colocação da mandala no coração.

*Meditação até que não haja diferença entre mente e o mundo. Vazio, desprendimento do plano terrestre. O primeiro passo, a primeira experiência;*

**Sei he ki** – A terra e a pessoa encarnada são consideradas territórios impuros. O território impuro (amarelo) é purificado pela sabedoria do ouro. Purificação, transmutação, mudança alquímica de matéria impura para ouro (pureza). Essa é a iluminação que poucos atingem (estado de Buda) pela compreensão e esvaziamento do ego. Purificação pelo fogo da sabedoria em ouro ou pureza;

**Hon sha ze sho nen** – Sem passado, sem presente ou futuro. Libertação da ilusão e do carna (carna definido como criação da mente). A mente cria o tempo, limitação de espaço e ilusão. A iluminação é ir além da mente ao estado de Buda (Deus ou Deusa dentro de si) em todos nós. Quando a mente está alerta, existe abertura e desprendimento: liberdade de tempo, espaço, ilusão, limitação. Dissolução de limitação significa compreensão das coisas.

**Dai koo myo** - “A pessoa com o coração Mahayana de doação” ou “Templo da luz branca”. A pessoa que deseja a iluminação alheia há de alcançá-la. Ela entende que a base de compreensão de todas as coisas é uma grande unificação (união, consciência em Deus/Deusa). Quando ela se ilumina, liberta-se da reencarnação e do sofrimento. No budismo essa é a única cura real.

**Raku** – Concluir/completar, alcance do nirvana inferior, esvaziamento do ego. Aparição da imagem de Buda/Deus/Deusa interior. Liberdade, iluminação, paz total. Liberação da ilusão do mundo material, libertação do corpo e da reencarnação, cura total. No budismo esse símbolo é usado dos pés até o chakra da coroa para afastar um espírito, entidade ou ser de um corpo.

No reiki, é usado do chakra da coroa aos pés para absorver a energia do universo para o corpo/ser.

=====

*Há um aparente desacerto. Parecem intenções e significados opostos entre o budismo e o reiki. Para o budismo são símbolos do caminho da “iluminação”. E seu uso é espiritual. O reiki faz uso material dos símbolos, para cura material. O pensamento budista considera o corpo e sua cura irrelevantes.*

=====



### **[2.3.3] Relatório do aluno**

*Peço que descontraidamente tome uma folha e uma caneta, ou coloque-se em seu computador, e deixe suas sensações fluírem;*

*Necessito conhecer você um pouco;*

*Saber o que se passa com o aluno;*

*Como estão indo os estudos;*

*Quais ideias lhe parecem estranhas e de que modo;*

*Quais lhe agradam mais;*

*Se for possível, faz um cabeçalho ou um rodapé com os dados essenciais que sirvam para situar o aluno, o curso, os capítulos estudados, as fontes de pesquisa, locais e*

*datas;*

*Depois, com a brevidade possível, mande-me por carta ou de preferência por e-mail. Vou gostar muito de receber, ler, examinar e preparar uma pequena resposta.*



#### **[2.3.4] Sei he ki**

*O segundo símbolo é o "sei he ki".*

*Serve para alinhar os quatro chakras superiores ao mesmo tempo em que equilibra o corpo.*

*Harmoniza o mental, o espiritual e o emocional. É a união do divino e do humano.*

*Trabalha bastante as nossas emoções.*

*Como também é um símbolo de proteção, podemos usá-lo bem grande, como uma capa sobre nossas costas.*

*Do mesmo modo que todos, devemos trazê-lo uma vez em cor violeta ao mesmo tempo em que mentalmente pronunciamos três vezes seu nome.*

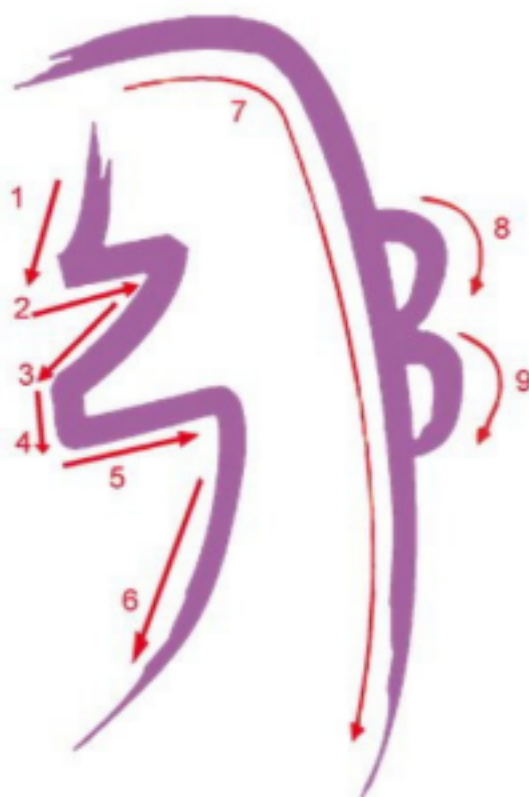
#### **SEI HE KI**

***A chave do universo;***

***A unidade entre Deus e todos os seres;***

***A emersão das emoções e sua cura;***

***O esclarecimento, a purificação e a proteção.***



### **[2.3.5] Hon sha ze sho nen**

O último dos três símbolos do reiki II é o "hon sha ze sho nen".

Serve sobretudo para enviar energia à distância e representa uma fusão entre o emissor e o receptor com o fim de promover a paz e a iluminação.

Devemos traçá-lo em violeta ao mesmo tempo em que repetimos seu nome três vezes.

#### **HON SHA ZE SHO NEN**

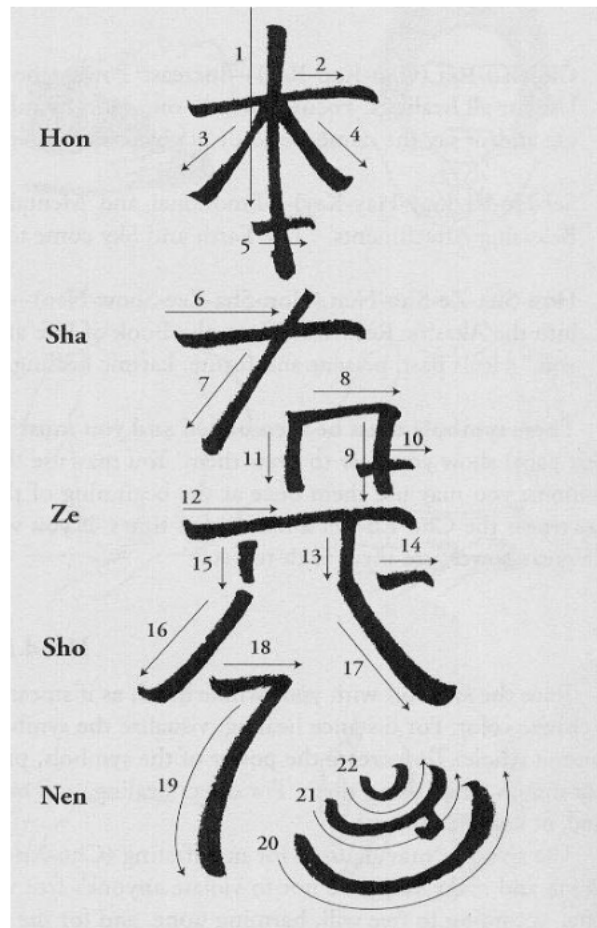
***Nem passado, nem presente, nem futuro;***

***nem longe, nem perto;***

***apenas compreensão e cura.***

***Cura sem tempo. Cura sem espaço.***

***Deus em mim abraça Deus em ti.***



#### [2.4] Relatório do aluno

*Chegou novamente o momento de pedir que você escreva alguma coisa que se passa, ideias, sensações, evolução de seus estudos. Coisas que estão fazendo falta, erros de português no documento do professor...*

*Procura fazer um cabeçalho ou um rodapé com os dados essenciais que sirvam para situar o aluno, o curso, os capítulos estudados, as fontes de pesquisa, locais e datas.*

*Depois, com a brevidade possível, mande-me. Estou aguardando.*

#### [2.5] As iniciações sagradas do reiki

*Vamos felizes a mais uma iniciação.*

*Procuramos novamente a lembrança de nosso professor, tópico XIV.*

*Revemos calmamente todo capítulo [1.6], antes de avançar e iniciar.*

*Fazemos nossa iniciação de acordo com o combinado por e-mail, mensagem torpedo ou telefone.*

*E sem demora o professor estará lendo o relatório da iniciação.*

#### [2.5.1] Tratamento imediato

*Logo depois da iniciação devemos colocar a energia do reiki em movimento, começando imediatamente um tratamento reiki. Isso vai harmonizar a grande quantidade de energia cósmica assimilada. E colocará em funcionamento a habilidade adquirida.*

## **[2.6] Limpeza, cura emocional**

*O iniciado deve fazer auto reiki durante pelo menos 21 dias.*

*Mas é bom ter em vista, como anota Diane Stein (Reiki Essencial à página 216) que a cura espiritual/emocional/mental/física se estende além dos 21 dias.*

*. . . “Em geral, a única sensação imediata é a de ficar aéreo, mais do que no primeiro nível. Alerta os alunos quanto a essa possível reação, 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.”...*

*Para completar a ideia acima podemos dar um pulo até o capítulo “Nota Magistral”, logo abaixo.*

### **[2.6.1] Considerações**

*Agora os centros de energia do iniciado estão totalmente abertos.*

*“Bênção recebida, responsabilidade adquirida!”*

*Cada vez que aprendemos ou recebemos algo, vamos logo compartilhar.*

*Quem mais recebe, mais partilha.*

*“Quanto mais damos, mais recebemos!”*

*“Melhor é quando fazemos esta troca naturalmente e sem medida!”*

*Vamos prestando ajuda à humanidade. Sessões de reiki. Doação de reiki à distância. Atitude humilde e bondosa. Na mesma medida os anjos do reiki e nosso anjo de guarda vão melhorando nossos instrumentos de trabalho. O canal de energia adquire cada vez maior capacidade benéfica.*

*Os avanços e bênçãos que recebemos não são devidos apenas pela experiência no nosso grau de reiki, mas principalmente pela nossa pureza, humildade e compaixão.*

*Aos poucos já não necessitamos de um tempo específico, um lugar, uma situação para praticar o amor e o reiki.*

*Além disso devemos pensar que o tempo de reiki é elástico. Se for possível uma hora, ótimo. Se for possível um minuto, muito bom...*

*“Um pouco de reiki é melhor do que nenhum!”*

*Um sorriso, um olhar, um abraço...*

### **[2.6.2] Nota magistral**

*De Lori George, em “Além do Reiki”:*

*“A iniciação é um ponto de partida, não um término. Quando você pede para que a energia daquele nível seja manifestada, você inicia um processo de limpeza que facilita o ingresso daquela energia no seu sistema de corpos físico/emocional/mental, que ocorre com rapidez igual à sua disposição de abrir mão dos bloqueios inibidores e à liberação de hábitos, modos de vida e reações emocionais indesejáveis, da doença física e de uma miríade de atavismos inaceitáveis de reencarnações passadas. À medida que cada bloqueio é descartado, o espaço se torna disponível para mais energia. Quanto mais energia houver, mais elevado será o nível de consciência.”*



### **[2.7] Trabalhando com os símbolos**

*Devemos estar atentos. Sempre lembrar de respeitar a vontade do destinatário das energias. Pedimos pessoalmente a sua permissão, isto é, combinamos que vamos fazer reiki à distância, sempre que o destinatário mostrar-se interessado em receber.*

*Para clientes que não estão presentes o ideal é mandar reiki apenas para o seu ambiente e para seu anjo de guarda. Podemos lançar ao universo a pergunta e esperar a resposta, mas é menos seguro do que mandar para ambiente e anjo. É um compromisso ético que temos ou não, e que gera efeitos positivos, felizes ou negativos e infelizes.*

*Se o cliente está presente e de olhos abertos, pode-se traçar os símbolos mentalmente, no entanto podemos traçá-los pequenos ou enormes à vista do cliente desde que ele seja informado que são símbolos terapêuticos. Esta segunda forma é a que utilizo, e gosto de traçar grandes símbolos, que abranjam grande parte do ambiente.*

*Para simplificar é bom lembrar que os símbolos já estavam funcionando nas práticas do reiki de primeiro nível.*

*Os símbolos e o anjo companheiro do reiki sempre estão envolvidos na prática do reiki. Se estivermos em um local público, na rua, e por exemplo queremos ajudar um cãozinho que nos parece triste ou doente, podemos traçar os símbolos em tamanho diminuto, como se tivéssemos um pequeno lápis no centro de nossas mãos. E podemos também lançar os símbolos mentalmente.*

