

Komyo ReikiDo

MAGAZINE

Semestrale di informazione per praticanti Komyo ReikiDo
Edito dalla Associazione Komyo ReikiDo Italia © - www.komyoreikido.it
Copia gratuita - Diffusione libera

GENNAIO 2017



Gennaio 2017

Hanno collaborato a questo numero:

Chiara Grandi
Monica Ferro
Filippo Fornari
Ivana
Angela Oggioni
Carlo Pianta
Gabriele Prigioni
Francesco Saggia
Cristina Saggiorato

Fotografie di
Giuseppe Masini

Composizione
Veruska Sbrofatti



KOMYO REIKIDO MAGAZINE

Edito a cura della Ass.Cult.

Komyo ReikiDo Italia©

Sede: Via Milano, 99
25086 Rezzato (Bs)

Coordinatore e direttore

Chiara Grandi

www.komyoreikido.it

info@komyoreikido.it

Editoriale

3

Riflessioni

4

Esperienze

7

Deserto senza fine

9

Esperienze

10

Esperienze

12

Esperienze

14

Esperienze

16

TuiNa e Reiki

17

Controcopertina

25

SOMMARIO

Le indicazioni e le esperienze riportate in questo periodico non costituiscono né sostituiscono alcuna terapia medica. In presenza di disturbi di qualsiasi natura si raccomanda di rivolgersi al proprio medico curante. La Redazione del Komyo Reiki Magazine declina ogni responsabilità diretta o indiretta sulla interpretazione e sull'uso improprio dei contenuti e delle esperienze personali riportate nei testi dagli autori.

Buongiorno a tutti i lettori del Komyo ReikiDo Magazine, come avete notato il nome in copertina è cambiato, è stato aggiunto un "Do"

Se cercate sul dizionario giapponese, il termine con il quale DO viene tradotto è "strada", ma tutti i giapponesi concordano che il vero significato è "*strada verso la perfezione*".



Ormai da un paio di mesi il Reverendo Inamoto ha reso ufficiale il cambio del nome da "Komyo Reiki kai" a "Komyo Reikido".

Perchè KAI significa "gruppo di persone che si incontrano e condividono". Noi adesso sappiamo che quando ci incontriamo non è solo per il piacere di condividere una bella giornata: noi camminiamo tutti sullo stesso sentiero, del miglioramento quotidiano, attraverso la pratica del Reiki e l'osservazione di ogni singola esperienza, mantenendo l'attenzione sul qui ed ora.

Il metodo Komyo Reiki rimane lo stesso, sono solo state aggiunte due lettere al suo nome.

Auguro a tutti un felice 2017,

Buona lettura e Buon Anno Nuovo !



Chiara Grandi

Contenuto e forma del segno

di Filippo Fornari

Uno dei passaggi sui quali mi sono sempre, immancabilmente, trovato in difficoltà durante i seminari del rev. Inamoto è quello che riguarda il tracciamento dei simboli. Inamoto dice: "every symbol has its own shape and energy: so every shape has its own energy and works", dal che derivano due pensieri: il primo è che secondo lui la forma non è così essenziale allo scopo e la seconda è che "comunque lavora". Il motivo di questo mio travaglio interiore su queste affermazioni naturalmente affonda le radici miei studi liceali in un ambito culturale fortemente condizionato, quasi asservito, dalla filosofia greca e quindi dal concetto di forma-oggetto.

Per Platone tra le *idee* (forme) e le *cose* c'è un rapporto di trascendenza: le une sono svincolate dalle altre. Aristotele, invece, non accetta questa separatezza tra idee e cose: sostiene infatti che non possiamo dire che le forme siano separate dalle cose: se le forme fossero separate non potrebbero agire sulle cose, quindi bisogna dire che le idee (forme) si riferiscono alle cose. Quindi la *forma* si riferisce alla *materia*, quindi alla sostanza, come a dire che "la forma è sostanziale" laddove per sostanza si intende ciò che è "causa sui" ovvero ciò che trova la causa di sé in se stessa e non in altro.

