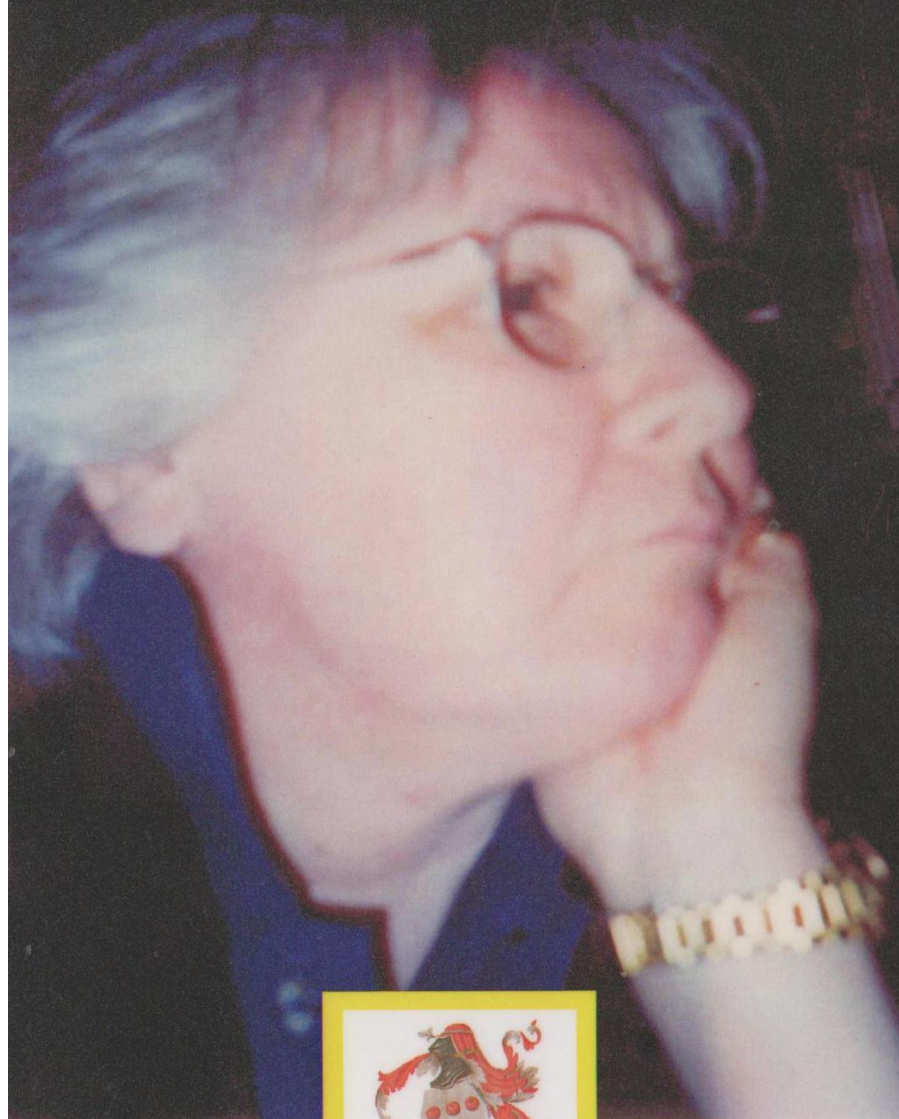


SHINPI

Innocente Reiki!

Manuale di 1° 2° 3° grado



Cristina Petrolini

E-Book

SHINPI

INNOCENTE REIKI

Manuale di 1°- 2°- 3° Grado

Cristina Petrelli

E-Book

Handwritten signature or initials.

Guarigione e medicina ufficiale non sono la stessa cosa, anche se il fine ultimo può essere simile. Questa pubblicazione informa sulla <guarigione olistica> e non sulla medicina, perciò non ha valore diagnostico

Shinpi
INNOCENTE REIKI
© Copyright CristinAPietrobelli E-book

E-Book Maggio 2017

(Stampato nell'anno 2005 d.C – 8 Settembre riveduto e ampliato nell'anno corrente del mese di maggio)

Si fa divieto di riproduzione testi e illustrazioni, senza l'autorizzazione comprovata dell'A.
Questa pubblicazione viene scaricata gratuitamente dal sito

www.libreriacristinapietrobelli.it

Le mie dediche

- al Divino
- a mia madre che di Reiki si intende
- a Kuan-Yin vitale per me
- a Giò Luce mia maestra di vita
- all'Oltre che da parecchio tempo mi accompagna
- al mio Angelo Custode con il quale ho un rapporto grande
- ai miei compagni di Reiki & Diksha
- a coloro che amo intensamente
- a chi si è rivelato toccasana nella mia vita dopo il mio <2 luglio 2002>
- a chi è pronto a perdonarmi
- alle intense amicizie
- a chi si proclama amico...e non lo è
- a chi non mi vede di buon occhio
- a chi mi vorrebbe <cenere>
- a Myriam importantissima nella mia vita

Dedicato a Lei

La mia mamma è straordinaria <Reiki Master>, ha avuto un rispetto sacro per la Pura Dottrina, che ha praticato fino al momento in cui ha lasciato il corpo fisico, per iniziare il suo viaggio importante alla volta del < Celeste Impero>.

Mi sento di dedicare a lei questo lavoro con tutto l'amore di figlia per la propria mamma eccezionale e con tutta l'attenzione che ho per questa anima <reiker convinta> e tenace nell'esperienza della Pura Dottrina.

Abbiamo iniziato il nostro percorso attraverso le energie assieme e il nostro percorso continua, tenacemente insieme, al di là del tempo e dello spazio, unite da un amore profondo, intenso che il Reiki rafforza e ci permette di sentirlo <Oltre> l'umano sentire.

Ciao Mamma, grazie perché al di là del tempo e dello spazio tu sei con me, sempre.

L'A.

Lo spirito di Dio



-Il Cielo

-La pioggia che cade



-La bocca e le sue parole

L'anima



-Simbolo usato nell'antichità in Giappone e Cina per contraddistinguere le persone dotate di poteri paranormali. Serviva per invocare la pioggia.

La materia



-Il vapore

-La croce indica, con i quattro segni, il riso, nutrimento materiale per l'uomo. La riga lunga curva è il vapore che sale.

Apertura di Mentore

<Innocente Reiki> racchiude gli insegnamenti di 1° -2°- 3° Grado della Pura Dottrina.

Questo lavoro, il primo fra i tanti libri sul Reiki scritti dall'A. È stato per metà canalizzato. Giò Luce è l'elemento catalizzatore l'entità che ha guidato in questa grande esperienza di crescita, l'allieva diventata <Shinpiden> per sua volontà.

Tre scritture compongono questo testo molto chiaro ed esaustivo:

- **Le mie mani sono anche tue.** È la prima scrittura che vede Giò Luce e Shinpi, in comunione di penne. Tratta del manuale di 1° grado; veloce, chiarissimo, garbato, le funzioni di insegnamento sono ben proposte.
- **Il tempio interiore.** È la seconda scrittura. Tratta del manuale di 2° grado. Chi ama il Reiki troverà molto esauriente il metodo di insegnamento adottato per questo livello. Chi possiede il 2° grado, troverà risposte ai molti perché.
- **Sul sentiero del Maestro.** È la terza scrittura. Tratta del manuale di 3° livello Master. La scrittura è stata in parte canalizzata, cioè passata da Giò Luce all'allieva. Questa scrittura è importante, necessaria per la formazione di <nuovi maestri>, possibilmente <del cuore> ovverosia shinpiden.

Mai come in questo momento di confusione spirituale... proprio nel campo del Reiki e di veleni gratuiti cosparsi su questo metodo, c'era la necessità di questo piccolo trattato, il cui intento è mettere pace e diffondere armonia, là dove squilibri sortiti, procurano malesseri a causa di maestri incerti e confusi.

Il Reiki è luce, è amore, è energia pulita.

Questi sono gli intendimenti.

靈氣

Prima Scrittura
LE MIE MANI SONO ANCHE TUE
Manuale di Primo Grado



Con amore ti racconto

Siamo tanti nel mondo a praticare il sistema energetico che proviene dal Giappone scoperto da Mikaoma Usui Sensei all'inizio dello scorso secolo, mentre studiava antichi testi tibetani: Il Reiki.

***Nota.** Il Reiki è un sistema semplice, efficace e sicuro per entrare in contatto con l'energia vitale dell'Universo, canalizzata e trasmessa attraverso le mani.*

***Guarigione.** Guarire significa riscattarsi da una materialità nel recupero di un'armonia. La guarigione spirituale è il benessere dell'anima, strettamente legato alla guarigione fisica.*

***Gli effetti.** L'energia aiuta ognuno secondo la necessità e in proporzione alle capacità di crescita individuale*

La storia racconta che Usui al fine di indagare la guarigione spirituale, intraprese un viaggio alla ricerca di se stesso e di quelle verità che sentiva dentro ma che in qualche modo gli sfuggivano. Non trascurò di sondare le guarigioni attribuite a Buddha. Trascorse parte del suo tempo in monasteri Zen e proprio in uno di questi, mentre studiava i Sutra e altri testi sacri, trovò indicazioni che lo avrebbero fatto decidere per un ritiro spirituale sulla montagna sacra Kurama, per trascorrere tre settimane osservando il digiuno. Il 21° giorno ebbe una visione: una scintilla di luce gli si posò sulla fronte e gli permise di vedere le lettere sanscrite. Il suo occhio spirituale si aprì e gli permise di raccogliere il mistero racchiuso in quelle lettere attraverso le quali gli furono rivelati i simboli interiori. La luce aveva provocato in lui un satori*. Questa luce era l'energia Reiki.

***Nota. Satori.** Il satori è il momento dell'illuminazione, momento in cui l'intera esperienza personale e cosmica è proiettata in un unico istante, che porta ad un annullarsi cosciente del soggetto, non derivante da una rinuncia al mondo esterno ma dalla partecipazione ad esso tramite l'atto puro. Tale processo è ben espresso dalla forma poetica dell'haiku.*

Alla fine degli anni venti, poco prima del suo trapasso Usui affidò a chi lo aveva seguito nel suo percorso, la responsabilità della Pura Dottrina. Aveva fondato a Tokyo nell'aprile del 1922 una associazione che chiamò <Usui Reiki Ryoho Gakkay (Società terapeutica Usui del Reiki)>.

Venne fondata a Tokyo la prima Clinica Reiki, dove nel 1935 fu curata una donna americana di origine giapponese, seriamente malata. Si chiamava Hawahyo Takata, il Reiki la liberò dalle sofferenze e lei abbracciò la Pura Dottrina. Avviata al Master, nel 1938 tornata alle Awaïi dove lei abitava, fu condotta al master da Hayashi, che 9 mesi prima del proprio decollo, Usui aveva formato come maestro.

Takata, la cui scomparsa risale al dicembre 1980 ha iniziato i primi ventuno maestri operanti nel mondo occidentale.

Notizie da Usui a Takata passando per Hayashi

Mikaomi Usui Sensei <il papà del Reiki>, nasce nel villaggio di Taniai (Prefettura di Gifu) in Giappone il 15 agosto 1865. All'età di dodici anni inizia l'addestramento alle arti marziali. Agli inizi del '900 sposa Sadako Suzuki e nel 1908 nasce il primogenito Fuji. Cinque anni dopo nasce la secondogenita Toshiko. La possibile data in cui Usui riceve la chiave del Reiki è il 23 agosto 1914. L'anno successivo una monaca Buddhista Tendai, conosciuta come Suzuki San, diventa allieva di Usui e rimane al suo fianco fino al 1920. La storia narra che durante il suo ritiro durato 21 giorni sul monte Kurama, osservando il digiuno e la preghiera, ad Usui apparve Avalokitesvara, il Bodhisatva dell'amore, della guarigione e della compassione, che lo istruì e lo iniziò al Reiki. Usui era un uomo modesto ma spiritualmente ricco, ad un certo punto della sua vita decise di diventare un monaco buddhista zaike, ovverosia un monaco che conservava il suo lavoro, la propria casa, la propria

famiglia, non viveva nel Tempio, ma tre mesi l'anno praticava una forma di meditazione di 21 giorni. Nel Buddhismo Tibetano questa disciplina spirituale è chiamata <Meditazione del pentimento del loto>. Nell'aprile del 1922 aprì il suo primo luogo di insegnamento a Harajuku Tokio.

Il termine Reiki non veniva usato tra i suoi allievi, i quali chiamavano il suo metodo: "Usui Teate" che vuol dire <Tocco della mano di Usui, guarigione con le mani di Usui>.*

*Nota**. All'inizio Usui non indicò il suo metodo con un nome preciso. Il termine Usui Teate, fu introdotto da alcuni allievi (Suzuki San). Il termine Reiki esisteva ancor prima di Usui e fu applicato al suo metodo, in seguito da altri allievi.

Usui insisteva sul fatto che il Reiki doveva essere insegnato in modo semplice, così che la pratica fosse facile da comprendere e accessibile ad un più vasto pubblico. Definiva la sua disciplina il segreto della felicità, il segreto della medicina.

Il legame tra felicità e guarigione è tipico della medicina asiatica, che considera il benessere spirituale, la base della salute. Questa disciplina si concentrava sullo sviluppo spirituale, con la guarigione come effetto secondario. Da noi in Occidente, il Reiki tende a concentrarsi sulla guarigione, con lo sviluppo spirituale come effetto secondario.

Il Dott. Hayashi. Il dott. Hayashi di cui si parla diffusamente nella storia del Reiki, è stato allievo di Usui ed iniziato alla Pura Dottrina dal medesimo, nove mesi prima della propria scomparsa avvenuta il 9 marzo 1926. Usui aveva sessantuno anni.

Il dott. Hayashi a sua volta iniziò al metodo colui che avrebbe poi diffuso il Reiki in Occidente: <AWAYO TAKATA>.

Risale al 1998 la ricerca condotta dal tedesco Frank Arjava Petter, maestro di Reiki, che viveva in Giappone. Le sue scoperte cambiano di molto tutto il notiziario giunto in Occidente, tramite Takata. Esiste la tomba di Usui, le sue spoglie sono raccolte nel cimitero del Tempio di Daihoji a Tokio. La tomba evidenzia una stele ingombrante e sul monumento funebre è incisa la storia di Mikao Kyoho (Gyoho) Usui. Qualora vi fossero stati dubbi sulla sua reale esistenza, la scoperta della tomba è stata efficace per fugarli. Sulla tomba è riportata la visione avuta durante il ritiro di 21 giorni sul monte Kurama e la nascita della Pura Dottrina.*

*Nota**. Le versioni pubblicate sui 21 giorni passati da Usui in ritiro sul monte, sono molte e tutte discordi. Quella più affascinante porta la firma di Takata.

Brevemente un cenno:

...al suo ritorno dal mondo Occidentale, la ricerca spirituale di Usui, approdò sul Monte Kurama, dove egli sostò 21 giorni in meditazione, digiuno e preghiera (il numero 21 rappresenta la guarigione perfetta) per trovare risposte alla sua voglia di sapere sulle guarigioni operate dal Cristo con le mani. All'alba del ventunesimo giorno, una sfera di luce intensa si posò sulla fronte di Usui, aprendosi in piccole bolle contenenti i simboli Reiki, dei quali ricevette la conoscenza per il giusto equilibrio. Così nacque il Reiki di Mikao Usui Sensei.

Usui sperimentò il nuovo metodo su se stesso e la sua famiglia, proponendosi di condividere con altri la propria esperienza. La storia racconta che aprì una Clinica Reiki nel 1922 vicino Tokio, l'anno successivo durante un terremoto che sconvolse la città si prestò a portare aiuto là dove c'era

bisogno. Nel mese di febbraio 1925 aprì la sua seconda clinica Reiki.

Il 9 marzo 1926 passò a miglior vita.

Esiste tutt'oggi nella città di Tokio l'associazione che lo riguarda: Usui Reiki Ryoho Gakkai.

Scrisse per i suoi allievi un manuale ed attraverso questo documento che è stato recuperato e tradotto da Petter con la collaborazione dell'allora moglie giapponese, siamo venuti a conoscenza della diversità della pratica Reiki insegnata in Giappone, dalla Scuola Usui. L'intero sistema è basato sull'intuito e sulla intenzione, è più ricco rispetto alla tecnica occidentalizzata ed include un'ampia metodologia a convalida dei tanti stili che oggi sono praticati nel mondo occidentale.

Mikao Usui ha sempre voluto che la Pura Dottrina fosse insegnata e trasmessa in modo semplice, perché potesse essere di facile comprensione e accessibile a chiunque.

Il benessere spirituale è alla base della salute, la disciplina Reiki diffusa da Usui si concentra sullo sviluppo spirituale, considerando la guarigione effetto secondario. In Occidente invece tende a concentrarsi sulla guarigione, considerando lo sviluppo spirituale un effetto secondario.

Chujiro Hayashi

Chujiro Hayashi Ufficiale medico, Giapponese, nel 1918 fu nominato Direttore della Difesa Portuale di Ominato, nel Nord del Giappone. Nel 1925, studiò al dojo (centro addestramento) di Usui, a Nakano, fuori da Tokyo, avanzando rapidamente e con profitto attraverso i livelli, fino al livello Shinpiden. Nel 1930, così si dice, Hayashi aveva cominciato a modificare il suo approccio al Reiki (presumibilmente per portarlo più in linea con la sua opinione riguardante la metodologia/pratica clinica) e fu intorno a questo periodo che egli fondò la Hayashi Reiki Ryoho Kenkyukai. Hayashi forse ha introdotto lo schema formale, insegnato nel Reiki Occidentale.

Il suo sistema si incentrava su Reiki come metodo pratico di trattamento a contatto con le mani, mettendo meno l'accento su alcuni degli elementi più spirituali del sistema Usui.

Insegnava i quattro simboli come componente centrale del suo sistema, egli è forse anche, responsabile della creazione del formato dell'armonizzazione denju, insegnato nel Reiki Occidentale. Originariamente insegnava Reiki diviso in quattro livelli:

- Shoden
- Chuden
- Okuden
- Shinpiden

anche se all'epoca in cui insegnò a Takata-Sensei, il sistema aveva solo tre livelli. Egli redasse anche un libretto di nove capitoli, linee guida al trattamento noto come <Hayashi Ryoho Shishin>, che veniva dato agli allievi. Dopo che Hayashi commise seppuku (suicidio rituale) nella sua Villa di Atami, vicino al Monte Fuji nel 1940, sua moglie Chie prese la direzione della sua clinica Reiki.

Fu la modifica e lo sviluppo del sistema Usui, operata da Hayashi che Takata avrebbe poi presentato in Occidente come Usui Shiki Ryoho (Metodo di Trattamento/Guarigione Usui).

Hayashi aveva previsto la seconda guerra mondiale, sapeva che sarebbe stato richiamato a combattere. Scelse di morire piuttosto che essere responsabile della morte di altri. Esegui il suo suicidio rituale, tale atto era considerato nella cultura giapponese un modo onorevole per evitare di andare in guerra.

Hawayo Takata & Phyllis Lei Furumoto

E' suo il merito di aver fatto conoscere il Reiki in Occidente e grazie a lei il metodo si è diffuso in tutto il mondo. Takata nacque il 24 dicembre 1900 in un'isola delle Hawaii, da giovane lavorò nelle piantagioni di canne da zucchero, sposò il contabile di una piantagione, fu madre di due bambine. Nel 1930 rimase vedova, ammalatasi tornò in Giappone per farsi curare. Frequentò la Clinica di Reiki del dott. Hayashi. Iniziata al Reiki dal medesimo, nel 1936 ricevette dal dott. Hayashi il livello di shoden, lavorò nella clinica per circa un anno e ricevette il grado di okuden. Nel 1937 Takata tornò alle Hawaii, fu raggiunta poi dal dott. Hayashi e insieme girarono l'Arcipelago con conferenze e seminari. Il 21 febbraio 1938, Takata fu iniziata allo Shinpiden. Aprì una clinica a Hilo e una a Honolulu. Si cominciò a parlare di lei come di una forte guaritrice. Nel 1970 iniziò ad addestrare allievi allo shinpiden, Master, così volle chiamarlo. Per la preparazione e armonizzazione a tale livello chiedeva un compenso di 10.000 dollari, si trattava di un corso senza tirocinio che si svolgeva nell'arco di un fine settimana. Prima della sua morte aveva creato ventidue maestri. Perché Takata decise di cambiare la storia del Reiki. La seconda guerra mondiale era cominciata da poco tempo, dopo il suo ritorno dal Giappone alle Hawaii e con l'attacco giapponese a Pearl Harbour, poco distante da dove lei viveva, si era creata molta diffidenza verso tutto ciò che proveniva da quel luogo. Non solo, coloro i quali avevano provenienza giapponese, vennero perseguitati. Takata passò un periodo di difficoltà, come poteva pensare di diffondere una pratica giapponese? Forse le sarebbe stato utile occidentalizzare il suo fondatore e fu così che Usui diventò ministro di Culto Cristiano, con una frequenza universitaria negli Stati Uniti ed infine era diventato rettore di una Università Cristiana in Giappone. Takata non ha praticato il Reiki Tradizionale di Usui, ma una variazione elaborata dal Dott. Hayashi e dopo il suicidio rituale di quest'ultimo, modificò ulteriormente lo stile. Dopo che Hawayo Takata, passò a miglior vita (80 anni), si riunirono alle Hawaii i ventidue maestri da lei formati durante la sua vita dedicata al Reiki ed in quella circostanza venne presa la decisione di nominare <grande master>, la nipote di Takata, Furumoto. L'associazione precedente fondata dalla scomparsa, <American Reiki Association> si divise in due organizzazioni:

- Reiki Alliance fondata e diretta dal 1981 da Furumoto, che mantenne sommariamente gli insegnamenti di Usui, proponendosi di orientare il Reiki da un punto di vista spirituale, nel rispetto della tradizione e del suo lato economico.
- A.i.r.a. (American International Reiki Association) nata nel 1982 ad opera di Barbara Ray, allieva di Takata, che ha dato vita ad una associazione con cui ha voluto dimostrare la scientificità del Reiki.

Fin dagli albori

Si parla di energia fin dagli albori della storia, nel 5000 a.C gli Indiani parlano di Prana. Nel 3000 a. i Cinesi parlano di Ch'i, nel 500 a.C Pitagora parla di energia come di una sfera luminosa che cura. Nel XIII secolo Paracelso descrive la forza vitale capace di favorire la crescita spirituale. Dall'800 in poi le ricerche dirette in questa direzione abbondano, i Polinesiani chiamano questa energia Manas, i Nativi Americani la chiamano Orenda, per gli Ebrei si chiama Ruasch, per gli Islamici è Barraka. Franz Anton Mesmer scopre il fluido magnetico. Helmont ipotizza nell'Universo la presenza di un fluido fatto di puro spirito. Il conte Reichenbach scopre la forza odica nell'Universo. Questa energia potrebbe anche essere una delle tante espressioni dello spirito cristico, grazie al quale l' uomo scopre una capacità evolutiva sorprendente.

Differenza tra Pranoterapia e Reiki

Tra Pranoterapia e Reiki vi è solo in comune l'utilizzo dell'energia che compone ogni forma di vita. Il pranoterapeuta attraverso le proprie mani, una radiante e l'altra assorbente, stabilisce un equilibrio psicofisico.

Alla fine deve sempre scaricarsi per non assorbire a livello fisico i malanni altrui. I suoi tempi operativi sono limitati.

Diversamente chi è attivato al Reiki, convoglia attraverso le proprie mani che diventano entrambi radianti e assorbenti, l'energia universale.

Mentre il pranoterapeuta esaurisce la sua riserva energetica, tanto da cedere la propria energia vitale, mettendo a repentaglio la propria salute, con il Reiki non si rimane mai senza energia. La sua applicazione avvia un processo di evoluzione e illuminazione.

***Nota.** Il sistema nervoso di un reiker, pur rimanendo sensibile agli stimoli provenienti dall'esterno, mantiene il suo equilibrio emettendo onde Alpha e Theta, tipico dello stato di rilassamento. Avviene una diminuzione del consumo di ossigeno e della produzione di anidride carbonica, oltre ad un calo della concentrazione di acido lattico nel sangue. Tutto ciò genera uno stato di benessere e di rilassamento. Il Reiki favorisce uno stato elevato di coscienza, una esistenza più armoniosa e responsabile riguardo alle scelte da fare e alle decisioni da prendere.*

Reiki viene trasmesso tramite l'imposizione delle mani, chi lo usa non impiega la propria energia e chi lo pratica regolarmente raggiunge effetti rilassanti e si libera dallo stress, acquistando calma interiore ed energia vitale.

Rei-Ki

Reiki proviene dal giapponese:

REI = ENERGIA UNIVERSALE
KI = ENERGIA VITALE

La pratica della Pura Dottrina in Occidente, è andata incontro a numerosi cambiamenti, anche se la sostanza non è mutata ed il reiki funziona davvero!

La Pura Dottrina introdotta da Takata prevedeva tre gradi o livelli, l'ultimo dei quali è il master.

***Nota.** La classificazione di Usui riguardo ai livelli è un po' diversa rispetto all'Occidente: il livello più basso Shoden (corrisponde al nostro 1° livello) era diviso in Roku-To (6° livello), Go-To(5° livello),Yon-To (4° livello) e San-To (3° livello). Okuden (corrisponde al nostro 2° livello), era diviso in Okuden Zenki (prima parte) e Okuden Koki (seconda parte. Veniva poi il livello Shinpiden che dava la possibilità di diventare assistente del maestro ovvero Shihan kaka. A discrezione del maestro l'ultimo passo da compiere era chiamato Shihan (insegnante). A questo livello corrisponde il master/ Teacher del sistema di classificazione adottato da alcuni maestri in Occidente.*

Le origini del Reiki vanno onorate nel rispetto di cambiamenti dell'evolversi del mondo e in considerazione anche delle esigenze dell'essere umano.

Aura

L'Aura è la combinazione di tutti i nostri corpi sottili i quali aggiungono sfumature mediante gli stati emozionali.

La nostra aura o campo di energie, ci circonda estendendosi sopra e oltre noi, per parecchi centimetri e anche metri.

L'anima ha la sua aura, per molti questa energia è lo *spirito*, la luce che la circonda.

Quando il corpo si ammala, le conseguenze si riflettono sull'aura alterando lo spirito. Quando l'anima soffre, anche questo si riflette sull'aura, la luce è meno brillante.

L'aura è dunque il risultato della funzione di tutte le emozioni dell'essere nella sua totalità. Il suo stato, la sua luminosità dipendono dal modo in cui viviamo. Questo capo di energia che circonda ogni essere umano (ma anche animali, piante cose) è pieno di colori, succede che quando il nostro umore cambia, cambia anche l'aura, certi colori prendono forza, altri si indeboliscono. La nostra aura rispecchia chi siamo noi.

La luce riflessa attraverso un prisma, si scompone nei colori dell'iride. Rosso, arancio, giallo, verde, blu, indaco, viola, l'aura li comprende tutti, con le loro infinite sfumature. Questo corpo luminoso di forma ovoidale che circonda e compenetra il nostro corpo, comprende tre tipi di energie:

- aura della salute
- aura mentale
- aura astrale

Quanto più l'aura si estende attorno al corpo, tanto maggiore è l'evoluzione spirituale e l'apertura di cuore. La sua parte destra rivela il modo in cui ci presentiamo agli altri, la parte sinistra rivela le aree di sviluppo della personalità, la parte centrale rivela il modo in cui si affronta la vita.

Nota. la malattia ha inizio nell'aura, spesso come karma proveniente da precedenti incarnazioni, oppure come Ki negativo, sviluppato in questa vita. L'aura si compone di strati che compenetrandosi formano diversi tipi di consapevolezza. Ogni strato è collegato al chakra che le corrisponde, con il quale ha una vibrazione ed energia simile. Lo strato più interno è connesso al 1° chakra e interessa la salute fisica e la vitalità. Il campo aurico legato al 2° chakra è più esterno rispetto al precedente e così tutti gli altri fino all'ultimo.

I colori dell'aura

Elenco dei colori più comuni

Nero

Il nero dell'aura denota odio e malignità, ira, passioni basse. Le forme pensiero negative si rivelano nell'aura come spirali di fumo.

Rosso

Rosso scuro su fondo nero denota ira in proporzione alla quantità di egoismo. La nobile indignazione si esprime in lampi scarlatti sullo sfondo dell'aura. Il rosso livido indica sensualità accentuata.

Bruno

Rosso bruno opaco, ruggine, indica avarizia, si dispone a sbarre parallele. Il grigio bruno è indice di egoismo e si trova abbastanza frequentemente nell'aura. Bruno sfumato in verde acceso da lampi scarlatti denota gelosia.

Grigio

Grigio piombo esprime profonda depressione, malinconia, tristezza. Questo colore si presenta in linee parallele dando l'impressione di una gabbia. Un grigio livido, orrendo a vedersi indica terrore.

Cremisi

Questo colore è la manifestazione dell'amore, varia secondo l'intensità del sentimento, può manifestarsi opaco se è venato di egoismo e si tramuta in rosa se l'amore è altruismo e donazione. Le possibilità intermedie sono numerose perché il sentimento può essere attraversato da lampi di orgoglio e gelosie.

Arancione

Questo colore esprime orgoglio, ambizione, facile irritabilità.

Giallo arancio

Esprime un alto grado di intellettualità, le sue sfumature variano, se assume un timbro più scuro e opaco, indica direzioni inferiori e scopi egoistici, diversamente se è brillante e chiaro, le finalità sono elevate e molto altruistiche.

Verde

E' un colore difficile da interpretare oscilla tra l'inganno e la simpatia.

Grigio/verde

Questo colore è sintomo di tradimento e astuzia, è molto accentuato nell'aura di <selvaggi>.

Verde smeraldo

E' un colore molto positivo, man mano che l'essere umano evolve, il colore sfuma in un chiaro verde smeraldo che indica versatilità, ingegno. Talvolta il colore si tramuta in un verde azzurro luminoso, simile ad un tramonto, è indice di grande simpatia e onestà. Il verde mela è indice di forte vitalità.

