

Chiara Grandi

Komyo Reiki Kai Italia: le origini della tradizione



La spinta iniziale

Mi presento, mi chiamo Chiara e sono di Brescia.

A vent'anni ho sentito l'irresistibile impulso d' imparare bene l'inglese. Sono andata in Inghilterra a studiare la lingua. Lì il mio compagno di banco era un ragazzo giapponese, Takashi di Osaka.

Dopo tre anni mi sposto in California allo scopo di perfezionare la lingua.

A San Francisco vivo nello stesso residence con una ragazza che proveniva dal Paese del sol levante, Misato di Nagoya.

Tornata in Italia allo scadere del "visa", non riesco a trovare un lavoro soddisfacente.

Un dolore che da tempo avevo al braccio destro si era intensificato, come anche la sinusite.

Il medico curante mi disse che avrei dovuto prendere un antinfiammatorio tutta la vita, per far passare il dolore al braccio che faticavo a muovere, mentre uno specialista otorinolaringoiatra, che avrei dovuto essere operata ancora al naso.

"Siamo messi bene, a soli 27 anni, sono meno in forma di un'ottantenne!" pensai.

Nel frattempo l'antinfiammatorio non riusciva a eliminare totalmente il dolore al braccio, ma lo alleviava soltanto.

Un giorno un amico, da sempre patito di arti marziali e di scienze alternative, mi disse: "Ho il secondo livello di Reiki! Ti faccio passare il dolore al braccio!" Qualunque cosa fosse, ho risposto: "Ok, va bene."

L'amico mise le sue mani sul mio braccio destro dolorante e poco dopo il dolore era scomparso.

Dopo due giorni il dolore tornò e chiesi all'amico di provarci ancora. Il dolore passò completamente anche stavolta.

"Fantastico! Nemmeno i forti antidolorifici riescono a tanto! Ma cos'è questo Reiki?!"

"E' una tecnica giapponese basata sul riequilibrio delle energie individuali mediante l'imposizione delle mani."

"Posso impararlo anch'io? Posso farmelo da sola?"

"Certo!"

Ero sempre stata scettica su questi fenomeni, non credevo a niente che non si potesse vedere e toccare, ma volevo star bene, e cercai un Reiki master, ovvero un insegnante Reiki, per impararlo.

Comprai un libro nel quale veniva raccontata la storia del fondatore del Reiki, tale Mikao Usui, che aveva scoperto il metodo visitando monasteri buddisti in Tibet e traducendo antichi scritti.

Scoprii che il Reiki non separa la mente dal corpo e dalle emozioni, come la medicina ufficiale che conoscevo in occidente, ma li tratta come se fossero un tutt'uno.

Subito mi sono connessa ad "internet" e non ho trovato nessuno che desse il primo livello ad un prezzo a me accessibile. Ho poi trovato un praticante di Brescia che al telefono mi chiariva: "Reiki è amore. L'amore guarisce." E sono andata da lui.

Mi sono stati fatti dei reiju, in occidente chiamati "armonizzazioni", che servono per aprire i "canali energetici" della persona. Dopo aver fatto il corso di primo livello, ho dormito per due giorni consecutivi.

Io che non dormivo mai!

Ho seguito le istruzioni del Reiki master, e man mano che le settimane passavano, il dolore al braccio diminuiva e io mi rilassavo.

Le mani, che erano sempre gelate, si scaldavano fino a divenire rosse e bollenti.

Tutti si erano stupiti, in quanto le mie mani erano state da sempre definite "ghiaccioli".

A questo punto volevo scoprire cos'era questo metodo, quest'energia che mi faceva star meglio.

Non avevo molti soldi, in quel periodo lavoravo saltuariamente, ma la curiosità e il desiderio di stare meglio erano fortissimi.

L'incontro con il Maestro

Ho preso tutti i miei risparmi e sono andata in Giappone a trovare Misato e Takashi, i vecchi amici conosciuti in Inghilterra e in America. Grazie a loro, dopo molte ricerche, sono riuscita a conoscere un insegnante Reiki di Kyoto, un monaco buddista con un lignaggio molto vicino al fondatore Usui, che oltretutto parlava inglese molto bene: il reverendo Hyakuten Inamoto.

Il reverendo Inamoto, che ha sviluppato la tecnica chiamata Komyo Reiki, mi ha spiegato daccapo questa disciplina.

Innanzitutto mi corresse dicendomi che lui non era un Reiki "master", ma un insegnante Reiki, in quanto un insegnante è una persona che mentre insegna impara sempre qualcosa dai propri allievi.

L'insegnante Reiki non deve educare a vivere lo studente, deve solo aiutarlo a scegliere, poi questi intraprende da solo il cammino per elevarsi.

Il primo reiju che ho ricevuto dal reverendo Inamoto è stato un'esperienza mistica.

Ero seduta al buio in una stanzina illuminata da una candela, dinnanzi ad un altare buddista.

Tenevo gli occhi chiusi e le mani giunte, a "gassho", come chiamava lui questa posizione. E' difficile descrivere le sensazioni, ma ci proverò.

Ho sentito come una pioggia bianca entrare nella sommità della testa, "corona", e ho visto come due ali rosse che si spiegavano davanti a me...ma avevo gli occhi chiusi!

Non riuscivo a credere a cosa mi stava succedendo.

L'iniziazione era diversa da quella che avevo ricevuto in Italia: nel Komyo Reiki esistono quattro reiju per il primo livello e quattro nel secondo.

Dopo aver ricevuto i primi quattro reiju mi sentivo così viva, allegra, e così piena di voglia di fare, come non mi ero mai sentita in vita mia!

Il Reiki, dal punto di vista del mio maestro giapponese, era il metodo più semplice del mondo.

E funzionava sempre.

"Davvero? Sempre?!?" gli domandavo. "In Italia dicono che il Reiki non fa miracoli, ma secondo me li fa!"

E lui: "Se pensi che il Reiki faccia miracoli, allora li farà!"

Ricordo le sue parole: "Se davvero vuoi guarire, sei già guarita."

Gli facevo sempre tante domande, sulla tecnica, su come mettere le mani, e la risposta era sempre la stessa: "Fai come ti senti."

Dal suo punto di vista, se mi fossi liberata dai miei dubbi, sarei già stata a metà della mia crescita spirituale.

"I tantissimi pensieri nella tua mente," ribadiva, "non ti lasciano libera."

Il metodo d'insegnamento del reverendo Inamoto era semplice. Il maestro me lo spiegava con un testo davanti, e mi diceva: "Ok, adesso andiamo a visitare il castello!" oppure: "Andiamo, ti offro la cena!"

