

Inhoud

Dankbetuiging / 6

Woord vooraf: belangrijk / 7

Inleiding / 9

REIKI I: DE EERSTE GRAAD

Hoofdstuk 1 – Het Reiki-verhaal / 14

Hoofdstuk 2 – Wat is Reiki? / 23

Hoofdstuk 3 – De Reiki-behandeling / 37

 Zelfbehandeling / 44

 Anderen behandelen / 45

 Groepsbehandeling / 59

REIKI II: DE TWEDE GRAAD

Hoofdstuk 4 – De Reiki-symbolen / 64

Hoofdstuk 5 – Healing op afstand en nog meer / 77

Hoofdstuk 6 – De Kundalini openen / 90

REIKI III: DE DERDE GRAAD

Hoofdstuk 7 – Derde-gradsymbolen / 108

Hoofdstuk 8 – Inwijdingen geven / 119

Hoofdstuk 9 – Reiki leren / 132

Hoofdstuk 10 – Reiki en het Pad naar de Verlichting / 145

Epiloog – De toekomst van Reiki in deze tijd van planetaire crisis / 158

Aanhangsel – Werkbladen om Reiki te leren / 161

Bibliografie / 173

Lijst van illustraties / 175

Inleiding

Ik heb voor de eerste keer healing door handoplegging meegemaakt – naast een aantal andere healing-technieken – tijdens het Michigan Women's Music Festival in 1983. Vanaf dat moment wist ik dat ik mijn leven wilde wijden aan healing. Ik wilde kunnen beschikken over buitenzintuiglijke gaven en leren de dingen te doen die andere vrouwen schijnbaar zo moeiteloos deden. De volgende vijf jaar las ik elk boek over het onderwerp dat ik te pakken kon krijgen – toen waren er nog niet zoveel – en ik experimenteerde (meestal bij mijzelf) met de dingen die ik had geleerd. Ik voelde dat ik nog maar net was begonnen, maar ik werkte er heel hard aan en wilde steeds meer leren om sterker te worden. Volgens mij was mijn behandeling niet sterk. Ik gaf ook anderen les in technieken om te healen, voornamelijk met kristallen, halfedelstenen en handoplegging. Ik was ook steeds op zoek naar manieren om het leren voor anderen gemakkelijker en krachtiger te maken. Ik had het ondefinieerbare gevoel dat er een stuk informatie ontbrak, iets dat zou bijdragen aan het effect van healing door handoplegging en dat het bovendien zo eenvoudig en gemakkelijk zou maken als ik voor mogelijk hield en zoals het eigenlijk zou moeten zijn.

In augustus 1987, vlak voor de Harmonische Convergence vond ik de sleutel – maar hij leek volslagen onbereikbaar. Tijdens een metafysische bijeenkomst-met-diner maakte ik kennis met twee prachtige homofiele mannen. Ze keken hoe ik een korte healing met handoplegging deed en vroegen toen van wie ik Reiki had geleerd. Ik antwoordde dat ik geen Reiki-training had gehad en, sterker nog, dat ik geen idee had wat Reiki was. De mannen bleven volhouden dat wat ik deed Reiki was en vroegen mijn handen te mogen voelen. Ze constateerden beiden dat mijn handen zeer warm waren en zeiden dat dat het kenmerk

was van een Reiki-behandelaar. Daar wilde ik meer van weten.

Toen de twee mannen mij daarna bij mij thuis een volledige Reiki-behandeling hadden gegeven, wist ik dat dit het eenvoudige systeem van healen was waarnaar ik had gezocht. Ik vroeg waar ik een Reiki-training zou kunnen krijgen en wat de kosten waren. Tot mijn schrik hoorde ik dat de beginnerstraining (Reiki I) toen 150 dollar kostte en dat maar één vrouw in de stad die training kon geven. Reiki II kostte 600 dollar, en de Reiki III-mastertraining van 10.000 dollar werd maar zelden gegeven, zelfs al was een gegadigde in staat dat bedrag te betalen. Er waren geen beurzen voor. Ik werkte toen als serveerster om de kost te verdienen en kon net de huur betalen. Reiki moest dus wachten.

Al snel daarna ontving een van beide mannen de Reiki II-training. We praatten urenlang over healing, waarbij de hoge kosten van de training een vaak terugkerend onderwerp van gesprek vormden. Een van de twee mannen vond dat die hoge kosten noodzakelijk waren, omdat het een werkelijke betrokkenheid impliceerde. Ik voelde echter meer voor het standpunt van de ander, namelijk dat healing en opleiding tot healer toegankelijk moesten worden voor iedereen die de ervaring wilde gebruiken om zichzelf en anderen daar beter van te laten worden.

Ik vond (en vind nog steeds) dat het mijn taak als schrijver en healer is elke methode van healing uit te dragen en alle informatie over healing die te mijner beschikking staat door te geven. Kosten noch vergoeding vormen een hoofdzaak – zelf vind ik elk kostenniveau immoreel als daardoor informatie ontoegankelijk blijft. De mannen waren zich ervan bewust dat alle informatie over healing die ik van hen kon krijgen, waarschijnlijk ooit eens in een boek van mij zou verschijnen.

Toen mijn vriend met de Reiki II-training op-

beerde Reiki-inwijdingen te gaan geven, ook al was hij zelf nog een Reiki II zonder de training tot Reiki III-leraar, vroeg ik hem dat ook bij mij te proberen. Maandenlang weigerde hij dat. In januari 1988 besloten wij met z'n drieën behandelingen te gaan geven op de aids-afdeling van een plaatselijk ziekenhuis en toen veranderde hij van gedachten. Op 2 februari 1988, Maria Lichtmis, ontving ik mijn Reiki I-inwijding. Het was overduidelijk dat het inwijdingsproces bij mij had gewerkt, ondanks de Reiki II-status van de man die de inwijding had gegeven.

Ik voelde mij zo vervuld van energie als ik nooit eerder had meegemaakt; ik had zelfs niet kunnen dromen dat het bestond. Ik was vol licht van binnen en voelde liefde voor alle wezens. Mijn vermogen om te behandelen werd direct sterker, meer dan ik voor mogelijk had gehouden en het gemak waarmee ik Reiki toepaste, was voor mij de bevestiging dat dit de methode van healing was die ik had gezocht. Waren mijn handen al warm geweest bij eerdere behandelingen, nu was dat nog veel sterker het geval. Ik wist toen dat ik Reiki-leraar wilde worden, maar had er geen idee van hoe ik dat moest aanpakken. Wij begonnen onze behandelingen in het ziekenhuis – in die periode ben ik in mijn gevoel van beginneling geworden tot behandelaar – en nadat mijn vriend in die zomer zijn opleiding tot Reiki III had afge maakt, deed ik mee aan de eerste cursus die hij gaf. Omdat ik nog steeds minder dan 300 dollar per maand verdiende en het lesgeld van 150 dollar niet kon betalen, mocht ik wel meedoen en de traditionele inwijding ontvangen, maar ik kreeg geen certificaat dat ik de cursus had doorlopen. Mijn vriend redigeerde het hoofdstuk over Reiki in mijn boek *All Women Are Healers* (The Crossing Press, 1990), maar weigerde mij verder te trainen. In mijn workshops gaf ik les in de Reiki I-handposities en ik had het er vaak over dat ik ooit eens de Reiki-training wilde afmaken en leraar worden.