Azzurro

Chiaro o scuro che sia questo colore indica un sentimento religioso che può essere di natura davvero spirituale, o rasantare il bigottismo, può essere nobile o tendente all'egoismo. Ognuna di queste espressioni può modificare il tono del colore. Le sfumature variano dall'indaco al viola, al grigio blu. Le tonalità dell'amore, della paura, dell'inganno, dell'orgoglio possono fondersi creando un ampio campo di variazioni.

L'azzurro chiaro o cobalto indica devozione e salendo al luminoso blu lilla è indice di spiritualità straordinaria.

I colori sono soggetti a cambiamenti e modificazioni illimitate, perciò leggere alla perfezione l'aura è un compito abbastanza impegnativo. Basta uno sbalzo di umore, un pensiero...che i colori cambiano immediatamente.

L'aura non va confusa con i corpi sottili dell'uomo, i quali sono veicoli di coscienza pienamente autonomi, piuttosto è un loro riflesso, così come il corpo fisico lo è dell'anima.

Al momento del <decollo> l'aura di salute che è in stretta relazione con il corpo fisico, scompare immediatamente, mentre il corpo astrale e gli altri veicoli superiori continuano ad esistere.

Come si pulisce l'aura

L'aura si lava mentalmente con energia purificatrice, visualizzando una doccia di colore argento, poi si chiude frapponendo mentalmente uno scudo energetico o un campo di protezione attorno alla medesima, per impedire l'assorbimento di impurità e di conseguenza la perdita inutile di energie.



I Chakra

I Chakra sono punti di connessione attraverso i quali l'energia fluisce da un veicolo (corpo) all'altro dell'essere umano. La parola sanscrita Chakra significa ruota ed infatti questi centri energetici appaiono al chiaroveggente come vortici di materia eterica, situati sulla superficie del doppio eterico a circa sei millimetri dal contorno del corpo fisico. Le dimensioni dei chakra variano dai cinque ai quindici centimetri di diametro secondo il loro grado di sviluppo. Pure variabile è la luminosità che si presenta debole nei centri meno sviluppati e vivace e brillante in quelli maggiormente vivificati dall'energia pranica. Per avere chiara l'immagine di questi centri di forza, possiamo immaginare la spina dorsale come uno stelo dal quale dipartono altri steli minori diretti verso la superficie del corpo eterico e si espandono formando strutture simili a fiori che adagiano la loro corolla sulla superficie stessa del doppio eterico. I chakra prevalentemente studiati e a cui tutti facciamo riferimento sono 7 (ma sparsi nel corpo sono oltre 80.000). questi centri che abbiamo paragonato a fiori o ruote, sono in perpetua rotazione e nel mozzo o apertura situata al centro dei medesimi, fluisce costantemente l'energia pranica. Questa forza penetra nel chakra, disponendosi perpendicolarmente ad essa e parte ad angolo retto lungo la sua superficie, suddividendosi in raggi o correnti come se il centro del vortice fosse appunto, il mozzo di una ruota e le correnti dell'energia i suoi raggi che suddividono il chakra in onde o petali. Da qui l'idea di rappresentate i centri come fiori.

Classificazione dei 7 chakra

Muladhara 1° chakra (centro della radice), si trova in fondo alla colonna vertebrale, assorbe l'energia della Terra, presiede gli istini fondamentali e alla percezione fisica. Si chiama anche centro della radice.

Simbolo: Loto rosso a quattro petali

Aromi: Cedro, chiodi di garofano

Elemento: Terra

Senso: Olfatto

Parti del corpo associate: Surrenali, genitali, retto, colonna vertebrale, sangue, gambe, unghie

Pietra: Agata, diaspro, rubino, corallo

L'armonia di questo chakra conferisce una carica attiva e creativa. È associabile alla parte più antica del cervello (cervello rettiliano) che regola l'istinto di conservazione e quindi di sopravvivenza. In Oriente è noto come <Porta della vita e della morte.

Svadhithana 2° chakra (dolcezza assoluta), il sacrale, assorbe l'energia vitale che presiede al sistema viscerale, alle emozioni di base, alla creatività, alla sessualità e alla riproduzione. È detto anche splenico perché il suo stelo ha origine nella milza. Si chiama anche centro della croce.

Simbolo: Loto arancio a sei petali

Aroma: Sandalo

Elemento: Acqua

Senso: Gusto

Parti del corpo associate: testicoli, ovaie, vescica, intestino, reni, apparato linfatico

Pietra: Corniola

Questo centro energetico è associato con la sorgente di vita contenuta nell'organismo. Il suo funzionamento armonico si riscontra nella vita sentimentale e tantrica. È preposto alle scelte sessuali; un cattivo funzionamento di questo chakra provoca bramosia sessuale, instabilità emotiva, insensibilità.

Manipura 3° chakra (gemma lucente) si trova nel plesso solare, assorbe l'energia, presiede alle emozioni, alle facoltà intellettuali, ai poteri della mente, allo stomaco, al sistema digestivo superiore. Sia questo chakra che quello sacrale, sono in grado di captare le energie negative come paura e ansia. Ciò spiega il legame tra mente ed emozione. Questi due chakra sovrintendono alle energie del paranormale. Manipura si chiama anche chakra dell'ombellico.

Simbolo: Loto giallo a dieci petali

Aroma: Bergamotto

Elemento: Fuoco

Senso: Vista

Parti del corpo associate: Stomaco, fegato, colicisti, digestione, pancreas, metabolismo, sistema nervoso

Pietre. Occhio di tigre, Ambra, topazio, quarzo citrino.

Si trova tra il plesso solare e l'ombellico, è il chakra della volontà del carisma e del desiderio.

Anahata 4 chakra (non colpito) presiede alle emozioni superiori, come l'amore, la compassione, la pietà, influenza il cuore fisico, il sistema circolatorio, il timo, i polmoni, il petto. Si chiama anche centro del cuore.

Simbolo: Loto verde a dodici petali

Aroma: Rosa

Elemento: Aria

Senso: Tatto

Parti del corpo associate: Cuore, lobi inferiori dei polmoni, circolazione, timo

Pietre: Smeraldo, giada verde, tormalina rosa, quarzo rosa.

Il buon funzionamento di questo chakra, si rivela in persone spontanee e serene, positive.

Visuddha 5° chakra (purificazione) presiede alle forme di comunicazione e di espressione creativa, influenza i polmoni, il torace, la gola, è collegato con la tiroide. Si chiama anche chakra della gola, centro della comunicazione.

Simbolo: Loto blu a sedici petali

Aroma: Eucalipto

Elemento: Etere

Senso: Udito

Parti del corpo associate: Laringe, esofago, bronchi, lobi superiori dei polmoni,, nuca, tiroide.

Pietre: Acqua Marina, Turchese, Calcedonio.

Questo chakra presiede tutte le funzioni del comunicare, conferisce il potere dell'espressione, è il centro dell'energia maschile.

Ajna 6° chakra (percezione) presiede alla percezione sensoriale più elevata e alla intuizione.

Viene chiamato erroneamente <terzo occhio>

Simbolo: Loto indaco a due petali

Aroma: Gelsomino, mentalmente

Elemento: Etere

Senso: Tutti i sensi

Parti del corpo associate: Ghiandola pituitaria, occhi, naso, orecchie, cervelletto, ghiandola pineale, cervello

Pietre: Lapislazzuli, Zaffiro

E' il centro dell'intuito e la sua armonia manifesta equilibrio tra intuito e razionalità

Sahsrara 7° chakra (illuminazione), si trova sulla sommità del capo, un palmo sopra la fontanella. Rappresenta il punto di accesso delle forze spirituali e il loro punto di saldatura. Si chiama anche centro del vertice.

Simbolo: Loto viola dai mille petali ma in realtà i petali sono 972

Aroma: incenso

Elemento: Pensiero

Partri del corpo associate: Epifisi, cervello

Pietre: Ametista, diamante

E' il chakra della spiritualità suprema, è senza blocchi ed il suo risveglio non è facile

Collegamenti. Il collegamento tra il chakra sacrale e quello della gola è importante per gli artisti, per i creativi. È il vincolo energetico che salda le forze della creatività artistica (sacrale) alle forze dell'espressione (gola).

Chakra del cuore: ogni blocco principalmente è localizzato nel cuore, sede dell'amore, della compassione, del perdono, delle emozioni superiori. Questo chakra deve essere sempre armonizzato, sopra di lui si trova quello della gola che risente delle sue condizioni. Se il cuore è bloccato si arresta ogni atto creativo e non avranno seguito idee intellettuali e le creazioni mentali che attingono dal plesso solare.

L'espressione più alta è quella dell'amore, l'impulso del cuore deve salire verso la testa e da lì diventerà flusso di amore universale. E passando per la gola dimostrerà il suo potere risanatore in ogni forma di manifestazione affettiva.

Nel chakra del cuore, poste tra vita fisica e spirituale, vengono elaborate le due forme di energia: materia e spirito.

Colori. I chakra si riferiscono agli aspetti della vita umana, ai livelli dell'essere, che in termini energetici si manifestano come colori.

- Il 1° chakra è associato con il rosso o il rosa intenso
- Il 2° chakra con l'arancione
- Il 3° chakra con il giallo
- Il 4° chakra con il verde
- Il 5° chakra con l'azzurro
- Il 6° chakra con l'indaco
- Il 7° chakra con il viola, i colori dello spettro visibile

Nota. *Esistono altri chakra, si parla di 88.000 presenti nel corpo fisico. Importanti 40, 7 già conosciuti definiti <Il Ponte dell'Arcobaleno>, in riferimento al fenomeno di unione: come la terra si unisce al cielo tramite i colori, così i chakra collegano la nostra materialità al nostro spirituale.*

Da ritenersi importanti. *Sono localizzati nelle mani, nelle dita, sotto le piante dei piedi le quali possono trasmettere reiki e collegarci alla terra. Dietro la corona e sopra il corpo fisico si trova <Il Punto Transpersonale>, rappresenta la divinità interiore. Sotto i piedi il chakra della terra, ci connette alla terra e all'energia che essa fornisce. Una linea energetica si attiva dal Punto Transpersonale al xchakra della terra, definita <Hara>. Questa linea è importante nel 2° e 3° livello Reiki. Alla base del cranio si trova il <Corpo Causale> è un piccolo centro rosso e oro. Tra la gola e il cuore se ne trova un altro color acquamarina, conosciuto come il <Centro del Timo>, importante per il sistema immunitario. Un altro ancora si trova al livello del diaframma, il suo colore è verde, elimina le tossine e i sentimenti negativi. L'ultimo centro è <Hara> si trova tre dita sotto l'ombellico, chiamato dai cinesi <tan – tien>. È il luogo della volontà che vive nel corpo fisico.*

I raggi. Il numero dei raggi in cui il prana viene suddiviso, varia secondo i chakra in cui esso fluisce.

- Il 1° o chakra basico, si suddivide in quattro raggi o correnti
- Il 2° o splenico o della milza, si suddivide in sei raggi
- Il 3° ombelicale, si suddivide in dieci raggi
- Il 4° cardiaco, si suddivide in dodici raggi
- Il 5° laringe, si suddivide in sedici raggi
- Il 6° frontale, si suddivide in novantasei raggi
- Il 7° coronario si suddivide in novecentosettantadue raggi

Dai chakra dipende l'evoluzione spirituale dell'essere umano che è in diretto rapporto con il loro sviluppo. Nell'uomo medio, non tutti i chakra svolgono un'attività completa, solitamente il più attivo è quello della milza, mentre gli altri ruotano lentamente, tanto da svolgere solo la funzione necessaria al mantenimento in vita del corpo fisico. Ciò impedisce al doppio eterico di utilizzare e specializzare tipi di prana più sottili, dai quali sarebbe possibile trarre maggior vitalità.

Lo sviluppo dei chakra ed il loro perfetto funzionamento producono infatti, lo sviluppo di qualità particolari, connesse più con i piani superiori che non con il piano fisico.

Si è parlato di Ajna chakra, definito (lo ripeto) erroneamente *il terzo occhio*, permette di osservare il mondo nella sua essenza. Questo chakra stimola la chiaroveggenza, sviluppa qualità e sentimenti particolari come la neutralità o l'amore altruistico.

L'essere umano è essenzialmente un trasformatore di energia, la cui funzione è convertire energia grezza in energia sottile. Più esso riesce a compiere questa alchimia nei mondi superiori,, più gli sarà facile raggiungere le energie da cui dipende lo sviluppo spirituale. Vediamo in dettaglio come l'essere umano assimila prana attraverso i propri chakra.

L'assorbimento della vitalità. Il globulo della vitalità viene assorbito dal chakra della milza e in questa sede i sette atomi di cui si compone si separano.

Il prana che giunge dal sole è settemplice, è composto da sette qualità di energia, ognuna delle quali carica sette atomi componenti il globulo di vitalità. Tali atomi sono attirati dalla forza che mantiene in perpetua rotazione i chakra ed essi stessi iniziano a ruotare attorno al mozzo del centro di forza.

Le sette qualità di prana vibrando a differenti velocità hanno sette diversi colori:

- viola
- blu
- verde
- giallo
- arancione
- rosso
- rosa

Ognuno dei sei raggi del centro splenico si impossessa di uno dei sei atomi e li invia a quel chakra e parte del corpo che ne ha bisogno, mentre il settimo, quello rosa (la sua funzione è quella di attirare a sé gli altri sei per formare il globulo di vitalità), fluisce direttamente nel centro del chakra stesso per essere inserito nel sistema nervoso. Sebbene esistano sette diverse specie di prana, vi sono solo cinque correnti, in quanto il raggio viola e quello blu si fondono in un solo raggio, cosa che avviene anche per l'arancione e il rosso.

Distribuzione delle 5 correnti di energia:

Raggio blu/viola: sale verso la gola dove subisce una nuova suddivisione, alcune particelle blu chiare rimangono a sostenere il chakra della gola, mentre quelle di colore blu scuro e viola si stabiliscono nel cervello. Il raggio blu scuro si distribuisce nella parte inferiore del cervello, mentre il viola inonda la parte superiore.

Raggio giallo: si dirige al cuore e dopo aver compiuto la sua funzione, sale verso la parte superiore del cervello.

Raggio verde: interessa l'addome ed energizza fegato, reni, intestino, apparato digerente.

Raggio rosso/arancione: interessa la base della spina dorsale e da qui irradia gli organi genitali. Nell'uomo comune l'energia di questo raggio stimola desideri sessuali, nell'individuo evoluto l'energia va direttamente al cervello dove modificandosi produce un accrescimento delle facoltà intellettuali nonché lo sviluppo di sentimenti di affetto in forma altruistica e disinteressata, aprendo la via alla realizzazione spirituale.

Raggio rosa. Gli atomi portatori del prana rosato, sono la via del sistema nervoso. Se i nervi non ricevono una quantità considerevole di questo prana, diventano sensibilissimi e irritabili, con conseguenze gravi per il funzionamento psichico e fisico del corpo. L'essere umano in buona salute, il cui centro splenico funziona ragionevolmente, assorbe e specializza molti globuli di vitalità, anche più di quanto il suo corpo ne abbia bisogno, con il risultato che il prana eccedente e non utilizzato va a beneficiare persone vicine. Questa sovrabbondanza di prana, può essere mentalmente inviata ad una persona carente oppure malata che si desidera aiutare. Quale è il metodo? La forza del pensiero!

Questo meccanismo consente ai guaritori di compiere presunte guarigioni che sanno di miracolo.

Al contrario può verificarsi che un individuo incapace di assimilare e specializzare il suo prana, diventi inconsciamente un <vampiro>. Ciò accade quando la coscienza istintiva, che in ognuno regola il respiro, la digestione, il battito del cuore, insomma tutte le sue funzioni, nel tentativo di soddisfare il bisogno di energia che non riesce a produrre da sé, ricorre al prana specializzato ma non ancora utilizzato, prelevando dall'aura di persone vicine in quel momento. A questo è dovuto quel senso di debolezza e stanchezza che ci prende dopo essere stati accanto ad una persona esaurita, la quale si è assorbita i nostri atomi rosa ancor prima che noi fossimo in grado di estrarne energia.

Le nadi

Le nadi sono una serie di canali all'interno dei quali scorre l'energia. Esse incrociandosi in più punti formano quei centri energetici, conosciuti come Chakra.

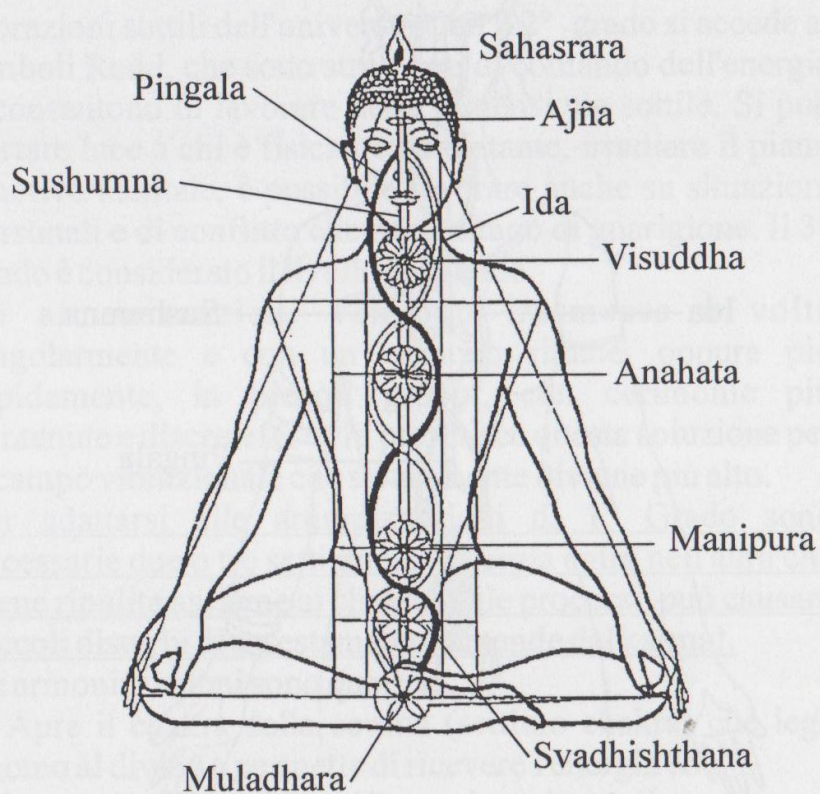
Le nadi principali sono tre, la più importante si chiama <Sushumna>, è verticale e corrisponde al midollo spinale, fa da collegamento ai 7 chakra. Al suo interno scorre l'energia Kundalini (kundala vuo dire avvolto).

Kundalini è rappresentata dalla tradizione Indù, da un serpente avvolto alla base della spina dorsale, che risvegliandosi armonicamente e srotolandosi attraverso i <7 Chakra>, permette di raggiungere l'illuminazione.

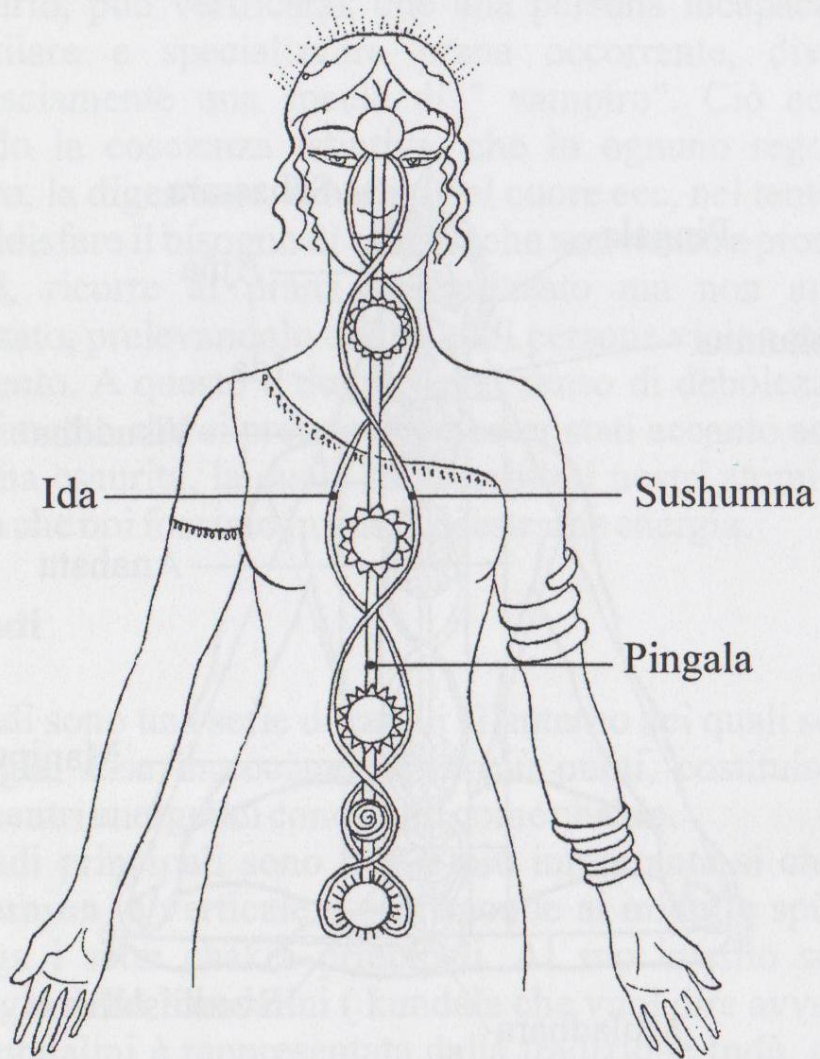
Le altre due nadi sono <Ida e Pingala>.

Le tre nadi assieme formano un vero e proprio circuito energetico

*Rappresentazione
dei sette chakra*



Le Nadi



I tre gradi (livelli) armonizzazioni la segretezza dei simboli

Il Reiki è costituito da tre gradi (livelli) ognuno dei quali porta ad una maggiore e profonda apertura all'energia, fino al terzo grado con il quale viene acquisita la possibilità di diventare <master>.

Con il 1° grado, viene attivato il canale attraverso cui l'energia inizia a scorrere e può essere irradiata attraverso le mani. L'allievo confortato da una intensa iniziazione (armonizzazione), viene sintonizzato con le vibrazioni sottili dell'Universo.

Con il 2° grado si accede ai simboli, che rappresentano gli strumenti di comando dell'energia e consentono di lavorare nella dimensione sottile.

Il 3° grado è considerato il livello spirituale

Per adattarsi alle attivazioni di 1° grado sono necessarie almeno tre settimane, l'energia entra nell'aura che viene ripulita assieme ai chakra. Questo processo può causare piccolissimi disturbi di assestamento.

Le armonizzazioni sono quattro:

- La prima apre il chakra della Corona (7° chakra) che lega l'essere umano al divino e permette di ricevere l'energia KI
- La seconda determina il punto in cui l'energia sarà canalizzata (chakra delle mani)
- La terza agisce sul sistema nervoso e permette l'assorbimento della nuova energia
- La quarta fissa la capacità di ricevere l'energia che rimarrà con noi per sempre

Una volta armonizzati lo siamo per tutto il resto della nostra vita

L'armonizzazione al 2° grado, aumenta molto la quantità di energia.

Il 2° grado richiede un tempo di assestamento che può andare anche oltre i sei mesi, ma tutto dipende dal ricevente che potrebbe sentirsi pronto anche parecchio tempo prima.

In questo grado vengono rivelati i primni tre simboli.

Se nel 1° grado i simboli sono presenti nell'Aura dell'armonizzato ed fuoriescono inconsciamente dalle mani, nell'attivazione di 2° grado, si insegna a dirigere il flusso energetico maneggiando i simboli.

Il 3° grado comporta l'armonizzazione legata all'energia spirituale. È gioia, ricchezza interiore, unità con la vita e connessione con il divino.

Se con il 1° grado si inizia un lavoro di purificazione e trasformazione di corpo/mente/spirito, con il 2° grado si mette in moto un processo di cambiamento che si rifletterà sulla vita, nei rapporti con il prossimo, nelle esperienze.

Dopo aver ricevuto le armonizzazioni le cellule del corpo vibrano ad un livello differente, a tal punto che non dovranno permettere all'energia di abbassarle ai livelli precedenti, perché il corpo fisico ne risentirebbe e potrebbe subire degli scompensi.

Con il 3° grado aumentano le capacità di canalizzare le energie, con esso vengono conferiti due ulteriori simboli chiave (uno non è usato dai più), informazioni sui simboli e sul metodo di trasmissione delle armonizzazioni.

Il Master è un canale al servizio dell'energia, ogni egoismo va bandito dalla sua vita, deve essere onesto, incline al perdono, sereno e volto sempre al bene.

I Simboli. I simboli sono l'essenza del Reiki, le chiavi di questa arte curativa e di miglioramento spirituale. Essi rappresentano la formula che Usui trovò nei Sutra.

I primi tre simboli sono insegnati nel 2° grado, gli altri due nel 3° grado. C'è da dire che sono molte le scuole che nel 3° grado insegnano solo un simbolo, per quanto l'altro sia di radicamento, perciò altrettanto importante.

La formula è tratta dai Sutra Mahayana e dall'interpretazione mistica Vajrayana; i cinque simboli sono i cinque livelli della mente che portano all'illuminazione, noti ai buddhisti come <Il sentiero dell'illuminazione>.

In Oriente la spiritualità ha la priorità su qualsiasi necessità materiale.

Un dono prezioso < non è religione non è magia non è new-age>

Possiamo considerare il Reiki un dono prezioso per l'essere umano e dal momento in cui si ricevono le armonizzazioni, l'esistenza cambia perché si attiva un processo di evoluzione che inizia fin dal 1° grado. Il Reiki agisce su tutti i livelli del corpo fisico, emozionale, mentale e spirituale. L'energia non proviene da noi ma dall'Universo ed è così grande e positiva che non può essere causa di danni. Porta equilibrio negli emisferi del cervello, nei chakra, nel corpo energetico, pulendo e aumentando il flusso della forza vitale che scorre sia nel corpo umano che animale.

In un soggetto che si trova prossimo al decollo, ne facilita la dipartita, rendendo dolce la rottura della Corda D'argento.

Reiki non è religione, tanto meno appartiene alla magia, è la fonte della vita stessa, è più antico di qualsiasi filosofia. L'energia benefica è usata perciò indipendentemente da qualsiasi religione, credenza cultura età. Non va contro la religione, ma per il senso spirituale che risveglia avvicina al Divino. Rifiuta la magia con cui non ha niente da spartire, non è New-Age anche se erroneamente è stato più volte avvicinato a questo movimento.

Reiki come strumento di crescita

Stiamo attraversando una lunga epoca di cambiamenti, il Reiki è il più grande strumento che l'essere umano ha per camminare lungo il sentiero della positività. È strumento di crescita, di evoluzione, di grandi cambiamenti, questa energia che è amore incondizionato, agisce sullo spazio del cuore, scorre operando attraverso le mani di chi lo distribuisce. In virtù della protezione fornita dalle armonizzazioni, agisce da canale e trasmette energia vitale/universale, senza che venga sottratta energia personale.

Reiki agisce sul cuore e sui sentimenti più nobili.

- Potenzia e regola la circolazione di energia nel corpo
- Elimina le tossine
- Allevia il dolore
- Rigenera i tessuti
- Rilassa
- Riattiva il sistema endocrino, linfatico, circolatorio, digerente, urinario
- Riarmonizza il sistema nervoso, neurovegetativo
- Rafforza il sistema immunitario
- Riordina l'equilibrio energetico generale dell'organismo
- Combatte gli effetti legati a cattiva alimentazione, inquinamento, stress
- Stimola le forze di guarigione
- Corpo, spirito, anima raggiungono una intesa perfetta, quindi armonica

Il Reiki è la forma di KI che organizza in senso olistico la corretta applicazione sinergica di tutte le forme subordinate di energia vitale. Reiki è una straordinaria energia spirituale.

Il Reiki e gli Angeli

Il contatto con gli Angeli è inaspettato e proprio per questo quando accade è straordinario e l'emozione è forte. L'uso dei simboli di 2° livello porta ad avere una certa facilità di percezione e di visualizzazione ed il contatto con gli Angeli diventa più facile.

La rabbia è una emozione intensa e devastatrice, danneggia sia nel corpo che nell'anima, usando i simboli e chiedendo aiuto alle entità angeliche si otterrà una barriera protettiva a nostro favore e la rabbia svanirà.

Il rapporto con gli Angeli conduce all'idea di amore, sentimento che essi provano costantemente per il genere umano. Con il loro aiuto e con l'impiego dei simboli possiamo evolvere e mantenere il contatto con il mondo angelico.

I Master formati da Takata / le associazioni

Dopo la morte di Awayo Takata (80 anni) si riunirono alle Hawaii tutti i master da lei formati, ventidue in tutto.

- Araki George
- Baba Dorothy
- Baylow Ursula
- Bockner Rik
- Bowling Patricia
- Brown Barbara
- Brown Fran
- Furumoto Phillis
- Gray Beth
- Gray John
- Ishikuno Iris
- Kuboi Haru
- Kuboi Ethel
- Mc Cullough Barbara
- Mc Fadyen Mary
- Mitchel Paul
- Phaig Bethel
- Saito Shinobu
- Sandohl Virginie
- Twan Wajna
- Weber Ray Barbara
- Yamashita Kai

In quella circostanza voluta da Furumoto, la medesima prese lo scettro della nonna proclamandosi <Grand Master>. L'associazione formata dalla defunta <American Reiki Association> si divise in due organizzazioni:

Reiki Alliance, facente capo alla nipote Furumoto, che mantenne sommariamente le direttive della nonna. L'organizzazione fondata nel 1981 si è proposta di orientare il Reiki da un punto di vista spirituale, nel rispetto della tradizione e del suo lato economico. Essa si è sempre proposta di lasciare libera la creatività e le esperienze personali dei maestri, nei particolari tecnici e nelle modalità di trasmissione delle armonizzazioni.