Gli enormi manieri dell'imperatore, le antiche strade di Kyoto con le tipiche vecchie abitazioni in legno, i bellissimi giardini giapponesi, i fiori rosa sugli alberi, rendevano il tutto ancora più magico.

Sentivo che dovevo essere in quel luogo, in quel preciso istante della mia esistenza: era tutto troppo perfetto per non essere già stato scritto!

Ero lì con quell'uomo, fino a pochi giorni fa un perfetto sconosciuto; ora colui che mi apriva gli occhi e mi mostrava la "verità". Quella verità spirituale che la logica materialista della nostra civiltà occidentale aveva sempre celato.

L'energia del mio maestro era così forte e positiva!... Vicino a lui, mi sentivo forte anch'io.

Avevo letto da qualche parte che stando vicino a forti personalità spirituali, si eleva il livello della propria energia.

Forse era proprio quella la sensazione che provavo.

Il Reiki non è una religione, ma colui che ha fondato il metodo, Mikao Usui, era buddista, e il reverendo Inamoto era un monaco buddista: indossa sempre il caratteristico abito scuro.

Un giapponese faceva lezione a un'italiana parlando inglese.

Non era la lingua madre di nessuno dei due, ma capivo totalmente tutto ciò che mi diceva.

Ascoltavo il mio maestro e ciò che mi spiegava sul buddismo all'entrata dei templi.

"Vedi, Chiara, una tigre a sinistra e una a destra. Sempre una con la bocca aperta, come se dicesse "A", e una con la bocca chiusa, come per dire "UM".

Simboleggiano "A-um": il soffio della vita."

Il respiro. Non avevo mai dato importanza al respiro.

Eppure è la vita stessa che respira.

La cosa più naturale per l'uomo, la cosa più importante.

Un giorno il reverendo Inamoto ha voluto portarmi ancora sul monte Kurama, dove andava spesso con i suoi allievi.

Con un trenino siamo arrivati a Kurama, vicino a Kyoto.

Una statua raffigurante la testa gigante di un demone rosso si trovava all'uscita della stazione, il naso era lungo e sproporzionato. E' il simbolo di quel luogo, la manifestazione dello spirito della montagna.

Potrebbe essere l'immagine che i giapponesi in quel tempo avevano degli occidentali: naso lungo e pelle rossa. Come altri monumenti, stava iniziando a diventarmi familiare, ma ancora faticavo a memorizzarne il nome.

Il reverendo Inamoto insistette per farmi salire in cima alla Kurama-yama, la montagna sacra ai buddisti, sulla quale Usui scoprì il Reiki.

In Ottobre, sul monte Kurama si festeggia la famosa festa del fuoco.

Essendo nuova nel mondo della spiritualità e del simbolismo, il mio maestro mi informò che in tutto il mondo vi sono feste del fuoco: il fuoco serve per purificare.

Sulla Terra il fuoco e l'acqua sono le uniche cose che abbiamo per purificare.

Lungo il cammino mi spiegò perché alcune sculture di persone ed animali portavano un bavaglio bianco: ciò rappresenta il sacro.

Notai un particolare al quale, precedentemente, non avevo fatto caso: non vedendo cenni sul Reiki, ho chiesto perché.

Così ho scoperto che il Reiki è più famoso all'estero che in Giappone.

Solo ora che i giapponesi si stanno Americanizzando, il Reiki si sta diffondendo, ma non quello del reverendo Inamoto, che la signora Yamaguchi, sua diretta insegnante, aveva accuratamente mantenuto originale, ma quello cambiato dagli occidentali.

Molti giapponesi distruggono le loro bellissime case per ricostruirle in stile occidentale. Mentre in Italia spopolano mobili e accessori in stile Giapponese.

Camminando in mezzo alla natura e visitando i templi, le domande venivano spontanee. Senza fretta.

Io sentivo la calma della mia guida, e pensavo: "Voglio diventare come lui. Voglio che gli altri provino la stessa pace stando accanto a me"

Salendo faticosamente le scale, guardavo il maestro: aveva più del doppio dei miei anni, eppure era sempre due metri avanti a me. Doveva fermarsi ad aspettarmi! Mi domandavo dove trovasse tutta quell'energia.

Arrivati finalmente sulla cima, mi venne spiegato che quel punto, dove le radici degli alberi fuoriescono dal suolo, Mikao Usui aveva meditato ventuno giorni per poi scoprire l'Energia Reiki.

Entrammo in un piccolo tempio, nel quale ci esercitammo in un atto respiratorio. Non ero abituata a meditare: non riuscivo a concentrarmi su di esso.

E lui: "Conta i respiri fino a cinque, poi ricomincia e conta fino a sei, e così via, fino a dieci. Ti concentri sulla conta e liberi la mente, collegandoti col tuo "io" più profondo."

Ero stanca. Non mi capitava tutti i giorni di scalare montagne.

Il reverendo Inamoto volle farmi un reiju in questa piccola costruzione sacra. Gli dissi: "Ma è aperto, entra luce! I reiju vanno dati nell'oscurità".

"Non importa. Funziona ugualmente."

Per lui non esistono regole, ma solo l'istinto.

Dopo aver ricevuto quel reiju, mi sentivo leggera e scendevo dalla montagna saltellando.

Il reverendo Inamoto mi disse che, al contrario di ciò che si insegna nel reiki occidentale, bisogna ricevere reiju il più spesso possibile: alza il livello della tua energia.

La vera storia del Reiki

Quando poi gli chiesi come mai non vive in un tempio, mi rispose:

"In Giappone il buddismo è un "business". La maggior parte dei monaci buddisti giapponesi si fa pagare tanto per una funzione di quarantacinque minuti, come un funerale, e gira con auto costose. Mi sento estraneo a tutto ciò. Voglio vivere la mia fede nel modo giusto e quindi fuori da un contesto così superficiale"

Dal suo intervento, poi, imparai che i veri monaci buddisti mangiano presto al mattino e solo prima di mezzogiorno, poi più nulla fino al giorno seguente.

Essi non possiedono altro che i propri vestiti, e ciò che hanno lo dividono con gli altri.

Questo perché tutto è movimento: i beni materiali e le persone vanno e vengono, è una legge da accettare, e se trattiene ciò che hai, ti marcisce nelle mani. L'acqua che scorre è un limpido ruscello, quella ferma è una sporca palude.

Buddha, l'illuminato, nato più di 500 anni prima di Cristo, sosteneva che la mente è creatrice.

Noi siamo creatori, con il pensiero ognuno può fare ciò che vuole. La sua vita dipende da ciò che pensa. Da ciò che sceglie di pensare.