*O que importa mesmo é o foco de nossa intenção. Maria está aguardando nosso reiki. Fazemos os símbolos e Maria os recebe feliz.*

*Se tivermos nosso cliente presente, podemos primeiro emitir os símbolos no ambiente da terapia. Depois enviar para o corpo inteiro do cliente. Um centro de energia em especial. O ambiente no qual o cliente tem suas dificuldades.*

*Podemos fazer a sessão de reiki completa como já fazíamos. Podemos também abreviá-la de acordo com a intuição ou de acordo com a necessidade.*

*Johnny De'Carli, por exemplo, em "Reiki: Apostilas Oficiais", à página 177 define que "uma **sessão completa de reiki** para um terapeuta reiki de II grau utilizando os símbolos do mesmo nível pode ter sua duração **entre sete minutos e meio e trinta e cinco minutos**".*

*Comecemos logo, há muitos a ajudar.*

### **[2.8] Cerimônia da humildade – lava pés**

*É um convite tanto para quem faz o curso à distância como para quem faz o curso presencial.*

*As imagens são um convite! Candidate-se quem estiver pronto.*







### **[2.9] Reiki à distância**

*A transmissão de reiki ou de energia à distância é fascinante.*

*A partir de agora podemos ajudar os demais em qualquer circunstância, em todo momento, exceto quando não autorizados pelo receptor.*

*Podemos tratar os animais.*

*Sempre que houver qualquer dúvida quanto ao procedimento específico, mandamos reiki para o ambiente, como quando queremos ajudar em uma cirurgia ou em acidentes.*

*De qualquer forma podemos enviar reiki para o anjo de guarda daquele a quem desejamos ajudar.*

#### **[2.9.1] Métodos de transmissão**

*A primeira ideia e talvez mais adequada para o início de nossos trabalhos, que nos deixará bem à vontade com os símbolos é fazê-lo em um ambiente reservado, livre de interferências, desenhando os símbolos **amplamente** com as mãos no ar.*

*Lembro bem de uma de minhas primeiras professoras de reiki desenhando no ar, para nos mostrar, um “sei he ki” maior que ela mesma, para depois puxá-lo sobre suas costas, cobrindo seu corpo e protegendo-a (uma vez que também é um símbolo de proteção).*

*E assim, para começar, para simplificar a assimilação dos gestos, fazer bem grande mentalizando a quem se destinam. Imediatamente podemos estender nossos braços e mãos, mentalizando a energia a fluir, junto com os símbolos, abençoando nosso destinatário, seu ambiente, seu anjo da guarda.*

*Mas existem outras maneiras de transmitir reiki à distância e logo abaixo*

*examinaremos algumas.*

#### **[2.9.1.1] Técnica da redução**

*Primeiro devemos tranquilizar-nos e sentar comodamente.*

*Abrimos os braços e mãos uns 50 centímetros. Então imaginamos nosso cliente entre nossas mãos.*

*Traçar os símbolos. Começar com hon sha ze sho nen, seguir com cho ku rei e terminar com sei he ki.*

*Cada símbolo uma vez, em violeta, enquanto recita seu nome três vezes.*

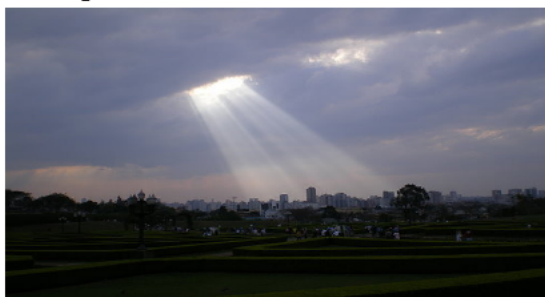
*Pronunciar o nome da pessoa.*

*Seguir então com ela entre nossas mãos, transmitindo-lhe reiki.*

*Conservar quanto tempo dispusermos, se possível uns dez minutos.*

*Eu costumo enviar reiki todas as noites às pessoas que me autorizaram. Faço-o deitado, com as mãos elevadas, apoiado nos cotovelos. Assim cada um recebe entre várias e muitas sessões de reiki à distância. Mas há vezes em que uma só sessão já resolve o problema que o cliente tinha.*

*Adianto aqui que não costumo perguntar aos clientes se o reiki está fazendo efeito. Eles têm sempre a liberdade de ficarem calados ou eventualmente me dizer de seus progressos. Eu faço a minha parte.*



#### **[2.9.1.2] Técnica da caixa**

*Depois que começamos a oferecer reiki à distância é possível que a quantidade de pessoas que nos pedem reiki cresça bastante. Pode ser que nós mesmos queiramos anotar nomes de pessoas a quem desejamos ajudar. E podemos fazer um bilhete assim: Ao anjo da guarda de fulano. Ao ambiente e ao anjo da guarda do beltrano. Ou: fulano de tal (esse autorizou).*

- *Uma caixa pequena ou média que possa ser queimada;*
- *no fundo vão todos os símbolos, cada um com seu mantra escrito três vezes;*
- *depois vamos colocando os bilhetinhos, retalhos, fotos...*
- *ativamos a caixa traçando os símbolos e dizendo três vezes seus nomes;*
- *e colocando nossas mãos sobre ela para energizá-la por cinco minutos;*
- *fazendo esta ativação todos os dias.*

#### **[2.9.1.3] Técnica do caderno**

*Nessa técnica iremos escrever em um caderno tudo que desejamos curar, alterar, obter, fazer, concluir, conseguir, saber, compreender, nos libertar. Colocaremos também fotos, nomes e endereços de pessoas que amamos, a quem vamos dirigir a*

*energia reiki à distância.*

*O caderno do reiki costuma ser mais pessoal, enquanto que a caixinha de reiki normalmente não é assim tão cheia de vínculos.*

*Podemos dividir o caderno em tomos, cada um destinado a um assunto, por exemplo: saúde, família, profissão, afetividade, lazer, espiritualidade e outros.*

*Ativar da mesma maneira que a caixa. Na primeira vez abençoar o caderno nas duas capas.*

*Seguir ativando por cinco minutos todos os dias.*

### **[2.10] Relatório do aluno**

*Aguardo novamente um relatório nos mesmos moldes dos anteriores.*

*Depois mando uma pequena resposta.*

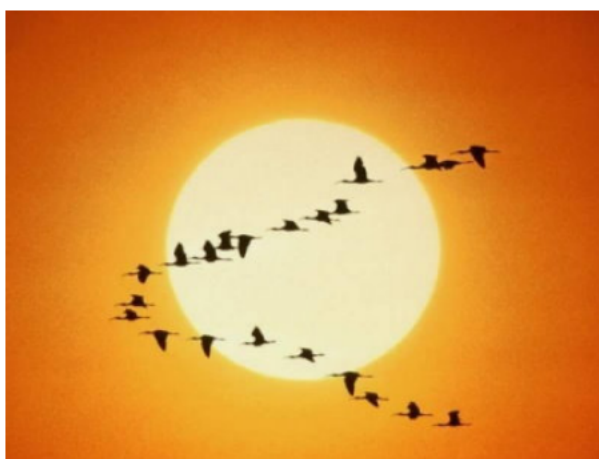
### **[2.11] A paz**

*A energia à distância também pode servir para trabalhar a favor da paz no mundo, para ajudar a deter a fome em um país, para proteger a um povoado ...*

*Quando nos associamos a outros para transmitir energia, a força vai aumentando multiplicadamente.*

*O mesmo acontece nos tratamentos em grupo. Podemos nos juntar para um tratamento mais profundo, rápido e eficaz.*

*Cada pessoa que começa a viver como canal de energia cósmica, cada novo terapeuta reiki dá novo fôlego à esperança de “um mundo melhor”!*



## [3] REIKI III

### REIKI DE TERCEIRO NÍVEL



*Estamos no terceiro nível do reiki.*

*Aqui você ficará mais poderoso, mas o que me interessa mesmo é que você se torne mais humilde.*

*Vou lhe ensinar basicamente duas coisas,  
dois símbolos maravilhosos  
e a cirurgia Kahuna.*

**[3.1] Dai koo myo**  
***dai koo myo***  
***a cura da alma***



*O dai koo myo é o símbolo de tratamento e resgate da alma (corpo espiritual). Aumenta a luz curadora do praticante de reiki III. Visa à evolução espiritual, o aumento da compaixão, de forma a liberar a alma dos ciclos reencarnatórios.*

*Torna a sessão muito poderosa, a ponto de sanar o mal que está na fonte superior, a causa primeira.*

*Opera transformações profundas no receptor.*

*O dai koo myo vai direto à fonte, ligando o cliente à energia da alma.*

*Sua utilização permite uma conexão imediata entre o “eu físico” e o “Eu Superior” (infinito).*

*Coloca-nos em contato com energias de alta frequência, acelerando as partículas energéticas do nosso corpo e do campo vibracional a nossa volta, limpando de imediato todos os canais sutis que servem de condução à energia reiki.*

*À semelhança do “sei he ki” o “dai koo myo” pode ser utilizado como proteção, desenhando-o bem grande e entrando no seu interior.*

*Deve ser utilizado antes de todos os outros, porque os potencializa.*

### **[3.2] Dai koo myo tibetano**

#### ***dai koo myo tibetano***

#### ***a cura da alma***



*Diane Stein (Reiki ESSENCIAL ) me ajuda novamente:*

*. . . “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 koo 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.” . . .*

*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 atuais. 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 à 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 objetivo 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, como 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 projeto do qual o corpo físico é derivado. Nesse nível, a cura causa alterações profundas, comumente descritas como "miraculosas". Curadores Reiki veem "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 diretas, quando sua intuição lhe disser para utilizá-lo. Eu o utilizo mais do que qualquer outro símbolo.*

*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 direta 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.*

*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.*

*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 correta. 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.*

### **[3.3] Relatório do aluno**

*Você irá avançando no reiki, no curso de reiki, neste documento. A cada passo mais largo está convidado, convidada, a fazer um pequeno relato de suas impressões, sensações, experiências ligadas ao estudo que ora fazemos. São informações que serão guardadas sigilosamente se assim for necessário, mas poderão ser utilizadas também para mostrar aos próximos alunos a maneira especial de reagir e evoluir no reiki. Basta relaxar e contar singelamente o que tem acontecido interna e externamente.*

*É momento também de expressar as dúvidas que ainda não foram conversadas ou que ainda persistem com solução inacabada.*

*Quando vier a iniciação, em especial, gostaria de ler seu relatório sobre a mesma.*

### **[3.4] A iniciação**

*Vamos agora à nossa iniciação.*

*Para isso basta voltar ao tópico XIV e ao capítulo 1.6, preparar a iniciação junto com seu professor e executá-la.*



### **[3.5] Cirurgia energética ou cirurgia kahuna**

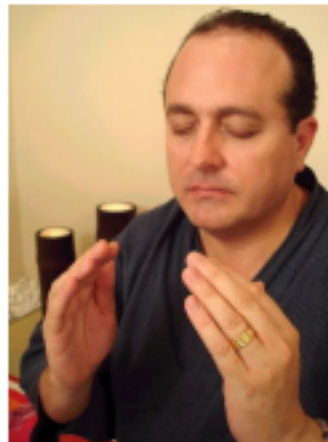
*O professor reiki **William Lee Rand** estudou e compôs a “**cirurgia energética**” enquanto viveu com os **kahunas no Havá**.*



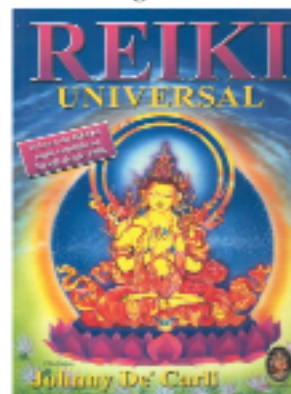
*William Lee Rand*



*Johnny De'Carli e William Lee Rand*



*Johnny De'Carli*





*Johnny e Yolanda*



**Johnny De'Carli escreve no capítulo 29 de seu livro "Reiki, Apostilas Oficiais":**

#### **CIRURGIA ENERGÉTICA OU KAHUNA**

*As cirurgias psíquicas receberão, neste capítulo, a denominação de cirurgia energética ou cirurgia kahuna, por entendermos que estes nomes são mais apropriados. O Mestre do Reiki William Lee Rand desenvolveu esta técnica quando conviveu com os kahunas no Havaí.*

...