A.I.R.A. (American International Reiki Association) nata nel 1982, facente capo a Barbara Rey, si è impegnata a dimostrare la scientificità del Reiki.

Nel 1991 è nata in Europa la **R.A.I.**, fondata dal guaritore tedesco Eckard Strohm, i cui prezzi stabiliti dal suddetto hanno scatenato una concorrenza furiosa con le altre associazioni.

Strohm straordinario rappresentante del paranormale, sostiene di aver scoperto una grande fonte energetica di guarigione spirituale di nome <AROLO>, già praticata nel leggendario continente di Atlantide.

Per farla breve, attraverso la tecnica di Arolo, si accede ai diversi piani spirituali, riprendendo il contatto con il contesto cranico delle vite precedenti. Il guaritore attraverso la sua <consacrazione> otterrebbe accesso all'infinita corrente di energia divina e ai campi fluttuanti in dimensioni assai elevate. E tutto questo senza disdegnare il Reiki.

Nota. Oggi esistono molte espressioni diverse di Reiki, che si avvalgono di tale nome, in Giappone Reiki è stato usato molto tempo prima che Usui consegnasse alla storia la sua tecnica, tant'è che chiamò il suo metodo <Usui Reiki Ryoho>. Poter contare su più tecniche di guarigione, con cui operare, offre maggiore conoscenza dei sistemi naturali definiti <Discipline di confine>.

I tre gradi (livelli) e le armonizzazioni

Il Reiki è costituito da tre gradi o livelli, ognuno dei quali porta ad una maggiore e profonda apertura all'energia, fino al terzo grado con cui si acquisisce la possibilità di diventare master.

- Con il primo grado si è attivati e diventano canali attraverso cui l'energia scorre.
- Con il secondo grado si accede ai simboli reiki grazie ai quali si lavora nella dimensione sottile.
- Il terzo grado o master si accede al livello propriamente spirituale.

Primo grado -Shoden

L' allievo è iniziato all'energia che attraversa tutte le dimensioni: materiale, emotiva, mentale e spirituale. Le mani sono lo strumento per passare l'energia. Le posizioni che si apprendono in questo seminario portano equilibrio ai due emisferi cerebrali, i chakra e il campo energetico puliscono e aumentano il flusso della forza vitale (KI) che scorre nel corpo.

La bilanciatura o centratura

La bilanciatura o centratura nel cuore è il passaggio più importante e significativo del Reiki, non solo perché apre il canale all'energia universale, il gesto antico di portare le mani sul cuore è un atto di amore, è l'offerta del nostro più profondo sentimento all'Universo e rappresenta il consenso dall'Alto a racchiudere nel cuore il nostro bene più prezioso: l'anima.

Il cuore è la sede dell'anima, è lo scrigno dei sentimenti, la cassaforte del bene e anche del male. In esso si custodiscono i momenti di amore e di odio, di perdono e di rancore, di compassione e di violenza. Quando le azioni compiute durante il nostro percorso, sono consone allo sviluppo della coscienza positiva, il cuore si apre alla serenità e alla luce e diventa leggero, ma quando le azioni che si compiono sono gravi e portano danno all'anima, sentiamo il cuore pesante, oppresso e disperato. Il cuore è importante per chi fa Reiki perché è nel cuore che nasce la nostra vitalità di trasmettitori. Portarsi le mani al cuore e sentire l'energia dolce e pulita che scorre dentro di noi, è importante. Le mani così necessarie alla nostra struttura fisica...donano, prendono, rubano, amano, colpiscono, pregano, accarezzano, minacciano, aiutano, oppure distruggono.

Nel momento in cui il reiker si centra nel cuore, cambia atteggiamento, si calma, si riempie di amore, diventa incline alla tolleranza e al perdono. La centratura nel cuore è una sorta di benedizione per le mani che la eseguono, perché le libera dalle energie fredde e dure delle emozioni e le rende calde e generose. Ogni momento Reiki inizia con la bilanciatura al cuore, è una postura eseguita con le mani poste al centro del torace, sovrapposte, incrociate, una sopra l'altra in parallelo, oppure (è la posizione più indicata) la mano destra sul cuore, la sinistra sovrapposta con il pollice che tocca la fossetta della gola: l'amore che nasce dal cuore viene espresso dalla parola. L'attenzione dovrà essere concentrata sul palmo delle mani, l'esperienza che ne emerge è che le energie mentali del controllo, del potere e dell'aggressività, dell'ansia del plesso solare, lasceranno il posto alle energie del cuore. La bilanciatura del cuore è una pratica soddisfacente, nei momenti di confusione, ansietà, smarrimento, posare le mani sul cuore, porta ad uno stato di grazia e di rilassamento.

Questo gesto ci consente di avere la certezza di utilizzare l'energia Reiki e non la nostra personale.

Nota. Il cuore non è semplicemente l'organo fisico, ma il centro spirituale dell'essere umano. L'uomo è fatto a immagine e somiglianza (Genesi 1:26) con la ragione e l'amore. Il nostro più reale sé, il nostro più intimo santuario in cui si conserva il mistero dell'unione tra il Divino e il mondano. Cuore ha quindi un significato che tutto abbraccia. La preghiera di cuore significa non solo a livello emotivo ed affettivo, ma preghiera che abbraccia la totalità delle persone. Dovremmo sforzarci per raggiungere la purificazione di questo "centro" perché "Dio conosce i nostri cuori". (Luca 16:15)

Autotrattamento

L'autotrattamento è un atto di amore verso noi stessi. Se non ci amiamo...come possiamo amare gli altri? Questa è la prima esperienza con l'energia dopo la sintonizzazione.

Procedimento:

mani sulla testa (posizione facoltativa)

mani sugli occhi

mani sulla gola

mani sul cuore

mani sul plesso solare

mani sul ventre

mani a V sulla zona inguinale

(queste posizioni sono relative al 7 chakra ed attivano e rendono armonici i medesimi)

Nota. Le posizioni delle mani. Le mani vengono utilizzate entrambi con i palmi rivolti in basso. Le 5 dita sono stese e unite, morbide e disposte nelle posizioni. Sfiorano con delicatezza le parti del corpo più sopra descritte.

Trattamento completo

Nel suo insieme comprende il trattamento della testa e del collo, della parte anteriore del tronco e tutta la parte posteriore del ricevente.

Eseguita la centratura si procede così:

Trattamento testa- collo

mani sugli occhi
mani sulle tempie
mani sotto la nuca
mani sulla testa
mani sulla gola

Trattamento anteriore del tronco

mani sul fegato
mani sullo stomaco, milza, pancreas
mani sul plesso solare
mani a V sulla zona inguinale
mani a T sul plesso cardiaco

Trattamento posteriore del corpo

mani sulle spalle
mani sulla parte opposta delle spalle
mani su una parte della schiena
mani sulla parte opposta della schiena

mani sui lombi
mani sui lombi opposti
mani a T sul coccige
mani una sul coccige e l'altra sulla zona cervicale
mani sulla parte interna della ginocchia
mani sulle piante dei piedi

La sosta di tre minuti a posizione rappresenta il tempo minimo del trattamento.

Nel passare da una posizione all'altra, le mani vanno spostate alzandole una alla volta per non interrompere il flusso energetico ed il contatto col campo del ricevente. Alla fine di ogni trattamento si accarezza l'aura del ricevente, si ringraziano le energie per il loro sostegno e sfregando le mani tra loro oppure soffiandovi sopra, si chiude il contatto

Trattamento veloce

Viene eseguito in momenti di emergenza, quando manca il tempo e la situazione lo richiede. Si esegue così:

bilanciatura o centratura nel cuore, stando alle spalle del ricevente che si trova seduto

entrambi le mani sulle spalle per stabilire il contatto

spostarsi alla sua destra ponendo le mani sulla sua testa

mano destra sulla fronte, sinistro sulla nuca

mano destra sulla gola, sinistra sul collo

mano destra sul torace, sinistra sulla schiena parallelamente

mano destra sull'addome e sinistra parallelamente sulla schiena

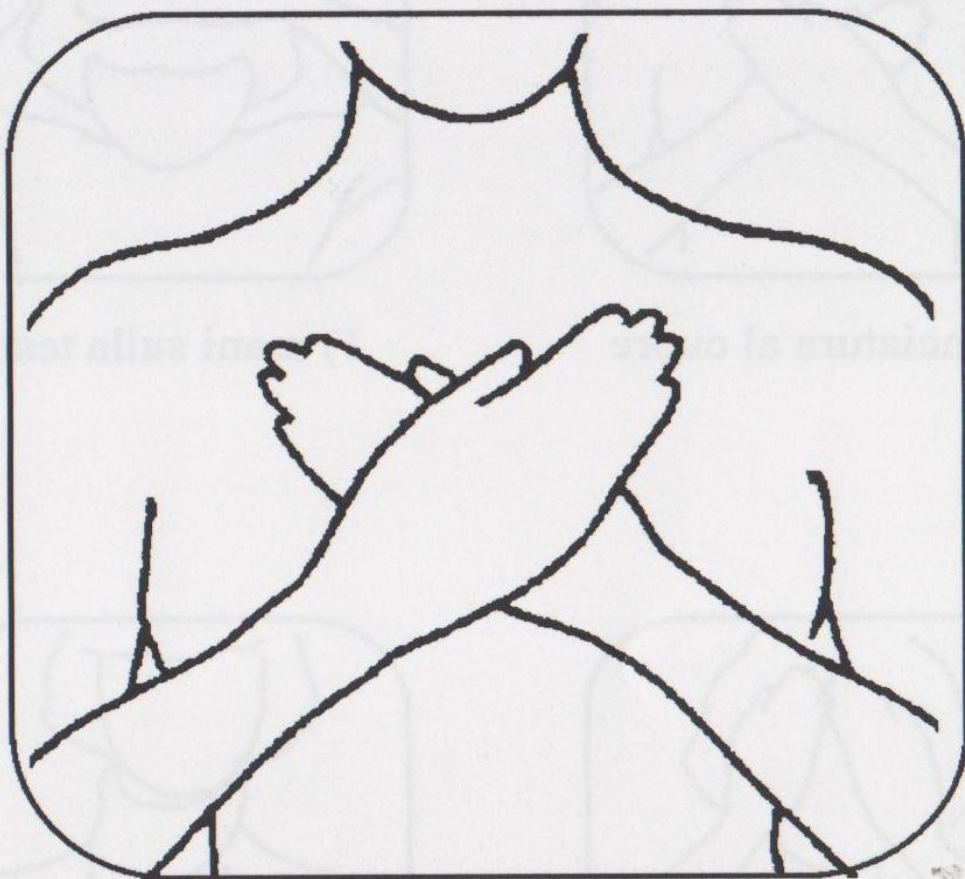
mano destra sul ventre e sinistra parallelamente sulla schiena

mano destra sulla zona pelvica e sinistra sul coccige. Questa posizione potrebbe essere sostituita data la delicatezza della zona, poggiando entrambi le mani sulle cosce.

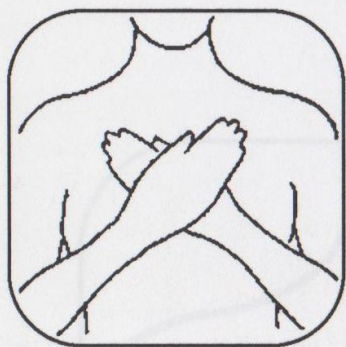
Terminato il trattamento si passerà a eseguire l'accarezzamento dell'aura per tre volte dall'alto verso il basso.
L'aura si può accarezzare anche mentalmente.

TAVOLE

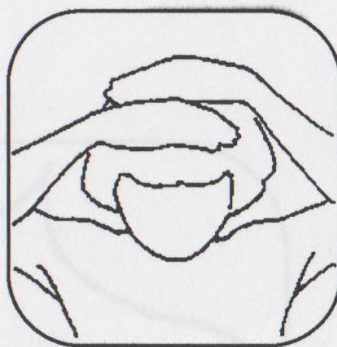
Centratura o bilanciatura nel cuore



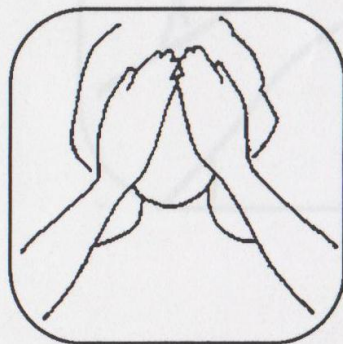
Autotrattamento (a)



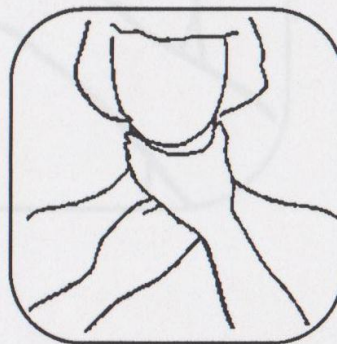
Bilanciatura al cuore



1) mani sulla testa

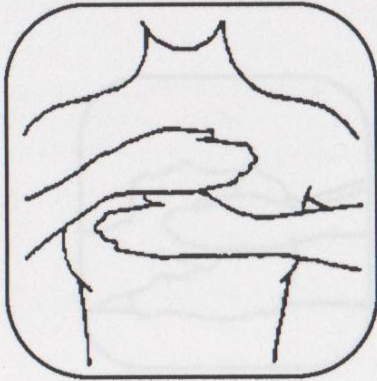


2) mani sugli occhi

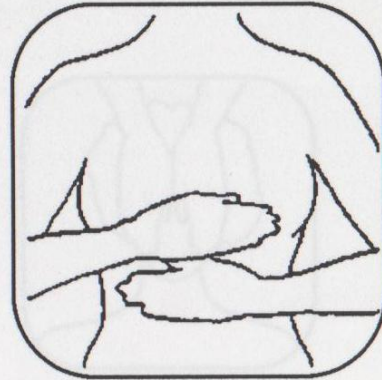


3) mani sulla gola

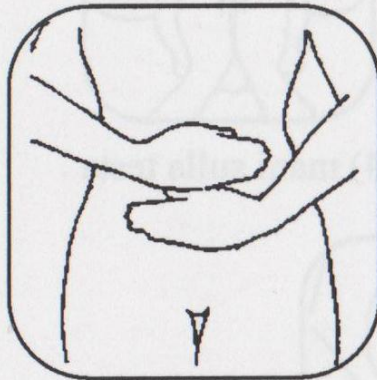
Autotrattamento (b)



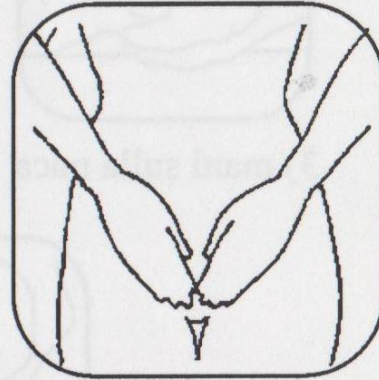
4) mani sul cuore



5) mani sul plesso solare

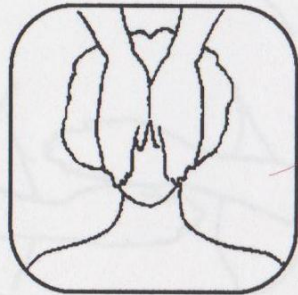


6) mani sul ventre

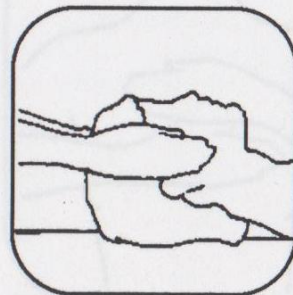


7) mani a V sulla zona inguinale

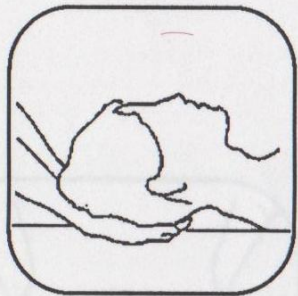
**Trattamento completo:
testa e collo**



1) mani sugli occhi



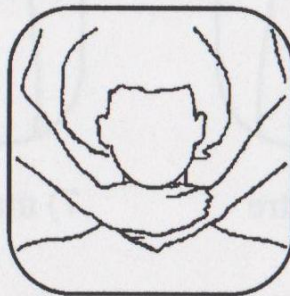
2) mani sulle tempie



3) mani sulla nuca

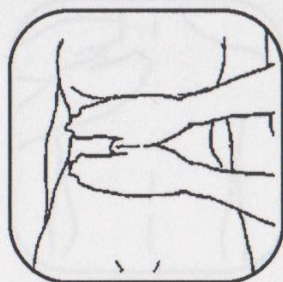


4) mani sulla testa

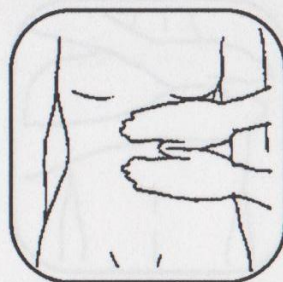


5) mani sulla gola

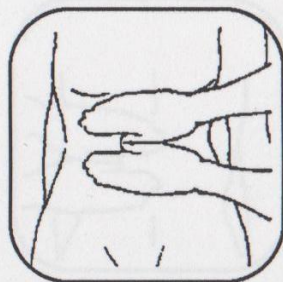
Trattamento completo: parte anteriore



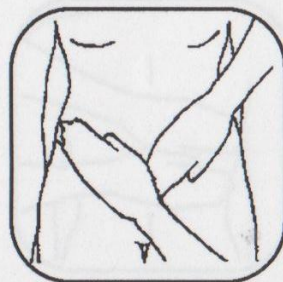
6) mani sul fegato



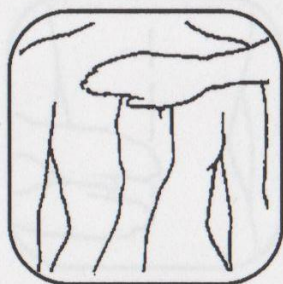
7) mani sullo stomaco,
milza, pancreas



8) mani sul plesso solare



9) mani a V sulla zona
inguinale

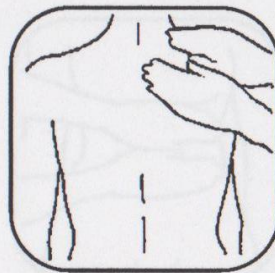


10) mani a T sul plesso cardiaco

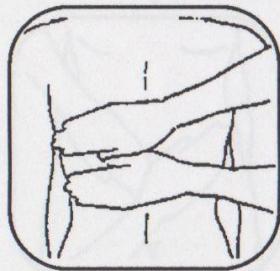
**Trattamento completo:
parte posteriore (a)**



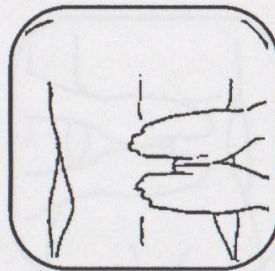
11) mani sulla parte posteriore delle spalle



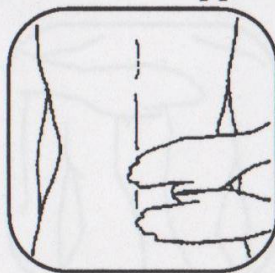
12) mani sulla parte opposta delle spalle



13) mani sulla parte dorsale della schiena

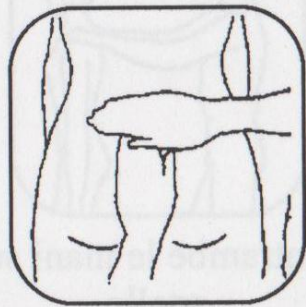


14) mani sulla parte opposta della schiena

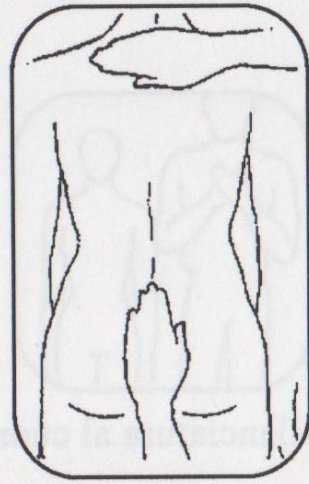


15/16) mani sulla parte lombare della schiena e sulla parte opposta

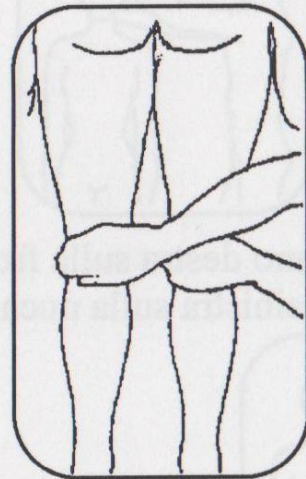
**Trattamento completo:
parte posteriore (b)**



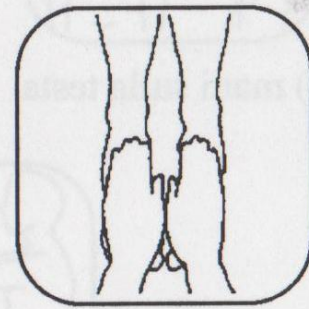
17) mani a T sul coccige



18) mani una sul coccige e
l'altra sulla zona cervicale



19) mani sulla parte
posteriore delle ginocchia



20) mani sulle piante
dei piedi

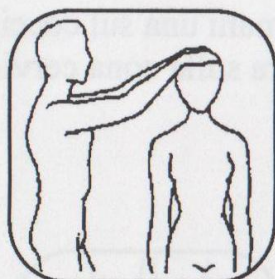
Trattamento veloce (a)



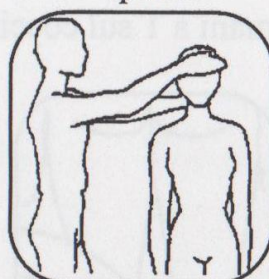
1) bilanciatura al cuore



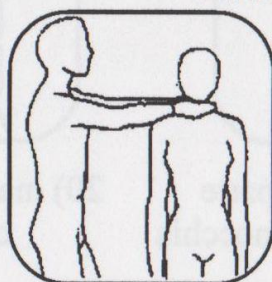
2) entrambe le mani sulle spalle



3) mani sulla testa

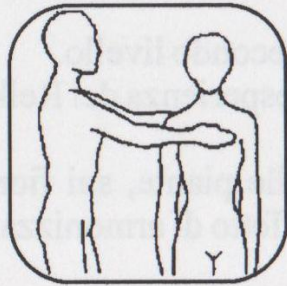


4) mano destra sulla fronte e sinistra sulla nuca

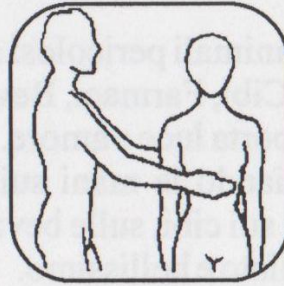


5) mano destra sulla gola e sinistra sul collo

Trattamento veloce (b)



6) mano destra sul petto e
sinistra sulla schiena



7) mano destra
sul'addome e sinistra
sulla schiena



8) mano destra sul ventre e
sinistra sulla schiena



9) mano destra sulla
zona pelvica e
sinistra sul coccige

Proseguo:

Accarezzamento dell'Aura

L'accarezzamento dell'aura chiude i trattamenti Reiki, si esegue in senso rotatorio e antiorario dalla testa ai piedi, oppure portando le mani ravvicinate dalla testa ai piedi, facendole scorrere lentamente. È segno di rispetto e amore verso il soggetto trattato. Rilassa e distende

Armonizzazione dei chakra

Il metodo più semplice per equilibrare i chakra è questo: si inizia a trattare il primo e il sesto chakra ponendovi le mani sopra, si procede poi trattando il secondo e il quinto, poi il terzo e il quarto. Utilizzando questa tecnica le energie nei chakra si armonizzano riequilibrandosi progressivamente. In alternativa a questo metodo, indicato per chi usa molto la mente, si consiglia questo procedimento:

Va tenuta una mano sul terzo occhio e con l'altra andranno trattati via via i chakra in ordine ascendente, partendo dal basso verso l'alto. Solo quando il chakra su cui stiamo lavorando è armonizzato con il terzo occhio, potremo passare al successivo.

Dopo aver ottenuto il 1° grado o livello

Alcune Scuole consigliano agli allievi che hanno ricevuto le armonizzazioni di primo livello di scambiarsi un trattamento completo della disciplina (tempo: sessantacinque minuti), effettuato consecutivamente in quattro giorni.

Durante questo breve periodo sono consigliati bagni di sale dopo ogni scambio, della durata di venti minuti in una vasca da bagno in cui è stato prima sciolto mezzo chilo di sale grosso. Dopo il bagno, una doccia toglierà dalla pelle il sale.

Dall'ultimo scambio di energia gli allievi saranno tenuti ad aspettare sette giorni prima di eseguire trattamenti sugli altri.

La donna che si trovasse coinvolta nel proprio ciclo mensile, dovrà attendere la conclusione del medesimo prima di effettuare scambi, per poter poi fare i bagni.

Altre Scuole non prevedono scambi perché il potere del Reiki è già nell'armonizzato.

Altri trattamenti

Gruppi: il Reiki può essere dato in gruppi di più persone, le posizioni sono quelle del trattamento completo.

Animali : il trattamento è condizionato dalla specie animale e dalla sua eventuale pericolosità. Per gli animali domestici il trattamento si avvicina molto a quello usato per gli esseri umani. Per i pesci basterà trattare il contenitore, l'acqua o loro stessi.

Con gli animali pericolosi si usa il secondo livello.

Piante farmaci bevande e cibi: l'esperienza Reiki con l'impiego delle mani porta su di loro energia di purificazione. Ponendo le mani sui vasi delle piante, sui fiori, sui farmaci, sui cibi, sulle bevande, l'effetto Reiki è immediato.

Esseri umani: La donna in gravidanza può ricevere i trattamenti relativamente alle posizioni della testa. La nuova presenza dentro di lei, potrebbe non gradire l'energia, avendone già molta di suo.

La futura mamma potrà essere trattata sulla pancia e sulla schiena per un minuto a posizione. Però dal settimo mese i trattamenti non andranno più fatti, perché la troppa energia potrebbe far girare su se stesso il nascituro col pericolo di soffocamento a causa del cordone ombelicale, che potrebbe avvolgersi attorno al collo.

Sui neonati e bambini fino a tre anni, volendo trattarli, non vanno mai messe le mani sulla testa ed il tempo delle posizioni non deve mai superare i trenta secondi ognuna.

Dai tre anni ai dieci i trattamenti non supereranno il minuto a posizione.

Dopo i dieci anni i trattamenti rientreranno nei tempi normali, ovvero 3 minuti per posizione

Sugli anziani che hanno necessità di molta energia si possono effettuare trattamenti con tempi lunghi.

Per chi è prossimo al trapasso si consiglia un trattamento di gruppo, ma non sempre è possibile, quindi basterà tenergli la mano nel momento del decollo, per facilitare il distacco dell'anima dalla materia.

Il Reiki gioverà molto nel momento in cui la corda d'argento si spezzerà.

Accorgimenti:

Nei diabetici che assumono l'insulina si fa attenzione se i trattamenti Reiki fanno effetto e le zone del pancreas che producono insulina, intraprendono di nuovo il loro lavoro, dosi di insulina immesse dall'esterno, possono avere come conseguenza, un livello troppo elevato della sostanza, causando disturbi.

La colonna vertebrale non andrebbe trattata dall'osso sacro all'attaccamento del collo per tempi lunghi. Motivi: nei segmenti della colonna si trovano recettori di materia sottile, che segnalano se nei chakra, la forza dell'amore è forte per mandare l'energia Kundalini dalla radice dove è riunita, in tutto il corpo. Il Reiki è una grande energia che arriva dall'esterno; diretta nel posto sbagliato può condurre ad una concezione errata e anticipare così la risalita della Kundalini in certe condizioni, creando problemi fisici e psichici.

Trattamento alla terra

In ogni parte del mondo là dove ci sono persone che fanno Reiki, è in uso inviare energia alla Terra ogni domenica dalle 19.00 alle 19.30.

Il trattamento si esegue nel modo seguente:

- centratura nel cuore
- visualizzare la Terra in una bolla di luce
- trasmettere energia col primo o secondo livello Reiki
- inviare pensieri positivi, di benessere, di amore e di pace
- chiudere il contatto con l'accarezzamento dell'aura e sfregandosi le mani

Come si saluta chi pratica Reiki

Un Reiker si saluta in questo modo:

- portando il palmo della mano sul cuore. È un antico saluto esseno
- mettendo le mani in posizione Gassho
- abbracciandolo in modo che un braccio passi sopra la spalla e l'altro sotto l'ascella,

l'abbraccio può essere rafforzato da tre baci sulle guance, tre per non interrompere il contatto energetico

I cinque principi (Gokai) e loro spiegazione

I cinque principi sui quali Usui ha basato il suo Reiki, sono stati presi (per ammissione di Usui) da una poesia dell'Imperatore Meiji, sapiente e guaritore.

Una delle tante versioni occidentali

Non essere arrabbiato proprio oggi

Non preoccuparti proprio oggi

Onora i tuoi maestri, i genitori, gli anziani

Guadagna il tuo pane in modo onesto

Sii grato nei confronti di tutto ciò che vive

Versione originale

Metodo segreto per inviare la felicità:

“solo per oggi”

non ti arrabbiare

non ti preoccupare

dimostra apprezzamento

lavora intensamente

sii gentile con le altre persone

Sera e mattina giungi le mani in preghiera, contempla queste parole nel cuore e salmodiale con la bocca.

Metodo Reiki secondo Usui, per il miglioramento del corpo e dell'anima (Mikao Usui)

Non essere arrabbiato proprio oggi

Evitare di arrabbiarsi non significa respingere una emozione così forte, ma conoscerla e usarla in senso energeticamente costruttivo. All'inizio del processo di guarigione ci si libera da accumuli di collera con cui affiorano emozioni represses.