Il reverendo Inamoto mi parlò della sua vocazione, tanto forte da fargli lasciare il lavoro per cambiare totalmente vita.

Mi parlò del suo insegnante buddista. Maestro e discepolo devono accettarsi a vicenda, altrimenti non riescono ad insegnare bene l'uno, e ad imparare bene l'altro.

Si soffermò poi sulla sua maestra Reiki, di nome Yamaguchi, come l'ha trovata e cosa gli ha trasmesso.

Anni prima, quando aveva scoperto l'esistenza del Reiki, aveva chiesto in giro e qualcuno lo aveva indirizzato a lei.

A questo proposito aggiunse: "La mia maestra Reiki, che è morta l'estate scorsa (2003 n.d.r.), era stata iniziata al Reiki nel 1938 da Chujiro Hayashi, allievo di Usui. Lei aveva solo diciassette anni, era molto giovane. E' lei che mi raccontò la vera storia di Usui e del Reiki.

Ho poi trovato la tomba di Usui ed ho tradotto in inglese ciò che era scritto sulla lapide."

Il reverendo Inamoto mi spiegò perché la versione del Reiki che gira in Italia è diversa dalla sua. Mi raccontò che quando la signora Takata, un'altra allieva di Chujiro Hayashi, arrivò in America con le nuove tecniche, aveva paura che gli Occidentali non avrebbero accettato qualcosa che veniva dall'Oriente. Anche perché era in atto la guerra che vedeva i giapponesi come nemici. Allora inventò che Usui era cattolico e che era professore universitario e che avrebbe scoperto in Tibet il Reiki, in modo da dar più credito alla sua storia, e farla accettare.

Allora qual era la vera storia? Finalmente la potevo sentire da qualcuno con un rapporto molto vicino a Usui.

La realtà è che Mikao Usui aveva viaggiato molto, era stato in Asia, ma non era mai andato in India, e quindi mai in Tibet.

In Giappone aveva cambiato diversi lavori quando, nella ricerca di una verità interiore, andò a meditare sulla sacra montagna Kurama, dove scoprì il Reiki. Non era nè cattolico, nè monaco buddista, nè professore universitario, come si sosteneva erroneamente: era semplicemente un uomo di religione buddista.

Il reverendo Inamoto aveva conosciuto qualcuno della Usui Reiki Ryoho Gakkai, la scuola fondata da Mikao Usui a Tokyo. A tale proposito mi precisa che: "Questa scuola è come una società segreta nella quale non fanno entrare nessuno. Al contrario della volontà testamentaria di Usui, tengono segreti i suoi insegnamenti. Solo Chujiro Hayashi, della stessa scuola e che era medico, aveva reso più pratico il metodo e l'aveva insegnato alla Takata e alla mia maestra."

Il reverendo Inamoto mi riferisce ancora come da noi, in occidente, sono state aggiunte tante regole (come quella di non incrociare braccia e gambe) al Reiki, quando è passato dal Giappone all'America e da lì all'Europa. Sono stati importati diversi reiju e sono stati aggiunti simboli che Mikao Usui non aveva ideato.

Il Reiki è semplice. Gli occidentali non riescono a concepire il fatto che una cosa così semplice, come appoggiare le mani sulla parte malata, possa guarirla. Hanno inventato regole perchè secondo loro ciò che è più complicato è più efficace, anche perchè diventa più costoso.... Ma il Reiki è una tecnica elementare.

I cinque precetti

Il reverendo Inamoto mi spiegò bene i cinque principi, introdotti dalla massima "SOLO PER OGGI": significa che "bisogna vivere il presente".

Il passato è ricordo. Il futuro è un'illusione.

Va bene fare progetti per il futuro, ma non bisogna preoccuparsene. Il futuro non è ancora stato scritto.

"NON TI ARRABBIARE"

Non arrabbiarti perché la rabbia fa male solo a te, non a chi te l'ha fatta venire. E' normale provare risentimento quando si subisce un torto, ma non trattenere la rabbia: portare rancore fa malissimo.

"NON TI PREOCCUPARE"

Preoccuparsi è la cosa più inutile del mondo: non risolve i problemi, li peggiora! L'ansia creata dalle preoccupazioni è la causa di molte malattie.

"SII GRATO"

E' un grave errore dare tutto per scontato. Sii riconoscente.

Ringrazia sempre chi ti ha fatto un dono o chi è stato gentile con te.

Ringrazia l'Energia Universale per la vita che ti ha donato, sempre, e per tutte le lezioni quotidiane che ti dà.

"LAVORA DILIGENTEMENTE"

Qualunque lavoro va bene, purchè sia onesto.

Senza lavoro affonderemmo nella comodità e nella noia; il lavoro ci fa muovere la mente e tener in esercizio il corpo.

Senza movimento l'energia stagna. Mentre essa è un flusso continuo.

"SII GENTILE CON GLI ALTRI"

Sorridi. Se sei gentile con gli altri, sei gentile con te stesso: tutta l'energia positiva che mandi fuori prima o poi tornerà indietro moltiplicata, o in questa o nella prossima vita.

E' matematico che ritorni.

Tutto ciò sembra più facile a dirsi che a farsi! Ma se si vive il presente, se ci si concentra sul "qui e ora", allora non ci si preoccupa e non si porta rancore.

L'obiettivo principale del Komyo Reiki è l' "Anshin Ritsumei", ovvero l'assoluta pace interiore.

Il motto della Komyo Reiki Kai è:

"VIVI TRANQUILLAMENTE SIA NELLA LODE CHE NEL BIASIMO":

qualunque cosa accada non deve alterare la tua pace interiore.

Proverai sempre emozioni belle o brutte, a seconda di ciò che accade intorno a te, ma queste non ti esalteranno troppo né ti piegheranno, non ti butteranno a terra.

La vera guarigione è spirituale.

La vera felicità è questa.

Solo qualcuno come il reverendo Inamoto, che l'aveva provato su di sé, nel percorso spirituale seguito, poteva insegnarmelo.

Per questo, quando vedo insegnanti Reiki che portano rancore, che gridano per farsi valere, prepotenti e arroganti, mi chiedo: "Come possono queste persone insegnare Reiki, se non hanno capito che cos'è, e non l'hanno interiorizzato?"

A questo proposito il reverendo Inamoto mi raccontò che aveva incontrato dei giovani che si proclamavano Reiki master. Quando videro la fotografia di Mikao Usui esclamarono sorpresi: "OH! Quello è il maestro Usui?", e il reverendo si sorprese di vedere che degli insegnanti Reiki non conoscevano l'immagine del fondatore della disciplina.

