

QUADERNI DI JOLANDA PIETROBELLI

SHIMPI: BRICIOLE DI REIKI



Cristina Pietrobelli

A.C.P.Fondazione Cris Pietrobelli
e-book

Quaderni ... di Jolanda Pietrobelli

SHINPI: BRICIOLE DI REIKI

© Copyright

A.C.P. Fondazione Cris Pietrobelli

E-Book 3 AGOSTO 2017

Si fa divieto di riproduzione testi e illustrazioni. Questa pubblicazione viene scaricata gratuitamente dal sito

www.libreriacristinapietrobelli.it

he

QUADERNI DI JOLANDA PIETROBELLI

SHIMPI: BRICIOLE DI REIKI

A handwritten signature in grey ink, reading "Cristina Pietrobelli". The signature is written in a cursive style with a horizontal line through the middle of the letters.

A.C.P.Fondazione Cris Pietrobelli
e-book

Contributo Shinpi

Reiki è una corrente universale conosciuta come energia cosmica che attraverso la persona armonizzata, aperta ad essa, le permette di condurre questa energia ovunque. Si tratta di una energia benefica, positiva, intelligente, che scorre attraverso le mani, portando crescita interiore, guarigione nel Sé superiore, là dove c'è più bisogno.

È una 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 e 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.

The image shows the Japanese characters for Reiki, 'Rei Ki', written in a bold, calligraphic style. The characters are arranged vertically: 'Rei' (霊) at the top and 'Ki' (気) at the bottom. The 'Rei' character consists of a top radical and a middle radical, while the 'Ki' character consists of a top radical and a bottom radical. The overall style is traditional and expressive.

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.

Il 1° Grado o Livello (Shoden)

E' quello che apre la via agli altri due, richiede l'impiego delle mani che vengono attivate attraverso un processo che prevede 4 armonizzazioni, che servono ad aprire i chakra (punti energetici del corpo), a rinvigorire l'aura (uovo energetico attorno al corpo) e a rinforzare lo stato fisico/spirituale.

Un appunto sui chakra: il concetto chakra è estraneo alle pratiche giapponesi e Hawayo Takata a cui dobbiamo l'introduzione del Reiki in Occidente, ha insinuato questo sistema dei chakra nel Reiki, in accondiscendenza alla New – Age, negli anni '60 verso cui gli Occidentali, specie gli Americani si sono sentiti attratti, per quanto il Reiki non ha nulla a che vedere con questa corrente spirituale.



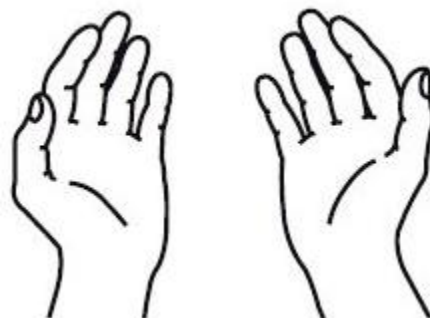
Le mani diventano entrambi radianti e assorbenti (in pranoterapia le mani sono una radiante e l'altra assorbente) e trasmettono solo energia presa dall'Universo. L'energia che il Reiki trasmette, si dirige in buona sostanza, là dove necessita.

Il Reiki non è pericoloso, porta sollievo al prossimo e gratifica il donatore.

L'attivazione al 1° Grado o Livello, è divisa in quattro momenti:

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

è strumento di crescita ed agisce sul cuore.



Il 2° Grado o Livello (Okuden)

Se l'attivazione al 1° Livello è divisa in quattro armonizzazioni, quella di 2° Livello prevede una sola armonizzazione che aumenta di molto la qualità energetica, alza il livello di coscienza e si avvale di tre simboli che rappresentano il linguaggio nobilmente sottile e mentale dell'energia.

I simboli appresi nel 2° 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 medesimi.

Se nel 1° Livello è necessario il contatto fisico delle mani per irradiare energia, nel 2° Livello dove è previsto 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 modificate nel rispetto dei cambiamenti e delle esigenze del mondo e dell'Uomo.



Il 3° Grado o Livello (Shinpiden)

Questo Livello accelera la crescita spirituale ed è impiegato per l'insegnamento della disciplina. Attraverso di esso che comprende il *Maestrato*, vengono appresi altri due simboli.