... **Observação:** *O texto está um pouco reduzido. Também coloquei algumas poucas considerações minhas. No entanto, o texto sobre a Cirurgia Kahuna é essencialmente e 90% literalmente do livro de Johnny De'Carli.*

...

...

*As enfermidades psicossomáticas normalmente tomam-se uma grande dor de cabeça para os médicos e somente com a ajuda de várias especialidades, inclusive psicológicas e psiquiátricas enfim podem ser parcialmente resolvidas.*

*Podemos a qualquer momento nos deparar com uma pessoa que necessita de uma cirurgia kahuna, uma cirurgia energética.*

*O presente tratamento, muitas vezes, não substitui o tratamento médico. O ideal é que haja um tratamento em conjunto com a medicina convencional.*

*Antes de experimentar, vá até o final do roteiro, e examine a possibilidade de efeitos colaterais da grande energização.*

Vamos ver como se faz:

1. Perguntamos ao cliente se deseja se recuperar, respeitando a divina lei do livre-arbítrio. Ele pode estar de pé, sentado ou deitado;
2. verificamos em que consiste o desconforto, como se apresenta, em que parte do corpo. Tentamos localizar o bloqueio. Pode ser uma tensão ou uma dor, por exemplo;
3. questionamos o cliente de forma que ele nos diga se casualmente o mal tivesse uma cor, que cor seria, se tivesse um formato, qual seria;
4. fazemos uma oração, em voz alta ou mentalmente, pedindo a Deus e a seus anjos que auxiliem no processo e que a recuperação ocorra com amor e sabedoria divina;
5. desenhamos o dai koo myo em nossas mãos e batemos palmas três vezes, repetindo três vezes seu mantra. Fazemos o mesmo com o cho ku rei;
6. traçamos o cho ku rei em frente de nosso corpo;
7. alongamos o ectoplasma que envolve nossos dedos da seguinte maneira: colocamos uma palma sobre a outra em frente ao nosso corpo. Puxamos ambas as mãos para fora enquanto expiramos. Voltamos à mesma posição, com as mãos trocadas; aquela que estava na frente fica atrás. Na verdade nosso objetivo é esticar os dedos das mãos; esticar o ectoplasma dos dedos até 25 a 30 centímetros. Puxamos assim, ritmadamente nossos dedos, fazendo a expiração ruidosamente. Depois experimentamos os dedos de uma mão com a outra para ver de que tamanho os dedos estão. Os dedos ectoplásmicos serão nossos bisturis;
8. o cliente deve imaginar o desconforto e o local a ser tratado. Traçamos o cho ku rei sobre a área do bloqueio;
9. de pé, em posição de vigor e determinação, utilizando os dedos energéticos, enfie os dedos dentro do cliente e “agarre” o bloqueio, puxando-o para fora do corpo do receptor e remetendo “em pedaços” para um recipiente com água e sal grosso ou para o Cosmo. Mantenha-se firmemente decidido a ajudar e trabalhar junto com o auxílio do outro lado;
10. quando retiramos a energia negativa, inspiramos ruidosamente. Quando liberamos a energia negativa, expiramos vigorosa e ruidosamente;
11. atuamos dessa forma por aproximadamente três minutos, agarrando o bloqueio, ou o que sobrou dele por todos os lados possíveis. Usamos a intuição para participar melhor do evento;
12. perguntamos ao cliente: se ele sente alguma alteração, se a coloração mudou, se o formato e o tamanho mudaram. Se não, repetimos o processo anterior até que o cliente fique satisfeito com o resultado;
13. terminado o processo, aplicamos energia reiki sobre o local, para “cauterizar” a aura onde estava o bloqueio, enchendo-a com Luz;
14. afastamo-nos e cortamos a ligação com o cliente;
15. retraímos os dedos energéticos fazendo sopros ruidosos;
16. agradecemos em oração. Lavamos as mãos. Preparamos-nos para fazer novas cirurgias se acaso o cliente notar que ainda resta algo a resolver.

A técnica é muito poderosa e pode gerar desconfortos como fraqueza, enjoo, dores de cabeça, vômitos, diarreia, febre, coriza devido aos ajustes do corpo ao processo de limpeza.

Recomendamos ao cliente que beba muita água, coma frutas e verduras, repouse e use alimentos laxativos como mamões, laranja e ameixa para facilitar a limpeza interna.



## [K] Ativando a Kundalini e dominando o Hui Yin (Jenn Mo)

*Hui yin - jen mo – períneo*



**Diane Stein**

Esta parte quatro [4] de nosso documento aponta diretamente para o **capítulo 6 “Como Ativar a Kundalini”, escrito pela nossa amada Diane Stein no seu livro “Reiki ESSENCIAL, Manual completo sobre uma antiga arte de cura”.**

*É um desafio para mim. Chegou a hora. Vou aperfeiçoar minha capacidade de fazer iniciações Reiki.*

*Diane deu a receita colocando este capítulo justamente entre o Reiki II e o reiki III.*

*Para nosso documento colocamos entre o reiki de terceiro nível e o de quarto nível.*



### [K.1] DIANE STEIN escreve:

*A partir daqui, meus métodos de ensinar o Reiki deixam de ser tradicionais para serem modernos – embora, na verdade, pouco tenham de modernos. Os exercícios e as informações que se seguem não são usados no método Tradicional, mas tornam possível a explicação do Reiki III não Tradicional. Ofereço este material como parte do Reiki II, por um lado, porque ele serve de ponte entre as energias do Segundo e*

Terceiro Grau e, por outro, porque o estudante precisa de algum tempo para trabalhar com ele antes de começar com seriedade o treinamento em Reiki III. As informações e os exercícios também são vitais para compreender como funciona o Reiki, e, enquanto isso só começa a ser foco de interesse no Reiki II, no Terceiro Grau é de fundamental interesse.

1. "Você pode ver que há uma pequena confusão. O nosso método prevê quatro níveis. Mas a maioria dos cursos defende três níveis, dividindo o terceiro nível entre III-A e III-B. Diane Stein fala em reiki de terceiro nível como um ensinamento só. E coloca a Kundalini onde agora colocamos entre o reiki de terceiro e de quarto nível. Um pouco de boa vontade basta para desfazer os enganos. Sigo nesta parte quatro de nosso documento copiando o jeito que Diane escreve. Se ela diz Reiki III você entende Reiki IV!" -



O material deste capítulo é muito antigo e origina-se nos ensinamentos do Budismo Sânscrito e Tântrico. Esses ensinamentos já eram antigos no tempo de Jesus, e ele os incorporou, de início, ao Cristianismo. Durante quase dois mil anos, esses ensinamentos têm sido omitidos e esquecidos no Ocidente, e estão sendo reintroduzidos agora, quando alguns dos conhecimentos e das civilizações mais antigas do planeta estão ameaçadas de se extinguir e desaparecer. São métodos conhecidos por vários nomes, em diversos países orientais. Não sei quando ou como esses exercícios foram integrados e se tornaram parte dos ensinamentos avançados sobre o Reiki. Também não sei quem desenvolveu o método de iniciação que uso e quem o usa. Esse material pode, na verdade, ter sido parte original do Reiki. O próprio Mikao Usui parecia versado nos ensinamentos budistas, tendo sido conhecedor dos antigos Sutras.

Tomando conhecimento dos canais de energia que permeiam o corpo humano, o agente de cura compreende como o Reiki penetra e flui pelo corpo. Ao trabalhar com Reiki para harmonizar esses canais, ele aumenta sua capacidade como curador. Aprendendo a controlar o fluxo de energia nos canais, o curador é capaz de transmitir aos outros essa energia. Essa transmissão é o processo de iniciação em Reiki, e os exercícios energéticos contidos neste capítulo preparam o corpo físico para isso. A capacidade de conter e transmitir grandes quantidades de Ki e as técnicas para fazer uso dessa energia é o que constitui a iniciação em Reiki e o que dá origem a um Mestre. Os exercícios deste capítulo dão início a esse processo.

A natureza dessa energia e como ela flui pelo corpo é a natureza da vida em si. A canalizadora Barbara Marciniak, em seu livro iluminador **Bringers of the Dawn** (Bear & Co., 1992), chama a energia da força vital de "Luz" (que no Japão, é chamada de Ki) e a define como "informação", um dia se constituiu de doze filamentos, ao passo que

hoje se constitui apenas de uma hélice dupla. No estágio de evolução humana atual, estamos aprendendo a usufruir a informação codificada Ki e a nos ligar novamente ao que tínhamos perdido....



...  
Atualmente, os métodos energéticos antigos estão sendo revistos, visando uma nova era, uma nova cultura: são as chaves do Reiki, e este é o veículo que os leva à Terra. Nenhum outro método de trabalho com o sistema de Luz/Informação/Energia ou Ki do corpo humano é tão simples e natural. Outras disciplinas levam anos de estudo e prática, ao passo que o Reiki depende apenas de uma iniciação. . . .

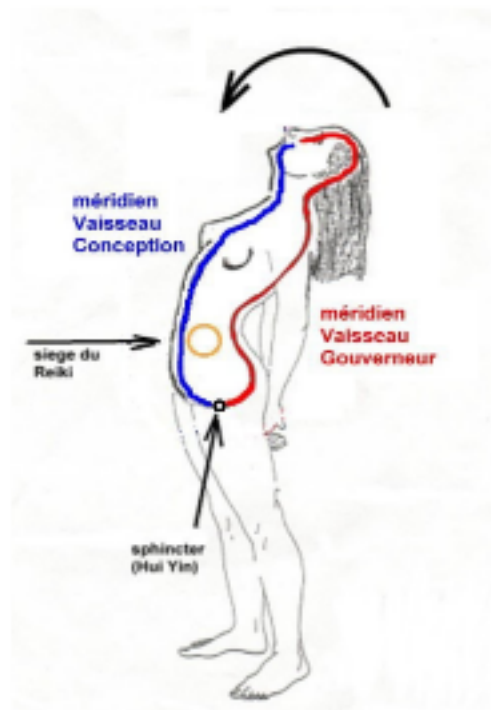
...  
Tanto na Ásia como na Índia se descrevem os canais por onde o Ki (Prana ou Ch'i) entra e circula através do corpo. Ambos os sistemas começam com um canal central primário, ladeado por um par de canais que ativa a energia em direções opostas. Esses canais acompanham a linha da coluna vertebral através do corpo. Eles se ramificam para formar a "fiação" do sistema elétrico do corpo. Na Índia, descrevem-se os chakras como tendo raízes na linha de tensão do corpo etérico central (Sushumna), e essa linha de energia se repete nos corpos além do duplo etérico. Existe um sistema de chakras em cada um dos corpos: no duplo etérico, assim como nos corpos emocional, mental e espiritual.

Na China, os canais emparelhados são considerados como o tronco central dos meridianos da acupuntura. . . .

Na Índia, os três canais principais são chamados de Kundalini e se localizam no duplo etérico. O grande canal central que corre verticalmente ao longo da coluna vertebral, do chakra da coroa até o da raiz, é chamado de **Sushumna**. Trata-se da ligação entre as energias Terrena e Universal, e contém carga energética neutra. No nível físico, é formado pela coluna vertebral e pelo sistema nervoso central. No nível do duplo etérico, os chakras se localizam ao longo da linha do Sushumna. O par de canais que movimentam a energia em direções opostas é conhecido na Índia como **Ida e Pingala**, ou às vezes, como **Shakti e Shiva**. Eles se movem num tipo de entrelaçamento ao longo do Sushumna, com as energias cruzando-se nos pontos entre os chakras. Ida é feminino, e flui descendo pela frente do corpo, enquanto Pingala é masculino, e move-se para cima, ao longo da coluna.