Per Aristotele dunque la sostanza è il centro di riferimento delle categorie dell'essere in quanto tutte le altre categorie la presuppongono; essa è dunque "essenza necessaria" di una cosa, come a dire che "ciò che fa sì che una cosa sia quello che è, e non sia qualche altra cosa". Sempre secondo Aristotele, dunque, la sostanza è formata da una *materia* (che nel nostro caso è quella che noi chiamiamo l'*energia dell'universo*) e da una *forma* che, operando insieme, costituiscono il *sinolo* (*syn* = insieme, *olos* = solo, unico). La materia funge da substrato della forma, laddove la materia di per sé ha delle potenzialità indeterminate, cioè la possibilità di prendere una qualsiasi forma, che può attuarsi solo grazie alla forma che può trasformare tale potenzialità in atto. Ad esempio: la creta che prende la forma di vaso ma anche di piatto, quindi la stessa creta ha, potenzialmente, diverse forme che corrispondono ad oggetti diversi. Ovvero: la forma (vaso) univoca la sostanza (creta). Come a dire che la forma si configura come *atto*, mentre alla *potenza* corrisponde la materia; nel nostro caso l'energia dell'universo; questo atto Aristotele lo chiama *entelechia* ovvero: realizzazione della perfezione.

L'atto esiste, temporalmente parlando, prima della potenza: è vero che il seme (potenza) è prima della pianta ma il seme non può essere derivato che da una pianta già in atto. L'atto è ontologicamente superiore alla potenza in quanto costituisce la causa, il senso, il fine della potenza.

Usciamo di classe, per recarci in un altro luogo, altrettanto formale, ovvero in Chiesa. Ricordo che da ragazzo, quando lasciavamo malvolentieri il campetto di calcio per andare in chiesa, il prete dell'oratorio ci accompagnava prima a lavarci le mani e pettinarci per bene, poi si entrava in chiesa in silenzio ed in ordine e se facevi uno "sghiribizzo con le mani" al posto del segno della croce, arrivava un pesantissimo scappellotto al rimprovero: "non stai cacciando le mosche. Stai salutando Gesù".

Per noi cristiani il segno della croce e relativo *matra* ("Nel nome del Padre e del Figlio...") si riferisce alle tre componenti connesse: divino, spirituale ed umano. Come a dire che il segno della croce per i cristiani è il *simbolo della connessione* nella sua più alta espressione. Farlo in modo frettoloso o tracciarlo senza intenzione è ritenuto un atto blasfemo.

Probabilmente molti di noi avranno sentito l'espressione secondo la quale *la forma è sostanza*. Io ritengo di sì: ho in antipatia la sciatteria, la bruttezza delle cose, il *fuori di luogo*. Spesso la sciatteria viene contrabbandata come semplicità, altre volte rispecchia un malessere interiore con varie gradazioni e si va dalla trascuratezza fino alla vera e propria rozzezza della persona poco attenta alle sue cose, ai suoi gesti, o quello che perde sempre le cose o arriva *sistematicamente* in ritardo o è disordinato perché è perennemente *assente a se stesso*.

so. E questo in ogni aspetto, dal modo di presentarsi al modo di esprimersi e nello svolgere anche le più banali azioni quotidiane come le cose importanti della vita.

L'importanza della forma: non vado ad un esame in costume con le pinne, se vado al mare non indosserò giacca e cravatta, questo perché farebbe di me una persona fuori di luogo, una persona inadatta alla situazione, una persona *non presente*.

Un ulteriore esempio, e con questo finalmente arriviamo al nocciolo dei miei ragionamenti: un bicchiere di vetro acquistato in un grande magazzino ha: una funzione, una materia ed un valore, diciamo 1 euro. Ma se un bicchiere che serve per bere e che è fatto di silicio fuso, perché al grande magazzino costa un euro ed un bicchiere di Murano ne costa cento ? Non hanno forse la stessa funzione ? Non sono fatti forse della medesima materia ?