Il trattamento

Quando una persona segue un sentiero d'integrità, non ha nulla da temere. Le avversità della vita non potranno mai scuoterla e farla tremare.

Questa filosofia Reiki ci aiuta nella vita di tutti i giorni, ed è diversa dal trattamento Reiki, nel quale dobbiamo invece imparare ad abbandonarci totalmente all'Energia Universale. Quando trattiamo una persona non deve essere coinvolta alcuna parte di noi stessi, intesa come aspettativa e desiderio: l'ego deve restare il più lontano possibile, per lasciar fluire liberamente l'Energia Universale. Questa ha un potere illimitato.

Mentre, se pratichiamo Reiki pensando: "Sto guarendo una persona", allora lì portiamo la nostra personale energia, che è limitata e quindi ci sfianca senza ottenere analoghi risultati.

Se il Reiki è usato in modo corretto può fare grandi cose.

Ciò che mi ha consigliato il reverendo Inamoto, fin dall'inizio, è stato di fare trattamenti Reiki per esempio guardando la televisione, in modo da estraniarmi completamente. L'apparecchio m'ipnotizzava: portavo la mia attenzione su ciò che stavo facendo, solo quando dovevo cambiare posizione delle mani, e poi di nuovo la mia mente spariva nel video.

Unendo comunque filosofia e tecnica, il Reiki ci aiuta a star bene.

Imparare il Reiki è facilissimo: dopo aver ricevuto i quattro reiju del primo livello da un insegnante, ci si auto-attiva applicando al nostro corpo il riequilibrio energetico per ventuno giorni, come minimo.

Questo non solo aiuta ad attivarci, ma equilibra nel globale l'energia di mente, corpo e spirito.

Durante l'auto-trattamento le mani devono restare nella stessa posizione per due o tre minuti. A volte anche cinque o più, quanto ti senti.

In totale, un trattamento Reiki dura almeno mezz'ora. Meglio fare trattamenti brevi ma frequenti, che lunghi e saltuari.

Dopo il trattamento completo, metti le mani sulla parte del corpo che deve guarire.

Una sessione Reiki di 36 minuti tutti i giorni è meglio di una sessione di un'ora una volta ogni tanto.

Persone che non riescono a trovare mezz'ora al giorno per prendersi cura di sé, non vogliono veramente guarire. Sono persone che non si rendono conto dell'opportunità che stanno sprecando perché non capiscono che la responsabilità della propria guarigione dipende esclusivamente da noi stessi. Noi non possiamo decidere per loro, né cambiare la loro mente, la loro volontà, il loro pensiero.

Solo loro sanno di cosa hanno bisogno.

Comunque nessuno li deve giudicare.

Se si sbaglia posizione durante l'auto-trattamento, non importa.

Anche se la parte trattata non è esattamente dove ha insegnato Usui, va bene

ugualmente: l'energia Reiki sa dove deve andare.

Nel Komyo Reiki, che come ho scoperto in seguito in Italia come metodo non esisteva,

viene insegnato anche il metodo tradizionale di imposizione delle mani, un trattamento specifico per curare il dolore cronico.

L'ho insegnato a tutti i praticanti, che l'hanno trovato veramente efficace.

La maggior parte delle volte il dolore sparisce poco a poco, giorno dopo giorno.

A volte accade invece che il dolore si acutizzi fino a divenire insopportabile, per poi scomparire del tutto e non tornare più.

Per passare dal primo al secondo livello occorre tanto esercizio: almeno tre settimane.

Non servono regole o concentrazione mentale, basta usare periodicamente l'Energia Reiki per poterla avere a disposizione ogni volta che vogliamo, quasi come un allenamento quotidiano.

In modo naturale, appoggiando le mani. Come diceva Hawayo Takata: "Reiki on, Reiki off."

Il reverendo Inamoto mi confermò anche che è corretto strofinare le mani per terminare la sessione Reiki. Altrimenti quando senti troppa energia, puoi scuoterle per fermare il flusso.

Aggiunse anche che il Reiki non esce solo dal palmo delle mani, come mi era stato insegnato in Italia. Esso esce anche dalla punta delle dita. Anche da un solo dito, se l'indirizzi in un punto preciso.

È indifferente come si pongono le mani: destra e sinistra si possono indifferentemente sovrapporre, oppure anche allineate, come ci si sente, dove guida l'istinto.

Mano su mano rafforza l'energia. Hyakuten si trovava a suo agio mettendo sotto la sinistra, io invece la destra, eppure nessuno dei due è mancino. E' personale.

Ognuno deve seguire il proprio intuito e la propria esperienza, non quella degli altri.

Ciò di cui ha bisogno una persona, potrebbe non corrispondere al bisogno di un'altra.

Osservazioni del maestro

Miti da sfatare

Quando avevo imparato Reiki in Italia, il master del Reiki "americanizzato" riferiva che non potevo staccare le mani dal paziente durante un trattamento, altrimenti avrei dovuto ricominciare da capo.

Hyakuten mi spiegò che non è vero, che dipende da quanto tempo si rimane staccati:

"Se ti allontani solo per rispondere al telefono e torni subito, puoi riprendere dal punto sul quale ti trovavi. Se torni dopo un'ora devi ricominciare dall'inizio."

Gli chiesi ancora: "In Italia un Reiki master m'aveva insegnato che la centratura (concentrazione delle mani sul cuore) è molto importante, e che devo utilizzarla sempre prima di iniziare ogni trattamento.

Perché mi ha insegnato una cosa che tu invece non adoperi?"

"Si vede che il suo maestro gli aveva insegnato così. A me è stato insegnato che il Reiki parte da solo, basta appoggiare le mani.

Se invece senti che hai bisogno della centratura per farlo partire, fai pure." Così scorrendo

sfatava ogni falso mito trasmessomi in Italia. Come la falsa credenza che bisogna per forza pagare cifre astronomiche per imparare il Reiki. Usui stesso non voleva questo: sosteneva che l'Energia Universale è di tutti, ogni persona ha il diritto di potersene servire per guarire.

Domandai ancora: "E' vero che non bisogna fare trattamenti Reiki sul collo dell'utero di una donna incinta altrimenti può provocare aborto?"

Hyakuten, perplesso: "Ma chi ha messo in giro questa falsa voce? L'avevo già sentita! Com'è possibile che un qualcosa che dà la vita, possa ucciderla? Al contrario!"

Gli spiegai anche la mia difficoltà nel credere al Reiki a distanza. Mi rispose: "Perché hai la mente chiusa a causa dei limiti di ciò che ti è stato insegnato. L'Energia Universale è trascendente, travalica più dimensioni.