In november 1989 gaf ik een serie workshops in het Midwesten, waarbij de kosten werden betaald door twee vrouwen die ik in 1988 had ontmoet op het Michigan Women's Music Festival en met wie ik een diepgaande vriendschap had ontwikkeld. Een van de vrouwen had kort daarvoor de Reiki III-training gehad van een leraar, die ook van mening was dat de methode van healing beter toegankelijk moest worden. Zij bezat de 10.000 dollar niet die de opleiding tot Reiki III normaal kost, maar had de training voor veel min-

der gekregen. Haar leraar was zelf ook traditioneel opgeleid en experimenteerde met moderne trainingmethoden. Ik was compleet verrast toen ze in de loop van dat weekend een aantal mensen van de werkgroep de Reiki I-training gaf en mij Reiki II met een certificaat voor beide graden. Ze beloofde mij bij onze volgende ontmoeting Reiki III te geven met de woorden: 'Ik had het bijna nu al gedaan, maar ik kon de uitgave met de symbolen niet vinden.'

Hoewel we elkaar in de loop van het jaar daarop twee keer ontmoetten, had de vrouw elke keer een excuus om de training niet voort te zetten en ik raakte hogelijk gefrustreerd. Omdat ik mijn eerste Reiki I-inwijdingen had ontvangen van een Reiki II-behandelaar, besloot ik er achter te komen hoe ik zelf een inwijding moest geven. Ik was tot de slotsom gekomen dat het plaatsen van de Reiki II-symbolen in de kruin- en hartchakra en in de handen van de ontvanger de basis vormde, en dat scheelde niet zoveel. Maar omdat ik alleen Reiki II had, miste ik de toegang tot de symbolen en kon ik er niet achter komen wat die ontbrekende symbolen waren.

Na een telefoongesprek met een vrouw die ik nooit eerder had ontmoet, waarin ik vertelde van mijn pogingen, ontving ik per post op een blocnotevelletje het traditionele Reiki III master-symbool. Daarmee begonnen mijn experimenten meer effect te sorteren en bij een aantal pogingen lukte het de ontvangende persoon zich open te stellen voor de energie. Ik bleef in mijn workshops zoveel mogelijk informatie overdragen, waarbij ik uitlegde dat ik als Reiki II aan het experimenteren was.

In weer een ander telefoongesprek in 1990 vertelde ik mijn Reiki II-leraar uit het Midwesten dat ik had geprobeerd inwijdingen te geven. Ze werd meteen ontzettend boos en wij hadden daar een bijzonder felle woordenwisseling over. Ik herinnerde haar eraan dat ze had beloofd alle informatie te geven en dat ze zich niet aan die belofte had gehouden. De vrouw belde een uur later terug en zei: 'Als je het toch doet, kun je het maar beter goed doen.' Via de telefoon legde ze mij de procedure uit om Reiki-inwijdingen te geven.

Ik bracht haar werkwijze, die modern was, in praktijk en mijn ontvangers begonnen zich nu overduidelijk voor de Reiki-energie open te stellen. Ze openden zich echter niet volledig en niet iedereen kreeg de warme handen of de gevoelens die degene kenmerken die zich voor Reiki heeft opengesteld. Mijn Reiki II-leraar bleef me

via de telefoon instrueren met stukjes en beetjes informatie, die ik zelf maar moest zien te combineren.

Ik raakte steeds meer gefrustreerd, maar kon voor mijn trainingen niet uit andere bronnen putten. In juni 1990, ten tijde van de Zonnewende, gaf ik een weekend-workshop in Denver. In de workshops bood ik, op experimentele basis, iedereen die dat wilde proberen de Reiki I-inwijdingen aan. Zes vrouwen zeiden ja en ze stelden zich allen open voor de Reiki-energie. Na het weekend in Denver kwam de partner van mijn Reiki II-leraar die eveneens in de buurt was, een dag bij mij thuis. Een vriendin van haar, die ik nog niet eerder had ontmoet, bracht haar naar het huis waar ik logeerde en bleef eten. Tijdens de maaltijd praatte ik over de workshops en dat ik zo graag de Reiki III-inwijding wilde ontvangen om 't goed te kunnen doen. De vriendin zei daarop: 'Ik heb geen tijd om les te geven, maar als je alleen de inwijding nodig hebt, kan ik dat nu meteen doen.'

Aan de eettafel, bij het toetje, gaf ze mij mijn Reiki III-inwijding. Ik heb nooit meer contact met haar gehad, maar ik ben haar enorm dankbaar. Daarna werden mijn inwijdingen ongekend veel krachtiger en volledig betrouwbaar – iedereen opende zich voor de energie. Ik was nu Reiki-master en klaar om les te geven.

In februari 1991, weer met Maria Lichtmis, gaf ik in een andere stad een weekend-workshop. Ik gaf les in zowel Reiki I als II en zag de hele dag lang een vrouw fronsend en afkeurend kijken. Na afloop vertelde ze dat ze traditioneel Reiki-master was en mij wilde spreken. Ze begon tegen mij uit te varen over een aantal aspecten van mijn onderricht. Eén ding waartegen ze protest aantekende was dat ik mijn studenten liet toekijken hoe ik de heilige inwijding gaf, wat ik overigens nog steeds doe. Ze beweerde eveneens dat mijn methode om de inwijding te geven niet de traditionele methode was en hield vol dat bij elke afwijking van de traditionele methode het systeem niet langer Reiki was. Ik was het daar niet mee eens.

Op dit punt kwam de vrouw bij wie ik logeerde tussenbeide met het voorstel dat de vrouw mij dan de 'juiste' manier zou leren en mij dan zou certificeren of anders moest ophouden mijn tijd te verdoen. De vrouw stemde ermee in en de volgende dag gaf ze mij een uur of wat instructie in de traditionele methode van inwijden en opleiden. Ze herhaalde ook mijn Reiki III-inwijding op

de traditionele manier. De vrouw beloofde mij een certificaat, dat ze overigens nooit heeft gegeven omdat ze dat alleen wilde doen als ik haar strikt traditionele werkwijze overnam. In die tijd gebruikte ik een combinatie van de werkwijze van mijn Reiki II-leraar met mijn eigen methode en ik was niet van plan daar verandering in aan te brengen, omdat die goed werkte.

In mei 1991 op de Keltische feestdag Beltane (terwijl ik zit te schrijven, merk ik dat de meeste hoogtepunten uit mijn Reiki-carrière samenvallen met Wicca-feestdagen), stuurde mijn vroegere Reiki II-leraar mij een kopie van een 'nieuw' Reiki III-symbool en nodigde mij uit het te proberen. Met enige reserve heb ik dat gedaan, maar omdat het verhoogde effect onmiskenbaar is ben ik het nieuwe symbool blijven gebruiken. Mijn training kwam daardoor nog verder af te staan van de traditionele opvattingen. Aan het einde van die maand was ik op het Southern Women's Music and Comedy Festival en bereikte ik weer een mijlpaal op mijn weg om Reiki-master te worden.