Andiamo più a fondo: perché la gente è disposta a pagare 100 euro un bicchiere di Murano che ci serve solo per bere, quanto potremmo prender quello del grande magazzino che è pure di vetro ed assolve benissimo alla funzione del bere ?

Immagino la risposta: "...perché è di Murano, è tutt'altro bicchiere".

Ah, ma allora siete d'accordo con me che un bicchiere di Murano non è *uguale* ad un bicchiere del grande magazzino ! Eppure prima di Aristotele c'era chi diceva che la forma non è parte essenziale della sostanza... Così come c'è chi sostiene che un simbolo vale un' altro, *non avrà la stessa energia*, ma ha una sua propria energia, quindi è *equivalente nella diversità*.

Ed eccomi al punto: un simbolo ha una sua propria energia che dipende da come è tracciato ? Come a dire che è palese che un quadro del mitico "Teomondo Scrofolo" pur essendo dipinto a mano non vale come un Modigliani. E qui mi autorizzo a chiedere ancora un attimo della vostra attenzione per confermarvi che è mio pensiero che, parlando in generale e solo su di un piano archetipico, un simbolo *diverso*, anche di poco, non è che non lavori - e su questo, per carità siamo tutti concordi - ma cambiarne lo *shape*, cambiarne la forma potrebbe cambiarne la natura sulla base dell'aspettativa di chi lo utilizza. Un paio di esempi valgano per tutti: avete mai visto qualche film di argomento satanico in cui appare la croce ribaltata ? La croce è la stessa, ma viene usata ribaltata per disprezzare il sommo sacrificio di Cristo. Altro esempio: se stendete il braccio con mano tesa e gridate il suo mantra "Heil Hitler" esprime il saluto neonazista, ma se chiudete il pugno il gesto richiama il saluto comunista del mondo bolscevico e della Cina maoista. Se girate un cartello con una freccia, mandate le persone dalla parte opposta. Eppure la freccia - il simbolo - è assolutamente identico.

Capito il problema ? Ripensando a ciò che sento dire da Inamoto non posso non andare con il pensiero ad Aristotele, fondatore del pensiero occidentale, il quale sostiene che è la forma che conferisce utilizzabilità alla sostanza, e dall'altra mi trovo a sentirmi dire che "*ogni forma*" va bene nel senso che esprime "*una sua peculiare energia*". E questo stride forte dentro di me perché io, usando un simbolo, non voglio "*ogni energia*" intesa come un' energia *qualsiasi*, ma voglio che il mio simbolo determini "*una determinata energia*".