Può attraversare lo spazio e il tempo in questo preciso istante. Non ce ne rendiamo conto perché la concezione che abbiamo di essi è limitata".

Non ero nemmeno tanto sicura dei simboli che mi spiegava nel secondo livello: quando li avrei dovuti usare? Era necessario utilizzarli ad ogni trattamento? Come li disegno?

Hyakuten, con la sua infinita pazienza, scioglieva ogni mio dubbio: "I simboli vanno disegnati dritti davanti a te. Se pensi di aver bisogno di loro, usali. Altrimenti non sono necessari, puoi fare trattamenti anche senza.

I simboli sono stati creati da Usui per noi, per insegnarci a utilizzare al meglio l'energia. Lui non ne aveva bisogno perché aveva raggiunto una tale spiritualità che poteva guarire un paziente solo toccandolo, come realizzavano Gesù e Buddha.

Quando anche noi arriveremo al suo livello non avremo più bisogno dei simboli.”

La mia curiosità mi portava a cercare di scoprire il perché di ogni cosa, per esempio, come erano stati creati questi simboli e se avevano a che fare con la religione del fondatore.

Il Buddismo non ha niente a che vedere con i simboli del Reiki: questa tecnica non è una religione, anche se Reiki e Buddismo condividono la stessa filosofia. Mi sentii dire dal maestro che ero, come gli occidentali, troppo analitica, che avrei dovuto accettare le cose così com'erano, senza soffermarmi sempre ad esaminarle nei particolari.

Infatti mi parlò delle diversità fra medicina orientale e occidentale: la differenza basilare fra le due è che la prima è olistica, perché considera il corpo e la mente un tutt'uno; mentre la seconda è analitica, perché separa il corpo dalla mente. La medicina occidentale, comunque, ha perfezionato pratiche poi mutate dalla stessa medicina orientale, quali la chirurgia. Infatti se hai un incidente d'auto o se qualcuno ti spara, non puoi estrarre una pallottola o ricucire un braccio tagliato, se non chirurgicamente.

Ogni volta che chiedevo come avessi dovuto comportarmi in una determinata situazione, il monaco rispondeva che dovevo sempre seguire il mio istinto. “Allora, siccome sostieni che non esistono regole nel Reiki, che succederebbe se io partissi dal basso invece che dall'alto, per farmi l'autotrattamento?”

“È meglio partire dalla testa come ha insegnato Usui, ma si può anche partire dal basso.

La mente crea le malattie, la mente le può guarire.

Col Reiki si può fare tutto. Sii creativa.”

Come succedeva in ogni diverso stato che visitavo, anche in Giappone divoravo qualunque cibo nuovo che trovavo, soprattutto “snack”, come patatine e dolci.

Mi trovavo con Hyakuten e gli dicevo che da un po' sentivo uno strano dolorino allo stomaco. Tranquillo come al solito, mi rispose: “Non pensare che sia qualcosa di grave, altrimenti porti l'energia negativa in quel punto.

Fatti Reiki, a cuor leggero.”

Una persona a me cara in Italia praticava Reiki, ma la malattia non accennava a migliorare, così chiesi consiglio al mio maestro: “Hyakuten, se provo a curare una malattia con il Reiki, ma la persona non guarisce, cosa devo fare?”

“A volte il Reiki non funziona perché è troppo tardi. Altre perché questa è la volontà dell'Energia Universale.

Il Reiki guarisce lo spirito. Può darsi che quella persona, dentro di sé, non voglia realmente guarire. Magari ha bisogno di quella malattia per elevarsi. Cerca di guarire ma, inconsapevolmente, la sua anima desidera liberarsi da quel corpo.”

Per quel che mi riguarda non riuscirei ad assistere impassibile alla morte di qualcuno che amo, seppure per sua libera scelta.

Domandai a Hyakuten se c'era qualcosa che io avrei potuto fare per aiutare una persona cara a guarire, anche se la sua anima desiderava andarsene.

Mi rispose tranquillo: "Continua a mandarle Reiki: questo potrebbe farle cambiare idea. Quando tu desideri qualcosa, e hai fatto del tuo meglio per ottenerla, dopo aver provato tutto, l'unica cosa da fare è arrendersi all'Energia Universale. Lasciar fare ad Essa ciò che è giusto."

Gli posi un quesito, come già avevano fatto molti suoi studenti prima di me: se davvero il Reiki fa miracoli come diceva Mikao Usui, perché quest'ultimo era morto a soli sessantadue anni?

Semplice risposta: all'epoca di Mikao Usui, un uomo di quell'età era molto vecchio, per di più il maestro Usui voleva diffondere il Reiki e per questo motivo lavorava tantissimo, forse troppo, e questa poteva essere stata la causa della sua morte.

Le mie domande aumentavano ogni momento che trascorrevi con il reverendo Inamoto: "Sai che in Italia ho conosciuto un maestro Reiki arrogante? Com'è possibile che uno così prepotente riesca a condurre una persona alla guarigione spirituale?"

"Ci sono maestri così. Ma il percorso spirituale non dipende dal maestro, ma dallo studente. Se il maestro utilizza le giuste tecniche per iniziare lo studente, quest'ultimo può comunque diventare un bravo praticante Reiki."

L'obiettivo finale del Reiki è l'assoluta pace interiore. La forza di passare attraverso l'inferno e uscirne indenne e felice. Chiesi al mio maestro se avesse già raggiunto questo stato.

"Non ancora!", rispose.

Ma sul sentiero era comunque molto più avanti di me e di chiunque io avessi conosciuto.

Un giorno domandai qualcosa che mi stava a cuore da tempo: "Sai, Hyakuten, quando tornerò in Europa dovrò fare trattamenti Reiki ad una ragazza con una grave malattia che vive lontano da me, quindi ho solo un weekend di tempo. Come li devo disporre? E quanti gliene devo fare?"

"Le devi fare un trattamento subito, appena arrivi da lei, poi nei giorni seguenti, uno di mattina e uno di sera.

A volte basta un solo trattamento per guarire una persona, a volte non ne bastano dieci per un'altra."

Mi spiegò anche perché quando avevo fatto il primo livello la prima volta in Italia, avevo sentito il bisogno di dormire così tanto e mi ero sentita stanca per una settimana. L'energia si ripristina, il corpo si depura in diversi modi. Lui, per esempio, aveva avuto l'emicrania per un paio di giorni. Altri hanno incubi o diarrea, sempre per un breve periodo. Ad alcuni, invece, non succede niente.

Il primo e il secondo livello Reiki hanno uno scopo terapeutico, invece il terzo e il quarto sono focalizzati sulla spiritualità. Il terzo mira alla pace interiore; con il quarto livello, qualunque cosa hai, devi dividerla con gli altri.