In molte *Scuole*, invece si apprende un solo simbolo, il 4°, la stessa Takata il 5° non l'ha mai usato e tanto meno insegnato e ad oggi molte scuole americane non lo tengono in considerazione.

Associando ai quattro elementi i quattro simboli originali, si è pensato poi che il concetto di <4 elementi> fosse puramente Occidentale; nel pensiero giapponese gli elementi erano 5, da qui la ricerca del quinto simbolo Reiki, perduto nel tempo!

Dunque il 3° Livello fornisce le indicazioni necessarie rivelate dall'insegnante:

A/ per uso proprio

B/ conoscere il metodo, insegnarlo e passare le armonizzazioni.

Accedere al *maestrato* significa entrare in possesso di una eccezionale presa di coscienza, significa approfondire le proprie scelte, per iniziare una ricerca personale di evoluzione spirituale. E al livello spirituale di consapevolezza sono collegati numerosi 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. Il Reiki diventa parte integrante di noi stessi e della nostra vita. Noi siamo Reiki... noi viviamo Reiki, la nostra vita è Reiki!

Essere consapevole del ruolo del maestro, significa avere chiara l'idea, l'intenzione di accettare le esperienze quotidiane, si tratta di una importante scelta di vita.

Requisiti necessari che il maestro deve immediatamente sviluppare:

- abbattimento dell'ego
- generosità spirituale
- onestà nel praticare la Pura Dottrina (Reiki)
- integrità morale
- coscienza
- umiltà
- non giudizio

accedere al grado di Shinpiden vuol dire impegnarsi ad approfondire, indagare, incamminarsi verso una veloce evoluzione spirituale.

Dei tre insegnamenti questo livello è il più impegnativo, 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.

Nota. L'insegnamento del Reiki portato in Occidente da Takata, lo conosciamo suddiviso in tre livelli. Tuttavia oggi molti insegnanti dividono il Terzo Livello in due sotto livelli. Secondo alcuni, il Terzo Livello definito 3/A permette l'iniziazione al terzo livello che prevede solo l'ampliamento di un percorso personale, senza ricevere la conoscenza di trasferimento delle armonizzazioni che viene invece conosciuto con il Terzo Livello definito 3/B.

大
光
明



- 1. Dai ko myo**
- 2. Maestro tibetano**
- 3. Raku**

Gli intendimenti e i 5 principi di Usui

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.

Usui: non lascio che la mia famiglia tenga il metodo per se stessa. Il mio Usui Reiki Ryoho, è un originale, non c'è nulla di simile al mondo. Perciò desidero dare il mio metodo al mondo, per il vantaggio di ognuno e la speranza della felicità per tutti

Usui: il mio metodo va oltre una scienza moderna. Perciò non ha bisogno di nessuna conoscenza della medicina

Lo scopo di Reiki è favorire il raggiungimento di più obiettivi della nostra vita che possano configurarsi nei livelli più alti della dimensione spirituale, esempio: attraverso la presa di coscienza del nostro Sé, ottenendo così l'espansione del cuore e arrivare all'armonia.

Reiki è un atto importante che permette la connessione con l'energia pura che proviene dal Kosmo. Lì si manifesta la coscienza, la fonte di informazione che consente alla materia di strutturarsi nello spazio/tempo

Usui: 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

Usui: 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

Gokai: i cinque principi sui quali Usui ha basato il suo Reiki, sono stati presi, per sua ammissione, da una poesia dell'Imperatore Meiji, sapiente e guaritore.

Si propone una versione occidentale:

*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:

*solo per oggi non ti arrabbiare
non ti preoccupare
dimostra apprezzamento
lavora intensamente
sii gentile con le altre persone.
Sera e mattina congiungi le mani in preghiera
contempla queste parole nel cuore e salmodiale con la bocca*

Nota. I principi non vanno considerati come una serie di norme rigorose, ma un invito a esaminare accuratamente il nostro comportamento, per liberarci dalle abitudini insensate. Essi hanno lo scopo di provocarci e stimolarci a ragionare di più sull'esistenza; sono paradossi, misteri come quelli che i Maestri Zen usano da secoli per aiutare i discepoli a far rientrare nei ranghi la mente razionale che vuole sempre controllare tutto fino all'ultimo dettaglio, ma in realtà conosce ben poco della vita. Infine tali principi costituiscono un importante approccio pratico al Reiki.