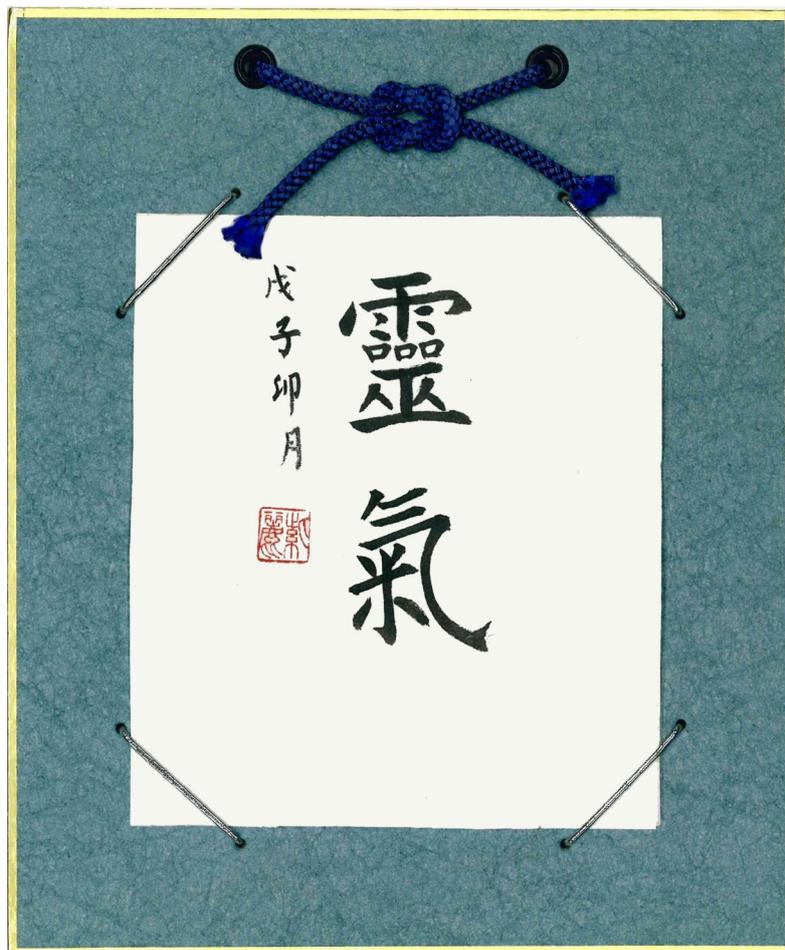
Da qui ho maturato il pensiero e l'impegno personale a tracciare i simboli nel migliore dei modi, a conoscerne la struttura, significato, l'origine perché solo quando ne avrò posseduto *forma oltre che sostanza* potrò trascendere da essi ed autorizzarmi a pensarli pura energia, ovvero *ciò di cui sono composti, forma e sostanza*.

Metti la cera, toglila cera; su il pennello giù il pennello... Ricordate ? Era nel film Karate kid che *sensei* Miyagi insegna al giovane Daniel non solo *la tecnica* del karate ma, prima ancora gli insegna la sua essenza di dedizione ed allenamento, al punto che Daniel sarà in grado di vincere la sua battaglia pur non avendo mai combattuto in vita sua, ma avendo passato ore ed ore nel cortile di Miyagi a lucidare la sua automobile o pitturare la palizzata temprando il suo spirito e dominando la sua impazienza, prima ancora che limitandosi ad addestrare il suo corpo con i classici *katà*.

Per questo, personalmente ritengo che una persona che utilizza i simboli non sarà mai completamente formata e non sarà mai completamente in grado di usarli con proprietà - e ancor meno formare altre persone - se non ne conosce l'origine, se non comprende la cultura da cui provengono e che cosa significa e quale energia esprime ogni singola linea.

Poi, una volta appresi e *compresi* i simboli e gli altri elementi grafici (i *kanji* ed i vari pitogrammi che vengono non a caso riportati sui manuali, proprio perché evidentemente ritenuti importanti da chi ha redatto i manuali Komyo ReikiDo), potrà trascendere da essi, ma non per trascuratezza, per fretta o perché *".....tanto funziona"*, ma al contrario per aver conquistato familiarità e dimestichezza con essi ed averne compreso pienamente il significato inteso come *l'unione di forma e sostanza che diviene energia espressa*.

"Il mondo simbolico presuppone sempre e comunque un processo di invenzione applicato ad un riconoscimento. Ogni segno, è definibile e interpretabile solo attraverso altri segni in una catena infinita, come quando apriamo il dizionario per cercare il significato di una parola e troviamo altre parole per descriverci il senso del termine cercato in una serie interminabile di rimandi"(U.Eco) Ne deriva quindi secondo la visione di Eco un andamento circolare, che possiamo individuare anche nel romanzo "Il nome della rosa" che si chiude con la frase: *"stat rosa pristina nomine, nomina nuda tenemus"*, ovvero: "permane la rosa originale con il nome, abbiamo poi soltanto nudi nomi": come a dire che parola "rosa" non avrebbe più un significato concreto se le rose dei nostri giardini smettessero di esistere. Se la rosa come tale scompare, scompare anche il suo nome. Ecco, allora, il significato del simbolo come mezzo convenzionale d'espressione contenutistico e figurativo allo stesso tempo: sostanza e contenuto.