Non preoccuparti proprio oggi

Le preoccupazioni fanno male all'organismo e all'anima, con la presa di coscienza delle medesime, elaborandole ci liberiamo della loro pesantezza e dalle cattive abitudini

Onora i tuoi maestri i genitori gli anziani

Dai maestri, dai genitori, dagli anziani abbiamo sempre da imparare qualcosa ed entrando nella loro saggezza possiamo diventare partecipi. Onorarli sarà come rendere onore a noi stessi

Guadagna il tuo pane in modo onesto

Ognuno di noi raccoglie ciò che semina, i nostri principi morali, le nostre convinzioni, si riflettono nel corso dell'esistenza su noi stessi e sulla nostra vita. Essere onesti iniziando a comportarci bene con noi stessi, significa armonizzarci col divino interiore

Sii grato nei confronti di tutto ciò che vive

Il nostro lavoro con il Reiki si conclude sempre con un grazie, è la nostra riconoscenza all'Energia Spirituale che agisce dentro noi positivamente, unendoci al tutto. L'amore e la compassione faranno parte del nostro modo di vivere

Nota. Gli argomenti centrali della vita mistica del Reiki comprendono la meditazione, il significato dei suoi simboli e i waka, le poesie spirituali dell'imperatore Meiji da cui sono derivati i principi di Usui ed il loro back-ground filosofico

Il Reiki in discussione

La versione del Reiki giunto in Occidente tramite Takata, a cui va tutta la nostra riconoscenza, oggi viene messa in discussione, si scoprono nozioni più dettagliate circa la storia di Usui Sensei e la pratica, che sono di grande utilità. Il manuale di Mikao Usui (hikkei) finalmente tradotto, che lui distribuiva agli allievi, dimostra che il Reiki non è una tradizione orale, che non va da bocca a orecchio e questo documento del quale si è preso coscienza è una componente importante nella pratica della disciplina. Il Reiki di Usui è basato sull'intuizione e se il trattamento occidentale, si rivela ad ampio spettro, il trattamento giapponese è particolarmente mirato. In Giappone il Reiki si presenta come una scelta di vita, in Occidente si è sviluppato in una direzione più legata alla nostra cultura. Il nostro modo di vivere è veloce, da qui l'esigenza di un Reiki svelto. Le posizioni affidateci da Takata, sono strumento importante e di rapido apprendimento che coprono l'intero sistema delle ghiandole endocrine e degli organi interni. Si riceve energia contemporaneamente su diversi livelli:

- Fisico attraverso il contatto delle mani
- Psicico attraverso la mente o i simboli
- Emotivo attraverso il grande sentimento di amore

- Energetico in presenza dell'energia e di chi emana

Il Reiki intuitivo di Mikao Usui (80 posizioni) non vuole impedimenti e sovrastrutture, il sistema oltre a poggiare sui cinque principi, è sostenuto da tre punti fondamentali detti tre pilastri:

- Gassho
- Reiji – Ho
- Chiryō
- Il primo è una meditazione che si pratica all'inizio delle lezioni. Significa mani giunte, consiste nel dirigere la propria attenzione nel punto in cui si congiungono le dita medie.
- Il secondo si riferisce alla forza Reiki ed è sorretto da tre rituali, si esegue prima di ogni trattamento:
mani giunte, occhi chiusi, collegandosi alla forza del Reiki permetterà all'energia di farsi sentire si affidano pensieri positivi e di guarigione alla forza del Reiki
le mani si alzano fino al terzo occhio in segno di preghiera e si chiede alla forza del Reiki di guidarci là dove c'è necessità di energia.
- Il terzo, tradotto significa semplice terapia. Ponendo una mano sul chakra della corona, si attende il flusso di energia che dirigerà le mani sulle zone in cui i blocchi energetici alterano la salute.

Il sistema di Usui si avvale anche della respirazione, attraverso il respiro assorbiamo energia. Usui insegnò una tecnica di respirazione per purificare lo spirito. Si esegue stando seduti, respirando lentamente con il naso, immaginando di incamerare energie Reiki attraverso il chakra della corona e dirigendo poi la respirazione nel punto Hara. Il metodo Reiki di Usui usa l'osservazione, il soffio, la carezza, la leggera pressione, il contatto. Nell'Usui Reiki Ryoho Hikkei (manuale) non esiste alcun a regola che imponga la durata di un trattamento e la sosta delle posizioni, per quanto noi occidentali regoliamo il flusso energetico sui tre minuti per ogni posizione, quando eseguiamo trattamenti di 1° livello.

Con la meditazione Gassho e con l'aiuto del Buddismo esoterico, interpretiamo le nostre mani:

- la mano sinistra rappresenta la luna
- la mano destra rappresenta il sole.

Le meditazioni < Gassho e Hatsu Rei >

Gassho è una meditazione che secondo gli insegnamenti di Usui va praticata 2 volte al giorno. Altra versione della meditazione si chiama <Hatsu Rei > e significa <avvio reiki>

Gassho, è la più semplice. All'inizio della meditazione è opportuno recitare più volte, silenziosamente, i 5 principi Reiki. Praticando Gassho sperimentiamo uno stato di distacco verso tutti i problemi contingenti che ci accompagnano durante il giorno, permette di separarci dalla nostra individualità per entrare a far parte della totalità dell'uno, di riconoscere la persona che Siamo e in ultimo ci dispone a diventare canali energetici puliti e consapevoli.

Hatsu Rei contiene al suo interno anche la meditazione Gassho. Usui nei suoi insegnamenti riteneva di fare questa meditazione due volte al giorno: mattina e sera.

Come si esegue la meditazione Gassho:

Siediti con gli occhi chiusi e le mani giunte davanti al petto, con il dito indice che tocca il mento; Lingua contro il palato, porta la tua attenzione al punto dove si incontrano le tue dita medie.

Mantenendo l'attenzione al punto dove si incontrano le tue dita, inizia a respirare lentamente nella pancia.

Se arrivano dei pensieri, non trattenerli, ma osservali semplicemente come se appartenessero al qualcun altro e concentrati sempre sul dito medio.

Integriamo la meditazione con la tecnica della respirazione di Usui Sensei chiamata Jyoshin Kokyu Ho. Consiste nel visualizzare separatamente o contemporaneamente il grande e il piccolo circuito di energia.

Il grande circuito energetico: si inspira attraverso il naso e si visualizza una grande luce dorata che penetra attraverso il chakra della corona e percorre insieme all'aria inspirata tutta la colonna vertebrale (sushumna) fino ad arrivare al secondo chakra, poi aria e luce dorata risalgono fino al quinto chakra, qui si dividono in due rami che si portano fino alle mani. Si espira l'aria attraverso la bocca e si invia energia dalle mani alla zona del corpo che vogliamo trattare.

Il piccolo circuito energetico: origina dalle punte delle dita medie e si porta fino al sesto chakra, quindi arriva al cuore e si porta di nuovo alla punta delle dita medie. In questo modo connette insieme mani – cuore – mente.

Come si esegue la meditazione Hatsu rei -ho

Siediti comodo nella posizione che preferisci rilassati e chiudi gli occhi. Focalizza la tua attenzione sull'Hara o tan-dien che si trova a 3 cm sotto l'ombelico. Poniti le mani sul grembo con i palmi delle mani rivolti verso il cielo, oppure poni le mani con un dito sull'ombelico

Ripeti mentalmente :Adesso faccio Hatsu Rei

Poni la tua mano destra sulla spalla sinistra, traccia diagonalmente verso il basso una linea attraverso il torace, fino all'anca destra. Durante questo movimento ESPIRA. Ripeti la procedura con l'altra mano sull'altra spalla. Poni la mano destra, alla sommità del braccio sinistro. Passala giù, fino alla punta delle dita. Durante questo movimento ESPIRA. Ripeti la procedura con l'altra mano sull'altro braccio. Ripeti nuovamente la procedura sul lato sinistro.

Connessione a Reiki: stendi le braccia in alto verso il cielo. Sintonizzati con l'energia reiki visualizza la luce bianca di Reiki che scorre nelle tue mani e nel tuo intero corpo. A mano a mano che diventi consapevole del flusso di Reiki abbassa le braccia.

Poni le mani sul grembo con i palmi rivolti verso il cielo e respira attraverso il naso. Concentrati sull'Hara, inspirando, visualizza la luce bianca di Reiki che entra dal chakra corona e scende fino all'Hara. Senti l'energia espandersi in tutto il tuo essere. Espirando, visualizza la luce che ha riempito il tuo essere che si espande all'esterno attraverso la pelle, all'infinito in tutte le direzioni.

Inspira attraverso le mani e visualizza la luce di Reiki che scorre attraverso le mani fino all'Hara. Senti l'energia che aumenta e si accumula nell'Hara. Espirando, visualizza l'energia accumulata nell'Hara che irradia attraverso le mani.

Porta le mani sopra al cuore in posizione Gassho e Ripeti mentalmente Ho finito Hatsu Rei

Spiegazione dettagliata del Kanji

Reiki è espressione giapponese nei due Kanji di cui si compone.

Non si tratta di ideogrammi ma di pittogrammi.

Significato:

- Nel vuoto biancore, nello spazio eterno e infinito la prima pennellata. Il primo segno riporta alla nascita del cielo, al principio creatore. L'energia si fa materia, si addensa.
- Nel cielo ora ci sono le nuvole che rappresentano il movimento, il mutamento, l'alternarsi degli eventi e delle esistenze.
- Lento addensarsi di nubi, origina pioggia, un tuono, un lampo e l'energia del cielo discende sulla terra in piccole gocce d'acqua.
- Tre bocche si aprono per parlare con Dio per ricevere i doni dal cielo, per ringraziarlo nelle preghiere.
- Gli uomini grati per i doni ricevuto dal cielo si uniscono nel tempio e offrono sacrifici. È l'incontro con lo spazio sacro interiore.
- Si ripropone la sequenza del cielo, delle nuvole e dell'acqua che scende ed evapora, tornando al cielo.
- Siamo nel centro del nostro essere, simboleggiato da un chicco di riso, qui comincia la vita nel seme, nella cellula, nell'eterno. Fin qui deve scendere l'energia dello spirito per rivelare per nutrire la nostra più intima essenza.

Il Kanji Reiki è simbolo antico e potente. Racchiude significati e potenzialità collegate alla protezione e alla evoluzione.

Il simbolo emana una fortissima energia.

Il suo uso:

- dipinto sulla parete di una stanza oppure posizionato a mo di quadro, è emanatore di energia positiva
- E' forte protettore da energie geo-patogene, es. nodi di Hartmann
- Collocato sotto il letto favorisce il sonno
- Applicato ad una presa di corrente, limita i danni da emanazioni elettromagnetiche
- Inserito in un cellulare con la parte disegnata rivolta verso la batteria, protegge da emanazioni

(Floriano D' Auria) Di questo simbolo esistono tre differenti versioni e può essere letto almeno a sette livelli di profondità.

***REI** viene tradotto come energia universale, significa spirito, anima e indica il principio nel senso più totale del termine. Collegarsi a **REI** significa collegarsi con la sorgente stessa della vita: Dio, Grande Spirito, Sé Universale.*

***KI** viene tradotto come energia vitale, significa atmosfera, mente cuore, stato d'animo. Indica qualcosa che è presente in tutto ciò che esiste, qualcosa di universale, ma allo stesso tempo individuale. Una forza che fa compiere ad ogni cosa il proprio ciclo vitale.*

*Potremo riferire il **KI** all'uomo, alla terra, al finito, all'immanente e **REI** al cielo, al divino, all'universo, al trascendente.*

*L'insieme di **REI** e **KI** è allora il TUTTO. Il creatore e il soffio di vita che emana, il principio e la sua manifestazione.*

Il senso di Reiki è allora richiamare le dimensioni superiori perché scendano in noi, portando luce.

Prendiamo in esame la rappresentazione più antica e originale, gli ideogrammi giapponesi si svilupparono da quelli cinesi. Per secoli la Cina è stata un modello culturale e religioso per il

Giappone, anche nell'antichità i giapponesi tendevano a rapinare altre culture, adattandole poi alle proprie esigenze.

Ecco due definizioni:

- una qualità definitiva ascende dal cielo (divinità), viene liberata dalla materia, da una forza solare infuocata
- aggiungendo una grande energia alla materia, le componenti spirituali divine, al suo interno vengono rafforzate

(W.L.Rand). È degno di nota il fatto che il Reiki non richieda particolari capacità o anni di pratica: chiunque può apprenderlo in un giorno o due per sperimentare subito effetti concreti! La profonda bellezza e il valore del Reiki risiedono nel fatto che esso ci collega con quella parte dell' Universo, in cui tutto è guidato dalla saggezza, dall'amore e dalla pace. (lo spirito del Reiki).

1ª Versione

2ª Versione

3ª Versione

Il Kanji Reiki racchiude in sé moltissime potenzialità ed aspetti ancora inesplorati. Questa meravigliosa <scrittura>, risulta essere un ottimo alleato contro energie disarmoniche, siano esse mentali, geopatiche e/o elettromagnetiche. Il Kanji Reiki emette continuamente, nel luogo dove viene posizionato, un'energia riparatrice e riarmonizzante, riportando l'ambiente e tutto ciò che lo circonda, in uno stato di armonia ed equilibrio. Ciò che conosciamo di questo stupefacente simbolo, è dato principalmente dalla sperimentazione che i praticanti occidentali ne hanno fatto, e attualmente non sappiamo di nessun <uso particolare>, proveniente dalle scuole giapponesi. Nessuno conosce in realtà tutte le potenzialità e le possibilità di questo simbolo; l'unico modo è provare personalmente a scoprirne i segreti.

Qui di seguito vengono elencati alcuni usi

- Posizionare il Kanji Reiki in una stanza, come se fosse un quadro, oppure dipingerlo sulla parete: emetterà energia protettiva e riequilibrante nell'ambiente (quest'azione avviene grazie all'emissione di onde di forma, ossia per effetto radionico).
- Posizionare il Kanji Reiki in formato grande (foglio A3) sotto il letto (sul pavimento). Meglio ancora se la riproduzione è fronte/retro: l'azione energetica avviene così sia in senso protettivo e schermante (da energie geopatogene) sia in senso radiante ed equilibrante (favorendo così il naturale rilassamento durante il sonno).
- Posizionare una mini riproduzione del Kanji Reiki su una presa di corrente dell'impianto domestico (il disegno del simbolo va rivolto verso la presa). Il Kanji servirà a limitare i danni causati dalle emanazioni elettromagnetiche.
- Posizionare una mini riproduzione del Kanji Reiki dentro il cellulare (con il disegno rivolto verso la batteria); aiuterà nel limitare i danni causati da emanazioni elettromagnetiche.
- Inciso su una medaglia proteggerà da energie negative, geopatiche, o generate da campi elettromagnetici.
- Posizionare una mini riproduzione del Kanji Reiki sotto ad una bottiglia o ad un bicchiere: questo aiuterà ad energizzare l'acqua e a purificarla da eventuali sostanze contenute in essa.

Edward Bach: la salute dipende dall'armonia dell'anima

(E. Bach). È di importanza primaria che il vero significato di salute e malattia sia ben inteso.

Salute è la nostra eredità, è il nostro diritto, è la completa e piena unione tra anima, mente e corpo.

La salute quindi è la presa di coscienza di ciò che siamo. Siamo perfetti, siamo figli di Dio.

Dio diede a ciascuno di noi la nostra strada da seguire, con la quale niente deve interferire, ma più importante ancora è che non interferisca con altri. In questo sta la vera salute. È solo quando dimentichiamo questo fatto e proviamo a forzare il nostro operare sugli altri o permettiamo loro di interferire con il nostro, che succede l'attrito e la disarmonia del nostro essere. Questa disarmonia o malattia si manifesta nel corpo per il corpo, servendo semplicemente a rispecchiare il funzionamento dell'anima. Così nelle cose più importanti, il corpo rispecchia le vere cause delle malattie nel disordine dei suoi apparati e tessuti.

Malattia è quindi il risultato di interferenza: interferire con qualcun altro o permettere che altri interferiscano con noi.

Ci sono grandi qualità nelle quali ci stiamo gradatamente perfezionando e ci sono state manifestate nelle loro vite terrene dai grandi maestri:

- amore/ comprensione
- compassione/ tolleranza
- pace/ saggezza
- fermezza/ perdono
- dolcezza/ coraggio
- forza/ gioia

Come esistono i passi che portano alla perfezione e alla luce, esistono gli ostacoli e le interferenze che sono le cause dei nostri malanni:

- costrizione/ fanatismo
- paura/ ignoranza
- irrequietezza/ impazienza
- indecisione/ terrore
- indifferenza/ dolore
- debolezza/ dubbio

si rispecchiano nel nostro corpo causando ciò che chiamiamo malattia e a cui diamo nomi come <artrite, cancro, infarto ecc.>

la malattia del corpo è la disarmonia tra anima e mente.

Ci sono sette stadi di guarigione dalla malattia:

- pace
- speranza
- gioia
- fiducia
- certezza
- saggezza
- amore

I colori dell'anima

L'uso dei colori nelle tecniche di guarigione è normale:

- blu è il colore curativo usato in tutte le guarigioni. È il colore dell'anima
- verde il suo impiego favorisce l'armonia e l'accordo, è il colore che simboleggia la pace

- rosso è stimolante e porta vivvi raggi di forza. Va usato con acume
- rosa è il colore delicato dell'amore e della tenerezza.
- malva, il rafforzamento di questo colore stimola la saggezza e la mente
- viola è un colore spirituale, stimola la forza, la crescita, il potere
- oro è il simbolo della saggezza è un colore di grande forza e potenzialità
- argento è il colore della bellezza e dell'amore spirituale

Deontologia

Chi utilizza il Reiki non è un prescelto, non è *il migliore* e qualsiasi atteggiamento di superiorità sarebbe fuori posto.

I trattamenti Reiki si possono proporre se il ricevente acconsente, non vanno fatti mai di nascosto ed è necessario avere sempre il consenso della persona che si desidera trattare.

Questo metodo puramente olistico, non appartiene al campo medico ma a quello della guarigione (che non è la stessa cosa...) pertanto le informazioni contenute in questo manuale non hanno valore diagnostico.

Praticare Reiki significa essere tramiti, canali per il passaggio dell'energia.

Dieta e salute

Con il Reiki è facile cambiare gusti anche nel campo dell'alimentazione. Il cibo nutrimento del corpo è importante per la salute, per il nostro equilibrio mentale ed il benessere emotivo. Con l'assimilazione del cibo, con le relative molecole e atomi fisici, assimiliamo le controparti astrali ed eteriche e se queste sono contaminate, il nostro corpo eterico verrà danneggiato.

Il corpo fisico è la sede dei piaceri, quello eterico risponde principalmente al pensiero. Ma esiste anche un altro corpo, quello astrale che è sede delle emozioni. Qualsiasi emozione negativa indebolisce il corpo astrale danneggiandolo, lui sopravvive alla morte fisica ed è in lui che la coscienza si trasferisce dopo l'abbandono del veicolo fisico. Ciò significa che dobbiamo aver cura del nostro corpo astrale, visto che dopo il nostro decollo, lui sarà il custode della nostra coscienza.

Le categorie fondamentali di cibo che consumiamo sono: animale e vegetale. Nella prima sono inclusi carne e derivati, la seconda comprende tutto ciò che offre il mondo vegetale. La frutta e la verdura, per intendersi, quando vengono tolte dal luogo di origine, hanno una piccola vibrazione simile ad una sorta di emozione che si imprime nel corpo astrale, ma non colpisce l'astrale del corpo umano. Diversamente nell'anima ucciso il corpo astrale registra tutte le emozioni negative determinate dall'uccisione, il terrore dell'animale che si accorge di morire e il suo dolore. Tutto ciò colpisce la nostra parte astrale in senso negativo. L'essere umano dopo aver consumato per anni quantità considerevole di carne, il suo corpo fisico subisce danni dovuti all'astrale compromesso. L'uomo è ciò che mangia. Qualora però il consumo di carne venisse interrotto almeno per nove mesi, il corpo astrale che ha poteri rigenerativi, può tornare ad uno stato quasi perfetto.

Sono tre le cose che ci fanno ammalare:

- ciò che pensiamo
- ciò che sentiamo
- ciò che mangiamo

Tutto quello di cui abbiamo bisogno per rimanere in salute è una mente felice, un cuore pieno di amore e una dieta pura.

Differenza tra animali a sangue caldo e sangue freddo. Il sangue caldo corrisponde ad una natura emotiva ben sviluppata. Mucche, maiali, agnelli, hanno una natura emotiva più accentuata rispetto ai pesci che sono creature a sangue freddo e che proprio per questa natura i loro corpi astrali hanno vibrazioni dissimili dalle nostre ed i veleni astrali in essi contenuti non sono eccessivamente

dannosi per l'uomo.

È consigliabile eliminare la carne rossa dalla nostra dieta, preferendo pesce e pollame, se proprio non è possibile una dieta vegetariana!

Dopo alcuni mesi è consigliabile sostituire anch'essi con prodotti proteici, come uova, latte, formaggi e simili. Dopo un periodo di 8-9 mesi, l'organismo suggerirà un equilibrio proteico.

Difficilmente ci rendiamo conto che il nostro bisogno di proteine è dovuto più che altro all'abitudine. Il nostro corpo, il nostro fegato in particolare è capace di riciclare virtualmente tutte le proteine necessarie. L'abitudine di trangugiare rende il fegato pigro ed incapace di riprodurre ciò che è già presente nel corpo. Ma al risveglio di tali capacità, permette di scoprire l'utilità di qualche digiuno, grazie al quale si accelera il nostro processo di trasformazione. La forma di digiuno migliore, in tempi brevi e contenuti, è quella di assumere succo di frutta senza zuccheri e acqua.

Tornando alla carne il suo consumo è legato al concetto che il piano terreno è uno specchio dello stato interiore dell'essere umano. Se il mondo esterno è pronto per riflettere il nostro interno, non è chiaro il motivo per cui si continua a mangiare cadaveri, mettendo la morte dentro di noi. Fin quando continueremo così, come potremo arrestare la morte e le uccisioni che avvengono attorno a noi? Questa legge universale dello specchio, rende inevitabile che il massacro degli animali e degli esseri umani vada di pari passo. Non finirà l'una se non terminerà l'altra.

Più comuni disturbi e trattamenti

I trattamenti di Reiki portano sempre giovamento, tuttavia in casi di emergenza o malattia è bene consultare il medico.

Per trattare alcuni dei molti disturbi a cui si può andare incontro, si utilizzano le posizioni delle mani riportate nel seguente elenco:

- **Acne:** mani sugli occhi, sulla testa con le dita ai lati, mani sotto il petto, sulla parte superiore della schiena, mani appena sopra la vita.
- **Allergie:** mani sugli occhi, sul petto, sopra la vita.
- **Amnesia:** mani sulla sommità del capo.
- **Anemia:** mani sugli occhi, mani sull'addome, sopra l'ombelico
- **Ansia:** mani sugli occhi, sotto il petto, sopra la vita.
- **Ascesso:** mani sugli occhi e sulla parte interessata
- **Bronchite:** mani a T sul petto, a V sul petto, sugli occhi premendo piano il naso, mani sulle spalle, polmoni e reni, oppure mani appena sopra il petto, sui lati dell'addome.
- **Cistite:** mani sull'addome, sotto l'ombelico.
- **Colite:** mani sotto il petto, sull'addome sopra l'ombelico, mani sull'addome sotto l'ombelico.
- **Depressione:** mani sugli occhi, sulla nuca, a V sull'addome, mani sui piedi, oppure mani sulla sommità del capo con le dita unite ai lati.
- **Dissenteria:** mani sopra l'ombelico, mani sotto l'ombelico.
- **Disturbi mestruali:** mani a V sull'addome, mani sulle natiche, sull'occipite, oppure mani sotto l'ombelico, sulla zona pelvica.
- **Denti:** mani sugli occhi, sulle tempie, sulle orecchie, sulla mascella superiore e inferiore.
- **Emicrania:** mani sotto la nuca, sulla calotta cranica, sul basso ventre, a V sull'addome. Oppure mani sugli occhi, sulla testa, sulla calotta cranica.
- **Emorragie:** imporre le mani sulle ferite
- **Emorroidi:** mani sull'area.
- **Esaurimento:** mani a coppa sotto il mento, mani sotto il petto.
- **Fibromi:** mani a V sull'addome
- **Febbre:** mani sotto il petto, a T sul petto, sugli occhi, dietro la nuca, premere le dita lungo gli zigomi, mani sul plesso, sui reni, sulla vita.
- **Funghi:** mani sotto il seno destro, sotto i piedi, sulla zona interessata.
- **Gastrite:** mani sotto la testa, sotto il petto,
- **Inflammazioni:** mani sulle piante dei piedi, sulla parte infiammata, sotto il petto, sulle spalle, sui reni.
- **Menopausa (disturbi):** mani sugli occhi, sulla testa, sotto la testa, sotto l'ombelico, sulla zona pelvica.
- **Pressione sanguigna:** mani a V sul petto (20 minuti), ai lati del collo, sui reni, sotto i reni.
- **Rabbia:** mani sopra il petto, appena sopra la vita.
- **Raffreddore:** mani sugli occhi, sotto la testa, sotto il mento con le dita che si toccano.
- **Schiena (male):** mani sull'addome, sotto l'ombelico.
- **Singhiozzo:** mani sotto il petto.
- **Stitichezza:** mani sull'addome sopra l'ombelico, mani sull'addome sotto l'ombelico, mani sulla zona pelvica.

- **Tosse:** mani a T sul petto, sugli occhi, sulla gola, sulle spalle, sul collo e nuca, sui reni, sulla vita. Oppure mani sugli occhi, sotto il petto, sotto le ascelle.
- **Ustione:** imporre le mani sulla zona interessata, senza toccarla.
- **Vertigini:** mani sotto la testa.
- **Vescica:** mani dietro la nuca, a V sul bacino, tra spalla e scapola, mani a T sull'osso sacro, mani sugli stinchi. Lavorare sul 2° chakra.

Nota

La versione del Reiki giunta in Occidente tramite Takata, a cui va tutta la nostra riconoscenza, oggi viene messa in discussione; si scoprono nozioni più dettagliate circa la storia di Mikaoma Usui Sensei e la sua pratica. Il famoso manuale di Usui (Hikkei), finalmente tradotto, che lui dava ai suoi allievi, dimostra che Reiki non è una tradizione orale, che non va da bocca a orecchio e questo documento del quale oramai tutti abbiamo preso conoscenza, è una componente importante nella pratica della disciplina. Il Reiki di Usui è basato sull'intuizione e se il trattamento Occidentale si rivela ad ampio spettro, il trattamento giapponese è quanto meno mirato.

In Giappone il Reiki rappresenta una scelta di vita, in Occidente si è sviluppato in una direzione più legata alla nostra cultura. Il nostro modo di vivere è veloce, da qui l'esigenza di un Reiki svelto! Le posizioni delle mani affidateci da Takata, sono strumento importante e di rapido apprendimento che coprono l'intero sistema delle ghiandole endocrine e degli organi vitali.

Si riceve energia contemporaneamente su diversi livelli:

- fisico, attraverso il contatto delle mani
- psichico attraverso la mente e i simboli
- emotivo attraverso sentimenti di amore
- energetico in presenza di emanazioni energetiche

Il Reiki intuitivo di Usui (80 posizioni) non vuole impedimenti e sovrastrutture. Il sistema poggia sui cinque principi o regole di vita ed è sostenuto dai tre Pilastri:

- Gassho
- Reiji-Ho
- Chiryō

Il primo è una meditazione che si pratica all'inizio dei seminari e di ogni trattamento. Significa <mani giunte>, consiste nel dirigere la propria attenzione nel punto in cui si congiungono le dita medie. Si esegue premendo la lingua contro il palato

Il secondo si riferisce alla forza del Reiki, è comprensivo di tre rituali, si esegue prima di ogni trattamento:

- <mani giunte>, occhi chiusi, collegandosi alla energia del reiki presto si farà sentire
- si affidano pensieri positivi e di guarigione alla forza del Reiki
- le mani si alzano congiunte al terzo occhio in segno di preghiera, è richiesto all'energia Reiki di guidarci sul nostro cammino

Il terzo tradotto significa semplice terapia. Ponendo la mano sul chakra della corona, si attende il flusso di energia che dirigerà le mani sulle zone in cui i blocchi energetici alterano la salute.

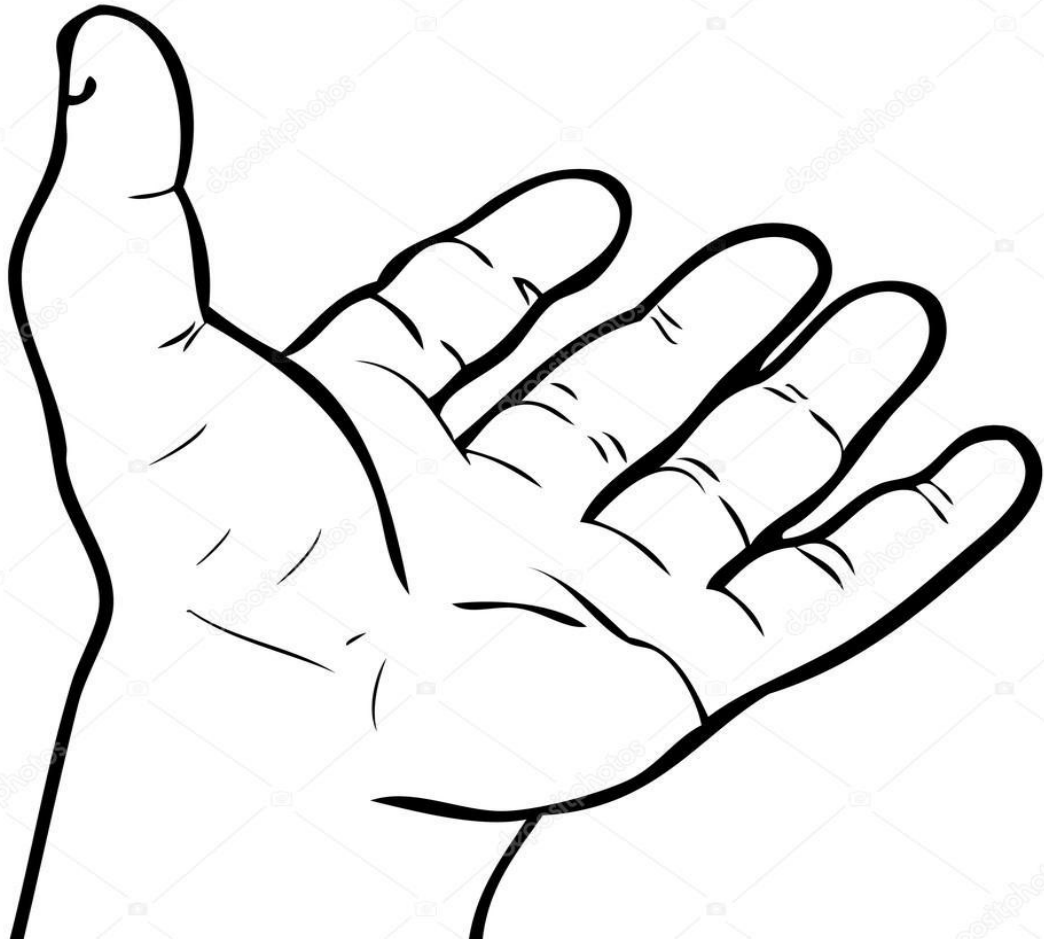
Il sistema di Usui si avvale anche della <respirazione> molto importante ed il suo significato è noto in ogni tradizione esoterica. Attraverso il respiro assorbiamo l'energia. Usui Sensei insegnò una tecnica di respirazione con la quale purificare lo spirito. Si esegue stando seduti, respirando lentamente con il naso, immaginando di immagazzinare energie Reiki, attraverso il chakra della corona e dirigendo poi la respirazione nel punto Hara.