Op dat festival gaf ik geen Reiki-training omdat te veel mensen meededen – veel meer dan mogelijk was voor het beperkte aantal inwijdingen dat ik op een dag kan geven. Ik gaf in plaats daarvan een workshop Natuurlijke Geneeswijze en tijdens die workshop vertelden twee vrouwen mij dat zij binnenkort zouden sterven. Ik bood aan hun de Reiki-inwijdingen te geven als ze daar prijs op stelden, en vertelde hun waar ze me na afloop konden vinden. Ik leende twee vouwstoelen en gaf de vrouwen de inwijding in de hoop de gang van zaken voor ze te kunnen verlichten en ze een instrument voor healing te geven. Toen ik daarna opkeek, zag ik een rij vrouwen wachten, die eveneens de inwijding wilden ontvangen. Een Reiki II uit deze groep hielp me bij het aanleren van de handposities, terwijl ik de volgende twee uur Reiki-inwijdingen gaf. Ik maakte mij zorgen over het geven van inwijdingen aan iemand zonder dat deze een volledige workshop had kunnen meemaken, maar elke keer dat ik hun advies vroeg, spoorden mijn spirituele gidsen me aan om door te gaan.

De volgende dag signeerde ik boeken elders op het festivalterrein. Er vormde zich weer een rij en ik bleef voortdurend Reiki-inwijdingen geven. Later hoorde ik dat de boodschap 'Ga in de rij staan, Diane Stein geeft vrouwen de spirituele ervaring van hun leven' de ronde had gedaan op het festival. De meesten hadden er geen idee

van waarom ze in de rij stonden en toch bleven mijn spirituele gidsen mij aansporen door te gaan. Bij elkaar heb ik die twee dagen waarschijnlijk zo'n 150 inwijdingen gegeven, zonder enige vergoeding daarvoor te ontvangen. Het was, fysiek gezien, te veel voor me en ik heb me dan ook drie weken lang niet goed gevoeld. Vijfentwintig inwijdingen op één dag zijn genoeg. In ieder geval heeft deze ervaring mij geleerd hoeveel Reiki nodig hebben.

Na dat festival had ik het gevoel dat ik had gezien wat mijn taak was: zoveel mogelijk mannen en vrouwen in Reiki trainen. Dit fantastische systeem van healing moet ter beschikking komen van iedereen, ongeacht of zij zich het cursusgeld kunnen veroorloven.

Tot op de dag van vandaag ben ik dat blijven doen, hoewel ik soms moeite heb aan organisatoren van dergelijke evenementen uit te leggen hoe belangrijk deze methode van healing is. Nadat ze van de gebeurtenissen op het Southern Festival had gehoord, weigerde mijn Reiki II-leraar, die mij tot dan toe steeds lekker had gemaakt met het uitzicht op Reiki III-onderricht

en -certificering, mij verder les te geven. Ze zei dat ik misbruik van Reiki maakte door het weg te geven en schraptte de plannen die wij nog hadden om het onderricht af te ronden.

Hoewel ik nu al vier jaar lang Reiki-master ben en vele honderden leerlingen heb getraind, ben ik niet in het bezit van de traditionele certificering. Ik heb niet het gevoel dat het verder nog belangrijk is. Ik bied mijn leerlingen mijn eigen certificering aan als niet-traditionele Reiki en ben er volledig van overtuigd dat ik niets te kort kom in mijn vermogen effectief les te geven. Voor mijn verjaardag in het najaar van 1992 kreeg ik van een van mijn leerlingen een certificaat met de woorden: 'Je hebt me getraind en dus zal ik jou certificeren.' We hebben er samen om gelachen. Inmiddels heb ik vele honderden Reiki III-leerlingen gehad en velen van hen geven nu zelf les. Ik heb ze gevraagd mijn principes van lage les-gelden en waar nodig een studiebeurs aan te houden en door te gaan met het demystificeren van een systeem van healing dat universeel moet zijn. Veel vrouwen en ook mannen volgen die weg.

De Reiki-behandeling

Nadat de Reiki I-inwijding is ontvangen, wordt in dit hoofdstuk uitgelegd op welke manier die energie wordt overgebracht. Daarbij wordt aandacht besteed aan informatie over zelfbehandeling en de nodige handposities, direct behandelen van anderen en van huisdieren, en teams voor groepsbehandeling. Nadat men is begonnen met behandelen, voltrekt het wonder van Reiki zich volledig. Ik heb enkele verhalen uit mijn Reiki-behandelingen verteld en elke behandelaar vertelt me zijn eigen verhalen. De ware kracht van Reiki ligt in het doen.

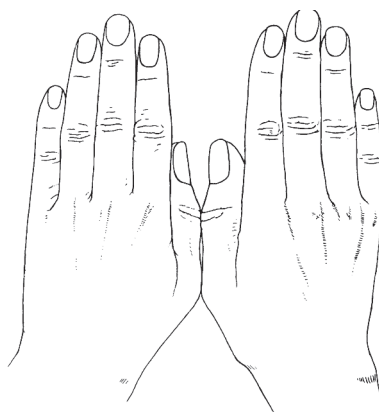
Het eerste wat een behandelaar moet weten is hoe de handen moeten worden gehouden. In Reiki worden altijd de beide handen met de handpalm naar beneden gebruikt. Duim en vingers zijn uitgestrekt en aangesloten (alsof er sokken overheen zitten en geen wanten, zegt mijn favoriete zes jaar oude Reiki I). Ze worden op de Reiki-posities geplaatst en rusten daar heel ontspannen zonder dat er druk wordt uitgeoefend. De energie van de levenskracht, of Ki, die de behandeling geeft, stroomt door de chakra's in het midden van de handpalmen en door de vingertoppen. Als het om de een of andere reden niet mogelijk is beide handen op een positie te plaatsen, plaats dan een hand op de positie en de andere hand ergens anders op het lichaam. Beide handen moeten op het lichaam rusten van degene die de behandeling ontvangt, of er vlak boven worden gehouden, wil de energie worden geactiveerd en doorgegeven.

Hoewel bij een Reiki-behandeling altijd van de handen gebruik wordt gemaakt, zijn zij niet de enige mogelijkheid om energie door te geven. Na het ontvangen van de Reiki I-inwijding is het een verrassing te merken dat de energie door elk gedeelte van het lichaam kan stromen. Als je met blote voeten tegen de hond aan ligt en Reiki wil toepassen, stroomt de energie door de voetzolen

en wordt door de hond ontvangen. Dat is ook het geval als je een behandeling wil geven en in bed de voeten op het been of tegen de rug van je partner legt. Shiatsu-therapeuten kunnen merken dat de energie stroomt als zij de ellebogen gebruiken om massagedruk uit te oefenen.