Una scrittura realizzata da Yamada Tomie, nome d'arte *Shirei*, VII livello Shodo.

ESPERIENZE REIKI

di Carlo Pianta

Mi presento sono Carlo Pianta vivo in Sardegna e abito ad Iglesias, un'antica cittadina di origine Medievale che sino a diversi anni fa viveva dello sfruttamento di ricchi giacimenti minerari ormai in completo esaurimento.

Nel 2012 stavo malissimo sia dal punto fisico che mentale, avevo perso il lavoro a causa del mio stato fisico e la cosa mi fece cadere in una forte depressione che di certo non contribuiva alla mia guarigione, mi ero completamente arreso, passavo i miei giorni chiuso in casa in solitudine.

Allora non conoscevo nemmeno l'esistenza del Reiki ma il caso, se così vogliamo dire, volle che una infermiera venne a casa per curarmi e un bel dì senza nemmeno spiegarmi di cosa si trattasse mi disse: sdraiati sul divano ti faccio una cosa che potrebbe farti bene. Inutile dire che ero completamente arreso quindi ero pronto ad accettare qualsiasi cosa pensassi potesse farmi bene o almeno darmi un attimo di sollievo. Vissi quella prima seduta di Reiki molto profondamente, sentivo bellissime sensazioni e un diminuire delle mie preoccupazioni, ansie e dolori.

In quel periodo iniziai a ricevere Reiki una volta alla settimana iniziando così a credere che mi potevo riprendere.

Dopo circa un mese presi il primo livello occidentale e man mano la mia passione per questa disciplina cresceva sempre di più; volevo continuare il percorso intrapreso perché lo sentivo nel profondo della mia vita.

Qui iniziarono i miei primi problemi con la mia insegnante: infatti ogni volta che le facevo delle domande mi diceva leggere meno: *"altrimenti ti confonderai, in internet scrivono tante fesserie per fare soldi"*.

Inutile dire che ero incappato con la vecchia storia la quale raccontava che Usui era un monaco cristiano con un insegnante che portava un nome di una Divinità Indiana a suo dire canalizzato per lei dal suo insegnante.

Dopo questo episodio decisi finalmente di pensare con la mia testa e come mi aspettavo tale decisione fu in contrasto con il modo di insegnare della maestra. Passati sei mesi di auto-trattamenti ed incontri con altre persone che organizzavo a casa mia per lei e ovviamente per me, mi resi conto di avere a che fare con una persona con un'personalità egocentrica spiccata che non faceva che ostacolare i miei progressi; di conseguenza decisi di lasciarla e prendere il secondo livello con un'altra maestra che venne a casa mia dandomi il secondo livello occidentale in un giorno senza lasciarmi né dispensa né attestato.

Preso coscienza di ciò, capii che la strada da percorrere non era quella giusta per progredire, e ripresi le ricerche con più determinazione; d'altronde ero disposto a spendere le mie ultime risorse per perseverare nella mia guarigione e per una disciplina di cui mi ero innamorato, nel senso che in quel momento era l'unica cosa che avevo e in fondo, in questa parte di percorso, avevo capito che la responsabilità della mia guarigione non poteva essere se non nelle mie mani.