La terapia Reiki di Usui Sensei, usa l'osservazione, il soffio, la carezza, la leggera pressione, il contatto.

Nell'Usui Reiki Ryoho Hikkei (manuale) non esiste alcuna regola che imponga la durata di un trattamento e le sue posizioni.

Con la meditazione Gassho e aiutati dal Buddismo esoterico, interpretiamo le nostre mani:

- la mano sinistra rappresenta la luna
- la mano destra rappresenta il sole
- le 5 dita rappresentano i 5 elementi e alle medesime falangi sono associate delle qualità



pollice
indice
medio
anulare
mignolo

vuoto
aria
fuoco
acqua
terra

discernimento
azione
percezione
accettazione
forma

Seconda Scrittura
IL TEMPIO INTERIORE
Manuale di Reiki 2° Grado

Il metodo di guarigione Reiki

Riepilogando, il Reiki è un antico quanto semplice metodo di guarigione, tramite l'imposizione delle mani, da cui si sprigiona energia risanatrice. Affonda le sue radici nel Buddismo Tibetano, questo sistema di guarigione naturale, chiamato anche <Pura Dottrina>, è un contatto diretto tra l'energia personale e quella Universale. Procura armonia e benessere e favorisce la soluzione per i problemi di natura fisica ed emotiva.

Aiutare il prossimo con l'imposizione delle mani, è un desiderio dettato dal cuore e si muove in un gesto antico come il mondo, quello di abbracciare e accarezzare. Il Reiki racchiude in se il gesto terapeutico, quel tocco risanatore che non si limita ad essere trasmesso da individuo a individuo, ma è uno scorrere di energie positive che guariscono. In un'epoca di cambiamenti e di crisi, come la nostra, la guarigione è un bene prezioso che deve essere divulgato.

Il Reiki è un dono divino, è amore, un dono che Dio ha fatto a noi esseri umani. È accessibile a chiunque e la capacità di canalizzare e trasmettere l'energia vitale dell'Universo, può essere attivata in chi lo desidera.

Questo sistema terapeutico è il più semplice che l'uomo conosca, abbiamo a che fare con una energia intelligente che è sapienza e verità, è alla base di tutto ciò che vive. Il cuore è considerato la sede dell'anima ed è costantemente in contatto con l'energia del Reiki, cioè< l'energia universale>:

SPIRITO
DIO
SE'

Con Reiki si entra nel profondo di noi stessi, perché l'energia scorrendo in noi, ci porta verso una evoluzione che interessa il livello di consapevolezza. Esso vuole purificare tutto ciò che è negativo in noi, attraverso la forza del perdono.

Se l'attivazione del 1° grado (shoden) è divisa in quattro fasi:

- presa di contatto
- processo di guarigione
- rimozione dei problemi e scorrimento dell'energia
- inizio della guarigione

l'attivazione di 2° grado prevede una sola fase, l'armonizzazione è più vasta e complessa e aumenta moltissimo la quantità di energia.

Il termine giapponese con cui si indica il 2° grado è <okuden> che significa <tempio interiore>.

L'accesso al 2° livello, eleva il grado di coscienza e si serve di tre simboli, strumenti di comando dell'energia. Essi rappresentano il linguaggio archetipo sottile e mentale dell'energia. Rispondono alla volontà del canale ogni qual volta vengono tracciati con la mano o con la mente. Essi sono conosciuti come ideogrammi giapponesi detti Kanij.

Se nel primo grado (livello) è necessario l'imposizione delle mani per irradiare energia, nel 2° grado, con l'impiego dei simboli tutto diventa mentale ed il canale irradia al di là dei vincoli materiali, dello spazio e del tempo.

Usui insegna che la Pura Dottrina, cioè il Reiki si trasmette non solo con le mani ed il pensiero, ma anche attraverso l'intensità dello sguardo e con il soffio.

Se per adattarsi alle armonizzazioni di 1° grado necessitano due, tre settimane, il 2° grado richiede un tempo di assestamento più lungo, che può andare anche oltre i sei mesi; ciò nonostante è l'allievo che decide i suoi tempi.

I tre gradi Reiki

- Il primo grado agisce con l'impiego delle mani
- Nel secondo grado, la quantità di energia maumenta sostanzialmente e la guarigione si focalizza su quella emozionale, mentale e karmica. Consente di disporre di metodi e strumenti per realizzare a distanza. Vengono usati coscientemente i tre simboli.
- Nel terzo grado le capacità di canalizzare energia sono ulteriormente aumentate. Consente di disporre di altri due simboli potenti di guarigione.

Questa disciplina quanto più viene praticata tanto più forte si manifesta l'energia. Il Tantra Lotus Sutra, contiene la formula simbolica della tecnica Reiki.

Le tecniche didattiche sono mutate nel corso del tempo; alla nascita di nuove e diverse correnti, ognuna delle quali afferma la propria validità, possiamo aggiungere che tutte sono efficaci, perché partono dall'unico insegnamento.

Il Reiki evolve continuamente, le sue regole vengono modificate, nel rispetto dei cambiamenti e delle esigenze della società e dell'uomo.

Dal materiale allo spirituale

I simboli sono l'essenza rappresentano la formula del Reiki. Tre di essi sono insegnati nel 2° grado e due sono rivelati nel 3° grado, a discrezione dei Master che spesso secondo la scuola di appartenenza ne tralasciano uno, altri ne aggiungono un sesto, considerato simbolo addizionale facoltativo. I simboli vengono collocati nell'aura durante l'armonizzazione di 1° grado, con essi si attiva il processo di evoluzione, l'energia che contengono è grande e positiva, porta equilibrio e armonia.

Reiki non è religione e non va contro di essa e risveglia una certa spiritualità, è strumento di crescita, agisce sul cuore, accelera l'evoluzione.

Durante il training di secondo livello, alcune scuole non permettono di tenere copie dei simboli insegnati e dopo che sono stati appresi per mezzo del disegno e memorizzati, sono bruciati in offerta all'Universo. La ragione per cui in questo breve scritto si trovano i simboli è semplice: si ritiene che gli ideogrammi debbano essere analizzati da chi ne entra in possesso, debbono essere assorbiti, debbono diventare un tutt'uno con chi poi li custodirà. E questo non si può verificare nell'arco di un seminario. Fino ad oggi molte scuole hanno ritenuto opportuno mantenere i simboli segreti, per una infinità di motivi, tra cui la paura che il poco rispetto che qualcuno potrebbe avere per i medesimi potrebbe togliere loro potenza ed energia. Precisiamo: il Reiki non può essere usato a fin di male, l'intento dell'energia torna sempre verso chi l'ha inviata, ciò che ognuno di noi dà ritorna sempre sia nel bene che nel male!

***Nota.** Su indicazione di Takata, per tanto tempo i simboli sono stati mantenuti segreti dai maestri occidentali. È tutt'oggi in uso che i simboli appresi nei seminari, vengano poi distrutti i fogli che li riproducono. Così non avendo avuto l'opportunità di una verifica dagli originali, essi si sono modificati nel tempo, subendo spesso variazioni sul tema. Con la scoperta del manuale di Usui, si è potuto constatare che in Giappone i simboli sono esposti nei luoghi pubblici accessibili a tutti.*

I simboli vanno semplicemente rispettati, non banalizziamoli creando attorno a loro inutile devozione, non avrebbe senso! Chi li possiede li deve usare con consapevolezza. La carta su cui spesso si disegnano deve essere bruciata oppure conservata con ordine. Se un simbolo è stato disegnato con qualche errore, non va cancellato con fregghi, ma solo ripetuto graficamente.

I simboli non sono da considerare segreti ma semplicemente privati!

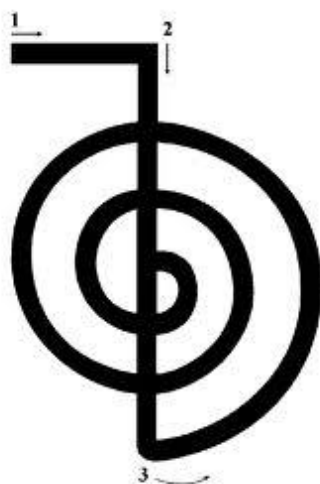
I simboli

Attraverso i simboli, contattiamo quella parte di noi che di solito e nell'apparenza non conosciamo. Nel Reiki si utilizzano i simboli per poterci collegare a vibrazioni energetiche, con essi ci è fornito lo strumento per aumentare l'energia a cui attingere. Attraverso loro ci è consentito di accedere a dimensioni e vibrazioni che hanno dello straordinario.

La visualizzazione dei medesimi favorisce le vibrazioni energetiche e l'utilizzo delle tecniche mentali consente di dirigere l'energia, le diverse qualità vibrazionali definiscono le caratteristiche dei simboli.

Attraverso il loro impiego, si oltrepassa l'illusione della materia, sollevando il velo di Maya, per agire nella dimensione del reale, dove tempo e spazio non esistono e l'eterno si fonde con l'infinito. Con il secondo livello avviene il superamento del tempo e dello spazio.

1° simbolo CHO KU REI (energia vieni qui)



È noto come l'interruttore, accende l'energia, è usato in tutte le guarigioni. Può essere impiegato in senso orario e antiorario. Richiama l'energia e ci permette di concentrarla dove più riteniamo opportuno. L'energia si muove formando una spirale (la spirale si trova nel codice di Archimede riproposto da Leonardo da Vinci). Se utilizzato assieme alle posizioni base del primo livello ne raddoppia la potenza.

È conosciuto come simbolo del potere, del comando, della luce e indica forza, potere, azione. Tra i tanti significati: tutta l'energia dell'universo si concentra in questo punto.

È considerato il *fissatore* degli altri due simboli, aumentandone la loro forza. Avendo esso la capacità di potenziare e accelerare ogni percorso è possibile utilizzarlo per dare energia, forza a qualsiasi cosa su cui stiamo lavorando.

CHO - spada curva che traccia una linea arcuata

KU - penetrante crea uno spazio dove c'è solo niente

REI - spirito trascendente, forza spirituale, essenza

Questo simbolo è una invocazione all'amore, alla saggezza della sorgente divina, si utilizza in molti

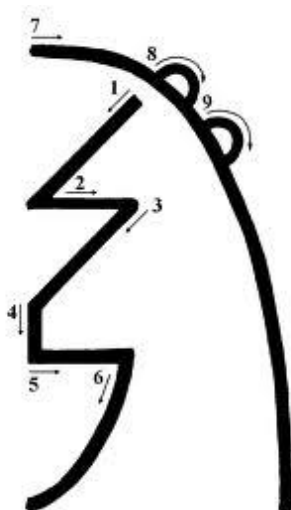
modi: inviando energie può essere lanciato col terzo occhio, con la mano, con il soffio. Inviato ai quattro angoli di una stanza, sarà purificata, ripulita dalle energie stagnanti e pesanti.

Immaginando di indossarlo infilandoci mentalmente in esso, diventa una forte protezione. Lasciato cadere sulle bevande, sui medicinali, sui cibi, riduce ogni effetto nocivo di contaminazione. Tracciato su un regalo, una lettera, un biglietto di auguri, porterà energia positiva al destinatario. Tracciato su una ferita, arresta il sangue e ne facilita la guarigione. Se tracciato in senso antiorario si avvertirà una accentuazione degli effetti materiali, tracciato in senso orario risulterà più astratto, più adatto ad un impiego spirituale.

Nello Scintoismo Giapponese, questo simbolo aiuta a trasformare i desideri in realtà.

Per proteggere noi stessi o i nostri simili da energie negative, si impiega in questo modo: <lo tracciamo sei volte davanti, dietro, ai lati, sopra e sotto di noi, ripetendo ogni volta il mantra>.

2° simbolo SEI HE KI



E' il simbolo tradizionale della guarigione emozionale, è talmente sottile che va dritto all'essenza. Integra la divinità nelle modalità energetiche dell'uomo e allinea i chakra superiori.

Simbolo dell'armonia è noto anche come **la testa del guerriero - testa di drago**. Il suo compito è l'ordine e l'armonia sul piano fisico, è forte per lo sviluppo emotivo. Muta i vecchi schemi che possono intralciare l'evoluzione e la guarigione spirituale. Permette la purificazione interiore.

- | | |
|-------------|--|
| SEI | - energie nascoste dentro
uno stato al suo inizio
stato simile a quello buddhico
origine della forma esteriore |
| HEKI | - indica il chakra della radice
disequilibrio
parzialità
equilibrare energie sbilanciate nascoste all'interno
stimolare vibrazioni che rendono possibile l'armonia |

Il suo significato pratico **io ho la chiave**, si collega con il sub-conscio della persona che lo riceve. Questo simbolo rilassa la mente cosciente per consentire ai ricordi di affiorare e facilitare i processi di guarigione. È spesso impiegato nella meditazione. Unito al primo simbolo diventa un potente purificatore di ambienti. Protegge spiritualmente dalla perdita di consapevolezza per cause del mondo materiale. Con questo simbolo siamo in grado di sviluppare la vera qualità dell'amore

spirituale, sperimentando l'apertura del cuore. Attivatore della forza interiore è capace di risvegliare e purificare la kundalini e di curare la connessione mente/corpo.

Questo simbolo è impiegato per riequilibrare i disequilibri, la sua azione, disintossica e sfiamma. Sei he ki, è pieno di amore, deriva da ki ri ku, simbolo di amore nella trinità di amore- luce- forza di Sonten, la sorgente divina venerata nel tempio del monte Kurama. Appartenendo alla sfera emozionale si impiega nelle guarigioni da traumi emozionali e di dipendenza psichica. È impiegato nella depressione, attacchi di panico, esaurimento nervoso, ansia e rabbia. È il simbolo della sfera emozionale, rappresenta il punto per la liberazione delle forze di guarigione. L'energia di guarigione, si focalizza sul corpo emozionale intensificandone l'effetto. È impiegato per rimuovere blocchi negativi, protegge da influenze, forze e entità nocive, libera entità intrappolate in abitazioni e luoghi.

3° simbolo HON SHA ZE SHO NEN



Il suo significato è: *l'energia che è in me entra in contatto con l'energia che è in te e saluta l'energia che è in te.*

Oppure

Il Buddha che è in me entra in contatto con il Buddha che è in te

Oppure

Il Cristo che è in me entra in contatto con il Cristo che è in te

Conosciuto come simbolo di contatto, simbolo della distanza è noto anche come *la pagoda*. E' veloce nel condurre l'energia là dove necessita la quale trasferita dal livello cosmico al piano fisico, lavora immediatamente. Il suo utilizzo irradia luce, attraverso la quale, la trasformazione viene accelerata. Questo simbolo scioglie i blocchi trasformandoli in energia positiva. Il suo compito è di realizzare l'armonia universale sul piano fisico.

Nella sua forma ricorda da vicino lo Stupa Buddhista, rappresentazione tantrica dei chakra o dei cinque elementi sotto forma di statua o edificio.

HON	-	centro - origine inizio – essenza - intrinseco
SHA	-	brillio luccichio irradiare
ZE	-	avanzare procedere sulla strada giusta sul percorso corretto
SHO	-	obbiettivo bersaglio destinazione persona onesta integrità persona saggia saggezza
NEN	-	immobilità silenzio pace

pensare mantenendo se stessi e l'oggetto del pensiero nel cuore

E' il simbolo della guarigione a distanza, è il più complesso e potente dei simboli di secondo livello. Opera sulla mente conscia, sul corpo mentale piuttosto che sul sub-conscio che è invece dominio del Sei he ki.

Questo simbolo cura il passato (interviene sull'aspetto karmico) il presente ed il futuro. Trasmette la sua guarigione al di là del tempo e dello spazio. È collegato con il Sé Superiore e rappresenta simbolicamente la consapevolezza più alta, la capacità degli Illuminati di andare al di là del tempo e dello spazio. Favorisce il processo vitale nelle decisioni, blocca il passaggio di qualsiasi forza distruttiva la consapevolezza degli Illuminati non lascia spazio al male. Agisce sulla mente conscia, per suo mezzo possiamo incanalare energia a distanza, sia in senso spazio, sia in senso tempo (passato, presente, futuro). Significa : ingresso nel libro della vita, conduce a livello cosciente nel qui e ora, le nostre azioni e situazioni emozionali, mentali e spirituali, create nel passato, nel presente e nel futuro, per poterle riprogrammare, qualora fosse necessario, aprendo così nuove possibilità di riequilibrio.

Questo simbolo presenta più varianti nella sua rappresentazione grafica.

Distinzione dei tre simboli

Con il secondo livello si entra in contatto con i simboli che determinano la forza del nostro pensiero e ci connettono con il principio energetico.

Questi simboli richiedono particolare cura, amore e rispetto perché sono rappresentazioni *sensibili* di questa antichissima energia.

I mantra associati ad essi, che ogni volta vengono pensati o ripetuti tre volte per ogni simbolo, diventano attraverso il suono una forte vibrazione energetica legata ai simboli stessi.

- Il primo simbolo guarisce il corpo fisico
- Il secondo simbolo guarisce il corpo emozionale o sub-conscio
- Il terzo simbolo dirige l'energia al corpo mentale o mente conscia

***Nota.** Impiegando il 1° e 2° simbolo possiamo purificare e difendere noi stessi. Inviandoli con sollecitudine proprio a noi, possiamo proteggerci da aggressioni psichiche; la nostra aura non ne risentirà e non avrà reazioni negative.*

Usandoli assieme si può intervenire sulle ostilità, proiettando e irradiando attorno a noi sentimenti di armonia che partendo dal cuore si diffonderanno in ogni direzione. Nella realizzazione di un progetto si impiegano i simboli 1°+2°+3°. il 3° simbolo serve a programmare nell'immediato futuro l'evolversi del progetto fino alla sua realizzazione. Dobbiamo ricordare che ciò che si ferma nella mente è il progetto, ma è poi l'energia a realizzarlo.

I simboli hanno un potere che va al di là della comprensione razionale della mente, questo potere ha un forte impatto con l'energia cosmica e può raggiungere distanze, promuovere eventi, portare benessere. Ma ciò deve trovare sostegno del Bene Universale.

Simbolo del potere del comando e del fluire energia

CHO KU REI

CON QUESTO SIMBOLO È NECESSARIA LA VOCE DEL COMANDO: comando all'energia di irradiare dove più c'è bisogno e per il massimo bene di (nome della persona a cui indirizzare reiki). Questo simbolo accresce l'energia e la dirige.

**Simbolo della guarigione mentale. Conoscenza del sé
SEI HE KI**

IO HO LA CHIAVE: chiedo all'energia di irradiare per il massimo bene di (nome della persona a cui è diretto il reiki).

Questo simbolo ci collega all'inconscio, calma la mente cosciente e permette che tutto ciò che è necessario alla guarigione emerga e venga in superficie.

Se solo siamo turbati o non in perfetta armonia fisica, non dobbiamo usare questo simbolo perché trasmetteremmo le nostre sensazioni.

**Simbolo della guarigione a distanza
HON SHA ZE SHO NEN**

IL BUDDHA CHE È IN ME SALUTA IL BUDDHA CHE È IN TE : che l'energia irradii per il massimo bene di (nome della persona a cui è destinato il reiki). La guarigione a distanza esige il consenso e la consapevolezza della persona a cui è diretto. Non si può forzare il libero arbitrio altrui

Visualizzare una bolla e rinforzarla

Il secondo livello completa il primo, nella conoscenza e nella esecuzione. I simboli impiegati per mezzo della nostra mente, danno maggior potenza all'energia; conoscerli e manipolarli crea un contatto tra noi e l'Universo. Con il secondo livello si trasmette energia a distanza, oltre il tempo, oltre lo spazio. Possedendo questo livello possiamo eseguire la centratura nel cuore sul respiro provocandone l'impulso con la visualizzazione del primo simbolo. Per interagire a distanza, con il secondo livello, immaginiamo o visualizziamo una bolla di luce che teniamo fra le mani: in essa inseriamo situazioni, oggetti, persone, tutto ciò che vogliamo trattare.

Procedimento per fare una bolla:

- centratura nel cuore
- visualizzazione di una bolla di luce tra le nostre mani
- invio dei simboli (immaginati visualizzati) con i relativi mantra ripetuti tre volte per simbolo
- immaginare la situazione, l'oggetto, la persona ecc. da trattare nella bolla, pronunciando mentalmente per tre volte la situazione, l'oggetto, il nome della persona che abbiamo inserito nella bolla
- è norma trattenere tra le mani la bolla piena del contenuto da noi deciso*, per un tempo desiderato, accelerando l'energia con il primo simbolo, oppure programmandola nel tempo.
- inviare luce e pensieri positivi
- dopo aver ringraziato l'energia (sempre alla fine di ogni trattamento Reiki di qualsiasi livello si ringrazia l'energia), stacciamo le mani dalla bolla ed accarezziamo l'aura con un movimento delle medesime che va dall'alto verso il basso per tre volte consecutive
- per chiudere il contatto, strofineremo le mani tra loro soffiandovi sopra. Volendo si può rinforzare una bolla, visualizzandola davanti a noi ed inviando verso di lei il primo simbolo.

*Nota**. In bolla, le persone, animali, oggetti ecc. vanno introdotti visualizzandoli in miniatura

Autotrattamento mentale

L'autotrattamento mentale differentemente da quello del primo livello che si esegue in 6 – 7 posizioni, ha solo due posizioni. Si esegue in questo modo:

- centratura nel cuore
- mano sinistra appoggiata sulla nuca
- mano destra aperta all'altezza della testa, con braccio disteso
- visualizzazione del secondo simbolo e ripetizione del suo mantra, quindi visualizzazione del primo simbolo e ripetizione del suo mantra
- appoggiare le due mani sulla testa formando una T
- visualizzazione del secondo simbolo con ripetizione del mantra
- visualizzare l'energia che irradia le mani e intensificare il flusso col primo simbolo
- pronunciare una frase di comando: comando all'energia di irradiarmi dove più ho bisogno e per il mio massimo bene. Si ringrazia quindi l'energia chiudendo il contatto.

Nota. Nell'auto trattamento non importa accarezzare l'aura

Trattamento mentale a contatto

Questa è una esperienza profonda che consente di inondare di energia il piano mentale del ricevente.

Un ciclo completo prevede quattro trattamenti consecutivi della durata di venti minuti ciascuno e per tale trattamento si usa il primo ed il secondo livello.

Si esegue nel seguente modo:

- centratura nel cuore mentre ci troviamo alle spalle del soggetto da trattare
- palmi delle mani volti verso le sue spalle
- con una mano tracciamo il secondo simbolo dietro la nuca pronunciandone tre volte il mantra
- prendiamo posizione alla sua destra e poniamo la mano sinistra sulla nuca e l'altra sulla testa formando una T
- visualizziamo il secondo simbolo pronunciandone tre volte il mantra, si visualizza di seguito il primo simbolo pronunciandone tre volte il mantra

Nota. Il mantra va sempre pronunciato o pensato tre volte

- chiediamo all'energia di irradiare dove più c'è bisogno e per il massimo bene del soggetto
- comunichiamo mentalmente l'intenzione di chiudere il trattamento
- ringraziamo l'energia, stacciamo le mani una per volta, accarezziamo l'aura e terminiamo il contatto strofinando le mani o soffiandovi sopra.

Trattamento a distanza

Il trattamento a distanza diventa per chi lo pratica una affascinante esperienza sul piano sottile. Per eseguirlo si impiega il terzo simbolo e con esso la nostra volontà acquista potenza.

Si esegue in questo modo:

- centratura nel cuore
- apriamo le mani davanti a noi all'altezza del quarto/quinto chakra
- creiamo con la visualizzazione una bolla di cristallo che contiene il soggetto (chi o cosa deve essere trattato/a)
- con il terzo occhio disegniamo il terzo simbolo sulla bolla pronunciando il mantra, il nome del soggetto, della situazione, della cosa, chiedendo mentalmente il permesso di inviare Reiki
- visualizziamo l'energia che scorre come un fiume, veloce e potente, poi la ringraziamo e concludiamo il trattamento a distanza accarezzando l'aura della bolla, dall'alto verso il basso e come sempre chiudiamo il contatto strofinando le mani tra loro o soffiandovi sopra.

Nota. Lo stesso trattamento si può fare senza visualizzare bolle di luce, ma unendo le mani a conchiglia ed introducendo dentro di esse, situazione, soggetto, cosa ecc. che debbono essere trattati. Oppure visualizzando il primo simbolo introducendo in esso situazione, soggetto, cosa ecc. che debbono essere trattati e naturalmente dando l'impulso col terzo simbolo.

Trattamento a distanza a più persone contemporaneamente

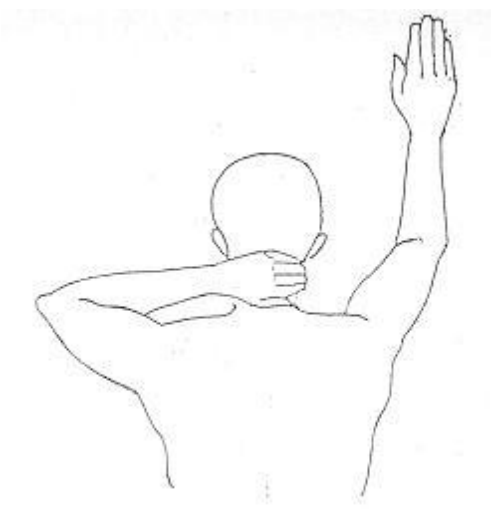
L'impiego del secondo livello è vasto ed una volta presa dimestichezza con tutti i suoi simboli, l'*io interiore* sarà generoso nell'elargire consigli e gli esperimenti a livello personale saranno utili per la maturazione del reiker.

Per eseguire il trattamento a distanza a più persone contemporaneamente basterà creare due bolle: nella prima troverà spazio il soggetto selezionato, consenziente a ricevere Reiki, nella seconda bolla sosterranno gli altri soggetti da selezionare, che man mano saranno introdotti mentalmente nella prima bolla per la procedura di trattamento.

Autotrattamento

2° simbolo + 1° simbolo

Comando all'energia di irradiarmi dove più ho bisogno e per il mio massimo bene



Scanning / Beaming

Scanning o byosen è una tecnica di guarigione eseguita in questo modo: le mani del donatore di Reiki, opportunamente caricate di simboli, si spostano sul soggetto ricevente, iniziando dal chakra della corona, per scoprire eventuali blocchi energetici o punti del corpo nei quali c'è necessità di trattamento più prolungato.

Beaming è una tecnica di trattamento a distanza, il Reiki si invia attraverso lo sguardo, in presenza del ricevente, quando il Reiki a contatto può essere inappropriato.

Trattamento programmato nel tempo

Per poter programmare una bolla a tempo, si esegue il trattamento a distanza:

centratura nel cuore

- lancio del terzo simbolo con relativo mantra
- lancio del primo simbolo con relativo mantra
- visualizzazione del soggetto da trattare nel tempo e ripetere mentalmente tre volte il nome del soggetto ed aggiungere la seguente frase: comando all'energia di irradiare dal giorno... ora...mese...anno...al giorno...ora...mese...anno...
- lancio del primo simbolo per rafforzare l'energia
- accarezzamento dell'aura e chiusura del contatto

Nota. La programmazione di una bolla a tempo si può prolungare fino ad un mese, poi se la situazione richiede ancora tempo, la bolla può essere riprogrammata nello stesso modo. Altrimenti una volta scaduta si dissolve per proprio conto.

Nota. In ogni situazione Reiki è determinante l'intenzione per l'invio dell'energia.

Altri modi di trattamento

La lista

Tecnica per inviare trattamenti a distanza, consiste nel creare una lista su cui saranno annotati i nomi dei soggetti da trattare, quindi si invia Reiki alla lista tracciando su di essa i simboli 1- 3- 2- 1 e al suo contenuto. A coloro i quali usano questo sistema si consiglia di scrivere fino a dieci nomi. Una lista troppo affollata causerebbe una caduta energetica. Dopo il trattamento la lista può essere bruciata ed offerta all'Universo, oppure conservata per essere nuovamente usata per prolungati trattamenti.

Bolle sovrapposte

Tecnica sofisticata e potente per trattare situazioni da privilegiare. Si esegue visualizzando la situazione/soggetto all'interno della bolla (di **colore blu** se impiegata per la guarigione, **verde** se si tratta di una situazione di lavoro, **gialla** per creare armonia, **dorata** in una situazione di quiete, **rossa** per vivacizzare un rapporto umano), si tracciano i simboli 1- 3- 2- 1 quindi immaginiamo la bolla all'interno di un'altra, fino a sette bolle sovrapposte.