Energie kan ook door de handen stromen op andere momenten dan tijdens een behandeling. Mijn artiestenvrienden met Reiki vertelden me dat de energie wordt geactiveerd als ze hun kunst beoefenen. Nieuwe Reiki I-ingewijden melden vaak dat hun handen op vreemde momenten warm worden en dit kan de eerste weken het geval zijn. Als je dicht bij iemand zit die de energie nodig heeft, kunnen je handen ook warm worden. Dat kan iemand in de bioscoop enigszins in verlegenheid brengen maar niemand weet dat verder als er niet over wordt gepraat. Als het met vrienden gebeurt, vraag dan of ze een behandeling willen; ze zullen ervan overtuigd zijn dat je helderziende bent. Reiki kan worden geactiveerd als je handen op je eigen lichaam rusten. Doe je voordeel met de suggestie.

Houding van de handen voor een Reiki-behandeling



Als beide handen op jezelf of op de ander rusten met de bedoeling een behandeling te geven, begint Reiki automatisch te stromen. Zodra de handen worden opgetild stopt de stroom. Er is geen verzoek of andere methode nodig om Reiki aan en uit te zetten. Als de energie gaat stromen, krijgt de behandelaar of de ontvanger meestal een gevoel van warmte en hieraan kan Reiki worden herkend. Na een Reiki I-inwijding te hebben ontvangen en voor de eerste keer in de klas als medium voor de energie te hebben gediend, zijn de handen meestal warm. Maar als degene die de behandeling ontvangt kou nodig heeft, zullen de handen van de behandelaar kou geven. Soms voelt de behandelaar dat zijn of haar handen zeer warm zijn, terwijl de ontvanger van de energie koelte waarneemt en andersom. Elke behandeling en behandelingspositie kan verschillend zijn. Met de handen in de Reiki-positie, ervaart de behandelaar een cyclus van gevoelens. Om te beginnen voelt men de verwachte lichaamswarmte, maar naarmate de handen langer in positie blijven, komen andere sensaties op, zoals bijvoorbeeld warmte, kou, stromend water, vibraties, trillingen, magnetisme, statische elektriciteit, een tinteling, kleur, geluid en uiterst zelden ook pijn, die door de handen van de behandelaar stromen. De behandelaar kan het gevoel krijgen van speldenprikken als bij een slapende arm. Degene die de behandeling ontvangt kan dezelfde of andere gevoelens waarnemen, of niets voelen. De gevoelens veranderen van positie tot positie, en van behandeling tot behandeling. Er valt niets te voorspellen, maar er is bijna altijd een gevoel waarneembaar. Deze gevoelens blijven waarneembaar tijdens een periode die eerst heel lang lijkt, meestal wel vijf minuten. Daarna nemen de gevoelens af en de normale lichaamswarmte keert terug. Hiermee is de betreffende positie afgewerkt en krijgt de behandelaar het teken naar de volgende positie te gaan. In de woorden van Callie, mijn zes jaar oude Reiki-vriendin, "t gaat op en dan weer neer en dan kun je verder". Ik kan geen betere manier bedenken om te beschrijven wat er gebeurt. Als je niet verder gaat, wordt de cyclus gewoon herhaald: lichaamswarmte, minutenlang sensaties en dan weer lichaamswarmte. Vaak is er minder tijd op een bepaalde positie nodig dan de verwachte vijf minuten en dat is best; laat je leiden door wat je handen voelen. Tenzij de ontvanger van de behandeling rugpijn heeft, zullen de posities op de rug waarschijnlijk minder tijd kosten.

Soms is het net of het gevoel niet ophoudt en de behandelaar het gevoel heeft dat de handen zijn vastgekleefd. Ga zolang door als je daar moet zijn. Als de handen voelen dat ze weer kunnen bewegen, maar het gevoel blijft, houd die positie dan een redelijke tijd aan voordat je verdergaat naar de volgende positie. Hier is meer behandeling nodig, want de pijn is niet van de ene dag op de andere komen opzetten en één behandeling kan heel goed ontoereikend zijn. Hier gaat het meestal om een plek of positie waar veel Reiki nodig is, maar omdat een volledige behandeling wel een tot anderhalf uur kan duren, is het niet goed te lang op één plaats te blijven. Na een paar behandelingen, ontwikkelt een behandelaar een gevoel voor het juiste moment om verder te gaan. Volg die intuïtie en vergeet niet dat er geen goed of fout is. De fysieke gevoelens zijn bij zelfbehandeling soms minder duidelijk dan bij de behandeling van anderen.

Bij de toepassing van Reiki is heel weinig bewuste concentratie noodzakelijk. Leg de handen op met de bedoeling te behandelen en de energie stroomt en het maakt niet uit waar je op dat moment verder aan denkt of mee bezig bent. Bij onwillekeurig welke andere vorm van behandelen met de handen, wordt de energie ook geactiveerd, zoals bijvoorbeeld in het geval van massage-therapie. Ik heb vaak lesgegeven in een workshop, waar mijn handen Reiki doorgeven, terwijl ik praat. De persoon die de behandeling ontvangt is daar niet de dupe van, de energie behoeft geen sturing. De handen laten je weten wanneer van positie moet worden veranderd. Maar er zijn ook veel gevallen waarbij je volledige aandacht is vereist. Indien de ontvanger een emotionele ontlading meemaakt of een gebeurtenis uit een vroeger leven, behoefte heeft aan leiding bij een visualisatie-proces of wil praten over wat er op dat moment gebeurt, moet de behandelaar volledig zijn afgestemd op de cliënt. Buitenzintuiglijke kennis, verkregen tijdens Reiki-behandelingen, kan belangrijk zijn; deze kennis wordt alleen in stilte overgedragen. Ook bij zelfbehandeling moet je letten op de gedachten die opkomen terwijl je handen op je lichaam rusten; dat kan belangrijke informatie opleveren.

Een Reiki-behandeling van honden, katten of jonge kinderen is anders dan van volwassenen. De meeste dieren en kinderen hebben niet het geduld om een volledige Reiki-behandeling lang stil te blijven liggen. Zowel dieren als kinderen zijn in staat veel gemakkelijker en sneller energie

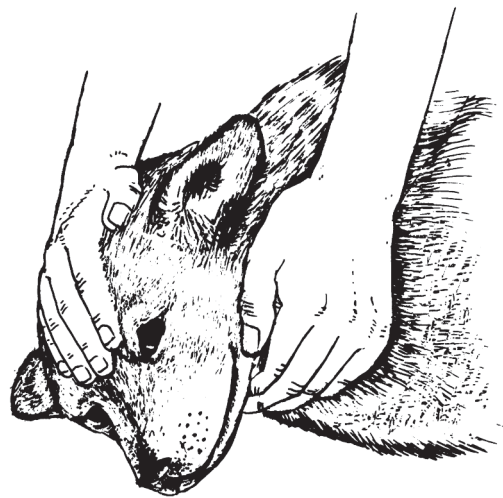
Huisdieren met Reiki behandelen¹

te absorberen dan volwassenen. Een positie wordt soms niet langer dan dertig seconden aangehouden. Als een huisdier gezond is, kan het de energie volledig afwijzen en gewoon weglopen. Als het dier ziek is, zal het over 't algemeen de energie aanvaarden, maar een huisdier dat gereed is om te sterven zal 't vaak afwijzen. Er zijn ook andere redenen waarom huisdieren Reiki afwijzen. Baby's vallen in slaap, ze vinden het bijna altijd heerlijk.