*Mikao Usui*



Using the Hui-Yin Point in Reiki

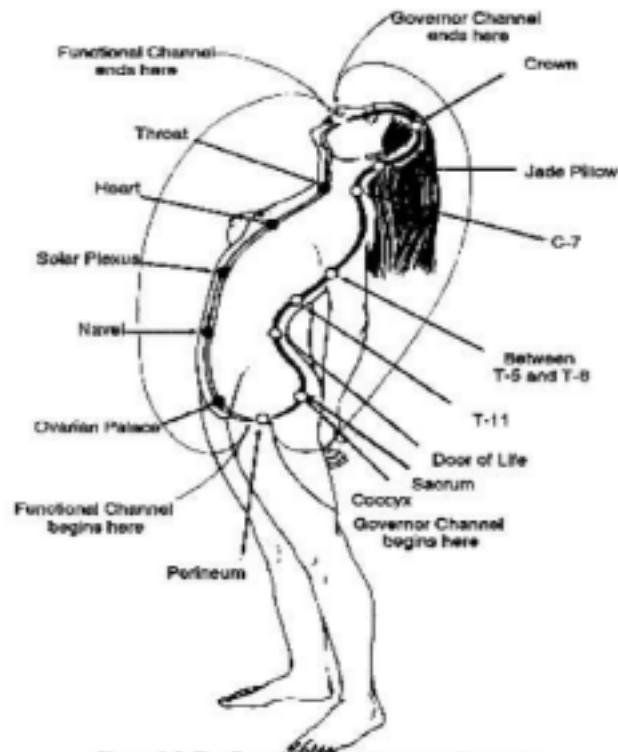
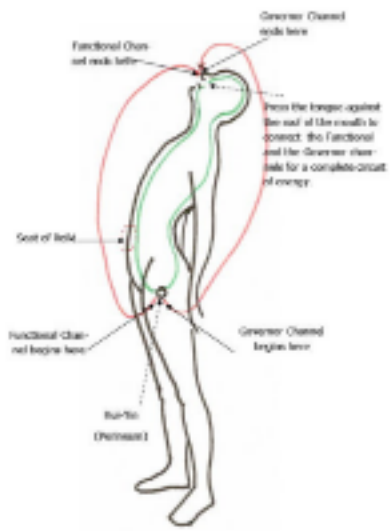
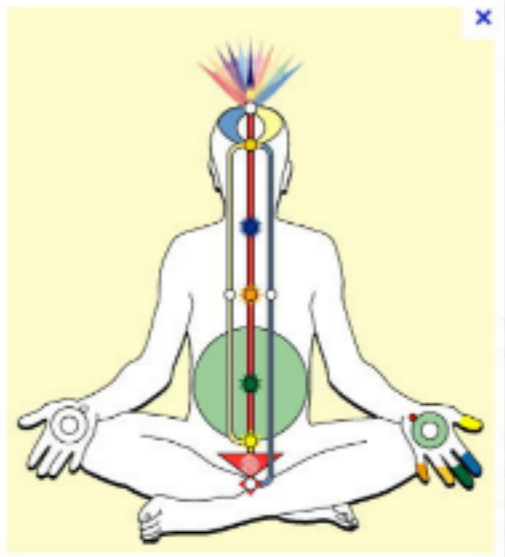
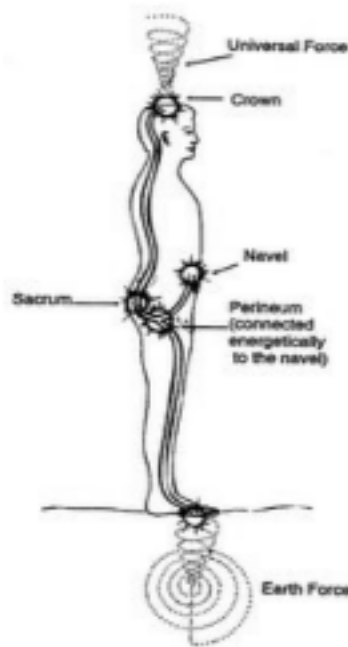
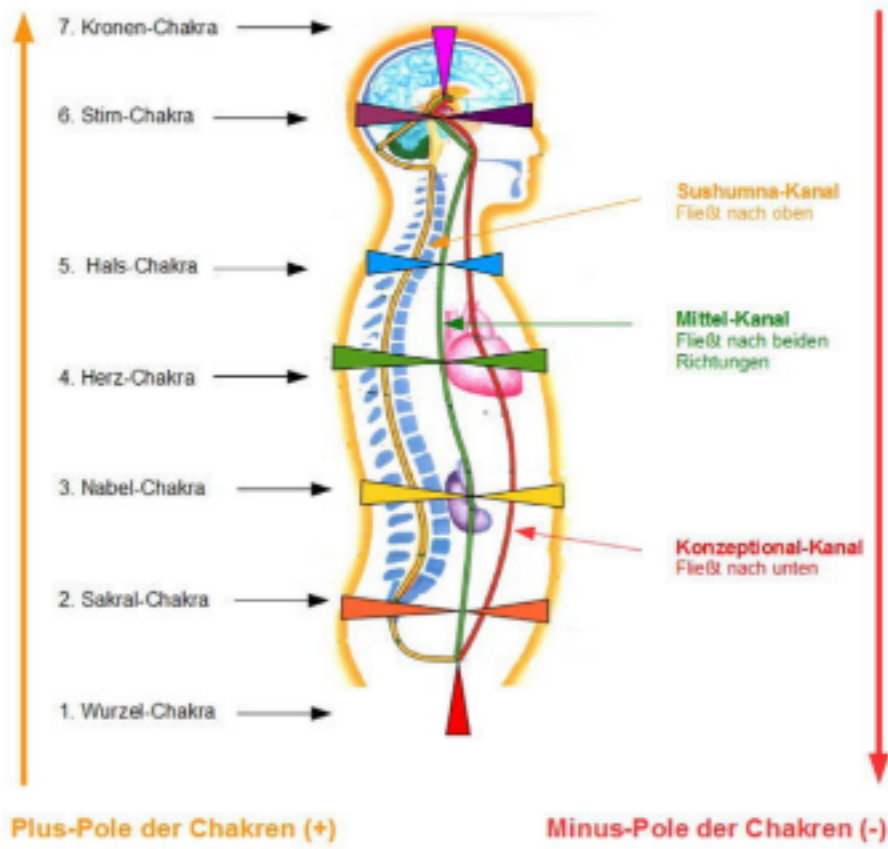
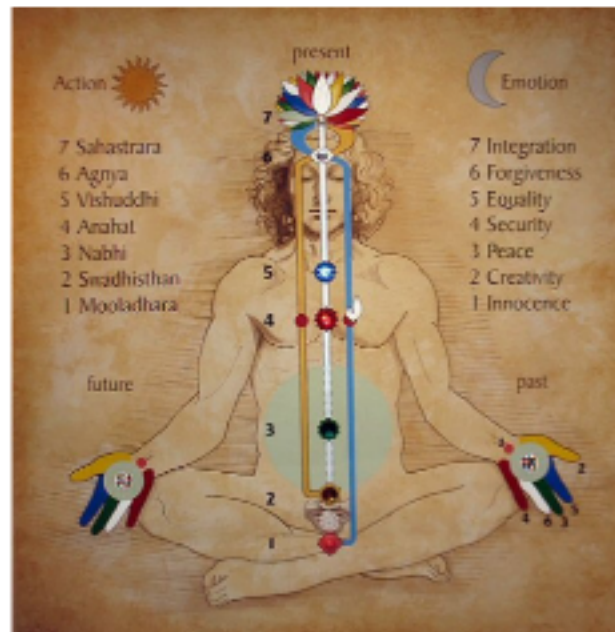


Figure 2-8. The Functional and Governor Channels

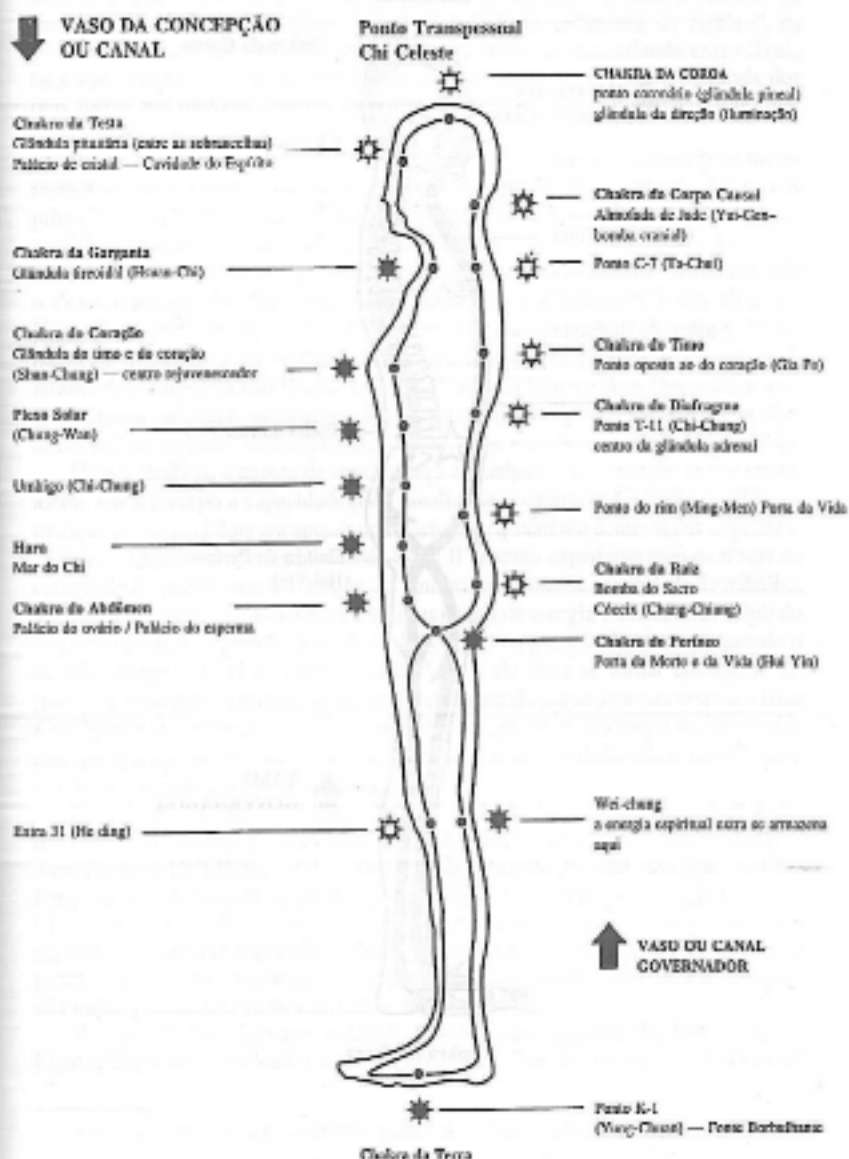


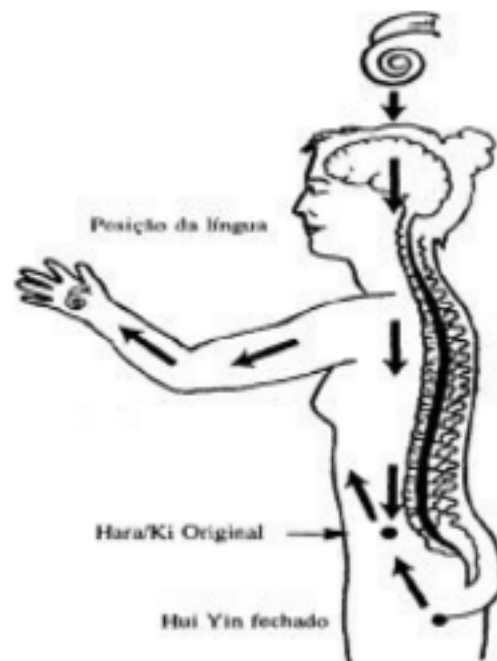




**Círculo do Ki no Corpo<sup>6</sup> (continuação)**  
**A Órbita Microcósmica (O Grande Circuito Celeste)**

A língua toca o palato duro e completa o circuito dos canais Governador e Funcional





O canal central, enfatizado por estar além dos corpos físico e do duplo etérico, é a Linha do Hara no Japão. O par de linhas energéticas que se move lateralmente são chamados de Vaso da Concepção e Vaso Governador. Estes são os Grandes Canais Centrais chamados de Ida e Pingala na Índia. O Vaso da Concepção é feminino (Yin) e tem carga energética negativa. Inicia-se no períneo ou ponto Hui Yin e se move para cima, na parte da frente do corpo, terminando ligeiramente abaixo do lábio inferior. O Vaso Governador é masculino (Yang) e sua carga energética é positiva. Também começa no períneo (entre os órgãos genitais e o ânus, no corpo físico) e se move para cima, pela parte posterior do corpo, ao longo da coluna vertebral. Termina logo abaixo do lábio inferior....

...

O que isso significa em termos de Reiki? O Reiki também trabalha para movimentar o Ki / Chi / Prana através do corpo. A energia se move através dos canais primários – a Linha do Hara, Vasos da concepção e Governador – e, através dos caminhos energéticos ramificados, chega às mãos. A iniciação em Reiki abre e ilumina os três canais primários, tanto quanto os chakras, direcionando e harmonizando o fluxo, e atinge e ilumina a energia no duplo etérico (Sushumna) e nos níveis do Hara. Cada iniciação depois do Reiki I aumenta a capacidade que os canais têm de manter e transmitir o Ki – primeiro na cura e depois de realizar as iniciações....