Apertura della bolla

Immaginiamo di aprire una bolla precedentemente fatta ed immettere in essa nuove intenzioni che nel momento necessitano. Tracciare i simboli in sequenza 1-3-2-1 e chiuderla.

Altre tecniche

- Immaginiamoci in compagnia del soggetto a cui fare Reiki e inviamo energia attraverso il primo e terzo simbolo
- Immaginiamo di avere in dotazione più mani oltre le nostre, indirizzando energia in abbondanza inviando i simboli 1-3-2-1 per dare forza alla parte mentale
- Usiamo un pupazzo al posto del soggetto da trattare, colmiamolo di energia impiegando i simboli nella solita sequenza, quindi facciamone dono
- Possiamo usare foto ed altri testimoni e mandare Reiki con l'invio dei simboli già citati
- Sediamoci ed usiamo una parte del nostro corpo: ginocchio, coscia, anca, gambe, immaginando di trattare il soggetto non presente. Il ginocchio rappresenterà la testa, la coscia fungerà da tronco e così via, poi inviamo energia

Auto schermatura

L'auto schermatura è una protezione per noi stessi che possiamo creare nel seguente modo:

- centratura nel cuore
- immaginiamo la bolla tra le nostre mani con noi dentro
- stacciamo dalla bolla la mano destra e pronunciamo per tre volte visualizzandolo il terzo simbolo, chiudiamo la mano a mo di pugno portandola vicino alla spalla
- in tale posizione apriamo la mano lasciando andare il primo simbolo visualizzandolo, pronunciando tre volte il suo mantra quindi emaniamo energia
- formuliamo una frase tipo: chiedo a questa energia protezione (indicando il tempo desiderato)
- accarezziamo l'aura della bolla mandandole il primo simbolo per mantenere la carica energetica

Altro ancora

Visualizziamo noi stessi dentro la spirale di un grande cho ku rei, pronunciando tre volte il suo mantra, oppure ci visualizziamo dentro l'Antakarana, oppure all'interno di due triangoli equilateri che formeranno la stella a sei punte. Il triangolo è leggibile in diversi modi: quando è rappresentato con il vertice rivolto verso il basso, simboleggia l'emanazione da Dio all'uomo. Possiamo costruire su di noi una rete fatta di cho ku rei nelle sei direzioni dello spazio: davanti, dietro, sopra, sotto, ai lati. Se durante il procedimento avvertiamo un po' di disagio allo stomaco imprimiamo su di esso (chakra solare) il secondo ed il primo simbolo.

Per parlare con il nostro Sé

Il 2° grado ci permette di comunicare con il nostro Sé. Il procedimento è semplice: ci mettiamo in bolla ed eseguiamo un autotrattamento. Possiamo rivolgerci a lui inviandogli pensieri positivi, amore, luce e gli inviamo anche il 1° simbolo. E tanto amore.

Trattamento a situazioni personali

Il trattamento a situazioni personali che hanno necessità di essere seguite, si esegue così:

- centratura nel cuore
- lancio del 3° simbolo con relativo mantra
- visualizzare la situazione e metterla in bolla
- lancio del 1° simbolo con mantra
- si ringrazia l'energia e si chiude il contatto sfregando le mani

Trattamento karmico e trattamento ai defunti

Si può inviare energia al proprio Karma e trattarlo significa essere disposti a crescere e a subire qualche conseguenza...

Per Karma si intende la somma delle lezioni che dobbiamo apprendere nella nostra attuale esistenza fisica. Il trattamento karmico è il punto più alto delle terapie proposte dal Reiki. È un processo completo e potente, ma non è indolore. È essenziale inviare sempre luce e amore ai vari periodi della nostra vita, partendo dai più vicini, per arrivare all'infanzia e alla nascita. È necessario avere la forza di affrontare quei nodi che la guarigione karmica porterà in superficie.

Per inviare Reiki ai defunti è sufficiente mettere in bolla l'angelo custode, inviando luce, energia, pace, nonché tanto amore.

Il Bambino Interiore e i simboli di 2° livello

I simboli con i loro mantra del secondo livello, sono usati dopo una adeguata armonizzazione e il **Bambino Interiore** (consapevolezza, emozioni, memoria, capacità esoteriche) accoglie il nostro nuovo coinvolgimento vibrazionale e farà attenzione al nostro evolvere, reagendo positivamente. Lui stesso sarà facilitato nell'apprendimento dei simboli sintonizzandosi con noi. Secondo le necessità del *Bambino Interiore*, Reiki viene assorbito nelle disarmonie dell'essere umano.

Procedura a contatto con il Bambino Interiore:

- prendere regolarmente contatto col Bambino Interiore almeno due o tre volte la settimana
- procedere quindi con la guarigione a distanza usando il secondo livello
- rivolgiamoci a lui con le seguenti parole: Bambino Interiore di...(nome ripetuto tre volte)

Questo procedimento rafforza la vitalità, la voglia di vivere positivamente e l'intuizione. Con la stessa procedura si può prendere contatto con il nostro Sé Superiore

Nota. Il Bambino Interiore è uno dei tre livelli in cui vengono distinte le funzioni principali di ogni essere umano. Gli competono i ricordi, i sentimenti, la forza vitale, la percezione sottile, la corporeità, la gioia di vivere, la capacità di relazione, la potenza di azione sottile. È orientato verso i sensi. Gli altri due livelli di funzioni sono: Sé Supremo a cui compete l'apprendimento, lo sviluppo della personalità e il piano di vita dell'essere umano. Al Sé Intermedio compete il pensiero analitico/astratto, le abitudini, l'elaborazione delle percezioni sensoriali, come la vista, l'olfatto che presiedono alle attività sul piano materiale.

Protezione personale con i simboli di secondo livello

- Realizzazione mudra di protezione: braccia morbidamente conserte con i pollici delle mani tra l'indice e il medio. **Si ottiene il sigillo aurico**

- Visualizzazione di una sfera dorata che esce dal cuore e si dilata fino ad inglobare il nostro corpo
- Centratura nel cuore
- Visualizzazione dei tre simboli nel seguente ordine: 3 – 2 – 1, quindi invio di luce alla sfera dorata ripetendo mentalmente: sono in protezione da ogni influsso negativo
- Inviare il 1° simbolo all'intenzione espressa
- Si ringrazia l'energia e le guide per il sostegno dato

Purificazione di un ambiente

- Centratura nel cuore
- Imprimitore il 2° simbolo con la mano su una parete della stanza/ambiente e successivamente imprimitore il 1° simbolo
- Inviare i simboli 2 – 1 al soffitto e alle rimanenti pareti (in senso antiorario)
- Porsi al centro della stanza e inviare i simboli in questo ordine : 3 –2 –1, quindi esprimere l'intenzione di purificazione, protezione e ricarica energetica per la stanza/ambiente
- Si ringrazia l'energia e le guide per il sostegno dato

Colorare un ambiente

Per neutralizzare un ambiente che non è di nostro gradimento e nel quale dobbiamo restare un po' di tempo, visualizziamo un grande pennello e con vernice dorata dipingeremo pareti e tutto ciò che contiene. Il colore oro ha la facoltà di schermare le energie negative, proteggendo da vibrazioni sgradevoli per il periodo della permanenza nell'ambiente. Con lo stesso grande pennello, adoperando poi la vernice argento dipingeremo sulle pareti il simbolo di comando. La forma pensiero positiva creata si dissolve dopo un paio d'ore se non viene più alimentata.

Kenyoku o Bathing secco (spazzolata)

Si tratta di una pratica di tranquillità per l'aura, il metodo può essere impiegato per disconnettersi da persone, cose, pensieri, emozioni, sentimenti, energie.

Dopo essersi centrati nel cuore si emana un grande chokurei.

procedimento

- appoggiare le dita della mano destra sulla spalla sinistra
- tracciare con la mano piatta una linea diagonale lungo la V dello sterno fino alla sommità dell'anca destra, con movimento di spazzolamento
- la stessa procedura si ripete con la mano sinistra
- appoggiare la mano destra sulla spalla sinistra e farla scorrere a mo di spazzolamento lungo la parte esterna del braccio fino alla punta delle dita della mano sinistra
- la stessa procedura si ripete con la mano sinistra

Griglia della manifestazione

È una tecnica per le manifestazioni, molto efficace:

- centratura nel cuore
- visualizzazione della bolla contenente il nostro desiderio da realizzare e la nostra immagine
- immaginiamo la Madre Terra proprio sotto la nostra bolla
- visualizziamo una griglia dorata composta di tanti cho ku rei che parte dal cielo e arriva sulla terra
- disegniamo il primo simbolo su tutta l'immagine che manteniamo lungamente tra le nostre mani
- poi lasciamo andare la bolla verso il cielo come se fosse un palloncino dorato contenete il nostro desiderio
- chiediamo benedizioni, ringraziamo l'energia ed attendiamo il risultato che non si farà attendere molto.

Nota. Ogni volta che adoperiamo i simboli Reiki, li accompagniamo con i loro mantra ripetuti mentalmente se non siamo soli o ad alta voce se lo desideriamo quando siamo soli.

Guardare intensamente

Gyoshi in Giapponese significa **guardare intensamente**. Usui nel suo manuale, insegna che l'energia si irradia da tutte le parti del corpo, specie dalle mani, dagli occhi e dal respiro.

La tecnica insegna a farlo in modo positivo, prima dell'esecuzione del trattamento è bene rilassare lo sguardo deconcentrando gli occhi, è utile posare entrambi le mani sui nostri occhi, caricate dei simboli 1-3-2-1 per pochi minuti. Per prendere confidenza con la tecnica è utile sperimentarla prima con un oggetto, con un fiore:

- fissiamo il fiore che teniamo tra le mani, in breve tempo l'immagine viene incontro al nostro sguardo
- avvertiamo una sottile forma di respirazione attraverso gli occhi, connessa con l'inspirazione e l'espiazione.

Esecuzione: osservare la parte del corpo da trattare, lasciando che l'immagine del soggetto da trattare entri negli occhi. Quando la sua energia sarà entrata nei nostri occhi, sentiremo che si è creato un circuito energetico tra noi e questo ci consentirà di proiettare i simboli Reiki sulla parte da sottoporre al trattamento.

Trasformazione dell'energia negativa

È una tecnica di purificazione che insegna come eliminare l'energia negativa da un oggetto. Questo metodo si usa esclusivamente per gli oggetti, i quali assorbono energia esterna, come i cristalli, le pietre, i metalli i quali si caricano più rapidamente.

Esecuzione

- tenere l'oggetto in una mano, con l'altra mano si taglia tre volte l'aria orizzontalmente al di sopra di essa, fermandosi bruscamente dopo la terza volta
- durante l'esecuzione è necessario essere centrati nel tan tien, trattenendo il respiro

- purificato l'oggetto gli va trasmesso Reiki attraverso i simboli 1-3-2-1
- non potendo tenere l'oggetto in mano (es. un'abitazione) si usa il trattamento a distanza e la visualizzazione

Tecnica di disintossicazione

Questa tecnica è usata per disintossicarsi.

Esecuzione

- posare una mano sotto l'ombelico e l'altra sul punto di corrispondenza nella schiena
- mantenere questa posizione almeno quindici minuti, visualizzando le tossine che abbandonano il corpo. È utile condividere la stessa immagine se si opera su un soggetto da trattare
- le tossine nella nostra visualizzazione lasciano il nostro corpo uscendo dai piedi e scaricandosi a terra. Questa tecnica è indicata anche per chi assume farmaci

I simboli usati doppi / loro impiego in altri modi/ Lo stupa

Il primo simbolo visualizzato doppio, in senso orario e antiorario, facilita le manifestazioni. Il secondo simbolo visualizzato doppio e capovolto, integra i due emisferi cerebrali. Il terzo simbolo è quello più generoso nelle sue varianti, è finalizzato a trasmettere una immagine; appare come un'alta piramide, ricorda il corpo umano. In Occidente è noto come la *pagoda*, rappresentazione tantrica dei chakra o dei cinque elementi sotto forma di statua o edificio (Stupa). Al di là dei suoi significati, questo simbolo cura passato, presente e futuro. È impiegato nella guarigione del karma. Il primo simbolo emanato sul cibo aumenta il suo potere nutritivo ed unendolo al secondo purifica gli alimenti, è indicato per trattare l'acqua. Ma non solo la loro unione serve anche a purificare e smagnetizzare gli ambienti, gli oggetti, i cristalli e possono caricare energeticamente le medicine riducendone gli effetti collaterali.

Uno Stupa (dal sanscrito stūpa) è un monumento buddhista, originario del subcontinente indiano, la cui funzione principale è quella di conservare reliquie. Il termine deriva dal sanscrito (in tibetano Chorten) che letteralmente significa <fondamento dell'offerta>. È il simbolo della mente illuminata (la mente risvegliata, divinità universale) e del percorso per il suo raggiungimento. Se si usano soltanto due parole, la migliore definizione di Stupa è <monumento spirituale>. A livello simbolico, lo Stupa rappresenta il corpo di Buddha, la sua parola e la sua mente che mostrano il sentiero dell'illuminazione.

I simboli colorati

Il colore dei simboli è neutro, perché l'energia è neutra, però secondo le situazioni che si presentano, è consigliabile visualizzare i simboli in diversi colori, appropriati alle diverse situazioni : azzurri, dorati, rossi, verdi, gialli.

- per le guarigioni si usano i simboli visualizzati di colore azzurro
- per aumentare le vibrazioni energetiche si visualizzano i simboli di colore rosso
- per la quiete, la pace, l'ispirazione si visualizzano simboli dorati
- per intensificare le vibrazioni sul lavoro intellettuale si visualizzano i simboli di colore verde e giallo

大光明
本真
心
佛
七



Lo Stupa

Elemento: Vuoto/Spirito/Divinità.
Colore: Blu.
Forma: *Cintamani* ("composto").
"L'Illuminazione" (Corpo del sé Superiore/Divino).
Raku.

Elemento: Vento (aria).
Colore: Nero.
Forma: Semicerchio.
Corpo Spirituale (o causale o animico).
Dai Ko Myo

Elemento: Fuoco.
Colore: rosso.
Forma: Triangolo.
Corpo mentale.
Hon Sha Ze Sho Nen

Elemento: Acqua.
Colore: Bianco.
Forma: Cerchio.
Corpo emozionale (o Astrale).
Sei He Ki

Elemento: Terra.
Colore: Giallo.
Forma: Quadrato.
Corpo Fisico/Eterico.
Cho Ku Rei

I soccorritori spirituali

Quanti praticano Reiki, sono affiancati da uno Spirito Guida fin dal 1° grado, che si manifesta nel cuore, guidando le mani e le azioni del reiker. Quando ci sintonizziamo per canalizzare le energie, si raggiungono con la mente livelli che stanno al di là di quello fisico, perché là hanno origine le forze risanatrici.

In questi livelli si crea un legame energetico attraverso cui operano altre entità. Queste sono conosciute con il nome di <Soccorritori spirituali>. Hanno la funzione di insegnare per tutta la durata della nostra vita. Sono Guide, il rapporto si fonda su un vincolo di simpatia, la Guida è simile a noi al nostro carattere, è in sintonia con le nostre vibrazioni, grazie a questa compatibilità lavorerà con noi aiutandoci.

I simboli e loro rappresentazioni

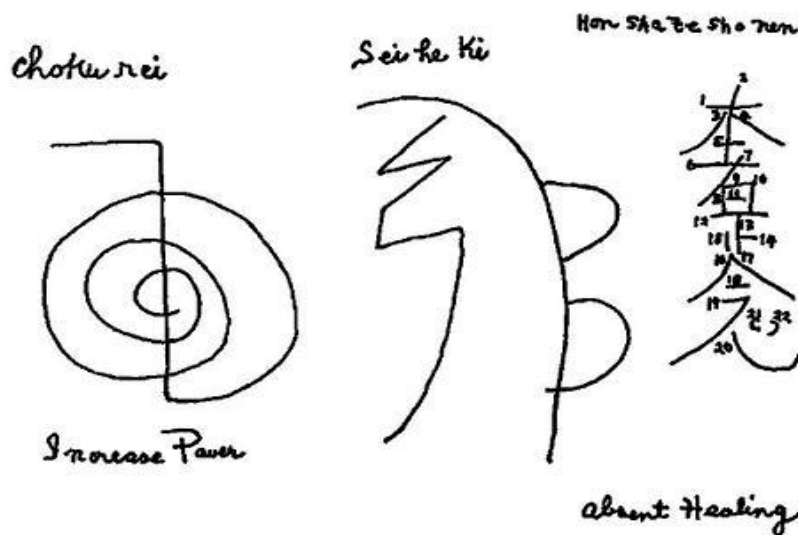
CHO KU REI

Energia vieni qui. È il sigillo di qualsiasi tecnica mentale, si può tracciare e visualizzare, come già precedentemente detto sia in senso orario che antiorario. È considerato l'interruttore dei tre simboli perché accende l'energia.

SEI HE KI Io ho la chiave. Si collega direttamente con l'anima, è un simbolo di guarigione emozionale, di purificazione profonda, di protezione.

HON SHA ZE SHO NEN

L'energia che è in me entra in contatto con l'energia che è in te. Favorisce l'illuminazione il suo compito è diffondere quiete e pace. È il più forte dei tre simboli



Simboli disegnati da Takata

Simboli non reiki

In Occidente circolano simboli che pur non avendo niente a che fare con il reiki, vengono ad esso abbinati e con successo. Si tratta di energie sanscrite, molto positive che si assorbono attraverso lo sguardo.

RAN SEI

È un simbolo addizionale facoltativo, lavora sul piano fisico, è efficace nella guarigione, si usa a chiusura dei simboli tradizionali. È indicato nei problemi fisici, nelle scottature, sulle piaghe e nelle infiammazioni. Una sua variante è il Long Say

ANTAKARANA

Concentra e amplifica il reiki, connette il cervello al chakra della corona, la mente fisica al Sé superiore, influenza positivamente tutti i centri energetici e l'aura del soggetto. È di origine tibetana, purifica e protegge. Focalizza ed approfondisce l'azione delle energie di guarigione. La meditazione sul simbolo genera ciò che i taoisti chiamano grande orbita macrocosmica, là dove le energie psichiche che normalmente entrano dal chakra della corona, entrano invece dai piedi e salgono fino a raggiungere la testa, passano per la fronte, discendono verso i piedi, ancorando il soggetto a terra, facendo fluire energie attraverso i chakra. Antakarana neutralizza le energie negative, agevola la guarigione. È un simbolo multidimensionale, l'energia si muove dalle due alle tre dimensioni visibili, fino alle dimensioni invisibili più elevate. È utilizzato per purificare gli oggetti che vengono messi tra due raffigurazioni del simbolo. Tenuto in tasca, messo sotto il letto, esposto, porta sempre beneficio.

YOD

Questo simbolo è rappresentato come una grande U, simbolo delle mani di Dio in cui scorre l'Arca dell'Alleanza. Noi siamo i custodi di questa energia. In ebraico YOD è l'iniziale del nome Dio. Rappresenta la creazione ed il metafisico, è la decima lettera dell'alfabetico ebraico, può essere letto come YAD (mano) potere e possesso, il neonato alla nascita ha le mani chiuse come a dire: il mondo intero è mio. Quando si muore, le mani sono aperte, ciò sta ad indicare che non ci portiamo dietro niente di fisico.



RAN SEI



L'ANTAKARANA



LONG SAY



YOD



OM

Significato delle mani giunte

Le mani giunte non sono solo gesto di preghiera, questo mudra concentra nel corpo tutta l'energia che essa produce. Le mani hanno la loro polarità yin e yang, congiungendole si forma un circuito senza perdita di energie, si stabilisce una corrente continua, dal lato destro al lato sinistro, con il risultato di una maggior forza fisica ed un potere di concentrazione superiore.

Il cambiamento interiore

Reiki è una terapia spirituale che convoglia la forza risanatrice dalla fonte spirituale verso chi ha necessità di essere aiutato. Per capire la portata della cura spirituale e l'azione della medesima, dobbiamo capire noi stessi e le nostre <indifferenze>.

La terapia spirituale ha sempre fatto parte di un'epoca, quella di Pitagora ad esempio (VI sec. a. C) un gruppo di guaritori fu quello degli Esseni, una confraternita abitante le sponde del Mar Morto in Palestina. Essi vivevano inarmonia con quanto li circondava, li conosciamo anche come Terapeuti. Nel loro ambiente si dice che maturarono Elia, il Battista, Gesù. Gesù adoperò a lungo le sue mani diffondendo la pratica dell'imposizione delle medesime.

La parola <spirituale> indica la sorgente dell'energia terapeutica, che è spirituale. Non necessita una fede religiosa per intraprendere un percorso del genere è solo necessario rilassarsi e sintonizzarsi con la propria anima.

L'energia che fluisce nel ricevente è accettata a livello spirituale, che in comunicazione con l'anima ristabilisce il contatto del ricevente con la vita.

La malattia e la manifestazione di una disarmonia, un malessere dell'anima, le cause spesso sono debiti karmici non risolti e richiamano i motivi per cui l'essere umano è nato.

Le energie dette risanatrici, lavorano a livello spirituale, agendo su ogni aspetto dell'essere umano. Succede che il corpo fisico sia l'ultimo a sentire i benefici, perché il disturbo insorge a seguito di difficoltà incontrate a livelli sottili.

La cura spirituale che non considera la malattia un disturbo da combattere ed eliminare, rappresenta il cambiamento interiore. La disarmonia che la malattia crea è lo scollamento tra il Sé spirituale e la personalità espressa a livello fisico.

I corpi sottili del corpo fisico

Sui corpi sottili dell'uomo, contenuti l'uno nell'altro, in forma progressivamente rarefatta, gli Egizi hanno detto la loro, consapevoli della sopravvivenza degli elementi sottili sulla materia, hanno inventato quell'arte funeraria, il cui atto finale è l'imbalsamazione. I teosofi dal canto loro hanno sottolineato come gli Egizi distinguessero il corpo fisico – **Khat**- dalla sua ombra **-Kha-**, a cui aggiunsero l'anima **-Ba-**, l'intelletto **-Khu-**, a cui aggiunsero il cuore **-Ab-**.

Il pensiero tantrico, similmente al corpo fisico riconosce il corpo eterico, astrale, mentale, spirituale.

- **Eterico:** è simile come forma e dimensione al corpo fisico che da esso trae energia vitale proveniente dal sole e tutte le sensazioni fisiche che ritrasmette attraverso le Nadi e i Chakra. Soddisfatto il fabbisogno energetico elimina gli eccessi che costituiscono l'aura eterica
- **Astrale:** è sede dei sentimenti e delle emozioni, la sua aura è ovoidale e si può allontanare dal corpo fisico per parecchi metri, l'aura del Buddha si estendeva per Km 4: i blocchi emotivi causati anche da vite precedenti, sono localizzati a livello astrale, nell'area del plesso solare.
- **Mentale:** pensieri, idee, percezioni derivano dal mentale che è un ovoide, si presenta rarefatto, bianco e lattiginoso negli esseri poco evoluti, intenso e luminoso quando il livello di consapevolezza evolve.
- **Spirituale:** ha frequenza vibratoria alta. Negli esseri evoluti, si distanzia dal corpo fisico, molto poco, mentre nei rivegliati si espande parecchio. Assume una forma circolare perfetta e lascia avvertire il senso di comunione con i propri simili.

Questi corpi sottili dal più denso al più sottile possiedono caratteristiche e frequenze vibratorie proprie: l'eterico trovandosi vicino al corpo fisico vibra a frequenza bassa, seguono l'astrale, il mentale e poi quello spirituale, il più evoluto.

Lo stato energetico dei corpi sottili è mutevole in base ai pensieri, alle ansie, alle gioie, agli ambienti.

Per una armonia ed un ordine proprio, nel mondo interiore è necessario controllare le emozioni terrene, le passioni folli, per entrare in relazione con le correnti e le entità di luce.

Manoscritto di Baltimora(1692)

Procedi con calma
tra il frastuono e la fretta
e ricorda quale pace
possa essere nel silenzio
per quanto puoi senza cedimenti
mantieniti in buoni rapporti
con tutti

esponi la tua opinione
con tranquilla chiarezza
e ascolta gli altri:
pur se noiosi e incolti
hanno anch'essi la loro storia

evita le persone volgari e prepotenti
costituiscono un tormento per lo spirito
se insisti nel confrontarli
con gli altri
rischi di diventare borioso e amaro
perché sempre esisteranno
individui migliori e peggiori di te.

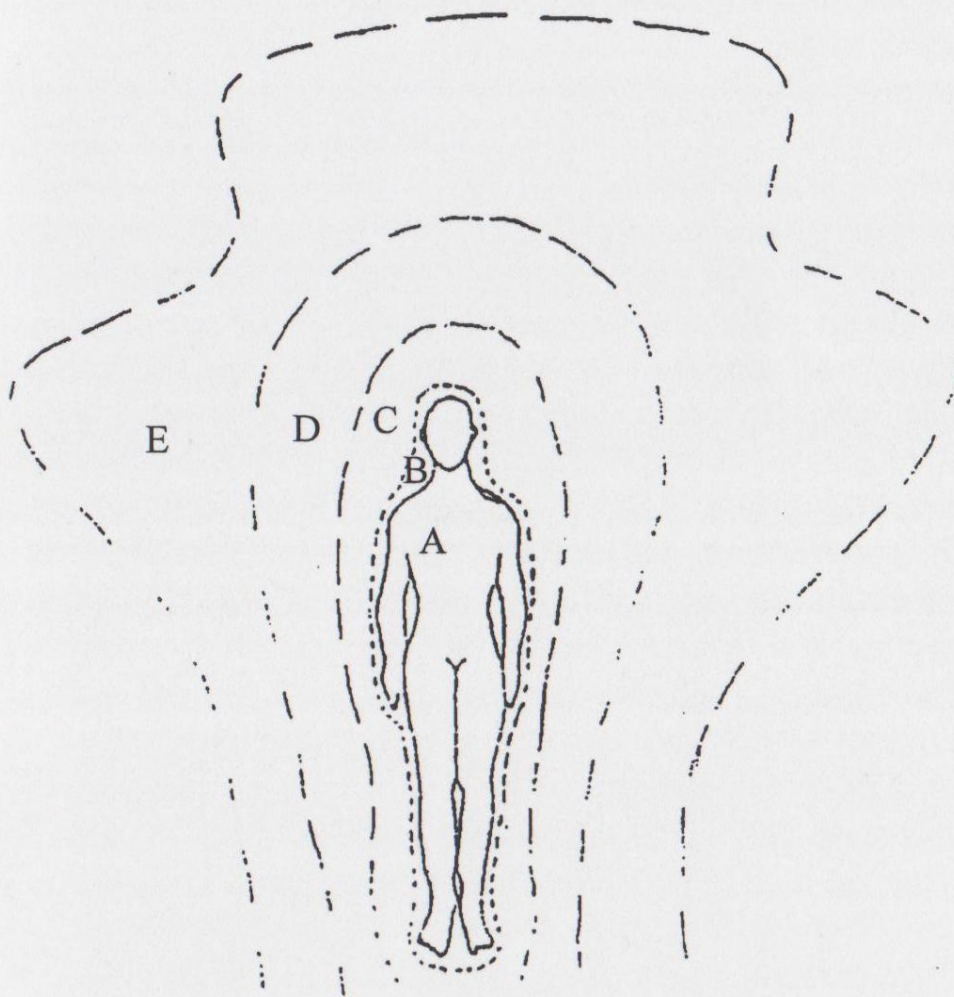
Sii te stesso
soprattutto
non fingere negli affetti
non ostentare cinismo
verso l'amore perché
pur di fronte
a qualsiasi delusione e aridità
esso resta perenne come il sempreverde.

Accetta docile
la saggezza dell'età
lasciando con serenità
le cose della giovinezza.

Coltiva
la forza d'animo
per difenderti
nelle calamità improvvise
ma non tormentarti
con delle fantasie:
molte paure nascono
da stanchezza e solitudine.
Al di là
di una sana disciplina

sii tollerante con te stesso
tu
sei figlio dell'universo
non meno
degli alberi e delle stelle
ed hai pieno diritto d'esistere
e convinto o non convinto
che tu lo sia
non v'è dubbio
che l'universo si stia evolvendo
a dovere.
Perciò
stai in pace con Dio
qualunque sia
il concetto che hai di Lui...
e quali che siano
i tuoi affanni e aspirazioni
nella chiassosa confusione
dell'esistenza.

Mantieniti in pace col tuo spirito
nonostante i suoi inganni
travagli e sogni infranti
è pur sempre
un mondo meraviglioso
sii prudente
sforzati
d'essere felice.



I cinque corpi dell'uomo: a) corpo fisico

b) corpo eterico

c) corpo astrale

d) corpo mentale

e) corpo spirituale

Terza scrittura
SUL SENTIERO DEL MAESTRO
Manuale di 3° Grado Master

Shinpiden

Il terzo livello, shinpiden, oltre a conferire una eccezionale presa di coscienza, fornisce indicazioni necessarie rivelate dal maestro per passare le armonizzazioni e quindi poter insegnare la **Pura Dottrina**. Maestro è chi ha la **possibilità** di armonizzare, attivare, iniziare altri soggetti, ha il compito di sintonizzarsi con **l'Energia Universale e di trasmettere l'insegnamento Reiki**. Scegliere di diventare maestro Reiki non significa sempre avere l'obbligo dell'insegnamento, qualche volta sono implicati fattori più personali come il desiderio di una crescita interiore, che mette il maestro davanti ad una scelta di raccoglimento con il proprio Sé Superiore. Accedere al grado di shinpiden (maestro), vuol dire approfondire, indagare, incamminarsi verso una veloce evoluzione spirituale. Dei tre insegnamenti questo livello è il più entusiasmante, è conosciuto come il livello spirituale di consapevolezza, ad esso sono collegati numerosi processi di trasformazione personale che presuppongono una maturazione ed il raggiungimento dell'apertura del cuore. Tutto ciò che è stato coltivato nell'ambito dei sentimenti e delle aspirazioni all'interno del cuore, viene alla luce e crea espansione di amore, perdono, compassione.