Si possono dare e ricevere reiju anche subito dopo aver mangiato, non ci sono problemi. Ma io personalmente preferisco riceverli prima: ne ho ricevuto uno

a stomaco pieno, e l'energia che si muoveva nella mia pancia mi dava una sensazione strana.

Anche una donna incinta, se sta bene, può dare e ricevere reiju.

Ho chiesto al monaco perché le mie mani si scaldavano solo quando praticavo Reiki, e nel resto del tempo erano sempre gelate. Perché non restavano sempre tiepide come quelle degli altri?

Mi rispose: "Anch'io, anni fa, avevo sempre le mani e i piedi freddi. Poi mi addormentavo sempre con le mani appoggiate sotto le anche, facendomi Reiki all'attaccatura delle gambe. Ora non sono mai freddi, nemmeno in inverno.

Quando le tue mani sono troppo fredde, prima di toccare il corpo di una persona per farle Reiki, inizia il trattamento tenendole staccate di un centimetro circa.

Poi, appena diventano calde, le appoggi.

Mi facevo l'auto-trattamento tutti i giorni, ero equilibrata come non ero mai stata negli ultimi vent'anni.

Il reverendo Inamoto, invece, alternava meditazioni e preghiere all'auto-trattamento, ma anche quando non riusciva a farselo, s'addormentava con una mano sul cuore e una sulla pancia.

Mi restava un dubbio: quando il reverendo Inamoto parlava d'energia negativa, cosa intendeva?

"E' l'energia che ti fa star male o che ti dà un senso di disagio. Se continui a ricevere energia negativa, ti sentirai esausta o limitata fisicamente ed energeticamente."

Sono stata con lui anche a casa di miss Yoko, in centro a Osaka, dove si svolgono incontri settimanali.

S'inizia con il cerchio Reiki, per poi passare alla maratona Reiki.

Nel luogo non c'era solenne silenzio, ma persone allegre che chiacchieravano mettendo le mani a caso sul corpo. Partendo dalla pianta dei piedi, proseguendo sulle caviglie fino alla testa. Alcuni avevano una mano sul corpo del ricevente e con l'altra facevano altro, per esempio mangiavano biscottini.

Il monaco Hyakuten Inamoto sedeva in mezzo a loro, appoggiava le mani in mezzo alle scapole di una ragazza che stava facendo Reiki a qualcuno sdraiato. Mi dice di fare altrettanto, spiegandomi che il Reiki passa da una schiena all'altra, attraverso le persone, come un trenino.

C'era una bambina che gattonava nella stanza. Il reverendo Inamoto la chiamava "Baby Reiki", spiegandomi che la madre aveva ricevuto il secondo livello quando era incinta di lei.

Ad un certo punto entrò una ragazza con un enorme pancione, e il reverendo Inamoto mi raccontò che i medici le avevano detto che non avrebbe mai potuto avere figli a causa di gravi problemi all'apparato riproduttivo. Lei però ha sempre fatto Reiki e non si è più preoccupata. Ed eccola lì, davanti a noi, all'ottavo mese di gravidanza.

Il reverendo Inamoto non m'imponeva esercizi o disciplina. La sua tecnica era semplice: se vuoi sentire, sperimenta e sentirai

Ad ogni domanda la stessa risposta: "Se senti che devi far così, fallo."

Sono partita piangendo all' aeroporto, mi sarebbe mancata la cordialità dei giapponesi, il cibo, i paesaggi e la presenza del reverendo.

Ricordavo esattamente ogni sua frase, pronunciata col suo simpatico sorriso.

Ricordavo anche una delle prime cose che mi aveva insegnato: tu devi scegliere il tuo maestro, e lui deve scegliere te.

Esperienze dirette

Sono tornata in Italia in estate, non sentivo più dolore al braccio. Utilizzavo un metodo imparato in Giappone, quello per sconfiggere il dolore cronico, che in Italia non esisteva.

Per raddoppiare il flusso energetico di una sola mano univo le estremità di pollice e anulare di quella non usata.

Anche la sinusite era sparita; senza nemmeno accorgermene, stavo bene.

Non pensavo più alle brutte esperienze del passato, la mia attenzione era focalizzata sulle piccole gioie del presente.

Ho provato a fare Reiki alla spalla malata di mia nonna, e alla perenne emicrania di mio nonno.

All'inizio notavo il loro sguardo incerto mentre appoggiavo le mani sulle loro teste e sul loro stomaco. Poi vedevo lo stupore nei loro occhi quando le parti malate non dovevano più.

L'hanno detto ai loro amici, e mi sono ritrovata a passare le vacanze estive nella loro casa al lago, facendo trattamenti Reiki a circa sei anziani al giorno. Chi aveva artrosi, chi mal di testa: alla fine erano tutti soddisfatti del risultato. Tutti più allegri e rilassati.

Ho pensato: "Questa tecnica è troppo grande, bisogna diffonderla!"

E poi il passaparola mi aveva portato troppi "pazienti", io lavoravo e non avevo tempo di trattare tutti. Allora decisi di renderli tutti indipendenti diventando insegnante e dando loro almeno il primo livello.

Ho chiamato il reverendo Inamoto e gli ho chiesto se avessi potuto fare il terzo e il quarto livello con lui.

Rispose: "Sono onorato che tu abbia scelto me come maestro."

Non avrei potuto fare scelta migliore.

Ritorno a Kyoto

Tornata in Giappone, sentivo l'aria familiare. Quello era il mio luogo magico!

La prima notte avevo dormito su un "futon", cioè una robusta trapunta distesa sul pavimento, con un alto cuscino sotto il collo. Ero andata alla mia lezione del terzo livello Reiki col torcicollo. Quando ho raggiunto il reverendo Inamoto, mi ha appoggiato il pollice sotto la nuca, proprio dove sentivo la fitta, e subito è scomparsa.

Esclamai: "La tua energia è così forte! Le tue mani diventano subito bollenti, non appena mi tocchi, mentre le mie impiegano un po' a scaldarsi. Mi hai fatto passare il torcicollo in pochi secondi! Come fai?"

Come al solito, rispose sorridendo: "Anche tu fra un po' sarai come me. Continua a praticare."

Siamo andati a casa di un'amica che ci ha ospitati per fare lezione del terzo livello. Mentre il reverendo Inamoto mi faceva un reiju, questa signora è rimasta dall'altra parte dell'enorme stanza, sentendosi travolgere dall'enorme quantità d'energia smossa dal mio maestro.

Questa donna era molto sensibile all'energia, che può essere una fortuna nel Reiki, perché sentendone subito le vibrazioni, è più facile crederci e proseguire nel cammino spirituale.