Voor het geven van Reiki in dergelijke gevallen, plaatst men de handen daar waar ze makkelijk passen of boven het pijngebied. Houd ze in die positie en Reiki gaat naar de plek waar de energie nodig is. Als het lijf groot genoeg is, maak je gebruik van de posities, maar kleine dieren, zoals een hagedis, woestijnrat of vogel kun je in beide handen houden tussen de handpalmen. Als het dier genoeg heeft gehad, wordt het erg onrustig of loopt weg. Als het meer nodig heeft, komt het na een paar minuten terug en dat gaat zo een aantal keren door, net zolang als het dier aangeeft. Bij kinderen merk je aan de handen of een behandeling naar de volgende positie moet of klaar is, of het kind laat dat rechtstreeks weten doordat het onrustig wordt. Een ouder kind kan ook heel goed vragen om met de behandeling te stoppen.

Katten zijn zich in het bijzonder bewust van Reiki-energie, maar hebben een houding over zich alsof ze het zelf hebben uitgevonden en er de baas over zijn. Ze vinden het soms vervelend Reiki met de mens te moeten delen. Maar als ze behoefte hebben aan een behandeling, weet ik uit eigen ervaring dat ze die zullen accepteren en ze kunnen zelf ook door hun aanwezigheid een bijdrage aan een behandeling leveren mits de ontvanger van de behandeling van katten houdt. Honden zijn meer relaxed; de Reiki-energie kietelt ze. Ik heb twee Husky-honden en de een, Copper, vindt het heerlijk en wil er zoveel van hebben als ik kan of wil geven. De andere, Kali, wil het helemaal niet van mij hebben, maar wel graag van mijn vrienden.

Honden zullen – evenals katten – een behandeling die ze nodig hebben graag accepteren. Als ik met mensen een Reiki-behandeling geef is Copper vaak een hulp, maar Kali wordt te opgewonden omdat ze bijzonder gevoelig is voor buitenzintuiglijke energie en dat niet prettig vindt. Pas op dat een huisdier geen Reiki-junkie wordt die beslag legt op de behandeltafel, want dat geeft alleen maar ellende.



Reiki I – Posities van de handen
Zelfbehandeling: hoofd



1 Op de ogen



2 Op de wangen met de duimen vlak onder de oren



2a Alternatieve tweede positie



3 Achterzijde hoofd, op achterhoofdsbeen

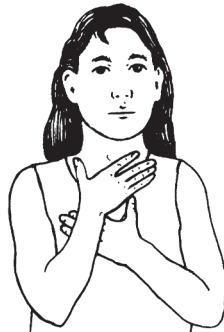


3a Alternatieve derde positie

Reiki I – Posities van de handen (vervolg)
Zelfbehandeling: voorzijde van lichaam



4 Op de keel



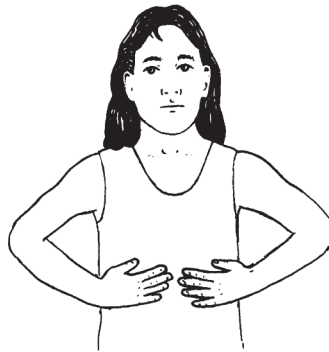
4a Alternatieve keelpositie



5 Op het hart – borstbeen
(alleen zelfbehandeling)



5a Alternatieve vijfde positie
(alleen zelfbehandeling)



6 Op de onderste ribben (onder
de borsten)



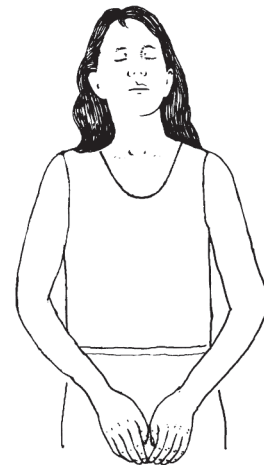
7 Op het midden van de buik



8 Op bekken of onderbuik



9 Hands midden boven bek-
ken, zonder aanraking van de
geslachtsorganen



9a Alternatieve negende positie –
boven de schaamstreek (alleen
zelfbehandeling)

De Reiki-symbolen

Veel mensen die naar mij toekomen voor Reiki III, hebben weinig begrip van de tweede graad die daaraan voorafgaat. Ze hebben de Reiki-symbolen te zien gekregen, gehoord dat ze die uit het hoofd moesten leren en ze hebben de inwijding ontvangen zonder verdere opleiding. Er was een dame die mij vertelde dat haar Reiki II-opleiding een halfuur had geduurd en mijn eigen ervaring week daar niet veel van af. Er zijn traditionele studenten die dagenlang hebben geoefend in het tekenen van de drie symbolen, maar die weinig hebben gehoord over de toepassing van de symbolen en wat je ermee kan doen. Tegen de tijd dat leerlingen met een dergelijke ervaring bij mij komen voor Reiki III, zijn ze vergeten hoe de symbolen moeten worden getekend en vaak weten ze zelfs de namen van de symbolen niet meer. Ik moet ze dan Reiki II-training geven voordat we door kunnen naar Reiki III.

Het is traditie dat een Reiki II geen kopie mag bewaren van de symbolen, maar ze tijdens de les moet leren. Ze moeten beloven geen tekening te maken om mee naar huis te nemen en aan het eind van het trainingsweekend worden de pagina's die ze hebben bestudeerd, ritueel verbrand. Eenmaal thuisgekomen, vergeten ze altijd wat ze hebben geleerd. Het menselijk geheugen is verre van volmaakt en zelfs bij regelmatig gebruik van de symbolen zullen ze waarschijnlijk in de loop van de tijd een afwijkende versie tekenen. Ik heb minstens vier uitvoeringen gezien van de Hon-Sha-Ze-Sho-Nen, de moeilijkste van de Reiki II-symbolen. Dat doet denken aan het gezelschapsspel waarbij de boodschap fluisterend wordt doorgegeven en aan het einde van de cirkel volkomen anders is dan de oorspronkelijke tekst. Door afhankelijk te worden van het kwetsbare menselijke geheugen in de loop der tijd, bestaat het risico dat de symbolen volledig verloren gaan.

Dit zijn enkele beweegredenen die mij hebben gebracht tot de geruchtmakende daad de Reiki-symbolen in dit boek af te drukken en volledig te bespreken. Als dit niet snel gebeurt, zullen ze voorgoed verloren gaan of onherkenbaar worden veranderd. Hoewel de informatie in een boek niet te vergelijken is met 'een getuigenis in steen', wordt het in ieder geval zo opgeschreven dat het toegankelijk en gestandaardiseerd wordt. Ik ben ook van mening dat het merendeel van de Reiki II-studenten deze symbolen slechts half hebben leren toepassen. Heel veel materiaal is al verloren gegaan.