Il percorso evolutivo iniziato con il primo livello, produce un'espansione di coscienza, attraverso l'eliminazione delle cause che erano all'origine di disarmonie legate al piano fisico.

Con il conseguimento poi del secondo livello, il processo di purificazione e rigenerazione è spinto verso il *sottile* con interessamento del **piano mentale**.

Con questi due livelli, l'energia Reiki contribuisce ad elevare il piano di coscienza, facendo conoscere vibrazioni intense e preparando il soggetto, al successivo passo: il conseguimento del terzo livello o *maestrato*, con il quale si acquisisce una ulteriore crescita interiore.

Le qualità richieste al maestro sono poche :

- abbattimento dell'ego
- generosità spirituale
- onestà
- integrità morale
- coscienza e umiltà
- non giudizio

Essere consapevole del ruolo di maestro significa avere chiara l'intenzione di accettare le esperienze quotidiane, avere responsabilità dei meccanismi di energia interiore potente, che vibra a livelli alti in chi assume con coscienza il terzo livello/master. Si tratta di una scelta di vita importante con cui si intende completare la propria guarigione spirituale. Con l'apprendimento del terzo livello il Reiki offre la parte più bella, impegnativa e generosa di questo semplice e significativo sistema curativo.

Dai ko myo / Raku

Il **Dai ko myo** ha una potenza straordinaria, una volta che si è imparato a maneggiarlo, deve essere impiegato sempre. Quando è inviato a distanza, raggiunge con rapidità il quarto chakra, ovvero il cuore del soggetto ricevente. Se lo si impiega capovolto, disegnato sul corpo lo libera dall'energia negativa. La sua finalità è la guarigione dell'anima, suo significato: luce che investe tutto ciò che si irradia dall'illuminato, è impiegato per trasmettere le armonizzazioni, ma anche nelle guarigioni.

Aiuta ad armonizzare il piano spirituale sul quale agisce in modo molto penetrante. Simbolo del maestro, simbolo della grande luce, indica chiarezza, comprensione, silenzio. Permette di lavorare su situazioni di vite precedenti senza dover necessariamente rivivere le esperienze ad esse associate. Nell'ambito del metodo, questo simbolo rivela la natura del Buddha attraverso le armonizzazioni, ciò avviene con tale intensità che l'energia vitale può essere indirizzata dai Mondi di Luce nel livello materiale dell'esistenza. Rappresenta la consapevolezza del Buddha, è collegato con la divinità dello Shingon, Dainichi Nyorai, ovvero il Buddha Vairocana (colui che è come il sole), il quale è uno dei cinque buddha trascendenti.

Il Buddha Vairocana fornisce all'essere umano che lotta per il risveglio spirituale, i sacri poteri dei tre segreti del corpo, della parola e della mente per aiutarlo nella grande impresa.

Una persona iniziata a tali poteri comprende la verità assoluta che Vairocana rappresenta.

L'altro simbolo che è impiegato solo per trasmettere le attivazioni è il **raku**, la maestra Takata non l'ha mai usato e molte scuole americane non lo tengono in considerazione.

Raku ricorda il fulmine, la saetta delle rune, viene tracciato dall'alto verso il basso durante il processo di attivazione perché stabilizza chi ha ricevuto le armonizzazioni.

Significa **accumulare fuoco**, ha diverse funzioni, attiva la linea Hara aiutando a convogliare energia nei canali del Ki. Durante l'attivazione ai livelli, l'aura del maestro e quella dell'allievo si uniscono, gli **spiriti guida** hanno il compito di rimuovere il karma negativo dell'allievo e a conclusione della cerimonia il raku separa le auree, lasciando energia positiva in entrambi. Libera dal karma negativo fa pulizia nella sfera emozionale. I tibetani lo usano per uscire dal corpo. Va impiegato con molta attenzione.

Con il terzo livello, le capacità di canalizzare sono ulteriormente aumentate, con l'effetto potentissimo del *dai ko myo* e del *raku*. Quest'ultimo in alcune scuole è insegnato durante il seminario di secondo livello, è possibile assorbirlo anche attraverso lo sguardo. Raku libera dall'illusione della materia, è guarigione totale con il distacco dalla medesima; è anche Vajra (diamante) del Buddhismo Vajrayana, rappresenta la saggezza profonda, dura come il diamante che porta al risveglio.

Dai Ko Myo



Raku



Preparazione al terzo livello

Il comportamento del maestro sulla scelta della preparazione al terzo livello, varia da allievo ad allievo, secondo la personalità, la sensibilità, il percorso che il medesimo ha intrapreso. In linea di massima è d'uso che l'allievo prepari una breve relazione sui propri intendimenti Reiki, sulle esperienze con i primi due livelli.

L'allievo su consiglio del maestro potrà sottoporsi al periodo di preparazione spirituale, stabilito simbolicamente in 21 giorni, prima dell'attivazione al livello di maestro. Potrà scegliere la sua purificazione, osservando un regime alimentare di tipo vegetariano, lavorando molto su se stesso con l'energia Reiki, meditando, raccogliendosi in preghiera se è credente.

L'energia del terzo livello è fortissima ed è importante preparare il futuro maestro nel modo migliore, con la purificazione della mente e del corpo.

Nel terzo livello come nel secondo l'attivazione è una sola, il maestro imprimerà su entrambi le mani dell'allievo il quarto e il quinto simbolo. In diverse scuole l'imprinting viene dato su una mano sola e spesso il Raku non viene impresso.

Durante il seminario l'allievo impara a disegnare i simboli, poi brucerà i fogli su cui si è esercitato, offrendoli all'Universo.

Ottenuto il suo maestrato, attenderà ventuno giorni prima di procedere lui stesso a passare le armonizzazioni.

Tempi

- La sua prima esperienza di attivazione dovrà essere diretta al primo livello e potrà trasmetterla subito dopo i 21 giorni
- L'attivazione di secondo livello la trasmetterà dopo sette mesi
- Il suo primo master lo trasmetterà dopo un anno

Una volta che l'energia si sarà assestata, il nuovo maestro potrà trasmettere tutte le armonizzazioni che gli verranno in seguito richieste.

Attivazioni

L'attivazione di primo livello è quella dai tempi più lunghi, si tratta di eseguire quattro fasi (armonizzazioni iniziazioni) previste dal metodo tradizionale le quali agiscono sui quattro chakra superiori (7°- 6°- 5°- 4°) legati al piano spirituale.

L'attivazione di secondo livello è solo una e complessa, agisce sullo spazio del cuore e coinvolge i chakra legati all'emotivo/mentale.

L'attivazione di terzo livello/master agisce sui chakra inferiori (3°- 2°- 1°) legati al piano fisico, il suo compito è quello di unire il divino con la materia.

Ciò che fa dell'attivazione un'operazione potente ed efficace, è prima di tutto l'integrità del maestro e non ultima l'intenzione dell'allievo.

Attivazioni a distanza / attivazioni terapeutiche

Utilissimo come esperimento è l'attivazione a distanza che è possibile effettuarla quando il maestro ha già una confortante esperienza ed ha facilità di visualizzazione. Il procedimento è semplice, il soggetto da armonizzare deve essere inserito nella bolla e poi la procedura da applicare è come se fosse presente. È necessario che il soggetto sia consenziente in quanto al momento dell'attivazione deve essere rilassato, seduto, pronto a ricevere il dono dell'attivazione.

Le attivazioni terapeutiche possono essere eseguite a distanza, la procedura è la stessa, ma in questo caso l'intento è quello di arrivare alla guarigione dell'essenza del soggetto. Un procedimento del genere è indicato nei malati terminali, in chi è prossimo al decesso.

Nota. L'insegnamento del Reiki portato in Occidente da Takata, lo conosciamo suddiviso in tre livelli. Tuttavia oggi molti maestri dividono il Terzo Livello in due sottolivelli: Secondo alcuni maestri, il terzo livello definito 3/A permette l'iniziazione al terzo livello, per ampliare un percorso personale, senza ricevere la conoscenza di trasferimento delle armonizzazioni. Quindi la tradizione è salva, solo che il livello master è stato diviso in due parti.

Come svolge il maestro i suoi seminari

In linea di massima i seminari vengono svolti seguendo una linea comune a tutti i master:

Primo Livello

- La storia del Reiki
- Cosa è il Reiki
- Le energie
- I chakra
- Le posizioni
- I cinque Principi
- Armonizzazioni
- Esecuzione del trattamento
- Condivisione

Secondo Livello

- Riassunto insegnamenti del primo livello
- Introduzione al secondo livello
- Spiegazione dei simboli
- Prova di memorizzazione simboli
- Armonizzazione
- Tempo dedicato alla pratica dell'uso dei simboli
- Condivisione

Terzo Livello A

- Riassunto insegnamento dei livelli precedenti
- Descrizione del simbolo (o simboli)
- Spiegazione del 4° simbolo, suo significato e impiego
- Tempo dedicato alla pratica e all'uso dei simboli
- Attivazione
- Tempo dedicato alla pratica e uso dei simboli nei trattamenti
- Condivisione

Terzo Livello B Master Teacher

- Riepilogo di tutti i livelli
- Significato di essere Master e delle responsabilità che comporta
- Attivazione/intenzione Master
- Spiegazione procedure di attivazione ai livelli Reiki
- Condivisione

Tecnica per la realizzazione di un desiderio

- lavaggio delle mani che saranno asciugate con un telo bianco
- posizione seduta
- centratura nel cuore
- espressione tacita dell'intenzione di ricevere la forza del Reiki attraverso il 4° simbolo
- espressione del desiderio che si vuole realizzare
- mani posizionate una di fronte all'altra (distanti circa cm 20) all'altezza del quarto/quinto chakra
- visualizzare tra di esse una sfera di luce sulla quale va disegnato il simbolo del master
- visualizzazione del desiderio da realizzare attraverso il terzo occhio dentro la sfera della forza Reiki
- spostare le mani davanti al sesto chakra ed imprimere la sfera contenete il desiderio espresso, dentro di noi, attraverso il terzo occhio guidarla dentro il cuore, dove andrà maturato il desiderio che dovrà uscire in abbondanza da avvolgerne il corpo fisico
- l'energia di realizzazione crescerà e ricolmerà l'ambiente nel quale siamo
- intanto il desiderio, attraverso la forza del Reiki acquista la capacità di realizzazione
- ringraziamento all'energia e alle guide per il sostegno dato

Autotrattamento

Si visualizza il quarto simbolo dentro il cuore e si esegue la centratura, rimanendo con le mani raccolte sul cuore per qualche minuto.



I cinque simboli secondo il buddhismo tibetano e la formula Reiki

La formula del Reiki è tratta dai Sutra Mahayana e dalla interpretazione mistica Vajrayana.

I cinque simboli rappresentano i cinque livelli della mente che portano all'illuminazione, una volta acquisita la formula completa Reiki, questa libera l'anima dal ciclo delle incarnazioni future.

Anticamente l'uso originale dei simboli non era a scopo curativo, ma spirituale.

I simboli sono <saggezza, energia, creazione, perfezione> ognuno di essi agisce su un corpo vibrazionale:

- Il primo è efficace con il corpo, è il sigillo di qualsiasi tecnica mentale, si può tracciare in senso orario e antiorario. Accende l'energia. ON direbbe ùla maestra Takata.
- Il secondo è efficace con quello emozionale, si collega all'anima, è simbolo di guarigione, purificazione, protezione e pulizia.
- Il terzo è efficace con la dimensione mentale, favorisce l'illuminazione e la pace.
- Il quarto opera a livello spirituale, è la guarigione dell'anima e va di cuore in cuore.
- Il quinto è il punto focale dell'evoluzione, è la liberazione dall'illusione <maja> del mondo materiale, stabilizza l'energia dell'illuminazione e della coscienza. È il fulmine è Vajra (veicolo del diamante), saggezza profonda, dura come il diamante.

I cinque simboli rappresentano i 5 elementi, i cinque colori, le cinque forme dell'arte tantrica (lo sStupa), rispettivamente: <Terra Acqua Fuoco Vento(aria) Vuoto (spirito)> - <Giallo Bianco Rosso Nero Blu> - < Quadrato Cerchio Triangolo Semicerchio Cintamani dello Stupa>.



DAI KO MYO
VERSIONE TRADIZIONALE



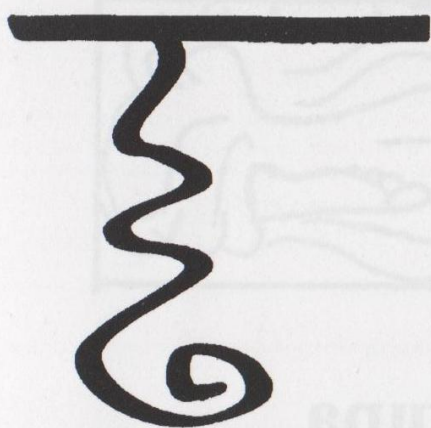
DAI KO MYO
VERSIONE MODERNA



RAKU



**SERPENTE
DI FUOCO**



**DRAGO
DI FUOCO**

Le armonizzazioni o iniziazioni...cosa sono?

(...) L'armonizzazione è una sorta di premio Karmico (Diane Stein), durante cui il karma negativo viene allontanato dal soggetto come ricompensa per il fatto che diventerà <operatore Reiki>. Ciò si verifica perché l'energia estremamente elevata del maestro, aumenta durante il passaggio delle armonizzazioni, il livello del KI dell'allievo, senza che vi siano conseguenze. Il fenomeno si verifica attraverso il maestro e non in quanto sua opera. Il maestro mette le sue mani in posizioni mudra, tutto il resto viene da sé.

L'armonizzazione rappresenta un momento <sacro>. La capacità di usare Reiki è insita nel patrimonio genetico dell'essere umano, esattamente nel DNA. L'armonizzazione accende la luce là dove c'è buio, attivando capacità un tempo universali, ma poi andate perdute. Le armonizzazioni curano il nostro DNA spezzato e ricollegano alla luce delle informazioni dimenticate. Con il terzo grado muta il corpo spirituale, ai fenomeni di disintossicazione, sopraggiunge una consapevolezza della propria crescita interiore. Il grado di maestro porta gioia, ricchezza spirituale e luce. Spesso l'armonizzato sente la necessità di dormire, ciò si verifica perché il suo livello energetico ed i corpi vibrazionali si stanno adattando al processo di espansione. Le armonizzazioni portano guarigione a tutti siano esseri umani che animali che piante, molto adatte per gli ambienti... e danno molta soddisfazione se vengono ripetute. Ricevere più armonizzazioni è bello.

Armonizzazione, significa iniziazione, attivazione, conferimento del potere.

Nota. Le armonizzazioni reiki aumentano la capacità di trattenere il Ki da parte della linea Hara, rimuovono blocchi energetici nei canali danno equilibrio e puliscono i chakra del corpo eterico. Possiamo considerare le armonizzazioni come un premio karmico, grazie al quale il karma negativo è allontanato.

L'insegnante Reiki è detto <master> in Occidente, in Oriente è solo <Insegnante> perché secondo la sana cultura di quei luoghi Maestri sono solo gli Illuminati, i Saggi. L'insegnante Reiki non ha il diritto di sentirsi a capo di una gerarchia, è semplicemente un docente che onora ed è onorato dal Reiki.

Mediante l'attivazione nei tre gradi Reiki si ottiene:

- primo grado: potenziamento dei vasi, purificazione dei canali psichici con eliminazione di eventuali blocchi karmici
- secondo grado: potenziamento mistico che apre il flusso del KI e dà potere alla parola (conferisce efficacia ai mantra)
- terzo grado: potenziamento della spiritualità e del corpo animico. Con questo grado si va incontro a cambiamenti esistenziali.

Preparazione al terzo grado

Secondo il soggetto che si appresta a ricevere l'armonizzazione di 3° grado, il comportamento del maestro sulla scelta della preparazione all'evento può variare. Se l'allievo è in sintonia col maestro, lavoreranno insieme per l'avvenimento che porterà ad entrambi un reciproco arricchimento spirituale. L'allievo sarà invitato a preparare una breve relazione sui suoi intendimenti Reiki e sulle sue esperienze maturate nel campo dei due precedenti seminari. Sarà favorevole al periodo di preparazione spirituale, stabilito simbolicamente in 21 giorni, prima delle attivazioni al grado di master. Potrà scegliere la sua purificazione, osservando un regime alimentare di tipo vegetariano, lavorando molto su di sé con l'energia Reiki, meditando, raccogliendosi in preghiera se è credente.

L'energia del 3° grado è molto forte ed è importante predisporre l'allievo al meglio, per ricevere

questa forza che permette una espansione di coscienza ed accelera la crescita interiore, purificando mente e corpo. Ottenuto il master l'allievo attenderà 21 giorni prima di poter procedere lui stesso a passare le armonizzazioni e la prima attivazione che eseguirà dovrà essere di primo grado. Per passare l'attivazione di terzo grado, ovvero il master, dovrà attendere almeno 6 mesi.

Le armonizzazioni a distanza

Utilissimo come esperimento le attivazioni a distanza, è possibile effettuarle avendo una buona esperienza e la capacità di visualizzare.

Il procedimento è semplice, il soggetto da iniziare va inserito in una bolla di luce e poi si procede come se fosse presente. Naturalmente è necessario ottenere il consenso del soggetto.

Le armonizzazioni terapeutiche

Questo tipo di attivazione ha la stessa procedura di quelle a distanza, in questo caso l'intento non è di attivare il soggetto, ma di guarirlo...nell'anima. Il procedimento si impiega per i malati terminali e prossimi al decollo.

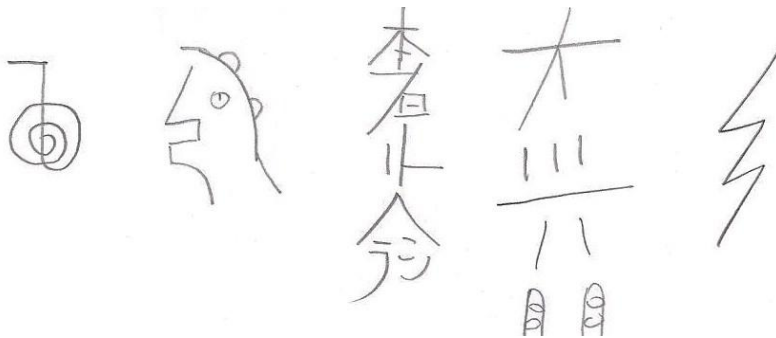
TECNICHE DI ATTIVAZIONE

Una procedura di armonizzazione moderna

Se con ferma coscienza in questa pubblicazione sono riportati i simboli usati nel Reiki, con altrettanta coscienza si rivela una procedura di armonizzazione unica per i tre livelli.

Questo per sfatare il mistero delle *iniziazioni!*

Fondamentale in questa procedura è dichiarare l'intenzione del livello di armonizzazione.



- Preparazione del tempio con il lancio in aria del Dai Ko Myo capovolto, per purificare l'ambiente e chi è presente. È importante visualizzare una forte luce che inonda maestro e allievo.
- L'allievo è seduto con occhi chiusi, piedi paralleli, mani congiunte all'altezza del cuore.
- Con un gesto delle mani il maestro apre la corona dell'allievo facendo scendere con un soffio, dal settimo chakra fino al primo, tutti i simboli sopra riprodotti, che ritorneranno al settimo per chiudere il circuito energetico.
- Si sovrappongono sul cuore le mani dell'allievo, poi il maestro vi posa sopra le proprie indirizzando in esse tutti i simboli.
- Il maestro soffia tre volte sul terzo occhio, altrettante sul cuore, per tornare al terzo occhio.
- Apre a libro le mani dell'allievo che adagerà sulle ginocchia del medesimo, il maestro imprime su entrambi le mani tutti i simboli, picchiettando tre volte per ogni simbolo.
- Il maestro traccia il quinto simbolo dietro l'allievo per radicarlo a terra e separare le loro aeree che per tutto il tempo dell'armonizzazione si sono fuse.
- L'aura dell'allievo viene energizzata sotto una doccia di luce d'argento che il maestro visualizza.
- L'allievo adesso viene avvolto in un grande primo simbolo.
- Chiusura dell'aura, facendo attenzione a lasciare fuori il chakra della corona
- Nuova visualizzazione di un grande primo simbolo dorato in cui sarà avvolto l'allievo.
- Il maestro chiede alle sue Guide di proteggere l'allievo e di benedirlo.
- Il maestro chiede all'allievo di muovere le mani, poi i piedi e di aprire piano gli occhi.
- L'allievo è diventato *reiker*

TECNICA DI ATTIVAZIONE TRADIZIONALE
PER 1° -2°- 3° LIVELLO MASTER
TRASCRIITTA DAL MAESTRO LEONARDO RIDI

1^{ra} INIZIAZIONE

<DIETRO>(P)

REIKI
TO LIVELLI

PREPARA TEMPIO 1° SIMBOLO -
LANCIARE NELL'ARIA 3/4/1 ED EMANARE
X ALCUNI MINUTI

- FAI ENTRARE PERSONA (P)
- FALLA SEDERE, OCCHI CHIUSI, MANI UNITE SUL CUORE, PIEDI A TERRA

METTITI ALLE SUE SPALLE E LANCIA
SULLA SUA TESTA IN ALTO (50cm. dalla testa)

3/4/1

- TRACCIA 1 SOPRA TESTA CON MANO DX,
LA SX IN ALTO FA DA ANTENNA
- RIPETERE MENTALMENTE 3/4/1
E MANTRA X 3 VOLTE
- EMANA ENERGIA X 10'

? PORTATI DAVANTI A (P) -

II^a INIZIAZIONE

DIETRO (P)

HEIKI
TO LIVELLO

- LANCIA NELL'ARIA $\boxed{3/4/1}$ DIETRO (P) SULLA SUA TESTA.
- TRACCIA $\boxed{1}$ SULLA TESTA DI (P) e UN $\boxed{1}$ DIETRO LA SUA NUCA
- METTI MANO DX SULLA TESTA DI (P)
- TRACCIA $\boxed{3/4/1}$ MENTALMENTE
- EMANA ENERGIA FINCHE' NECESSARIO
- METTI TUE MANI ALLA BASE COLLO (P) CON POLLICI UNITI (KAPRIRE 5° CHAKRA)
- RIPETI MENTALMENTE $\boxed{3/4/1}$ EMANA

IV^a INIZIAZIONE DIETRO A (P)

- LANCIA $\boxed{3/4/1}$ DIETRO A (P) NELL'ARIA
- TRACCIA $\boxed{1}$ SULLA TESTA E $\boxed{1}$ SULLA NUCA
- METTI MANO DX SULLA TESTA E TRACCIA $\boxed{3/4/1}$ MENTALMENTE
- EMANA
- METTI MANO DX SULLA TESTA CON DITA RIVOLTE VERSO LA NUCA E MANO SX INTORNO ALLA NUCA DI (P)
- TRACCIA $\boxed{3/4/1}$ MENTALMENTE • EMANA KALE
- PORTATI SUL DAVANTI E RIPETI SEGUEN
NOTA



INIZIAZIONE

DAVANTI (P)

1° KEIKI
LIVELLO

- ALZA MANI DI (P) AL SUO 3° OCCHIO,
- TRACCIA **1** SOPRA LE SUE DITA
- INFILA LE TUE DITA MANO DX DENTRO LE SUE, ACCARENDOLE CON TUA MANO SX.
- TRACCIA MENTALMENTE **3/4/1**
- VISUALIZZA UN **1** GRANDE CHE PARTENDO DALLE SUE MANI SI ESPANDE DENTRO IL SUO
- SPOSTA LE TUE MANI IN MODO DA CHIUDER CON IL TUO POLLICE MANO DX LE MANI DI (P)
- VISUALIZZA **3/4/1**
- LASCIANDO LE MANI DI (P) SUL SUO 3°
- SPOSTATI INDIETRO DI 50 cm.
- TRACCIA **1** SUL 3°
- METTI LA TUA MANO DX SUL SUO
- VISUALIZZA **3/4/1** EMANA X ALCUNI'
- AVVICINATI AL SUO 3°
- TRACCIA CON LA LINGUA SIMBOLO **1**
- METTI MANO SX SULLA TUA HARA SOFFIA 3 VOLTE
3° OCCHIO / CUORE / 3° OCCHIO

INIZIAZIONE KEIKI II° LIVELLO

APERTURA 4° CHAKRA ♥

UN GRANDE **1** nella stanza, luci e nella aria
3/4/1 permettendo alla sacralità di scendere nella
stanza e dentro di noi - fare entrare e far sedere
le persone - mettersi alle loro spalle -

LANCIARE NELL'ARIA SOPRA TESTA **3/4/1**
TRACCIARE **1** SULLA TESTA E DIETRO LA NUCA
METTERE MANO SULLA TESTA E TRACCIARE MENTAL-
MENTE **3/4/1** EMANARE ENERGIA X ALCUNI



PORRE LA MANO DX CON DITA RIVOLTE VERSO
LA NUCA, LA MANO SX ABBRACCIA LA NUCA
TRACCIARE MENTALMENTE **3/4/1** EMANARE

PORTARSI AVANTI A (P) - LA SUA MANO SX
SUL ♥ - LA SUA MANO DX L'APPOGGIAMO
SULLE SUE GINOCCHIA A PALMO IN SU -


PRENDERE LA SUA MANO DX FRA LE NS
MANI





SEQUE INIZIAZIONE IL° LIVELLO KEIKI

TRACCIARE NELL'ARIA SOPRA IL SUO PALMO **3/4/1** DISEGNARE **1**
DISEGNARE **2**
DISEGNARE **3**

(N.B. SI RIPETE QUESTA SEQUENZA X OGNI SIMBOLO, SUL PALMO DX E CONFERMARE CON UNO SCHIAFFO CON LA NS/MANO DX VISUALIZZANDO IL SIMBOLO **1** CHE PARTE DALLA SUA MANO DX E ARRIVA AL SUO  E AL SUO 3° 

RIPIETERE **3/4/1** PER FISSARE OGNI SIMBOLO INTERNAMENTE E EMANARE TENENDO LA SUA MANO FRA LE NS ^{DA QUI} RIPETI X 2 VOLTE

RIUNIONGIUNGERE MANI (P) E PORTARLE SUL 3° , TRACCIARE **1** SULLE MANI, METTERE LA NS MANO DX DENTRO LE SUE MANI, TRACCIARE MENTALMENTE **3/4/1** EMANARE, CHIUDERE LE SUE MANI CON NS POLICIA DX E MANO SX CHE TIENE LE SUE MANI, TRACCIARE MENTALMENTE **3/4/1** EMANARE —

TENENDO LE SUE MANI TRACCIARE **1** SUL SUO 3°  CON LINGUA - STACCARSI E PORTARLO E NS/MANI SULL'HARA SOFFIARE SUL 3°  /  / 

INITIATIONE III CIV.

MASTER

Preparare la stanza:

SIMBOLI 1.

POI 3:4:1

Alzar la mano destra

e disegnare il 4° simbolo

nell'aria,

riportando il mantra.

Canalizzare l'energia con
tutte e due le mani
altate.

Poi mentalmente vedere il
simbolo del MASTER (40)
nella MANO DESTRA.

Unire il polso della mano
destra al polso della
mano destra della persona che
vicere.

E Tenere la mano si-

ni stva in alto x
continuare a ricevere
energia (= antenne).

Stare con le mani UNITE
fin quando senti passare
energia.

Poi stacca.

Ringrazia.

Si insoli 3/4/1 nella stanza.

Se ti ra' pulisci l'aura
della persona.

CUAO Leonardo

Dalla fontana di luce di John Lennon

(...) Ci immergeremo in una fontana di cristallo, una fontana piena di luce santa e in questa fontana di cristallo tutte le nostre sofferenze svaniranno all'improvviso.

Tutte le nostre azioni saranno dimenticate le nostre ferite saranno guarite e ci affacceremo sulle meraviglie del Paradiso, quando ci immergeremo nella fontana di luce...

Conclusioni dell'A.

Il Reiki è una corrente universale conosciuta come energia cosmica che attraverso la persona armonizzata, aperta ad essa, le permette di condurre questa energia ovunque. Il Reiki è benefico, positivo, intelligente, scorre attraverso le mani, portando crescita interiore, guarigione nel Sé superiore, là dove c'è più bisogno. È un'energia purissima che stabilisce il contatto tra spirito e materia, accelera l'evoluzione di chi canalizza e di chi la riceve. Guarisce prima di tutto *mente/spirito* ricongiungendo la trinità *mente / corpo / spirito*.

Reiki è simbolo Kanji giapponese e si divide in due parti:

REI= energia universale

Ki= forza vitale

Migliora la vita di chi è attivato.

Il 1° grado o livello *Shoden* (primo insegnamento) è collegato alla dimensione fisica, apre la via agli altri due livelli. Richiede l'impiego delle mani che vengono attivate attraverso un processo che prevede quattro armonizzazioni che servono ad aprire i chakra (punti energetici del nostro corpo), a rinvigorire l'aura (uovo energetico attorno al nostro corpo) e a rinforzare lo stato fisico/spirituale.

Un appunto sui chakra: il concetto chakra è estraneo alle pratiche giapponesi e Takata, a cui dobbiamo l'introduzione del Reiki in Occidente, ha insinuato questo sistema nella Pura Dottrina, in accondiscendenza alla New-Age verso cui gli Occidentali si sono sentiti attratti, pur non avendo il Reiki niente a che vedere con tale espressione culturale/spirituale. Le mani del reiker sono entrambi radianti e assorbenti e trasmettono solo energia presa dall'Universo. L'energia trasmessa si dirige in sostanza là dove è necessaria. Il Reiki non è pericoloso, porta sollievo al prossimo e gratifica il donatore.