Altre persone, invece, anche settimane dopo il primo livello non riescono a sentire niente nelle mani.

Queste hanno bisogno di più tempo per sviluppare la sensibilità all'energia. Prima o dopo, comunque, la sensibilità arriva.

Ho detto al monaco che avevo conosciuto Reiki master che hanno dei simboli diversi dai miei e applicano il trattamento in modo diverso.

Mi chiarì che ci sono diversi metodi di guarigione con le mani, in India e da altre parti. Qualcuno può confonderli con il Reiki e dar loro questo nome: ma il Reiki è solo giapponese.

Se, tornando indietro dal tuo maestro al maestro del tuo maestro e così via, si arriva a Mikao Usui, allora quello è Reiki.

Non importa quale tipo di Reiki si utilizzi: se esiste l'abbandono all'Energia Universale, se il Reiki è praticato con Amore, allora funziona.

Andai con il maestro in un ristorante giapponese, dove scoprivo sapori buonissimi, a me fino allora sconosciuti.

E' importante cosa mangiamo e come: non siamo cani e gatti che ingoiano qualunque cosa commestibile quando hanno fame.

Loro soddisfano solo il loro stomaco che reclama per la fame, noi uomini, invece, soddisfiamo l'appetito anche apprezzando gli alimenti.

Il maestro mi parlava dietro la sua ciotola di "noodles": "Vedi, Chiara, noi diamo tutto per scontato. Ma qualcuno ha lavorato per creare questo piatto. Noi vediamo solo i camerieri, ma in Giappone ringraziamo tutti, anche le "ombre", ovvero

coloro che non si vedono, come il cuoco del ristorante.

La buona qualità del cibo è importante, quindi è bene non mangiare cibi non sempre genuini.

Il buon cibo guarisce.

Tutto nella vita quotidiana può guarire: anche i vestiti.

L'arte può guarire. Per esempio, la casa in cui viviamo dev'essere in armonia, piena d'amore."

Era nuovo, per me, questo modo di pensare giapponese basato sul Buddismo: tutto è arte. Perché l'arte aiuta la gente a star meglio. Perché l'arte viene dal cuore.

Chiesi al reverendo Inamoto: "Mi hai detto che facendo trattamenti non si passa negatività agli altri. Quando ero in Italia facevo tanti trattamenti e poi mi sentivo stanca..."

Rispose sicuro: "Probabilmente perchè non utilizzavi il Reiki in modo corretto: non riuscivi ad abbandonarti totalmente all'Energia Universale. Se desideravi anche minimamente che la persona stesse meglio, lì c'era il tuo desiderio, quindi il tuo ego, quindi lì portavi la tua energia.

Tieni bene in mente che tu sei solo un canale: l'Energia Universale che passa attraverso di te cura la persona.

Puoi fare Reiki anche quando sei malata e puoi dare comunque beneficio alla persona senza stancarti o trasmetterle malattie."

Era un bene che mi rimarcasse queste semplici norme, ed era un bene che io continuassi a chiedergli qualunque cosa mi passasse per la mente: "Allora anche quando sono arrabbiata non influenzo il paziente?"

Il reverendo precisò: "Quando sei arrabbiata le tue mani sono chiuse a pugno, quando pratici Reiki le tieni aperte e le appoggi sull'altra persona. Se riesci a far Reiki, allora non sei arrabbiata."

Quando poi è arrivato il momento di connettermi con l'Energia Universale, la mia vita è cambiata. Ho dato un nuovo significato alle preghiere, alla natura, al passato e al futuro, alle emozioni e a tutto ciò che accade nel mondo.

Sentivo una vibrazione dalla testa ai piedi, come se chiamando l'Energia Universale, questa arrivasse. Sempre! Sentivo l'aria attorno a me che mi avvolgeva all'improvviso.

Le calme interpretazioni del mio maestro mi aprivano ad una nuova consapevolezza.

Parlava come se tutto ciò che diceva fosse naturale, risaputo.

L'universo è macrocosmo, noi siamo parte di esso. Lui cambia, noi cambiamo. L'universo si muove e noi dobbiamo seguirlo.

I bambini appena nati sono già in contatto con l'Energia Universale. Quando crescono, piano piano perdono questo contatto. Grazie alla tecnica Reiki, riesci ad acquisire di nuovo un collegamento con il Potere Universale. Puoi parlarGli. Puoi chiederGli quello che vuoi.

Mentre il reverendo Inamoto m'insegnava il quarto livello, s'era accorto che disegnavo il terzo simbolo sbagliato.

Forse perché l'avevo imparato disegnandolo nell'aria, non vedendolo non m'ero mai accorta dell'errore. Mi ha fatto ridisegnare il simbolo cento volte.

Mi sentivo un po' Daniel-san con Miagi nel film "Karate kid". Comunque l'ho imparato! Infatti, su carta, vedendo ciò che stai disegnando, memorizzi meglio e se sbagli te ne accorgi.

Sì, rilassati, ponevo al maestro domande di ogni genere. Tutto ciò che mi saltava in testa, anche le domande che mi sembravano sciocche.

Domande che, se fossi stata in una classe piena di studenti, non avrei fatto per paura di esser giudicata male.

Il mio maestro mi ha sciolto anche un altro dubbio: "Devo dare il primo livello a mio nonno che ha quasi ottant'anni, farà fatica a coprire con le mani tutte le posizioni, specialmente quelle della schiena. Può evitare quella in mezzo alle scapole?"

"Sì, va bene ugualmente."

Alla stazione della metropolitana di Kyoto, per "ricordarmi di lui", il monaco mi lasciava alcuni piccoli regali.

Nascita della Komyo Reiki Kai Italia **Diffusione del Komyo Reiki in Italia**

Tornata in Italia, trasmettevo il primo livello ai nonni, in modo che potessero farsi Reiki reciprocamente in zone difficili da raggiungere da soli, come schiena e scapole. Quindi a mio fratello, che soffriva di dolori al collo per un'ernia al disco e che non riuscivo ad alleviare intervenendo personalmente perché era sempre all'estero.

Hanno tutti ottenuto ottimi risultati perché si sono fatti il riequilibrio energetico per ventuno giorni consecutivi come minimo e come prescritto; hanno pian piano raggiunto la giusta sensibilità nelle mani: nel momento in cui l'energia passava, sentivano formicolio e calore.

Dopo analoghi soddisfacenti risultati, ho deciso che quanti lo desideravano, dovevano conoscere il metodo.

Mi chiedevo: "Chissà quante persone in questo mondo soffrono, perché non sanno che bisogna "guardarsi dentro" per guarire!"