Etica

Chi utilizza il Reiki non è un prescelto, non è migliore rispetto a chi non lo conosce e qualsiasi atteggiamento che privilegia il proprio ego è sbagliato.

I trattamenti Reiki si possono proporre se l'interlocutore è consenziente. Per donare Reiki è necessario avere sempre il consenso della persona a cui è diretto questo dono.

Il metodo puramente olistico, non appartiene al campo medico ma a quello della guarigione, pertanto le informazioni che un Reiker offre, non hanno valore diagnostico. Praticare Reiki significa essere tramiti, canali per il passaggio energetico.

Guarigione 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.

Tutti coloro che sono stati iniziati al Reiki sono connessi con l'Energia Universale e costituiscono un Ordine Mistico, rappresentato da un insieme di anime che lavorano per l'evoluzione della coscienza sul Pianeta Terra, per la fine delle guerre, delle ingiustizie, delle prevaricazioni politiche, economiche, religiose.

Le associazioni / i costi

Le associazioni oggi sono tante in tutto il mondo, ma la più grande è la Reiki Alliance, organizzata in America dopo il cambio di dimensione di Hawayo Takata, dalla nipote Phyllis Furumoto, a cui aderirono alcuni dei 22 maestri formati con Takata.

Furumoto nominatasi *Grand Master* si è ritenuta custode e depositaria del lignaggio spirituale, a cui apparteneva la nonna.

L'associazione ha mantenuto i prezzi che Takata aveva dato ai livelli della disciplina, lei parlava di una settimana di stipendio medio, per conseguire il 1° Livello, di un mese di stipendio per conseguire il 2° Livello e di un anno di stipendio per acquisire il maestrato.

Reiki ha un costo, è vero che ciò che ha il sapore dello spirito non dovrebbe essere monetizzato, è d'obbligo questa precisazione: non si tratta di vendere la spiritualità, ma va riconosciuto in moneta il tempo, la capacità di insegnamento, l'esperienza messa a disposizione di chi si avvicina alla Pura Dottrina.

Gli insegnanti Reiki del metodo Usui sono tanti nel mondo, molti di loro pur essendo stati armonizzati secondo i metodi tradizionali della Pura dottrina, non vogliono appartenere ad associazioni, per scelta personale. Si dichiarano spiriti liberi che pensano col cuore e ascoltano la propria anima.

L'esperienza del Reiki è universale e va sempre al di là della strada scelta per raggiungerla.

Ogni tanto colpiscono le piccole indifferenze, le incomprensioni che umanamente Reiki può provocare in chi non lo conosce e lo fraintende, in chi ha chissà quale interesse ad oscurarlo: terapeuti corsari, leggi che lo frenano, religiosi diffidenti... ma noi non siamo qui per giudicarli perché Reiki è <non giudizio>. Reiki è amore universale, è apertura di cuore.



Takata



Furumoto

Ricapitolando

Dunque il Reiki è uno straordinario metodo di guarigione naturale, alla portata di tutti, la connessione con questa energia porta ad un maggior equilibrio dentro di noi.

Il suo papà Mikaoma Usui Sensei, ha strutturato questo metodo in più livelli di consapevolezza. In occidente sono stati raggruppati in tre livelli:

- shoden
- okuden
- shinpiden

I tre pilastri portanti nella disciplina sono la Meditazione Gassho, Reiju, Chiryō, con un intento primario per l'illuminazione Koomyo