...

Esse é o objetivo do exercício do Ki – aumentar a capacidade do corpo de armazenar essa energia e tornar o processo consciente. Mais tarde, no Reiki III (leia-se IV), o ato da mente e a intenção também devem ser ativados.

Primeiramente, é necessário que haja consciência do padrão da energia fluindo, o que o **Chi Kung** chama de a **Órbita Microcósmica**. Essa é a base de todo o trabalho energético em Chi Kung, e falarei brevemente sobre ela. Escolhi exercícios de **Chi Kung** em vez de **Ioga Kundalini** porque o circuito completo de energia usado no Chi Kung evita problemas de sobrecarga elétrica, e esses exercícios são muito mais seguros de fazer sem supervisão. Eles geram rapidamente muita energia, sem que a pessoa sinta mal-estar ou corra algum perigo. Técnicas de **Kundalini Tânica** também são muito parecidas com os exercícios oferecidos aqui....

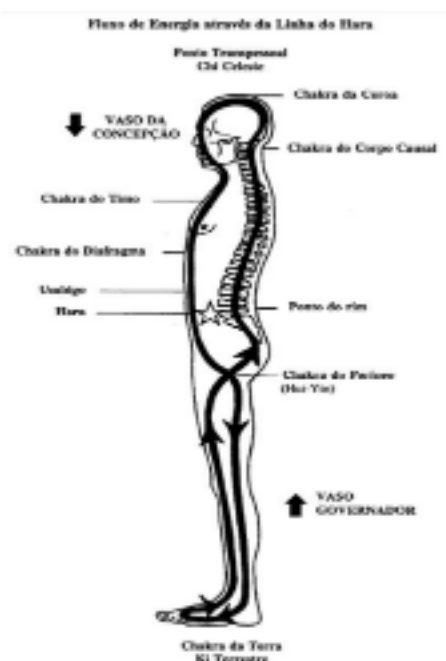
.....  
*Se você é um homem, talvez se sinta em segundo plano e tentando juntar as partes dos exercícios para fazê-los completamente e corretamente.*

*Então, a qualquer momento, pode pular para o **capítulo KH.2**, dedicado aos homens, e ler a partir desse ponto e deixar para voltar aqui já com os exercícios para homens em andamento.*

.....  
*O caminho do movimento da energia na **Órbita Microcós mica** é a base e o princípio para os exercícios do Ki no Reiki. Estes são feitos em estado de meditação, como na cura à distância, mas com a energia concentrada interiormente. Comece voltando sua atenção para o umbigo ou Hara. Quando o aquecimento (Ki) começar, desloque-o mentalmente em direção ao períneo (Hui Yin, chakra da raiz), atrás dos genitais e, então para cima, ao longo da coluna vertebral. Pare um momento na altura dos rins (Ming-Men), então, suba com a energia do Ki vagarosamente até o topo da cabeça (glândula pineal e chakra da coroa). Siga o fluxo de energia, não force. Conserve essa energia no chakra da coroa por até dez minutos, então, faça com que desça em direção à testa (pituitária, terceiro olho). Faça a energia fluir pela frente do corpo até o umbigo/Hara novamente; conserve-a nessa região até que a sensação de calor se concentre inteiramente; depois, repita o circuito até se aproximar do chakra da raiz. Faça isso diversas vezes. Com prática, aumente o número de Órbitas percorridas por sessão para 36.*

*Quando se sentir à vontade nesse exercício, passe a fazer a ligação com as pernas e com a Terra. Do umbigo, dirija o fluxo de energia para o Hui Yin (raiz); então, dividindo-o em dois canais, envie o Ki pela parte de trás das coxas até a parte de trás dos joelhos. Daí a energia flui para baixo, ao longo da parte posterior das pernas até a planta dos pés. O ponto K1 (Yung-Chuan), na planta de ambos os pés, é onde estão localizados os chakras nessa região. Esse ponto é chamado de Fonte Borbulhante, e é a ligação elétrica do corpo com a energia da Terra. Quando a planta dos pés se aquecerem, faça a energia fluir para os dedos e, então, para a parte superior dos pés e para os joelhos, extraíndo a energia da Terra. Continue a elevar a energia interiormente pela parte de fora das coxas e de volta para o Hui Yin, atrás dos órgãos genitais.*

*Faça o fluxo de energia voltar pela coluna vertebral e ramificar-se novamente para os braços quando chegar ao ponto central entre os ombros. Transmíta Ki pela parte interna dos braços até o centro das palmas, o local de onde o Reiki flui durante a cura. Concentre-se na sensação; então, siga com o fluxo ao longo do dedo médio e volte com a energia pela parte externa dos braços. Quando chegar aos ombros, volte ao circuito principal e faça essa energia subir pela coluna e pelo pescoço rumo ao chakra da coroa novamente. Continue com o circuito de energia ao longo do canal central, voltando ao Hara.*



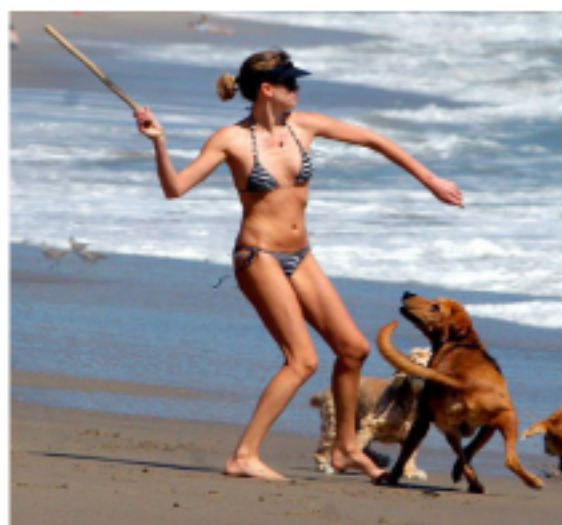
**Quando terminar o circuito de energia**, complete a meditação da Órbita Microcós mica, integrando a energia. Isso é extremamente importante e deve ser feito ao final de todas as sessões, independentemente de você ter realizado um ou muitos circuitos. Com a energia estacionada no ponto inicial e final do Hara, coloque o punho rapidamente sobre a região do umbigo. Realize movimentos giratórios, com um diâmetro de no máximo quinze centímetros. As mulheres realizam o movimento no sentido anti-horário, 36 vezes, e então 24 vezes no sentido horário. Os homens fazem o movimento 36 vezes no sentido horário, e 24 vezes no sentido anti-horário. Isso integra e concentra a energia, prevenindo a sobrecarga elétrica e o mal-estar....

...

Entretanto, temos controle sobre outras coisas. Muitos curadores acreditam, assim como eu, que um fumante ou quem usa drogas nunca poderão ser canais completamente claros para o Reiki, assim como alguém que abusa de bebidas alcoólicas. Nunca realize sessões de cura nem faça iniciações sob a influência do álcool ou de drogas. Esses estados convidam constantemente entidades negativas a estarem presentes na cura. Eles são inteiramente negativos para o agente de cura. Nunca realize sessões de cura nem faça iniciações quando estiver com raiva, ou não se sentir bem....

### **[K.1.1] Primeiro Exercício**

Comece num estado de meditação e inicie a órbita Microcós mica. Sinta e visualize o Ki como energia do fogo (Raku), movimentando-a do Hara (umbigo) para o Hui Yin (períneo), e daí para cima, ao longo da coluna, até o chakra da coroa. Leve a energia para baixo, pela frente do corpo, até o Hara novamente. Desse ponto em diante, os exercícios diferem para homens e mulheres. Não visualize os símbolos do Reiki durante este exercício.



#### **[K.1.1.1] Para Mulheres:**

Comece com o chakra da raiz fechado, a posição Hui Yin, que será examinada no próximo exercício. Para usá-la neste exercício, comece sentando-se no chão com o calcanhar de um dos pés pressionando a vagina e o clitóris. A pressão deve ser firme e contínua, o que também pode ser conseguido com um pequeno travesseiro entre as pernas, uma bola de tênis ou mesmo um cristal grande. Coloque a língua no céu da boca atrás dos dentes. Essa posição é fundamental na maioria dos exercícios de Ioga Kundalini e Ch'i Kung, inclusive na Órbita Microcômica. O uso do travesseiro ou almofada é uma técnica zen (Budismo japonês). Você pode sentir calor ou mesmo chegar ao orgasmo em virtude dessa pressão.

Em seguida, levante as mãos, esfregue uma contra a outra para ativar o fluxo da energia Reiki até que elas se aqueçam.

Cubra e pressione com a palma das mãos aquecidas os seios nus e comece a massageá-los descrevendo círculos para cima e para fora. Faça isso dezoito vezes sem estimular o bico dos seios e conscientize-se do fluxo do Ki na direção da vagina, das glândulas pineal e pituitária (os chakras da raiz, da coroa e o terceiro olho). A rotação para cima chama-se dispersão.

Termine com os dedos tocando ligeiramente o bico dos seios e faça a energia fluir dos seios, da vagina, do chakra da coroa, do terceiro olho em direção ao chakra do coração. Repita o grupo de dezoito movimentos giratórios de massagem de duas a quatro vezes, fazendo o Ki fluir para o chakra do coração depois de cada ciclo.

Depois faça os movimentos giratórios na direção oposta, movendo-se para dentro e para baixo. Concentre a energia nos mamilos e faça-a fluir para a coluna dorsal na altura dos seios; a seguir, dirija-a a região dos rins. Faça de dois a quatro movimentos giratórios. Esse tipo de movimento realizado para dentro é chamado de inversão.

Mova as mãos dos seios para a parte posterior do corpo, na altura dos rins. Massageie delicadamente essa área de nove a dezoito vezes; então, pare. Faça esses movimentos circulares de duas a quatro vezes, descansando ao final de cada série. Sinta o aquecimento na área dos rins.

Mova as mãos novamente, desta vez massageando o baixo ventre, dos ovários até a virilha. Massageie a região do fígado e do pâncreas, abaixo das costelas flutuantes, à direita, e o baço do lado esquerdo. Faça movimentos para fora e para dentro, 36 vezes em cada posição. Massageie a seguir a área vaginal para concentrar a energia. Faça

*uma pausa e sinta o Ki se expandir.*

*Coloque a mão direita sobre a vagina e a esquerda sobre o centro do coração, e dirija a sensação resultante do amor universal para o coração. Absorva a energia da Terra e continue com a Órbita Microcósmica, terminando por concentrar a energia no Hara.*

*Isso completa o primeiro exercício para mulheres.*

*Os benefícios desse exercício vão além da expansão dos canais da Kundalini. A maioria das disciplinas espirituais trabalha de alguma forma para dirigir a energia sexual ao chakra da coroa – a energia sexual é o Ki Original, e sua perda diminui a vitalidade, bem como a saúde e o período de vida. Essa energia é perdida através da ovulação, da menstruação e do ato sexual. O exercício acima recicla essa energia, gerando um aumento do Ki Original para o benefício do corpo, da mente e do espírito. Combinando a energia sexual com a energia do coração, desenvolve-se a compaixão, que traz a sensação de bem estar, prazer e paz.*

*Os movimentos giratórios sobre os seios servem para equilibrar nas mulheres o processo hormonal, às vezes com resultados surpreendentes. Os movimentos giratórios podem causar o desaparecimento dos sintomas da menopausa, com a explicação de que “o sangue retrocede”. Mulheres com nódulos nos seios acham que os movimentos giratórios podem reduzir ou eliminar esses nódulos. Fazendo apenas os movimentos giratórios, pode-se provocar a diminuição do tamanho dos seios. Faça os movimentos na direção inversa para aumentar o tamanho dos seios, mas evite-os se tiver nódulos nos seios ou se estiver passando pela menopausa. Para a maioria das mulheres, fazer movimentos giratórios em ambos os sentidos (o mesmo número de vezes em cada direção), equilibra os hormônios sem alterar o tamanho dos seios.*

Exercícios de Ki para Mulheres  
Primeiro Exercício

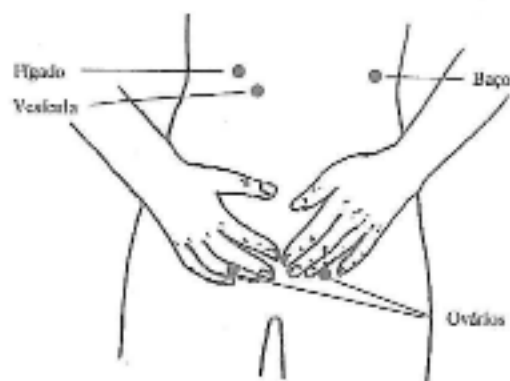


Massageie os seios para dentro, para cima e para fora.