Bisognava informarle, diffondere queste conoscenze.

Quale miglior metodo se non un sito internet?

Quindi, dopo aver creato un semplice sito divulgativo, diverse persone mi contattavano. Chiedevo al reverendo Inamoto il permesso per poter creare una filiale della sua scuola in Italia. Con il suo benestare, ho fondato la Komyo Reiki Kai Italia ed ho tradotto i suoi libri, iniziando al Komyo Reiki aspiranti di ogni età.

All'inizio, quando tentavo di spiegare cos'è l'Energia Universale, che noi chiamiamo Reiki, vedevo visi titubanti, poi, una volta inteso il significato, solo entusiasmo.

In un solo giorno si può imparare il Komyo Reiki al primo livello, ovvero la base. Basta tener separati i reiju e spiegare cos'è il Reiki con una visione più ampia possibile.

Basta dargli il via, essere i catalizzatori. Il resto deve farlo lo studente. Il percorso spirituale è qualcosa di intimo.

Dopo aver fatto le tre settimane d'esercizio previste, la persona inizia a rendersi conto che esiste un qualcosa in più della sola materia.

Comincia a vedere i risultati del proprio riequilibrio energetico sentendosi più leggero, ed energico al tempo stesso.

Per tutta la vita questa persona avrà il dono di prendersi cura della propria salute da solo, in quanto i suoi "canali" resteranno sempre aperti. Nessuno potrà impedirlo.

Basta che vi si dedichi quotidianamente trenta minuti circa e starà sempre bene. Se la persona si auto-tratta costantemente, il livello di salute psico-fisica sarà sempre alto.

Molte persone venivano da me, già maestri Reiki da anni, ma per insegnare loro il Reiki tradizionale giapponese della Komyo Reiki Kai Italia, dovevo iniziare dal primo livello: non conoscevano metodi come quello per togliere il dolore cronico o per depurare l'energia del corpo o per sciogliere blocchi emozionali, tutte

tecniche a me rivelate direttamente dal fondatore della scuola, il reverendo Inamoto.

Altre persone, scettiche all'inizio, poi si credevano, in quanto si rendevano conto che appoggiando le mie mani sui loro dolori, questi si alleviavano. Poi erano loro stessi a tornare per chiedermi spiegazioni : "Com'è possibile..questo formicolio alle mani che scottano e diventano rosse!..."

Cercavo di spiegarlo nel modo più chiaro e semplice: "La forza vitale che ci fa nascere, muovere, pensare, parlare, è la stessa che muove i pianeti, che fa crescere le piante. Se qui hai un dolore, qui c'è un calo d'energia. Tu fai da canale, ponendovi sopra la mano, riporti l'energia dove manca."

Persone di oltre ottant'anni hanno capito e si fanno il trattamento di riequilibrio energetico tutti i giorni.

Infatti, quando gli amici visitano i miei nonni, li vedono ringiovaniti: i tempi degli acciacchi costanti rimangono lontani: ora sono sempre allegri e sereni.

Una considerazione importante è che il Komyo differisce dagli altri tipi di Reiki perché enfatizza l'abbandono totale dell'"Io" all' Energia Universale durante il trattamento.

Il Komyo Reiki insegna a seguire l'istinto, in particolare.

Considerazioni finali

Personalmente, grazie al Reiki, ho ritrovato anche la fede cristiana che avevo vissuto tanti anni prima, e che nel mio vagabondare per il mondo avevo accantonato.

Il mio materialismo non mi aveva mai permesso di credere o sperimentare ciò che non potevo toccare con mano, ora invece sono fortemente convinta che esiste molto di più della sola materia e della vita terrena, e che siamo tutti spiriti immortali.

Immortali come la nostra energia, che deve tornare e rimanere in sintonia con l'Energia dell'Universo.

Se stai bene, provi comunque sentimenti di gioia; il dolore o la rabbia possono anche non abbandonarti, ma non ti abbattano.

I difetti caratteriali restano, ma la frequenza vibrazionale rimane alta.

Gioisci delle piccole cose, ritrovi il gusto di vivere, vivi più intensamente.

Le persone ti si avvicinano, ti cercano; anche quelle che prima ti evitavano, magari perché eri troppo aggressiva. Prima il tuo pensiero negativo creava un'aura negativa intorno a te.

Ora tutto è tornato in equilibrio, ripristinato dall'Energia Universale.

Ogni volta che viviamo condizioni di "stress", dolore o disagio, dobbiamo considerarli un campanello d'allarme che suona per ricordarci di guardare dentro di noi.

Tutte le religioni parlano della sofferenza che si prova nell'allontanarsi da Dio, dalla Fonte, che noi a questo punto possiamo a buon diritto chiamare Energia Cosmica.

Se ti trattienni, se non segui l'evoluzione dell'Energia Universale, vieni dilaniato dalla lontananza della fonte dalla quale provieni.

Con la pratica costante del Reiki, alcune persone impiegano mesi, altre anni, ma tutte prima o poi migliorano la propria condizione spirituale, e quindi materiale.

Il beneficio arriva sempre.

Più utilizzi l'energia Reiki, più sarai connesso all'Energia Universale.

La felicità è una scelta: se noi decidiamo in questo momento di essere felici, noi lo saremo. Indipendentemente da ciò che accade intorno a noi, indipendentemente dalla nostra condizione psico-fisica.

L'importante nella vita non è ciò che abbiamo ma come ci sentiamo.

Quando ho importato questo metodo in Italia nel 2004, ho cercato di renderlo

accessibile a tutti ed ho ottenuto risultati straordinari.
Ho visto persone ritornare felici, prima fra tutte me stessa.

Il mio maestro, il reverendo Inamoto, dietro mio invito, ha trascorso con me una decina di giorni in Italia nel Marzo del 2006. Era la prima volta che visitava il nostro Paese.

Insieme abbiamo tenuto conferenze stampa e interviste televisive.

Il nostro comune obiettivo è di diffondere al meglio nel mondo il Reiki tradizionale giapponese, come già stiamo facendo da tempo.

Per la serenità trovata e i successi ottenuti, ringrazio il reverendo Hyakuten Inamoto e tutti i miei allievi.

Recapiti:

Chiara Grandi

presidente Komyo Reiki Kai Italia

mail: chiara@onereiki.net

internet: www.onereiki.net

cellulare: (+39) 347 31 26 585

© - *Komyo Reiki Kai Italia: le origini della tradizione.*

Questo libro è opera di Chiara Grandi.

E' fatto divieto utilizzare o copiare tutto o parte del presente libro con qualsiasi mezzo senza una preventiva autorizzazione scritta dell'autrice.