- Koomyo significa luce splendente, il suo intento è quello di aiutarci a liberarci dai nostri pensieri ossessivi, dalle paure e dalle preoccupazioni. Sapere di non sapere è la più saggia delle sapienze
- Shoden tradotto significa 1° insegnamento, è collegato alla dimensione fisica e all'attivazione (Reiju) di 1° Livello. Stimola l'autoconsapevolezza a livello fisico.
- Okuden tradotto significa 2° insegnamento, è correlato alla dimensione sottile e all'attivazione (Reiju) di 2° Livello. Stimola l'autoconsapevolezza del nostro microcosmo interiore.
- Shinpiden tradotto significa <insegnamento misterioso> ed è correlato alla dimensione divina e all'attivazione (Reiju) di 3° Livello (Shihan)
- Gassho è una meditazione particolare, significa <mani giunte>, consiste nel dirigere la propria attenzione nel punto in cui si toccano le dita medie.
- Reiju ci aiuta a sintonizzarci con la nostra voce interiore, attraverso l'intuizione si attiva una sensibilità psichica. Lasciando andare gli schemi fissi, possiamo sperimentare la nostra creatività.
- Chiryō significa <semplice terapia>, ponedo 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.

Indicazioni curiose

Scrivo di Reiki, lo sperimento, lo pratico, fa parte della mia vita da ventuno anni. Le terapie le lascio ai terapeuti, le guarigioni ai guaritori, per quanto mi riguarda...vivo Reiki, scrivo, penso, lo impiego molto nella mia vita tutti i giorni.

È una forte e straordinaria presenza in me, che mi porterò anche nell'altra <dimensione>, sicura della sua utilità.

Propongo qualche gioco utile con esso.

Come i guaritori Filippini

Eseguire la bilanciatura o centratura nel cuore. Chi ha il 2° livello Reiki si carichi le mani con i simboli, chi è al 1° livello metta le proprie intenzioni di utilità.

La tecnica di visualizzazione <entrare ed estrarre> è impiegata per rimuovere blocchi di energia negativa.

Si esegue così:

- si posiziona la mano dominante a dita distese, verso l'area da trattare
- visualizziamo la mano nell'atto di penetrare in profondità nel soggetto trattato
- avvertiamo subito l'energia della mano che afferra, stringe ed estrae il blocco di energia negativa
- per dare più vigore al procedimento sarebbe auspicabile coinvolgere il soggetto trattato a visualizzare con noi, il movimento della mano che entra, afferra, estrae

Il triangolo

Eseguire la bilanciatura o centratura nel cuore. Chi ha il 2° livello Reiki si carichi le mani con i simboli, chi è al 1° livello metta le proprie intenzioni di utilità.

Il Triangolo è un metodo semplice, attraverso il quale vengono eliminate le energie negative. Unendo le mani in modo che pollici e indici si tocchino (un gesto impropriamente usato dalle Femministe del '68), si forma un triangolo. Si posiziona il mudra sulla zona interessata, si invia mentalmente luce e amore e si visualizza l'energia che dalle mani irradia là dove c'è bisogno. Si ordina all'energia negativa di abbandonare la zona colpita e di uscire dal triangolo formato dal mudra, e solo da lì perché non vada ad inquinare altre zone.

Armonizzazione dei due emisferi cerebrali

A mani attivate concentriamo l'energia nei due chakra che si trovano nel palmo delle medesime. Poniamole sulla testa del soggetto a poca distanza dalla cute, lasciando scoperto il chakra della corona. Inviamo energia e pensieri di luce e amore, chiedendo

alle nostre guide di armonizzare i due emisferi del cervello, consolidando equilibrio e saggezza nel soggetto trattato.

Procedimento per liberare il corpo dall'energia negativa

A mani attivate posizioniamo la destra sul 2° chakra e la sinistra sul 7°, poi visualizziamo l'energia che come un raggio laser esce dalla nostra mano destra, entra nel 2° chakra, risale lungo tutti i chakra fino a raggiungere la sommità del capo. Rientrando poi dalla mano sinistra creerà un circuito energetico che pulirà tutti i chakra, rimuovendo i ristagni trovati sul percorso.

Metodo per smagnetizzare noi stessi.

Attiviamo le nostre mani battendole con vigore e strofinandole tra loro, carichiamole di Reiki, di intenzioni positive. Volgiamo l'interno della mano sinistra verso il cielo e la destra la posizioniamo sopra il chakra della corona. Visualizziamo l'energia positiva che entra dalla mano sinistra che attraversando il cuore si dirige in prossimità della mano destra. Dalla mano destra, attraverso il chakra della corona, rientra l'energia che si dirige verso tutti i chakra, esce dalla radice e scarica a terra.