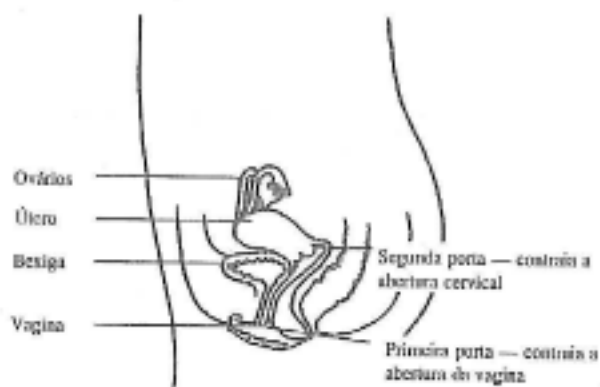


Toque os mamilos e faça a energia fluir para o coração.

Exercícios de Ki para Mulheres  
Primeiro Exercício (continuação)



Massageie a virilha e a cintura.



A posição Hal Yü — Porta da Vida e da Morte para Mulheres.

Outro resultado possível desses exercícios diários é o fato de o sangue "retroceder". Para algumas mulheres, os níveis de estrógeno podem diminuir suficiente para interromper o ciclo menstrual. De acordo com a filosofia esotérica, esses exercícios são considerados positivos e significam que o Ki sexual foi reciclado e dirigido ao chakra da coroa. Esses, provavelmente, não são usados como anticoncepcionais e, se a menstruação for interrompida por gravidez, pare com os exercícios ou faça um número menor de movimentos giratórios (menos de 100 por dia). **Esses exercícios não têm efeitos colaterais indesejáveis.** Eles param o relógio biológico e aumentam a criatividade e a atividade mental.

Esses exercícios podem ser feitos duas vezes ao dia, de manhã e à noite. Faça no mínimo 36 movimentos giratórios e, no máximo, 360 por sessão. Comece com um número menor e aumente aos poucos.

### **[K.1.1.2] Para Homens:**

*Comece os exercícios estando nu, de preferência, concentrado na sua meditação, com a Órbita Microcômica. Não visualize os símbolos do Reiki ou do Raku (energia do fogo) enquanto faz os exercícios, pois eles causam mal-estar e estimulam em excesso. Se isso ocorrer, devolva o excesso de energia à Terra e use a Órbita Microcômica, terminando em espirais a fim de levar o Ki até o Hara. A posição Hui Yin e o modo como ligar os Vasos da Concepção e Governador serão examinados neste capítulo mais à frente. Leia o primeiro exercício para mulheres antes de começar.*

*Inicie o exercício aumentando o nível de energia nas mãos: fricção-as uma contra a outra rapidamente ou dê início ao fluxo do Reiki.*

*Quando suas mãos estiverem quentes, massageie delicadamente os rins, de nove a dezoito vezes. Pare e atente para a sensação de calor. Usando o poder da mente, inspire em direção aos rins e expire em direção ao K1 (planta dos pés). Repita isso de duas a quatro vezes. Conscientize-se da ligação energética entre os rins e os órgãos genitais.*

*Aumente o nível de energia nas mãos novamente. Segure os testículos delicadamente com a mão direita em forma de concha sem apertá-los. Massageie-os 18 a 36 vezes. Pare e sinta o Ki acumular-se nos testículos.*

*Segure-os com a palma da mão esquerda e coloque a mão direita sobre o Hara. Pressionando levemente, massageie o umbigo com a mão direita no sentido horário de 36 a 81 vezes.*

*Troque as mãos e repita o procedimento, primeiramente elevando o nível de energia nas mãos. Massageie o Hara no sentido anti-horário, de 36 a 81 vezes. Dessa vez segure os testículos com a mão direita em forma de concha.*

*Cubra os órgãos genitais com as mãos. Sinta os órgãos estimulados e contraia os músculos para concentrar a energia. Pare e sinta a energia se expandir.*

*Com a mão direita sobre os testículos, coloque a esquerda sobre o centro do coração. Dirija a energia universal do amor ao coração.*

*Continue com a Órbita Microcômica, voltando com a energia ao Hara e terminando o exercício com as espirais finais.*

*São vários os objetivos deste exercício. O primeiro é aumentar a compaixão, ligando os órgãos genitais ao coração. O segundo maior benefício está em reciclar a energia sexual ou Ki Original para ter saúde e vida mais longa. Os órgãos sexuais também se fortalecem. Problemas relacionados com a próstata, com a ejaculação precoce e com outras dificuldades sexuais também podem ser aliviados. A circulação plena de energia ao longo da Órbita Microcômica cura todos os órgãos e equilibra possíveis bloqueios energéticos em qualquer região do corpo. A consciência espiritual se eleva, e a mente, o corpo e o espírito se unificam. Esse exercício também promove um estado elevado de paz interior, de segurança e de bem-estar. Estimula a criatividade, a atenção e o desenvolvimento espiritual.*

Exercícios de Ki para Homens  
Primeiro Exercício



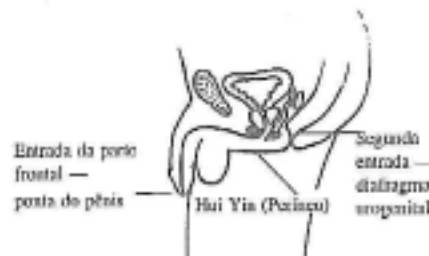
Massagie as costas.



Massagie os testículos.



Segure os testículos com a mão esquerda e com a direita massageie o abdômen no sentido horário.



Localização da posição Hui Yin para homens.

**[H.1.2] Segundo Exercício - a Posição Hui Yin**

A posição Hui Yin liga os Vasos da Concepção e Governador nas partes inferior e superior do corpo. Sem essa posição, o Ki se movimenta através dos canais em direções opostas, para dentro e para fora num fluxo em linha reta. A contração do Hui Yin permite que o Ki se movimente num circuito completo através do corpo, e é a força propulsora para o movimento de energia ao longo da Órbita Microcósmica. A Órbita não se completa e o Ki não é ativado sem essa posição. Essa também é a forma pela qual o Ki é levado, através do corpo do Mestre Reiki, para transmitir iniciações segundo o método de iniciação que ensino. Os exercícios do Ki não são usados no processo iniciático para o Reiki Tradicional.

Ao realizar as iniciações em Reiki, a posição Hui Yin é uma das maiores diferenças

entre o Reiki Tradicional e o não-Tradicional. Nas iniciações Tradicionais, quatro iniciações devem ser passadas a cada aluno do Primeiro Grau e uma no Segundo Grau. Com a contração do Hui Yin, e o método que ativa a Linha do Hara, somente uma iniciação combinada é exigida para cada grau. O Reiki III envolve uma única iniciação para ambos os métodos.

...

... A necessidade de aprender a posição Hui Yin para qualquer um que planeje prosseguir com o Reiki III é fundamental. Não sei quem desenvolveu o método de fazer as iniciações que uso, ou quem o desenvolveu utilizando-se dos exercícios de Ch'i Kung. Até o momento o Reiki tem sido uma tradição verbal.

A posição Hui Yin é outro exemplo da transformação da energia sexual em espiritualidade e da ativação e conservação do Ki Original. Trata-se de uma característica básica da Ioga Kundalini, da Ioga Pranayama, da Ioga Tantra e do Ch'i Kung, e já vi discussões sobre esses assuntos em vários livros. Contraindo-se o perineo, os Vasos da Concepção e Governador são ligados na parte inferior do corpo. Isso resulta num fechamento temporário do chakra da raiz ou do equivalente na Linha do Hara. Em vez de o Ki deixar o corpo pelos pés, ele se desloca para cima e a energia sexual é levada para o chakra da coroa.

Na Ioga Kundalini, essa posição é conhecida como Fechadura ou fechamento do Chakra Raiz. A postura de pressionar a vagina chama-se Siddhasana, a postura do sucesso, como descrevo no primeiro exercício do Ki. É considerada como a melhor posição de meditação para o desenvolvimento espiritual. Faz-se essa pressão colocando o calcanhar (uma almofada ou outro objeto) contra a vagina, o ânus ou contra o perineo entre eles. O fechamento do Hui Yin (ponto perineo) traz o Ki Terrestre para cima em direção ao Hara, ao mesmo tempo, atrai o Ki Celestial também para o Hara. Quando as duas energias se encontram, elas geram calor, que se desloca para a base da coluna (cóccix, chakra da raiz), liberando a energia da Kundalini.

O segundo exercício ensina a aluna a entrar em contato com o Hui Yin sem pressioná-lo externamente, fechando o perineo através da contração muscular. Essa posição (Hui Yin) é necessária para que a Mestre Reiki faça as iniciações, enquanto se movimenta em torno da aluna. A posição é absolutamente necessária para que se faça a iniciação pelo método não-Tradicional que eu ensino. Entretanto, se a Mestre Reiki tiver alguma deficiência que não permita que ela faça uso dessa posição, os guias do Reiki interferem para que as iniciações sejam feitas corretamente.

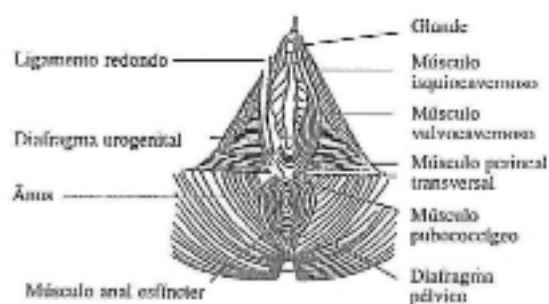
Primeiro, conscientize-se dos músculos envolvidos. Eles estão entre os genitais e o ânus, tanto nas mulheres quanto nos homens, e correspondem ao ponto de acupuntura com VC-1 (primeiro ponto do Vaso da Concepção). Eles são o local onde é feita a incisão durante o parto e dos exercícios Kegel para mulheres. A contração do Hui Yin também faz parte dos exercícios Kegel para mulheres. Em seus vídeos "**Awakening Your Light Body Tapes**", Duane Parquer e Sanaya Toman chamam esse ponto na linha do Hara de **Nua (New-ya)**. Em Ch'i Kung é conhecido como a Porta da Vida e da Morte.

O segundo passo para a posição Hui Yin é a colocação da língua no céu da boca, atrás dos dentes. Isso liga os Vasos da Concepção e Governador na parte superior do corpo, assim como a contração do perineo o faz na parte inferior. Existem três posições possíveis para a língua; as mais simples é mantê-la bem para frente (Posição do Vento). Só uma leve pressão é necessária: apenas toque o palato com a ponta da língua, mantendo-a nesse lugar enquanto faz o exercício. Isso também deve ser feito enquanto se faz a iniciação Reiki.

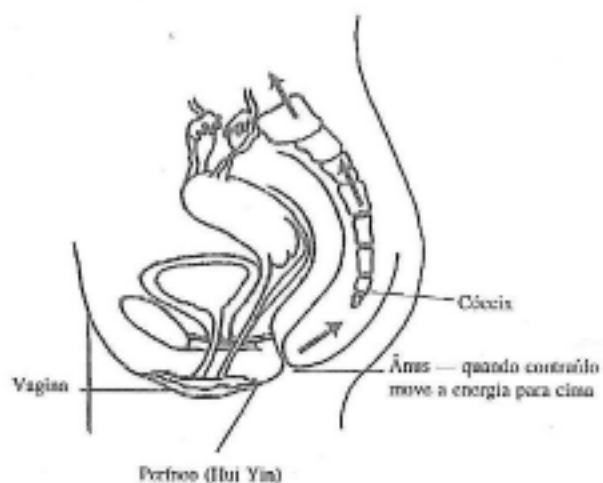
Estando sentado, comece a trabalhar com essas energias. Darei separadamente

*instruções para homens e mulheres. Não visualize os símbolos do Reiki ao fazer os exercícios dessa vez; espere pelo processo iniciático no Reiki III.*

**Como Localizar a Posição Hui Yin**



**Músculo do períneo (mulheres)**



**A Porta da Vida e da Morte para mulheres**

### Contração do Hui Yin



1. Contraia a vagina.

2. Contraia o ânus.

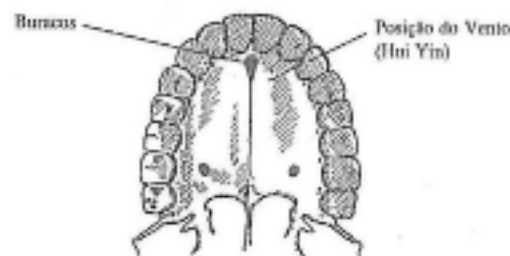
3. Contraia toda a área pélvica, mantendo-a esticada.