L'attivazione al primo livello è divisa in quattro bellissimi momenti:

- contatto con noi stessi
- purificazione
- rimozione blocchi per lo scorrimento energetico
- inizio guarigione

È strumento di crescita e agisce sul cuore. Se l'attivazione al primo livello è divisa in quattro armonizzazioni, quella del secondo livello *Okuden* (secondo insegnamento) è una sola intensa armonizzazione che aumenta di molto la qualità energetica, alza il livello di coscienza e si avvale di tre simboli che rappresentano il linguaggio sottile e mentale dell'energia. I simboli appresi nel secondo livello, sono componenti fondamentali della *Disciplina*, che la rendono diversa da altri metodi. Il Reiki utilizza i simboli in quanto rappresentano un percorso evolutivo, la loro essenza si trova proprio nella natura stessa dei simboli. Se nel primo livello è necessario il contatto fisico delle mani per irradiare energia, nel secondo livello e con l'utilizzo dei simboli, tutto diventa mentale ed il canale irradia al di là dei vincoli materiali spazio/tempo. Reiki evolve continuamente, le sue regole nel tempo si sono anche modificate, nel rispetto dei cambiamenti e delle esigenze del mondo e dell'essere umano. Il terzo livello Shinpiden (insegnamento misterioso), accelera la crescita spirituale ed è impiegato per l'insegnamento della disciplina. Attraverso questo livello che comprende il master, si apprendono altri due simboli. In alcune *Scuole* nel livello master si apprende un solo simbolo, il *quarto*, la stessa Takata il *quinto* non l'ha mai usato e tanto meno insegnato. Associando ai quattro elementi i quattro simboli originali, si è pensato poi che il concetto di quattro elementi fosse puramente Occidentale e che nel pensiero giapponese gli elementi fossero nella realtà 5. Da qui la ricerca del quinto simbolo Reiki, perduto nel tempo.

Dunque il terzo livello fornisce le indicazioni necessarie rivelate dal maestro:

- per uso proprio, per accelerare una evoluzione e bloccare la ruota delle rinascite
- conoscere il metodo, insegnarlo e passare le attivazioni.

Accedere al master significa entrare in possesso di una eccezionale presa di coscienza, significa approfondire le proprie scelte per iniziare una ricerca personale di evoluzione spirituale ed al livello spirituale di consapevolezza, sono collegati i processi di trasformazione che presuppongono una scelta maturata nel cuore. Diventare insegnante significa assumersi la piena responsabilità dei meccanismi di energia interiore potente, che vibra a livelli altissimi in chi ha assunto con coscienza e amore l'impegno. Si tratta di una scelta di vita con cui si intende completare la nostra guarigione spirituale. Il Reiki diventa parte integrante di noi stessi e della nostra vita. Le associazioni sono tante in tutto il mondo, ma quella storica a livello mondiale è la **Reiki Alliance**, fondata negli USA dopo la morte di Takata, dalla nipote Phillis Furumoto, a cui aderirono alcuni dei 22 maestri formati dalla nonna. Furumoto assunta la nomina di **grand-master** è ritenuta custode e depositaria del lignaggio spirituale del Reiki Tradizionale.

<Il Reiki ha un costo, non lo neghiamo, non piace mercanteggiare con le cose dello spirito, ma per fare chiarezza è d'obbligo questa precisazione: non è in vendita la spiritualità, va riconosciuto in moneta il tempo, la capacità di insegnamento del maestro, la vastità dell'esperienza messa a disposizione di chi si avvicina al Reiki>.

Ogni tanto feriscono le piccole indifferenze, le incomprensioni che Reiki può provocare in chi non lo conosce ed è portato a fraintenderlo, in chi ha interesse ad oscurarlo, terapeuti corsari, leggi che lo frenano, religiosi diffidenti. Non siamo qui per giudicare l'operato altrui perché Reiki non è giudizio, è amore, solo amore. È apertura del cuore.

MIKAO USUI - FONDATORE LIGNAGGIO REIKI USUI RYOHO

iscrizione funebre sulla tomba di Usui



"Chi impara seriamente (si intenda attraverso esercizi meditativi) e lavora con dedizione su se stesso per migliorare il proprio corpo e il proprio spirito e per diventare una persona migliore è un uomo di grande spirito.

Gli uomini che utilizzano questo grande spirito per il bene della società, per indicare la retta via a molte persone e per fare del bene si chiamano maestri.

Uno di questi maestri era il dr. Usui. Egli insegnò agli uomini il Reiki universale. Innumerevoli persone vennero da lui e lo pregarono di insegnare loro la grande via del Reiki e di guarirli. Il suo nome era Mikao, il suo secondo nome Gyoho. Nacque a Yago, un villaggio nel distretto Yamagata, nella prefettura Gifu. Il nome dei nonni era Tsunetane Chiba, quello di suo padre Uzaemon e il cognome di sua madre Kawaii.

Egli venne al mondo nel primo anno dell'era-Keio, chiamato Keio Gunnen (1865), il 15 agosto. Dotato di capacità straordinarie imparò molte cose. Da adulto, per potervi studiare, visitò molti paesi occidentali e anche la Cina.

Sebbene fosse un uomo grandioso con abilità emergenti, conobbe anche la sfortuna. Tuttavia non si arrese e continuò tenacemente il suo apprendimento.

Un giorno si recò sul monte Kurama per ritirarsi nella meditazione e digiunò per 21 giorni. Dopo questi 21 giorni percepì in sé la grande energia Reiki e da allora imparò tutto sul sistema Reiki.

Innanzitutto usò Reiki su se stesso e dopo lo sperimentò sulla sua famiglia; ottenendo un buon effetto sui più svariati malanni decise di dividerlo anche con molti altri.

Per far conoscere il Reiki e per renderlo accessibile al pubblico, aprì una clinica a Harajuku, Aoyama, Tokyo nell'aprile del decimo anno dell'era-Taisho (1921).

Diresse dei seminari ed effettuò delle sedute di cura-Reiki con molte persone.

Innumerevoli persone si recarono da lui e facevano la fila davanti alla sua abitazione per poter essere curate. Nel settembre del dodicesimo anno dell'era-Taisho (1923) il devastante terremoto di Kanto sconvolse Tokyo.

Migliaia furono i morti, i feriti e gli ammalati. Il dr. Usui, con il cuore colmo di dolore, cominciò a curare in tutta la città le numerose vittime del terremoto.

Ben presto la sua clinica divenne troppo piccola cosicché, nel febbraio del quattordicesimo anno dell'era-Taisho (1925), si trasferì fuori città, a Nakano, dove edificò una clinica nuova.

La sua fama si propagò presto in tutto il Giappone e venne invitato in molti villaggi del Paese.

Una volta si recò a Kure, un'altra nella prefettura di Hiroshima e poi in quella di Saga e a Fukuyama.

Durante il suo soggiorno a Fukuyama si ammalò e morì all'età di 61 anni, il 9 marzo del quindicesimo anno dell'era-Taisho (1926). Il nome di sua moglie era Sadako e il suo cognome da nubile era Suzuki.

Avevano un figlio e una figlia. Il figlio, Fuji Usui, diresse l'attività familiare dopo la morte del dr. Usui.

Il dr. Usui era molto cordiale, semplice e umile, il suo corpo era sano e ben proporzionato. Non si vantava mai e aveva sempre il sorriso sulle labbra, ma non appena aveva delle difficoltà dimostrava ciò che stava in lui.

Era un uomo assai attento. Sotto molti punti di vista era un'anima estremamente virtuosa.

Leggeva volentieri e disponeva di vaste conoscenze nell'ambito della psicologia, della medicina, della veggenza e della teologia di tutte le religioni.

L'esperienza di un'intera vita dedicata all'apprendimento e alla raccolta di informazioni lo hanno forse aiutato a ricevere e a comprendere il Reiki.

Lo scopo principale del Reiki non è solo la guarigione delle malattie, quanto piuttosto il rafforzamento di tutti i talenti naturali disponibili, l'equilibrio dello spirito, la salute del corpo e conseguentemente il raggiungimento della fortuna.

Per portare ciò agli altri bisognerebbe seguire i cinque principi dell'imperatore Meiji e interiorizzarli profondamente nel proprio cuore.

Recitate questi principi ogni mattina e ogni sera: oggi non ti arrabbiare, non ti preoccupare, sii grato, lavora sodo (su di te) e sii gentile verso il tuo prossimo.

L'obiettivo finale consiste nel comprendere l'antichissimo metodo segreto per attirare a sé la fortuna e per scoprire così un procedimento di guarigione valido in generale contro molte malattie.

Quando si seguono questi straordinari principi si raggiunge lo spirito silenzioso degli antichi saggi.

Per divulgare il sistema Reiki è importante cominciare da un luogo vicino (voi stessi); non cominciate con cose come la filosofia e la logica, che forse sono distanti da voi.

Create il silenzio e sedete ogni mattina e ogni sera, con le mani incrociate sul petto, nella posizione Gassho o Namaste. Sentite gli straordinari principi, siate limpidi e calmi. Lavorate sul vostro cuore e tirate fuori le cose dallo spazio silenzioso in voi.

Poiché Reiki comincia profondamente in voi stessi, ognuno lo può esercitare. Il mondo si trasforma rapidamente, le filosofie cambiano, ma se il Reiki potrà essere diffuso su tutta la terra, esso toccherà i cuori degli uomini e la morale della società. Aiuterà molte persone non solo a guarire le malattie, ma anche la terra.

Più di duemila persone impararono il Reiki dal dr. Usui. Alcuni lo impararono dai suoi allievi con maggiore anzianità di servizio, cosicché appresero il Reiki anche molte persone che risiedevano in luoghi distanti.

Anche ora, dopo la morte del dr. Usui, il Reiki continuerà a diffondersi a lungo.

È una benedizione aver appreso il Reiki da lui, aver fatto esperienza della sua grandezza e avere la capacità di ritrasmetterla.

Molti degli allievi del dr. Usui si sono riuniti per erigere questo monumento nel cimitero del tempio Saihoji, nel distretto Toyotama. Io sono stato invitato a scrivere queste parole, affinché la sua grandiosa opera continui.

Stimo il suo lavoro nel modo più profondo e voglio dire a tutti i suoi allievi che mi sento onorato di essere stato prescelto per questo compito. Mi auguro che molte persone capiscano quale grandioso servizio abbia reso al mondo il dr. Usui per gli anni che verranno.

Nota. Questa iscrizione è stata redatta da Juzaburo Ushida in collaborazione con Masayuki Okada." Febbraio 1927"

Elenco in ordine alfabetico di alcune scuole, correnti, associazioni

American Reiki Association. Fondata nel 1980 da Barbara Weber Ray e da Takata, diventò nel 1982 A.I.R.A. Oggi è conosciuta come The Radiance Technique International Association ed è diretta da Barbara Weber Ray

Associazione Italiana Reiki (A.I.R.E). E' la prima associazione italiana che si è auto-regolamentata su prezzi, deontologia, formazione, albo professionale, sperimentazione, comitato scientifico interno. Per un Reiki etico e professionale

A.C.P FondazioneCris Pietrobelli. All'interno della quale si insegna il Reiki nella tradizione di Usui. Tale disciplina energetica detta anche Pura Dottrina, è insegnata nei tre Gradi o livelli, l'ultimo dei quali è il Maestrato.

Associazione Il Ruggito del Chihuahua Viola. L'Associazione nasce con l'intento di integrare diverse discipline olistico-energetiche e psicologiche per migliorare il benessere della persona.tra questa il Reiki di cui i fondatori sono profondi conoscitori.

ARTU Associazione Reikija Toscana Usui. All'interno della medesima si insegna il reiki spiegato scientificamente.

Associazione Aloha. All'interno della medesima si insegna e si pratica Reiki nella tradizione di Usui.

Dai-Danirei-Ki. Il metodo cavalca anch'esso l'onda lunga del Reiki, che è rivisitato alla luce dei nuovi sviluppi. È una disciplina olistica, volta al riequilibrio energetico e all'armonia dell'essere umano. È suddiviso in tre gradi

Danosh-Reiki-U. Fonde in se i due metodi Reiki di Usui e Osho. È messo a disposizione per la guarigione dell'anima. È una pratica sottile dai rapidi benefici

Deva-Rei. Metodo per diffondere energia pura è diviso in tre livelli ed ha per base la disciplina Reiki con tutti i suoi simboli. Gran parte dei simboli che raggruppa in se sono impiegati nei molti metodi di guarigione, tranne due che sono stati canalizzati

Gendai Reiki Ho (metodo di Reiki Moderno).E' uno stile di Reiki giapponese proposto da Hiroshi-Doi, membro della Usui Reiki Ryoho Gakkay. La scuola è chiamata Gendai Reiki Healing Kyokai. Nel Gendai Reiki si insegnano i 4 passi che sono: Shoden, Okuden, Shinpiden, Gokuikaiden

Grande Maestrato Reiki. Metodo introdotto da Serge Golberg. Dopo il livello di master sono insegnati altri due livelli, detti livelli Segreti o del Grande Maestro

Jikiden Reiki. Insegnato da Chyoko Yamaguschi, allievo di Hayashi. In questa tecnica i primi due livelli Shoden e Okuden vengono insegnati insieme in un unico seminario di 5 giorni. Il terzo livello chiamato livello insegnante o Shihan è diviso in due parti

Jhore-Raku (luce bianca del drago). E' un perfezionamento del metodo Usui, finalizzato non tanto alla guarigione fisica quanto all'evoluzione spirituale. Alla luce bianca del Jhore si aggiunge l'energia del diamante, Raku, che simboleggia anche il drago. I simboli trasmessi col procedimento del respiro violetto, portano ad un elevato livello di consapevolezza

Karuna Deva (la compassione dell'angelo). L'azione compassionevole è una caratteristica comune agli esseri illuminati che lavorano per porre fine alle nostre sofferenze. Questo metodo permette un contatto profondo con quegli esseri che volano alto nel pensiero divino. Il metodo è stato messo a punto da Jolanda Pietrobelli

Karuna Ki. Il sistema è stato sviluppato da Vinny Amador, basandosi sul lavoro con Teramai e Karuna Reiki, aggiungendo altre meditazioni e tecniche

Karuna Reiki. Azione compassionevole. Il sistema è stato sviluppato da William Lee Rand, allievo di Furumoto

Karu-Rei. Creato da Jolanda Pietrobelli, questo metodo di guarigione in tre livelli energetici, contiene gli insegnamenti del metodo Reiki e Karuna

Komyo Reiki Kai. E' un sistema Reiki insegnato dal 2000 dal monaco giapponese Inamoto. È un cocktail di sistemi Usui, Hayashi, Yamaguchi. I livelli sono: shoden, chuuden, okuden, shinpiden

Kundalini Reiki. Metodo riscoperto dal danese Ole Gabrielsen. È formato da tre livelli principali e sei di supporto

Lightarian Reiki. Trasmesso dal Buddha a Marie Jeanne Jelm nel 1997. permette di accelerare l'evoluzione spirituale e di aumentare la frequenza vibratoria

Osho Neo Reiki.Tratta di una variazione del Reiki operata da Osho. Diversa è la posizione della centratura, diversa la cerimonia di attivazione, diverso il simbolo del Maestro

Raku Kei Reiki. Metodo messo a punto dal master Arthur Robertson, nel quale sono previsti l'uso dei mudra (termine sanscrito indicante mistici gesti delle mani)

Reido Reiki (Reiki del Percorso Spirituale). Metodo insegnato da Huminori Aoki, nel quale cerca di unificare tradizioni Reiki Occidentali e Giapponesi

Reiki Alliance. Organizzazione fondata negli Usa nel 1983, tre anni dopo la morte di Takata-Sensei, dalla nipote Phyllis Furumoto. È la più grande associazione mondiale di Reiki

Reiki Ampliato. Gerda Drescher, ha messo a punto questo metodo per attivare i canali attraverso cui i poiedi scambiano energia con la terra

Reiki Arcobaleno . Metodo creato da Geminiano Pinelli (Swami Prem Nirdosh). Reiki Rainbow, si articola in diversi livelli

Reiki-Do Vibration. metodo sviluppato da Sauro Tronconi

Reiki Jin Kei, Buddho-Ener Sensei.Tradizione orientale iniziata dal monaco Zen Takeuchi

Reiki Universale. Franca Silvani, assieme ad altri otto master ha fondato questa scuola che unifica in un percorso a tre livelli i metodi: Usui, Tibetano, Karuna

Seichim Reiki. Fondatore Patrik Ziegler , è un sistema che sembra mutare/evolvere continuamente. In passato questo sistema era chiamato Renegade Reiki

Sekhem-seichim-Reiki.Metodo sviluppato da Diane Shewmaker, unifica le energie del Reiki, del seichim e di altri sistemi correlati

Shambala Reiki.di Sergio Corriero, è un metodo di guarigione multidimensionale, ha 352 simboli

SKHM. Patrick Ziegler, allontanatosi dal Seichim, ha messo a punto questo sistema, non basato su armonizzazioni e simboli ma su meditazioni di gruppo, che inducono iniziazioni spontanee nei partecipanti

Teramai Reiki.Sistema creato da Kathleen Ann Milner che è una modificazione del Raku Kei Reiki, con procedure di attivazioni diverse e molti simboli in più

Tibetan Reiki. Scuola creata da William Rand, con più livelli e più simboli. La tradizione Usui/Tibetana è stata ampiamente divulgata da Rand e Diane Stein, si insegnano 4 livelli. Il quarto è insegnato come livello di “masetria personale”

Usui-Do. Scuola di Reiki sviluppata da Dave King, basata su informazioni della linea Hayashi

Usui-GioReiki. Creao da Jolanda Pietrobelli questo metodo di guarigione è un ampliamento ed approfondimento del Reiki di Usui, risulta potenziato grazie ai tre simboli nuovi canalizzati. Essi agiscono tramite l'energia amorevole del chakra del cuore, e rafforzano la consapevolezza delle Guide più alte

Usui Reiki Ryoho Gakkai (associazione per imparare il metodo Usui Reiki di guarigione). Fu fondata da Usui Sensei, tutt'oggi esiste ed insegna il metodo originale chiamato Reiki Ryoho Gakkai

Usui Ryoho Kai (associazione trattamenti Usui).Liam Richards (Neozelandese) insegna da pochi anni questo stile Reiki

Usui Shiki Ryoho. E' il sistema di Usui modificato da Hayashi, che Takata ha divulgato in Occidente. Il metodo si è diffuso rapidamente tramite la Reiki Alliance. Consta di tre livelli o gradi

Usui Teate. Suzuki San, allieva di Usui, monaca buddhista, sostiene che il termine usato dagli allievi di Usui, non è Reiki, ma Usui Teate, ovvero “Tocco della mano di Usui. In occidente è stato divulgato da C. Marsh e A.Bowling. Nel metodi si utilizzano mudra, cristalli e kotodama (suoni sacri)

Vajra Reiki. Pratica spirituale sviluppata da Mokichi Okada, contemporaneo di Usui

Vortex Reiki.Sistema sviluppato da Toshitaka Mochizuki. Alcune delle informazioni presenti nel Vortex Reiki vengono attribuite ad un libro giapponese dal titolo: *il segreto di come prendersi cura dei membri della tua famiglia*, autore Takichi Tsukida.

Consultazioni

Aivanhov M.	Centri e corpi sottili
"	La nuova terra
"	In principio era il verbo
"	La galvanoplastica spirituale
"	La forza sessuale o drago alato
"	Le porte dell'invisibile
"	Creazione spirituale
Althea R.	I colori dell'anima
Angelo J.	Guarigioni spirituali
Bach E.	Libera te stesso
Baginski – Sharamon	Reiki energia universale
Baker D.	Chakra
"	Il gioiello del loto
"	Psicologia esoterica
Basevi T.	Reiki
Tuan L.	Chakra
Benetton S.	Reiki e Karuna Reiki
Blavatsky H.P.	Iside svelata
Brennan B.	Mani di luce
Campioni G.	Reiki Manuale 2° livello
Canil D.	La vera storia del Reiki
Cidonio – Pazi	Reiki i canali di energia
"	Reiki e angeli di luce
Cutolo N.	L'energia che guarisce
D'Auria F.	Reiki
Drago F.	Reiki cristalli e supercoscienza
"	Reiki terapia della nuova era
Fritsch L.	Tempo dell'anima
Pietrobelli J.	Il breviario di Reiki
"	Il Reiki è rock
"	Dal mio Reiki al nostro Diksha
"	Ti parlo di Reiki. Vuoi?
Hilswicht J.	Reiki
Lomazzi G.	Reiki
Lubek	Reiki e altre terapie
Luijerink A.	Reiki 1° 2° grado
Mancini P.	Reiki e pranoterapia
Mister Manual	Il mio reiki è anche tuo
Muller – Gunther	Guarire con il reiki
Patton K.	Reiki una mappa verso la scoperta del sé
Riva D.	Meditazione per la nuova era
Sanfo V.	Guarire con l'energia
Silvani F.	Reiki
Stein D.	Il libro del reiki
Steiner R.	Dalla cronaca dell'akasa
"	Lo spirito nella formazione dell'organismo
"	Esperienza dell'uomo dopo il passaggio ...
"	L'amore e il significato del mondo

"	Il sangue è un succo molto peculiare
"	Karma e reincarnazione
"	Una considerazione esoterica
Tarozzi G.	Reiki
"	Reiki delle origini
Tronconi S.	Reiki-Do
Wiesendanger H.	Grande libro della guarigione spirituale
Zanardi S.	Reiki disciplina originale
Zanella G.	Reiki applicato agli animali
"	Reiki il vortice della vita
"	Reiki Flu
"	Reiki unità e amore
Usui M.	Il manuale
Petter F. A.	Lo spirito del reiki
Mantovani M.	Il grande libro del reiki
Gros P.	Il reiki dello spirito
Carini – Visconti	Reiki
Masseglia S.	Rei-Ki

Sommario

Le mie dediche/ Dedicato a Lei J.P	6
Apertura di Mentore	8
Prima scrittura: Le mie mani sono anche tue < manuale di 1° grado>	10
Tavole	33
Proseguo	42
Edward Bach: la salute dipende dall'armonia dell'anima	52
I colori dell'anima	52
Deontologia	53
Dieta e salute	53
Più comuni disturbi e trattamenti	55
Seconda scrittura: Il tempio interiore <manuale di 2° grado>	59
Il metodo di guarigione	60
Terza scrittura: Sul sentiero del maestro <Manuale di 3° grado master>	86
Tecniche di attivazione	98
Tecnica di attivazione tradizionale	100
Conclusioni dell'A.	110
Mikao Usui fondatore lignaggio	112
Elenco in ordine alfabetico di alcune scuole, correnti, associazioni	114
Consultazioni	117
Notizie sull'A.	120

Notizie sull'A.



Jolanda Pietrobelli, toscana, (Shinpi è il nome energetico con il quale alcuni allievi l'hanno chiamata fin dal loro primo incontro) dopo gli studi artistici è approdata a Urbino, per frequentare la Scuola di Giornalismo, con indirizzo artistico, sotto la guida di Carlo Bo e dello Storico Nicola Ciarletta, terminandola con una tesi su Picasso. Il 18 Novembre 1975 ottiene l'iscrizione all'Ordine dei Giornalisti/Pubblicisti, si occupa di critica d'arte. Ben radicato è in lei l'interesse per Picasso e Andy Warhol, sui quali non ha mai smesso di condurre studi che ha approfondito soggiornando in Spagna e Olanda. È coscienza attiva nel campo dell'arte e della conoscenza umana, autrice di numerose monografie sull'arte contemporanea, ha diretto per quindici anni la Collana d'Arte della galleria pisana *Il Prato dei Miracoli*. Nel 1986 crea la rivista GUSTO informazione, attualità, arte e cultura. Negli anni ottanta/novanta dirige tre periodici dedicati agli avvenimenti politici e culturali della città natale: - *Pisa In* - *La Gazzetta di Pisa* - *Il Giornale della Toscana*. Con lo studio delle Grandi Religioni e aprendosi alle varie tecniche di consapevolezza e sviluppo interiore, porta avanti la pratica di antiche tradizioni giapponesi come il Reiki con il quale ha iniziato a sondare il campo delle energie sottili, approfondendo molti maestri. Negli anni 90 acquisisce il master di Reiki metodo Usui, conseguendo il Livello Teacher, ha al suo attivo diversi maestri nelle molteplici discipline energetiche. Durante il suo processo di trasformazione interiore, ha avvertito l'esigenza di approfondire una propria ricerca spirituale con l'impiego di traing autogeno e livello superiore, la regressione dolce, la meditazione. Si occupa di Discipline Olistiche ed i suoi interessi sono maturati nel campo delle Energie. Dai primi anni '90 ha preso coscienza di una elevata sensibilità radioestesica. Ha fondato nel 2003 la *Libreria Editrice Cristina Pietrobelli*, in omaggio alla mamma che non ha mai mancato di sostenerla nella sua attività di creativa. Nello stesso anno ha istituito il Premio quadriennale di arte/visiva, letteratura e poesia *Cris Pietrobelli* pubblicando due volumi *Antologia Crissiana 1 -2* nei quali sono raccolti i lavori dei partecipanti più talentuosi. Nel 2012 ha dato vita a due giornali: Yin News- mensile di informazione e cultura olistica e *Art...News*- quadrimestrale di arte. Sempre nel 2012 ha creato l'A.C.P. Fondazione Cris Pietrobelli, nel cui ambito ci si occupa di arte, letteratura, si insegnano e si praticano <*Discipline olistiche, Reiki, Ho'oponopono, Diksha, Radiestesia*>. Ha firmato per la Casa Editrice che rappresenta, sia in cartaceo che in ebook, numerose pubblicazioni che si possono scaricare dal sito: www.libreriacristinapietrobelli.it. Nel Maggio del 2015 è stata armonizzata a Diksha Giver. Nell'Agosto del 2016 ha ricreato la sua vecchia rivista Gusto, nell'ottobre 2016 ha dato vita alla Biennale di arte contemporanea denominata <ARTEMEDITERRANEA>.



Titoli Pubblicati in cartaceo

1. Scritture Celesti	Jolanda Pietrobelli
2. 80 Primavera d'amore	Cristina Pietrobelli
3. Dalle mani la vita	Sergio Freggia
4. Consigli del naturopata	Claudio Bargellini
5. Innocente Reiki	Shinpi
6. Babylon 4527	Daniel Asar
7. Il Reiki è rock	Shinpi
8. L'arte medica taoista	Marco Ragghianti
9. Tao The Ching	Lao Tzu
10. Antologia Crissiana	Dirka
11. Gli amici invisibili	Daniel Asar
12. Key Stick Combat	Gianni Tucci
13. Il fabbricante di desideri	Claudio Bargellini
14. Omaggio a Yerathel	Jolanda Pietrobelli
15. Cortometraggi interiori	T.De Martino M.Pegorini
16. Reiki un percorso...	G. Tucci L.Amedei
17. La cattura delle emozioni	Jolanda Pietrobelli
18. I Pilastrini del cielo	Daniel Asar
19. Astrazioni, metamorfosi...	Daniel Asar
20. Il grande popolo dei piccoli esseri	Daniel Asar
21. La fossa dei serpenti	Daniel Asar

Ebook

Anima plebea	J.Pietrobelli
Breviario di Reiki	"
La dottrina dei 7 chakra	"
Ciao Mamma	"
Elementi di radiestesia	"
Fiori di Bach malattia e benessere	"
Gabriele l'annunciatore	"
Ho'oponopono	"
Karma e reincarnazione	"
Dal mio Reiki al nostro Diksha	"
Colloqui con Mahasiah	"
Nei secoli dei secoli	"
Non sparo alla cicogna	"
Oriana Fallaci: il Mito	"
Ma Dio non è Picasso	"
Radiestesia come manifestazione divina	"
Reincarnazione	"
Conversazione con l'Angelo Rochel	"
Storia sentimentale di un a caduta	"
Superiorità biologica della donna	"
Ti parlo d'arte	"
Uomo tra religione e magia	"

Lei	"
I 44 animali di potere	"
Animali di potere /carte	"
Appunti di viaggio nel mondo della magia	"
Thanatos	"
Naturalia	"
Naturalia 2	"
Podognomica	S. Cozzolino
Divina...Creatura	J. Pietrobelli
Michael Principe degli Angeli	"
Anima Art-Terapy	"
I racconti della cicogna	"
Il Pietrobellino	"
Cuore di Tigre	"
Sussurri	M. Pegorini
Michela Radogna: l'arte nell'anima	J. Pietrobelli
Apri le ali e vola	"
L'abbraccio con l'Angelo	"
Ottanta Primavera	C. Pietrobelli
Jo sto con i Pellerossa	J. Pietrobelli
Ti parlo di Reiki	"
Il Breviario di Reiki "^ ediz. riveduta	"
Jo? Vegetariana	J.Pietrobelli B. Pasqualetti
Guernica	J. Pietrobelli
Confini	"
Farfalle Celesti	"
Jo chi sono? Maria L'immacolata concezione	"
Logge dei Banchi Pisa- Piccolo antiquariato &C.	"
Guida al Wesak	"
Straordinariamente...anima	"
J miei guerrieri di Artemediterranea	"
Raiquen	" (Quaderni d'arte di Jolanda Pietrobelli)
Brunella Pasqualetti	" (Quaderni d'arte di Jolanda Pietrobelli)
Rossana Berti	" (Quaderni d'arte di Jolanda Pietrobelli)
Paolo Lapi	" (Quaderni d'arte di Jolanda Pietrobelli)
Camilla Agnelli	" (Quaderni d'arte di Jolanda pietrobelli)
Michela Radogna	" (Quaderni d'arte di Jolanda Pietrobelli)
Jo ho il pallino degli angeli	J. Pietrobelli
Corso base di Radiestesia	J. Pietrobelli
Dimensione Azzurra	"
Ada Lecchini Poesie	(Quaderni d'arte di Jolanda Pietrobelli)
Manuale Reiki 2° grado	J. Pietrobelli
Manuale Reiki 1° grado	J. Pietrobelli
Pietro Pietrobelli racconta Serrati Vol 1-2-3-4	(Quaderni di Jolanda Pietrobelli)
Innocente Reiki	Shinpi



Mikao Usui Sensei



Chujiro Hayashi



Awayo Takata



P.L. Furumoto

CISCI SHIKI RYOKO