In een 'channeling' bij Suzanne Wagner hoorde ik dat er ooit driehonderd Reiki-symbolen hebben bestaan, waarvan er 22 veel werden gebruikt. In Reiki II en III zijn er nu nog vijf overgebleven, al moet worden gezegd dat ze een schitterende eenheid vormen. De overige symbolen bestaan nog steeds in enkele bibliotheken in afgelegen kloosters in Tibet. Maar communistisch China heeft bezit van Tibet genomen en haar spiritualiteit en kennis worden systematisch vernietigd. Het grootste deel van het weinige dat is overgebleven, is door vluchtende monniken heimelijk naar India gebracht, maar vele kloosters en nog meer oude teksten zijn voor altijd verloren.

De beschikbare informatie in druk vastleggen, is een methode om te bewaren wat er nog van rest. In zijn boek *The Tantric Mysticism of Tibet* beschrijft John Blofeld hoe in het huidige Tibet over haar mysteries wordt gedacht:

Meer dan duizend jaar lang zijn deze technieken overgedragen van leraar op volgeling en zorgvuldig beschermd tegen buitenstaanders. Enkele jaren geleden is Tibet door een tragedie getroffen en de bevolking is met duizenden over de grenzen gevlucht. Sindsdien hebben de Lama's ingezien dat de heilige kennis

zal afnemen en verdwijnen, tenzij hun thuisland binnen een generatie wordt teruggegeven. Daarom willen zij graag iedereen instrueren die de serieuze wens heeft te leren. In dit ene opzicht is het tragische lot van Tibet een voordeel voor de wereld.¹

Reiki is een van die mysteries die gevaar loopt, zowel door de Chinese bezetting van Tibet als door het verwateren van deze methode in het westerse onderricht.

Het argument van de traditionele Reiki om zelfs de namen van de symbolen geheim te houden, is dat ze heilig zijn. Dat is ook zo, maar heilig en geheim zijn niet langer synoniem. Om het heilige te leren moet men er toegang tot hebben. Wij beschikken niet langer over de luxe van of de tijd voor jaren van individuele studie bij een geleerde wetenschapper of bij een goeroe/leraar. Er zijn nog maar weinig plaatsen op de wereld waar leraren kunnen worden opgeleid en nog maar weinig mensen die hun leven uitsluitend aan het heilige pad kunnen wijden. De traditie van mondeling onderricht bestaat niet meer.

De mens is tegenwoordig bijna solitair. Ze leren uit de massamedia of uit boeken en om redelijk beschikbaar te zijn, moet informatie daar kunnen worden gevonden. In deze tijd verkeert onze planeet en de mensheid in een staat van uitzonderlijke morele en fysieke crisis. Verandering van deze situatie of die alleen maar overleven, vergt spiritualiteit en een sleutel tot het heilige. De mens moet dat idee van het heilige in de eigen cultuur vinden, waar dat mogelijk is.

Daarom publiceer ik het volledige Reiki-systeem, zoals ik het ken en onderwijs. Mijn lesmethode is modern en vormt een geïntegreerd energiesysteem dat optimaal functioneert. Ik beëindig de geheimhouding om het heilige te brengen naar hen die er behoefte aan hebben en het wensen. Vanaf dit punt getuigen dit boek en de informatie die het bevat van een radicale daad. De symbolen, informatie en methoden voor Reiki II en III zijn nooit eerder in druk verschenen – of in ieder geval niet sinds het tijdperk van het oude Sanskrit. Er zullen mensen zijn die het niet met mij eens zijn en zij zullen proberen mij in diskrediet te brengen; ze zullen zeggen dat mijn methoden geen Reiki zijn, terwijl dat wel het geval is. Ik kan hen alleen maar vragen begrip te tonen voor mijn beweegredenen; eerlijk gewetensonderzoek zal die behoefte erkennen. Mijn spirituele gidsen hebben jarenlang druk uitgeoefend

om dit boek te schrijven en het schrijven ervan gaat sneller dan bij enig ander boek het geval is geweest. De woorden komen net zo snel bij me op als ik kan typen en als ik 's avonds stop blijft dat doorgaan. Het is tijd de geheimen op schrift te zetten en Reiki voor iedereen beschikbaar te maken, zoals de opzet altijd is geweest. Ik ben zowel in traditionele als in moderne Reikimethoden getraind en ik zal elke afwijking van de traditionele opvatting uitleggen, als dat aan de orde komt. Waar ik in mijn onderricht ben afgeweken, is dit geweest omdat de niet-traditionele methode altijd de oudere opvatting overtreft, zowel in kracht als eenvoud. Sommige veranderingen zijn ook het resultaat geweest van verdergaande informatie, begrip van de motieven achter een bepaalde wijze van handelen of van de manier waarop dingen in het begin werden gedaan, en materiaal verkregen door studie of door spirituele leiding. Mijn spirituele gidsen hebben mij vaak bij het lesgeven en voortdurend bij het schrijven van dit boek laten weten dat ik 'het zo moest doen'. Ik heb nog nooit hoeven concluderen dat de nieuwe methode fout was. Wij leven in een veranderende wereld en dat geldt ook voor Reiki.

Een veelgehoorde motivatie voor het geheim houden van de Reiki-symbolen en de opleiding tot Reiki II en III, is dat het zou kunnen worden gebruikt om schade toe te brengen als ze in verkeerde handen terecht zouden komen. Uit de adviezen die ik heb mogen ontvangen, uit mijn ervaring en ook uit de leidraad van anderen is heel duidelijk geworden dat het onmogelijk is het materiaal verkeerd te gebruiken. Zoals ik aan het begin van dit boek heb gesteld en zoals Mikao Usui het ook heeft geleerd, wordt de kennis niet vanzelf geactiveerd. Men heeft de Reiki-inwijding voor de betreffende graad nodig om de wijze van healen en de informatie te activeren. De inwijding kan alleen worden gegeven door een opgeleide leraar die zelf is ingewijd.

Reiki is ook zorgvuldig tot stand gekomen en de gidsen en leidlieden uit het verleden van onze planeet, die het hier brachten, wisten wat ze deden. Reiki is uitgewerkt als een systeem van genezen waarbij geen fouten kunnen worden gemaakt. Als het wordt gebruikt voor niet-positieve doeleinden, gebeurt er niets en wordt er evenmin schade toegebracht. Vergeet niet dat energie een neutrale kracht is; met vuur kan men eten koken of een stad platbranden en de bedoeling van energie keert terug naar degene

die het heeft uitgestuurd. Hetzij goed of kwaad, wat je uitstuurt komt bij je terug. De opzet om iemand schade te berokkenen met een systeem dat is opgezet voor genezing, gaat deel uitmaken van het karma van de zender, of men in de opzet slaagt of niet.