4. Sinta a energia subir do ânus pela coluna.

### Posição Hui Yin da Língua<sup>23</sup>



A ponta da língua toca o palato duro.



#### [H.1.2.1] Para Mulheres:

Enquanto estiver sentada numa cadeira ou no chão, contraia os músculos da vagina e do ânus. Provavelmente, é mais fácil contrair primeiro os músculos do ânus e depois os da vagina. Contraia o ânus e depois a vagina. Contraia o ânus como se estivesse tentando interromper o fluxo da urina. Se você já fez exercícios Kegel depois do parto, para controlar a bexiga ou estimular o orgasmo, esse é muito parecido. A contração ocorre anatomicamente no músculo pubococcígeo. Quando ambas as aberturas são contraídas corretamente, parece que o ar entra para o corpo através do reto. Mantenha-se nessa posição por tanto tempo quanto possível, e, então se solte. Repita isso várias vezes.

No início, isso pode ser difícil para muitas mulheres. A prática desenvolve o controle muscular; entretanto, quanto mais você praticar, mais forte se tornará o músculo. Você será capaz de manter a contração durante o dia todo, fechando a posição e esquecendo-se dela. Lembre-se entretanto, de que estará fechando a posição e na Linha do Hara, simultaneamente. Não se esqueça de relaxá-la frequentemente.

Você deve ser capaz de conservar o Hui Yin com a língua no céu da boca e a respiração por dois ou três minutos, quando estiver fazendo a iniciação em Reiki. Este é o objetivo do exercício: desenvolver a contração muscular necessária. Comece o exercício prendendo a respiração. Quando a vagina estiver completamente contraída, você sentirá a contração do colo do útero, fechando mais uma porta de energia. O Ki imediatamente começa a fluir para cima, ao longo da Linha do Hara, e a energia não pode mais se movimentar para baixo e sair do corpo pelos pés e órgãos internos. A ligação é feita com a energia da Terra, que é absorvida para cima em direção ao Hara.

Em seguida, enquanto a posição Hui Yin é mantida na base do corpo, coloque a língua no céu da boca, atrás dos dentes, no palato duro. Agora o circuito de energia está fechado e os Vasos da Concepção e Governador são ligados em ambos os extremos. Você sentirá a Órbita Microcósmica se iniciar quase que imediatamente; o Hui Yin e a posição da língua são necessários para se executar a Órbita. Agora o Ki se movimenta do chakra da coroa para baixo, tanto quanto da Terra para cima. O Hara é ativado e a energia circula pelo corpo, fazendo-se sentir como se o circuito tivesse a forma de um "8". Essa figura também é um símbolo egípcio do infinito.

Procure praticar os três componentes do Hui Yin. Contraia a vagina e o ânus, coloque a ponta da língua no céu da boca, respire profundamente e prenda a respiração o máximo que puder. Posteriormente, você deve fazer isso em pé. Sem prender a respiração, realize a Órbita Microcósmica, enquanto os dois extremos dos Vasos da Concepção e Governador são ligados, formando um ciclo de energia. Essa posição torna possível a Órbita Microcósmica.

#### **[H.1.2.2] Para Homens:**

Este exercício é feito da mesma forma que nas mulheres; porém, agora, só o ânus é contraído. Pressione os músculos para cima e para dentro. As duas portas, nos homens, se localizam na ponta do pênis e na abertura da uretra, na base. Esses são os lugares por onde o Ki sexual se esvai do corpo.

Leia o exercício para mulheres e faça da mesma forma.

Homens e mulheres devem praticar ambos os exercícios duas vezes ao dia, pela manhã e à noite. Quanto mais você se familiarizar com a Órbita Microcósmica, melhor.

À medida que você pratica esse exercício por períodos mais prolongados, uma sensação de total bem-estar torna-se parte da sua vida diária, e vários problemas físicos e emocionais são eliminados. A prática desse exercício libera endorfinas no cérebro, dando origem a uma "elevação" natural. O segundo exercício é exigido para fazer a iniciação Reiki, mas o primeiro remove bloqueios energéticos, e os dois aumentam o nível de alerta espiritual e desenvolvem a conexão corpo-mente-espírito. Isto é particularmente verdadeiro para os homens. Tanto para os homens quanto para as mulheres, o primeiro exercício de Ki pode ser importante para curar dificuldades na reprodução e desequilíbrios hormonais.

Saúdo particularmente os homens que estão desenvolvendo a espiritualidade nesta era de mudanças na Terra. A conscientização começa com a auto cura nos homens e faz parte do processo de transformação da Terra como sendo um lugar melhor para todos os seres.

Isso completa as informações sobre o Reiki II, faltando somente as informações sobre o grau de Mestre/Instrutor no Reiki III. Os exercícios de Ki são uma ponte entre o Segundo e o Terceiro Graus; mas, antes de começar a trabalhar com o Reiki III, o aluno precisa conhecer os símbolos e ser capaz de desenhá-los corretamente. Ele precisa tornar-se proficiente em cura a distância e no uso dos símbolos do Reiki II na cura direta, bem como com outros objetivos além da cura. Com a prática da Órbita Microcós mica e dos dois exercícios de Ki, o aluno está pronto para receber o Reiki III.

## **[KH.2] Para homens, resumo extra, Kundalini e Huy Yin (Flávio Roberto Wolff)**

### **[K.2.1] Exercício Kundalini para homens:**

*Ativando a Kundalini e dominando o Hui Yin (Jenn Mo)*

*Comece voltando sua atenção para o umbigo ou Hara/1/*

*Quando o aquecimento (Ki) começar,*

*desloque-o mentalmente em direção ao períneo/2/(hui Yin, chakra da raiz), atrás dos genitais e,*

*então para cima, ao longo da coluna vertebral/3/.*

*Pare um momento na altura dos rins/4/ (Ming-Men),*

*então*

*suba com a energia do Ki vagarosamente*

*até o topo da cabeça (glândula pineal e chakra da coroa)/5/*

*Siga o fluxo da energia, não force.*

*Conserve essa energia no chakra da coroa por até dez minutos, então faça com que desça em direção à testa (pituitária, terceiro olho)/6/.*

*Faça a energia fluir pela frente do corpo até o umbigo/Hara /7/ novamente.*

*Conserve-a nessa região até que a sensação de calor se concentre inteiramente*

*Depois repita o circuito até se aproximar do chakra da raiz.*

*Faça isso diversas vezes.*

*Com a prática, aumente o número de Órbitas percorridas por sessão para 36.*

*Quando se sentir à vontade, passe a fazer a ligação com as pernas e a Terra.*

*Do umbigo dirija o fluxo de energia para o Hui Yin (raiz) /8/*

*Então, dividindo-o em dois canais, envie o Ki pela parte de trás das coxas até a parte de trás dos joelhos.*

*Daí a energia flui para baixo, ao longo da parte posterior das pernas até a planta dos pés. O ponto K1(Yung-Chuan), na planta de ambos os pés.*

*É onde estão localizados os chakras nessa região. Esse ponto é chamado de Fonte Borbulhante, e é a ligação elétrica do corpo com a energia da Terra./9/*

*Quando a planta dos pés se aquecerem, faça a energia fluir para os dedos, então, para a parte superior dos pés e para os joelhos, extraíndo a energia da Terra./10/*

*Continue a elevar a energia interiormente*

*pela parte de fora das coxas /11/*

*e de volta para o Hui Yin,/12/ atrás dos órgãos genitais.*

*Faça o fluxo de energia voltar pela coluna vertebral e ramificar-se novamente para os*

braços quando chegar ao ponto central entre os ombros./13/

Transmita Ki pela parte interna dos braços a o centro das palmas./14/ o local de onde o Reiki flui durante a cura.

Concentre-se na sensação; então, siga com o fluxo ao longo do dedo médio e volte com a energia pela parte externa dos braços. /15/

Quando chegar aos ombros, volte ao circuito principal e faça essa energia subir pela coluna e pelo pescoço rumo ao chakra da coroa novamente./16/

Continue com o circuito de energia ao longo do canal central, voltando ao Hara./17/

=====

**Quando terminar o circuito de energia,** complete a meditação da Órbita Microcômica, integrando a energia.

Isso é extremamente importante e deve ser feito ao final de todas as sessões, independentemente de você ter realizado um ou muitos circuitos. Com a energia estacionada no ponto inicial e final do Hara, coloque o punho rapidamente sobre a região do umbigo./18/

Realize movimentos giratórios, com um diâmetro de no máximo quinze centímetros. Os homens realizam o movimento no sentido horário, 36 vezes e então 24 vezes no sentido anti-horário. Isso integra e concentra a energia, prevenindo a sobrecarga elétrica e o mal-estar.

=====

#### **[H.2.2.1] Primeiro exercício Huy Yin para homens:**

Comece num estado de meditação e inicie a órbita Microcômica. Sinta e visualize o Ki como energia do fogo (Raku), movimentando-a do Hara (umbigo) para o Hui Yin (períneo, e daí para cima ao longo da coluna, até o chakra da coroa./19/

Leve a energia para baixo, pela frente do corpo até o Hara /20/ novamente.

Desse ponto em diante, os exercícios diferem para homens e mulheres. Não visualize os símbolos do Reiki durante esse exercício.

Aqueça as mãos e massageie delicadamente a região dos rins./21/

de nove a dezoito vezes, então pare. Descanse ao final de cada série. Sinta o aquecimento na área dos rins.

Usando o poder da mente, inspire em direção aos rins e expire em direção ao Ki (planta dos pés)./22/Repita quatro vezes.

Conscientize-se da ligação energética entre os rins e os órgãos genitais.

Mova as mãos novamente, desta vez massageando o baixo ventre./23/ das costelas até a virilha.

Massageie a região do fígado e do pâncreas, abaixo das costelas flutuantes, à direita, e o baço do lado esquerdo.

Faça movimentos para fora e para dentro, 36 vezes em cada posição.

Massageie a seguir a área genital /24/para concentrar a energia.

Faça uma pausa e sinta o Ki se expandir.

Aumente o nível de energia nas mãos novamente. Segure os testículos delicadamente com a mão direita em forma de concha sem apertá-los./25/ Massageie-os 18 a 36 vezes.

Pare e sinta o Ki acumular-se nos testículos.

*Segure-os com a palma da mão esquerda e coloque a mão direita sobre o Hara./26/*  
*Pressionando levemente, massageie o umbigo com a mão direita no sentido horário de 36 a 81 vezes./27/*  
*Troque as mãos e repita o procedimento, primeiramente elevando o nível de energia nas mãos. /28/ Massageie o Hara no sentido anti-horário de 36 a 81 vezes.*  
*Cubra os órgãos genitais com as mãos./29/ Sinta os órgãos estimulados e contraia os músculos para concentrar a energia.*  
*Pare e veja a energia se expandir.*  
*Com a mão direita sobre os testículos, coloque a esquerda sobre o centro do coração./30/*  
*Dirija a energia universal do amor ao coração.*  
*Continue com a Órbita Microcômica, voltando a energia ao Hara e terminando o exercício com as espirais finais./31/*

#### **[H.2.2.2] Segundo exercício Huy Yin para homens:**

*Este exercício é feito da mesma forma que nas mulheres: porém agora, só o ânus é contraído. Pressione os músculos para cima e para dentro. Contraia os músculos do ânus. Quando o Ânus é contraído corretamente, parece que o ar entra para o corpo através do Reto. Mantenha-se nessa posição por quanto tempo quanto possível, e, então se solte. Repita isso várias vezes. No início isso pode ser difícil para muitos homens. A prática desenvolve o controle muscular. Entretanto quanto mais você praticar, mais forte se tornará o músculo. Você será capaz de manter a contração durante o dia todo, fechando a posição e esquecendo-se dela Lembre-se entretanto de que estará fechando a posição e na linha do hara, simultaneamente. Não se esqueça de relaxá-la frequentemente.*