Come purificare gli oggetti

Questo metodo si usa solo con gli oggetti i quali assorbono energia esterna, come i cristalli, le pietre e i cristalli.

Esecuzione:

- tenere l'oggetto in una mano, con l'altra si taglia tre volte l'aria orizzontalmente al di sopra di esso, fermadosi poi bruscamente alla terza volta
- durante l'esecuzione è necessario essere centrati nel tantien, trattenendo il respiro e premendo la lingua contro il palato
- una volta che l'oggetto è purificato gli va trasmesso Reiki

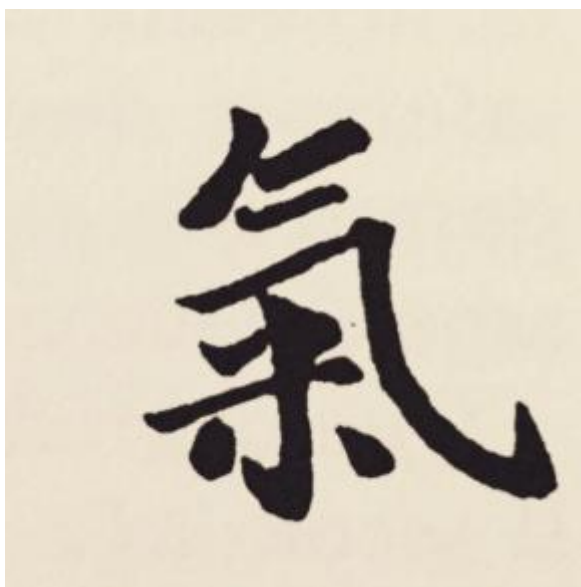
Tecnica di disintossicazione

- posare una mano sotto l'ombelico e l'altra sul punto corrispondente sulla schiena
- mantenere questa posizione almeno 15 minuti, visualizziamo le tossine che abbandonano il corpo. È utile condividere la stessa immagine se si opera su un soggetto da trattare
- le tossine nella visualizzazione lasciano il corpo, uscendo dai piedi e scaricandosi a terra
- questa tecnica è indicata anche per chi assume tanti farmaci

Soffio Reiki

- posizionare le mani a poca distanza l'una dall'altra davanti alla bocca
- soffiare delicatamente tra esse molte volte in direzione dell'area del soggetto da trattare
- il Reiki raggiungerà facilmente il sistema energetico interno del corpo, grazie al KI contenuto nel respiro, intensificandone la ricettività

Nota. Qi come soffio, come anima di ogni forma di vita, come energia universale. Secondo i cinesi tutto è energia, tutto è Qi. Il Qi è il “soffio”, è ciò che anima ogni forma di vita, ed è la vita stessa. Qi è l'energia che ci circonda e di cui siamo parte. E' l'energia universale, l'energia cosmica. Il Qi è la forza vitale che scorre. E' la vibrazione dell'universo, ed è l'intero universo nel suo manifestarsi. Il Qi è contemporaneamente materia ed energia. Qi è la grande forza creatrice dell'universo, ed espressione stessa di questa creazione. Qi è vita, vitalità ancora indifferenziata, senza forma. Tutto nell'universo è in continuo stato di trasformazione e mutamento. Tutto è pervaso da una potente forza al cambiamento: il Qi.



L'ideogramma Qi è composto essenzialmente da due parti: aria, vapore e riso o anche chicchi di riso che si aprono per effetto della cottura e/o della digestione. Per cui l'insieme indica l'energia vitale che viene prodotta, a partire da una sostanza nutritiva, attraverso le trasformazioni operate grazie al calore, che la fanno innalzare.