Op dezelfde wijze als een systeem om te helpen en te genezen, gaat ook de bedoeling om goed te doen elk verlies aan informatie te boven. Doordat je je best doet om Reiki ten goede toe te passen, zoals de bedoeling is, vullen de Reiki-gidsen het ontbrekende aan.

De Reiki-gidsen zijn een factor die bij Reiki I kenbaar wordt, maar de meeste mensen worden zich daar voor het eerst van bewust bij Reiki II. Het gaat om een groep onstoffelijke healers die bij elke Reiki-behandeling een rol spelen. De Reiki I-healer is zich waarschijnlijk niet van hen bewust, maar met Reiki II beginnen zij zich bekend te maken. Bij Reiki III geven ze leiding aan het geheel. Hoewel slechts enkele van mijn Reiki I-leerlingen zich bewust zijn van spirituele gidsen, werken mijn leerlingen die een paar maanden in het bezit zijn van Reiki II bewust met gidsen bij elke behandeling. Dit was voor mij bij mijn eigen werk als Reiki II-healer de belangrijkste verandering en het verbreedt het effect van het werk aanzienlijk.

Bewust werken met spirituele adviezen maakt iedere behandeling tot een vreugde en een wonder. Totdat men zich van de leiding bewust wordt, ervaart de healer een verdiepte vorm van intuïtie. De behandelaar weet niet hoe het komt dat zij of hij er aan heeft gedacht, waarbij 'er' een stuk informatie is dat van cruciaal belang blijkt voor de behandeling. Dit kan tevens inhouden dat de behandelaar over een nieuw stuk gereedschap beschikt voor toekomstige behandelingen of voor zelfbehandeling. Als je tijdens een healing niet weet wat je moet doen, vraag dan om hulp en het antwoord zal komen of gewoon plaatsvinden. Als gevolg hiervan treden er meer complexe situaties op bij Reiki II dan bij Reiki I. Dankzij je positieve bedoeling je best te doen bij het geven van Reiki, krijg je alle gereedschap en informatie die je nodig hebt. Als er een fout kleeft aan een techniek, bijvoorbeeld als een symbool niet juist wordt getekend, zal de Reiki-gids dit herstellen. Vaak is dat op buitenzintuiglijk niveau waarneembaar.

Ik ben er niet bang voor dat Reiki kan degenereren of voor schadelijke doeleinden kan worden gebruikt, hetzij door een verkeerde toepassing of

Tweede-graadsymbolen



Cho-Ku-Rei /tsjo-koe-ree/
Kracht vergroten



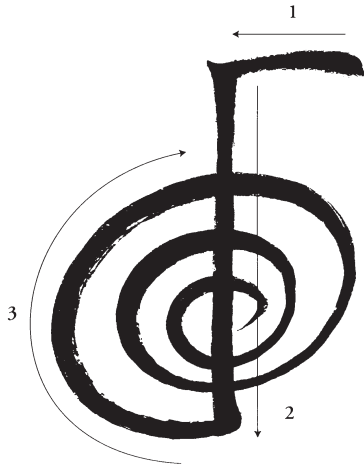
Sei-He-Ki /sei-hee-ki/
Emotioneel



Hon-Sha-Ze-Sho-Nen /hón-sja-zi-sjo-nén/
Voor behandelen op afstand

Het tekenen van de symbolen

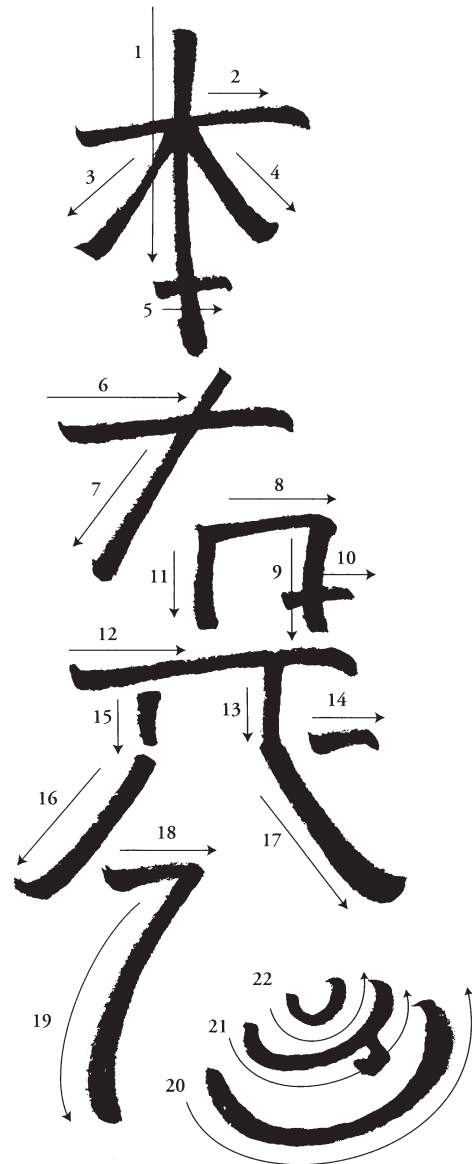
Met dunne lijnen wordt aangegeven hoe de symbolen moeten worden getekend.
Ze moeten precies worden nagetekend en in het geheugen vastgelegd.



Cho-Ku-Rei
Kracht vergroten – ‘De lichtschakelaar’
(met de wijzers van de klok mee)



Sei-He-Ki
Emotioneel healen, zuiveren, beschermen en vrij
maken



Hon-Sha-Ze-Sho-Nen
Healen op afstand, het Akashi-archief,
verleden–heden–toekomst

door verkeerde bedoelingen. De gidsen zullen dit gewoon niet toestaan. Bij meer dan één Reiki-zitting heb ik de Reiki-gidsen met klem gevraagd wat zij dachten over de publicatie van deze informatie in een boek; ik heb volledige toestemming ontvangen en alle hulp die ik wens te om het benodigde materiaal boven tafel te krijgen. Enkele van de symbolen bestaan in feite al in gedrukte vorm² en zijn eveneens eenvoudig bekend bij en beschikbaar voor boeddhistische geleerden (zie Reiki III). Ooit heeft Reiki aan iedereen toebehoord. De Reiki-gidsen wensen dat dat weer het geval wordt. Alleen al het feit dat je dit boek leest, geeft aan dat zij wensen dat je deze informatie ontvangt.

De tweede-grad-Reiki zoals ik die onderwijs, bestaat uit informatie over drie symbolen en hoe ze te gebruiken, karma-healing, healing op afstand, toepassen van de symbolen buiten healing om en het contact met de spirituele gidsen. Bovendien geef ik voor Reiki II les in de Kundalini/Hara-oefeningen en technieken die betrokken zijn bij mijn niet-traditionele methode van inwijden en die in feite een brug vormen tussen Reiki II en III. Samen met deze informatie bestaat Reiki II uit een inwijding. Als ik lesgeef aan een Reiki II-klas, zijn de symbolen opgenomen in schriftelijk lesmateriaal om mee naar huis te nemen.