*Você deve ser capaz de conservar o Hui Yin com a língua no céu da boca e a respiração por dois ou três minutos, quando estiver fazendo a iniciação em Reiki. E é o objetivo do exercício. Desenvolver a contração necessária. Comece o exercício prendendo a respiração. Quando o ânus estiver completamente contraído você sentirá a contração do reto. O ki imediatamente começa a fluir para cima, ao longo da \linha do \Hara, e a energia não pode mais se movimentar para baixo e sair do corpo pelos pés e órgãos internos. A ligação é feita com a energia da Terra, que é absorvida para cima em direção ao hara./em seguida enquanto a posição hui Yin é mantida na base do corpo coloque a língua no céu da boca, atrás do dentes, no palato duro. Agora o circuito de energia em regra está fechado e os Vasos da Concepção e Governador são ligados em ambos os extremos. Você sentirá a Órbita Microcômica se iniciar quase que imediatamente; O hui Yin e a posição da língua são necessários para se executar a órbita. Agora o Ki se movimenta do chakra da coroa para baixo tanto quanto da Terra para cima. O hara é ativado e a energia circula pelo corpo, fazendo sentir como se o circuito tivesse a forma de um "8" Essa figura também é um símbolo egípcio do infinito. Cura praticar os três componentes do Hui Yin. Contraia o Anus, coloque a ponta da língua no céu da boca, respire profundamente e prenda a respiração o máximo que puder. Posteriormente deve fazer isso em pé. E sem prender a respiração realize a Órbita Microcômica, enquanto os dois extremos dos Vasos da Concepção e Governador são ligados, formando um ciclo de energia. Essa posição torna possível a Órbita Microcômica para ativar duas vezes ao dia. Quanto mais você se familiarizar com a Órbita Microcômica melhor. Uma sensação de total bem estar torna-se parte da vida diária e vários problemas físicos e emocionais são eliminados. Libera endorfinas no cérebro dando origem a uma "elevação natural". O segundo exercício é exigido para*

*fazer a iniciação Reiki, mas o primeiro remove bloqueios e os dois aumentam o nível de alerta espiritual e desenvolvem a conexão corpo-mente- espírito. Isto é particularmente verdadeiro para os homens. O primeiro exercício pode ser importante para curar dificuldades na reprodução e desequilíbrios hormonais.*

*Isso completa as informações sobre o Reiki III (o nosso reiki III).*

*Essa parte é uma ponte entre o terceiro e quarto níveis do nosso Reiki.*



## [4] REIKI IV

### REIKI DE QUARTO NÍVEL

*O nível de professor - sensei*



#### [4.1] O dinheiro

*Vamos começar o quarto nível falando de um tema polêmico.*

*Há vários cursos de reiki que incluem instruções pormenorizadas a respeito do dinheiro (e os bens materiais). Normalmente acontece que estes cursos dão uma receita de como adquirir mais dinheiro. Ser mais feliz a partir dos bens materiais.*

*Para mim esse é um brutal contra senso. Feliz com bens materiais?*

*A felicidade é um bem espiritual, sentimental, mental. Não avança mais do que isso em direção à materialidade.*

*É certo que lutamos por nossa sobrevivência e por uma vida cômoda. E é justo, desde que esta “luta” seja uma forma de dizer, que não seja uma atitude de competição, de barganha permanente com nossos irmãos.*

*O que fez um provável futuro rei da Inglaterra?*

*“Casamento de Jaime*

*Depois da morte de Oliver Cromwell em 1658 e o subsequente colapso da Commonwealth em 1660, Carlos II foi coroado como Rei da Inglaterra em 29 de maio de 1660. Depois da coroação do irmão, Jaime foi nomeado Duque de Albany na Escócia. Ao retornar a Inglaterra, Jaime provocou controvérsia ao anunciar seu casamento com Anne Hyde, filha do ministro chefe de Carlos II, Edward Hynne. Ninguém espera que um príncipe fosse se casar com uma plebeia. Anne engravidou de Jaime e ele lhe prometeu casamento. No dia 3 de setembro de 1660, Jaime casou-se oficialmente com Anne Hyde em Londres. O primeiro filho de Jaime nasceu em menos de dois meses após o casamento, mas morreu na infância. Ao todo, eles tiveram oito filhos, sendo que só duas sobreviveram: Maria e Ana e ambas se tornaram rainhas da Inglaterra posteriormente. Em 1671, Anne morreu provavelmente de câncer no seio.”*

*Isso eu chamo de amor. Isso eu quero ver cada vez mais acontecendo ao meu redor. E a minha felicidade também se faz a partir da felicidade de meus irmãos.*

*Então estamos combinados: Com Flávio Roberto Wolff, professor (sensei) reiki não se fala em fórmulas mágicas para ganhar dinheiro!!!*

*Para reforçar esse assunto sobre dinheiro, anoto aqui uma declaração da Diane Stein – Reiki ESSENCIAL - que está no capítulo “Os Símbolos do Terceiro Grau”, na quarta página, página 168 da versão que tenho comigo:*

*“ . . .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 reflexões, essas ideias desapareceram. Ainda assim, tenho visto outros instrutores modernos, com intenções positivas, deixar de lado seus objetivos 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 tornou Mestre Reiki. . . .”*

#### **[4.2] O título de professor – sensei**

*Veja a declaração da Diane logo acima e veja que, **de acordo com minha avaliação**, há mais um item a corrigir. Ficarà mais fácil para todos deixar de utilizar o título de Mestre – Mestra!!! Acho que esta é uma âncora que pode impedir o navio do reiki de navegar com serenidade. O título de professor (sensei) é apenas a responsabilidade de ensinar o reiki. Nada mais. O título de professor é a responsabilidade de ensinar e também de enfrentar a evolução pessoal, corrigindo gradativamente inumeráveis defeitos naturais em qualquer ser humano.*

*O professor reiki é um ser humano como qualquer outro, e traz dentro de si manias e defeitos que vão sendo corrigidos com muita paciência e dedicação.*

*Um professor tem a responsabilidade de ser um modelo para seus alunos.*

*Assim, fica obrigado a cuidar de sua evolução com mais rapidez do que todos os demais.*

***Mestre foi Jesus, Buda, Swamy Sathya Sai Baba, Madre Tereza de Calcutá, São Francisco de Assis e outras personalidades universais. Eu, Mestre, não gosto de pensar !!!***

*Por isso, comigo, Flávio Roberto Wolff, façam por favor a gentileza de **me chamar de “professor Flávio”**, se quiserem algo mais, então **“sensei Flávio”**.*

#### **[4.3] Convite à humildade**

*No capítulo [2.8] à página 77 temos um convite que fala por si mesmo. Estamos convidados à humildade. Nos cursos presenciais sempre convido meus alunos a fazer o ritual do lava-pés, lavando os pés dos amigos, das amigas, e depois pedindo que alguém lave os meus pés.*

*À distância seria interessante que o aluno descobrisse ao seu redor alguém que pudesse se dispor a ter seus pés lavados pelo aluno. É a cerimônia da humildade. Importantes emoções e meditações acontecem nessa hora.*

#### **[4.4] A consciência tranquila, renovada**

*Com estes três capítulos iniciais fico de alma lavada, tranquilo para ensinar o quarto nível, o nível de professor.*



**[4.5] raku**

**RAKU**  
*o relâmpago*





Vamos de carona com a Diane Stein novamente:

“... RAKU . O raio de luz mantendo o fogo (somente para fazer as iniciações).

O outro símbolo do Reiki III (quarto nível para nós) 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 do 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 ativa 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 contato 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....”

#### **[4.6] Ensinar reiki**

Meus amigos, meus amados. Já estou vazio. Não tenho muito que falar. A jornada desde o primeiro até este quarto nível já me satisfaz. Agora apenas desejo me certificar de que você passou por todos esses graus e adquiriu os conhecimentos que estão neste documento.

Se você já é meu aluno desde o início, tudo já está colocado. **Você ensina aquilo que aprendeu.**

Todo o material colocado neste documento é matéria de ensino e meditação.

Temos o ritual iniciático na parte [1] - o primeiro nível -;

Temos os símbolos, uns na parte [2] (segundo nível),  
outros na parte [3] (terceiro nível),

Temos os exercícios do Ki (a Kundalini) e os do Hui Yin na parte [4];  
e o Raku aqui na parte [5] (quarto nível).

Os conhecimentos que agora você tem, vai passar para seus alunos. Pode usar este documento e/ou confeccionar novo material (mais de acordo com suas próprias pesquisas).

***E ainda temos mais um recurso consistente. Logo nas próximas páginas Diane Stein ensina e revisa grande parte do que estamos estudando e vivenciando.***

#### **[4.7] Iniciação**

*Faremos agora a definitiva iniciação, para que você se torne um professor ou professora.*

*Desejo que todos os professores e alunos sejam amados uns dos outros.*

#### **[4.8] Estou aqui para resolver as dúvidas do novo professor de reiki**

*Mande suas dúvidas por e-mail ou telefone. Estou aqui, pergunte!*

#### **[4.9] A ajuda da Diane Stein**

*A partir de agora coloco os ensinamentos da Diane, que tanto nos ajuda, falando sobre as iniciações e sobre o ensino do reiki.*



##### **[4.9.1] 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 reto. Suas mãos permanecem unidas sobre o peito, em posição de oração.*

##### **1. 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 frente

Abra as mãos do aluno, como um livro.

Desenhe o Cho-Ku-Rei sobre ambas as palmas. Data três vezes.

Desenhe o Sei-Iie-Ki sobre a palma das mãos. Data três vezes.

Desenhe o Hon-Sha-Ze-Sho-Nen sobre ambas as palmas. Data três vezes.

Desenhe o Dai-Ko-Myo sobre a palma das mãos. Data 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.

As 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 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 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 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. Passe para as costas do aluno. Existem dúvidas sobre se é preciso continuar aprender 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 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 incômodo — 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 se esquecer de algo, ou cometer um erro, isso não será uma catástrofe. Se 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.*

*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, objetos indicando as quatro direções 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.





#### **[4.9.2] 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 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 diretamente 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 direta, 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 diretas e a distância, mas antes os memorize 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 direta e a distância, então se visualize desenhando-os. Todas as linhas devem ser bem feitas, na sequência correta. 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 Microcsmica e como 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 agrada. 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 direta e à cura a distância, e procure sentir seu efeito. Quando estiver completamente familiarizado com a cura direta 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 deem vários cursos de Reiki I antes de começar a ensinar o Reiki II, e que deem 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. É óbvio que é, e os curadores Reiki precisam saber disso, assim como o que fazer quando isso acontecer. O Mestre em Reiki não-Tradicional 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. Fazem-se 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 cômodo 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 retas (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. Caitie me disse que sabia exatamente quando movimentá-las, o que equivale há 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 exata 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, ela 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 contato 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; porém, 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 Mestra 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 deem 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 sentir 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 aceitado 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 usemos 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 médiums como uma forma de aprimoramento de suas habilidades e de como usá-las. Tenho três "filhas médiums" 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, exceto 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 faturam 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.

#### **[4.9.2.1] 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, dá 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 15 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 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 efetuadas 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 torna o sistema de cura uma realidade.** É essa sessão depois da iniciação que os torna 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 sinta 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.

#### **[4.9.2.2] Reiki II**

Se gasta 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 objeto 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 fatura à vida de alguém é ético — muitas pessoas não sabem disso — mas tirar a fatura 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 correta, 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, proteção, 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 reação, 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 reações 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 conosco. 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 II 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.

#### **[4.9.2.3] 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. Procure 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 Iara 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 corretamente. 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 reações 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 objetivo de inspecionar, 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 tornar 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 designs 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.

fotografia.com.br



#### **[4.10] Palavras finais**

*Espero que você leia muito, em especial o livro da Diane Stein, Reiki Essencial, da editora Pensamento. E também o outro livro dela: Manual do Mestre Reiki, que pode também ser visualizado no endereço: <http://pt.scribd.com/doc/7000290/Manual-Do-Mestre-Reiki-Diane-Stein1>*

*Aguardo seus e-mails continuando o curso que ora se interrompe. Trazendo suas questões, vivências e alegrias.*

*Estou muito feliz de elaborar este documento que coloca em movimento a roda do conhecimento sobre uma arte de cura que tanto bem faz a todos.*

*Estou feliz que você chegou até aqui. E em breve terá seus próprios alunos, que serão para mim como se fossem netos.*

*Um abraço. Um grande abraço.*

*Observação: Nos cursos presenciais a gente se abraça muito. Eu convido ao abraço toda hora. Torna-se um curso de reiki/abraço.*



© 2012 — Flávio Roberto Wolff  
Dezembro 2012

eBookLibris

© 2006 eBooksBrasil.org

Proibido todo e qualquer uso comercial.

Se você pagou por esse livro

VOCÊ FOI ROUBADO!

Você tem este e muitos outros títulos

GRÁTIS

direto na fonte:

eBooksBrasil.org