(Fondamenti di medicina tradizionale cinese, Franco Bottalo e Rosa Brotzu)

Preparazione acqua Reiki

- mettere le mani attorno ad una bottiglia di acqua naturale
- tempo di trattamento 15 minuti
- l'acqua è fortemente arricchita di energia Reiki
- la carica si mantiene per 7 giorni
- bere un bicchiere di acqua a stomaco vuoto poco prima di pasteggiare
- il suo effetto è depurativo

Pulizia dai parassiti astrali

- Prendere le mani della persona che sta davanti a noi con gli occhi chiusi
- Pronunciare la seguente affermazione, dopo aver pronunciato il nome dell'interessato: io sono qui con te per fare la pulizia di tutte le entità negative che sono in te. Per fare ciò invochiamo l'energia divina (Gesù, Buddha ecc.) chiediamo l'aiuto dell'Arcangelo Michele che munito della sua spada di luce tagli e liberi tutti i lacci magnetici che impediscono la nostra evoluzione
- Visualizziamo un tunnel di luce bianca attraverso cui arriverà l'aiuto per fare la pulizia
- Noi mentalmente preghiamo il padre nostro che è nei cieli
- Visualizziamo un raggio di luce che entrando nel nostro corpo ci avvolge e ci illumina
- Mentre ci sentiamo colmi di luce affermiamo: < nel nome di Dio ordino che mai più vi siano entità negative in te (pronunciare il nome della persona), questo io lo ordino nel nome di Dio.
- Siamo ricolmi di luce e di gratitudine per il lavoro svolto e ringraziamo per l'aiuto ricevuto dal Divino: grazie Signore per aver permesso la purificazione di (nome della persona)

Questo procedimento si può fare anche negli ambienti

Conclusioni

<Briciole di Reiki> sono proprio bricioline che possono incuriosire chi si avvicina alla Pura Dottrina e possono essere di qualche aiuto a chi è già dentro il metodo.

Reiki è un percorso di energia, è un percorso di amore a livello universale, è un percorso di autoguarigione. Questo quaderno è composto da poche pagine veloci, chiare, modeste.

Reiki è semplice, al di fuori da scuole che lo vogliono imbrigliare in dettami che non lo riguardano.

Usui lo ha voluto libero affinché chiunque ne possa trarre beneficio, Usui lo ha voluto semplice perché anche i bambini lo possano avvicinare.

Qualche detrattore lo troviamo per la via...e allora?

Il mondo è fatto da anime positive, ma anche da anime scontente, arrabbiate, prigioniere del loro fango emotivo.

Il Reiki è semplicemente luce, amore incondizionato, vita.



Usui Mikao

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.

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

Sommario

Contributo Shinpi	5
Il 1° Grado o Livello (Shoden)	7
Il 2° Grado o Livello (Okuden)	8
Il 3° Grado o Livello (Shinpiden)	9
Gli intendimenti e i 5 principi di Usui	11
Etica	13
Le associazioni / i costi	14
Ricapitolando	15
Indicazioni curiose	16
Conclusioni	20
Mikao Usui fondatore lignaggio Reiki Usui Ryoho	21
Notizie sull'A.	24
Titoli pubblicati in cartaceo – ebook	26



Jolanda Pietrobelli, (2 Agosto 1947) toscana, 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 training 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 radiestesica. 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 da ricreato la sua vecchia rivista Gusto e nell'ottobre 2016 ha dato vita alla rassegna di arte contemporanea denominata ARTEMEDITERRANEA.

Nel Giugno del 2017 ha creato la rivista Antiquarianda, semestrale di universi d'arte e cultura e nello stesso mese ha dato vita al trimestrale di cultura olistica Giornale del Reiki.

Ha scritto i seguenti libri sul Reiki, scaricabili gratuitamente dal suo sito:

- Il Breviario di Reiki
- Il Reiki è rock
- Innocente Reiki
- Breviario di Reiki ampliato
- Dal mio Reiki al nostro Diksha
- Ti parlo di Reiki
- I miei manuali Reiki
- Manuale 1° livello
- Manuale 2° livello
- Briciole di Reiki

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 Raghianti
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
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	"
Pietro Pietrobelli racconta Serrati Vol 1-2-3-4	Quaderni di Jolanda Pietrobelli
Innocente Reiki	Shinpi
Ada Lecchini : Inediti	Quaderni di Jolanda Pietrobelli
Manuale Reiki 1°-2° Livello	J. Pietrobelli
Brunella Pasqualetti <Changes>	Quaderni d'arte di Jolanda Pietrobelli
Briciole di Reiki	Quaderni di Jolanda Pietrobelli