De symbolen vormen de essentie en de formule van Reiki. Zij vormen de sleutel tot het gebruik en het doorgeven van dit systeem van healing. Alle diepzinnige en levensvestigende dingen zijn eenvoudig en Reiki is een uiterst eenvoudige methode, die in feite uit de symbolen bestaat. Ze vormen de formule die Mikao Usui in de Sutra's vond. Drie symbolen worden onderwezen bij Reiki II en nog twee symbolen bij de derde graad. De symbolen zijn algemeen bekend in het boeddhisme waar ze niet geheim zijn of worden achtergehouden. Een volledige bespreking van de symbolen en het Pad naar Verlichting wordt aan het einde van dit boek gegeven. Reiki II begint met het gebruik van deze diepzinnige sleutels tot energie en houdt dit eenvoudig, waarbij nog meer informatie moet wachten tot een volgend stadium in het leerproces.

Het is vaak gebeurd dat een of meer leerlingen na de Reiki I-inwijding me hebben verteld over vreemde schrifttekens die ze hebben gezien. Als ik hen dan vraag te tekenen wat ze hebben gezien, tekenen ze meestal een of meer van de symbolen. Sommige leerlingen hebben alle symbolen getekend en correct, ondanks de ingewik-

kelde structuur van enkele symbolen. Deze symbolen worden bij de Reiki I-inwijding in de aura geplaatst en ze maken al deel uit van iedere Reiki-healer. Vaak zal de leerling, die de symbolen tekent vóór ze in geschreven vorm te hebben gezien, mij vertellen dat wat men heeft waargenomen er bekend uitzag. Als leerlingen de symbolen voor het eerst bij Reiki II in getekende vorm zien, herinneren ze zich vaak er al een of een paar eerder te hebben gezien. Sommige leerlingen zijn al begonnen ze te gebruiken. Voordat de symbolen bij Reiki II zichtbaar worden, channel je deze al met behulp van Reiki-energie door de handen.

Nadat je de symbolen visueel hebt verkregen, maken ze, als een extra, deel uit van rechtstreeks behandelen en van zelfbehandelen en vormen ze de basis voor healing op afstand. Bij rechtstreeks behandelen kun je de handen op jezelf plaatsen of op de persoon met wie je de Reiki-behandeling uitvoert. Bij healing op afstand is de persoon of het dier niet fysiek aanwezig. Om de symbolen deel uit te laten maken van een rechtstreekse behandeling, hoef je ze alleen maar te visualiseren (je voor te stellen dat ze er zijn). Houd ze in de geest vast en ze zullen worden geactiveerd. Je kunt ze met de hand in de lucht tekenen vóór het begin van de behandeling of van een bepaalde positie op of boven het lichaam van degene die de behandeling ontvangt, of je tekent ze met de tong tegen je verhemelte.

Pas de symbolen op deze manier toe bij rechtstreeks behandelen; in het volgende hoofdstuk vind je informatie over behandeling of healing op afstand.

Het eerste symbool is de Cho-Ku-Rei dat wordt gebruikt om kracht te vergroten. In Reiki heet het symbool de lichtschakelaar. Hiervoor heb ik Reiki vergeleken met elektriciteit.³ Het licht wordt aangedaan als je de handen plaatst om te behandelen. Als je de Cho-Ku-Rei daarbij voegt wordt de lichtopbrengst opgevoerd van 50 watt naar 500. Reiki II verdubbelt het vermogen om te behandelen en Reiki III verandert het van wisselstroom in gelijkstroom.

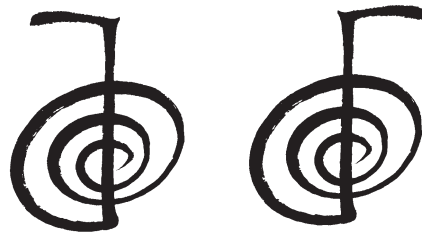
Door het Cho-Ku-Rei-symbool te visualiseren, wordt je vermogen om tot de Reiki-energie toegang te krijgen vele malen vergroot. Je zult er waarschijnlijk bij elke behandeling gebruik van maken. De Cho-Ku-Rei concentreert Reiki op een bepaalde plek door alle energie van de Godheid van de Schepping op te roepen voor de behan-

deling. De spiraal- en padvorm van dit symbool is het ontwerp van het Labyrint, een ruimte voor inwijding in het oude paleis van de Godheid in Knossos op Kreta. In de archeologie van deze planeet, wordt met de spiraal altijd de goddelijke energie uitgebeeld. De pijlen en de dunne lijnen op de schets van het symbool laten zien hoe deze moeten worden getekend. De symbolen moeten uit het hoofd worden geleerd en je moet ze exact kunnen tekenen. Ik heb geleerd de Cho-Ku-Rei met de wijzers van de klok mee, van links naar rechts, te tekenen. De traditionele Cho-Ku-Rei daarentegen wordt tegen de wijzers van de klok in getekend. Ik heb het op beide manieren geprobeerd, net als vele leerlingen, en ze vinden ook dat de manier van tekenen met de wijzers van de klok mee, de energie vergroot, wat de bedoeling van het symbool is, en andersom is dat niet het geval.

Bij alle metafysische verrichtingen of energiearbeid, inbegrepen de Wicca, is op het noordelijk halfrond de richting van de wijzers van de klok de richting van oproepen en vergroten, en de beweging tegen de klok in stelt de richting voor van vermindering en verspreiden. Op het zuidelijk halfrond geldt het tegenovergestelde. Intentie vormt hier de allesoverheersende factor. Probeer beide methoden en maak een keuze. Als je voor jezelf vaststelt dat de ene of de andere manier de kracht vergroot, blijf die methode dan gebruiken, want de bedoeling van dit symbool is vergroten. Kies een manier van tekenen en gebruik die consistent. Ik heb slechts eenmaal de aanwijzing gekregen de Cho-Ku-Rei tegen de wijzers van de klok in te tekenen. Ik voerde toen een behandeling uit voor een vrouw met een tumor in de onderbuik. Hoewel ik de Cho-Ku-Rei als gewoonlijk met de wijzers van de klok mee tekende tijdens de behandeling, kreeg ik de aanwijzing dat tegen de klok in te doen toen mijn handen boven de plek van de tumor waren.

Omdat deze richting van rechts naar links voor mij verspreiden betekent, vond ik dat zinvol. Uiterst zelden en dan nog in vergelijkbare situaties heb ik het symbool 'omgekeerd' getekend. Bij het gebruik van de symbolen is de bedoeling van het hoogste belang; indien het je bedoeling is te vergroten, zal het symbool dat bewerkstelligen, ongeacht de richting waarin het wordt getekend. Dubbele Cho-Ku-Rei's – getekend in de ene en de andere richting – worden gebruikt bij het kenbaar maken, waarover meer in het volgende hoofdstuk.

Dubbele symbolen



Cho-Ku-Rei
met de wijzers van de klok mee



Sei-He-Ki⁵



Hon-Sha-Ze-Sho-Nen
naast elkaar getekend, de ene afbeelding iets achter de andere