Nonostante tutti questi problemi dubbi e incertezze non smisi mai di farmi trattamenti per tutti questi anni di ricerca

Qui in sintesi vi descrivo la mia esperienza, la premessa fatta credo sia fondamentale per comunicare alle persone che si avvicinano al Reiki di perseverare e se sentite che quello che avete trovato non risuona col vostro essere andate avanti perché se lo vorrete veramente con tutte le vostre forze troverete quello che cercate fatto da persone serie ed equilibrate, e

badate bene qui non voglio togliere niente a nessuno stile Reiki ma voglio solo dire che esistono insegnanti ed insegnanti equilibrati, sobri che vi porteranno a essere liberi nella pratica per come la sentite. Sì perché, in fondo, il Reiki è fatto di libertà, rispetto, armonia, amore e guarigione per tutti.

Il mio percorso col Reiki, ma soprattutto perché ho scelto lo stile del Komyo.

Premetto che il mio non è un giudizio, infatti penso che ogni stile Reiki abbia la sua valenza energetica e quindi le proprie funzioni.

Ho compreso che a fare la differenza di ciascuna pratica è l'applicazione e non meno importante è l'operatore, bisogna trasmettere la passione che si nutre, così come nel Reiki anche nella vita.

Nel mio lignaggio energetico ho avuto diversi insegnanti, ad essere più precisi ho sperimentato nel primo e secondo livello con due insegnanti che mi hanno trasmesso Reiki Occidentale ... Ma questo non mi faceva sentire soddisfatto, forse perché sentivo troppa enfasi nei loro insegnamenti o forse perché dovevo trovare ciò che era più in risonanza con me. Quindi cambio insegnante per la terza volta, il tutto con non poca sofferenza, voglio dire: cambiare insegnante non è stato facile anche perché nonostante il Reiki fosse diventato sin dall'inizio una vera passione, era anche una fonte verso il miglioramento evolutivo personale.

Con la terza e finalmente ultima insegnante sono trovato bene. Da qui mi ritrovai a ripercorrere tutto dall'inizio fino ad arrivare al terzo livello. A questo punto ricevo le iniziazioni del Komyo Reiki, ma contemporaneamente ricevo gli insegnamenti della Gendai Reiki di cui ho un'ottima opinione e stima.

La scelta del Komyo deriva, inizialmente per risonanza e semplicità, poi per praticità e tempi... qui bisogna specificare che l'associazione nazionale, che non menziono per rispetto, ha dei tempi abbastanza lunghi e in oltre delle pretese verso gli insegnanti che possono essere anche giuste ma che non possono essere uguali per tutti, per motivi di soldi e spostamenti visto che si trovano oltre mare. Quindi prendo definitivamente la scelta Komyo, anche perché l'associazione nel contempo insegnava principalmente Reiju Komyo con infarinatura Gendai dal punto di vista della tecnica.

Concluso il quarto livello insegnante nella Komyo Reiki Kai Italia, mi ritrovai a partecipare con grande onore e felicità, insieme ad altri 30 insegnanti, al seminario del fondatore del Komyo Reiki **Hyakuten Inamoto**. Indescrivibile l'energia e la capacità del *sensei* Hyakuten di trasmettere insegnamenti e Reiju a così tante persone. Un'esperienza unica e che, senza dubbio, ha ripagato le mie scelte sia dal punto di vista finanziario che evolutivo come insegnante.

Infine voglio ringraziare la nostra Presidente Italiana della Komyo Reiki Italia **Chiara Grandi** per avermi sempre sostenuto con grande fiducia nelle attività che svolgo e per avermi accolto a tutti i suoi seminari che si sono svolti in Sardegna ridandomi tutti i livelli così da permettermi di avere le idee sempre più chiare su quello che Insegno in modo da mantenere lo stile Komyo invariato da come mi è stato trasmesso da coloro che riconosco, in quest'avventura, come i miei maestri principali maestri: Hyakuten Inamoto e Chiara Grandi.

Ghassho _/_

Deserto senza fine

Gabriele Prigioni

Intravedo un'oasi nel mio cieco vagare.

Pura illusione!

La sete di conoscere me stesso mi ha tratto in inganno:
subdolo gioco che mi precipita ancor più giù nell'abisso
senza fine in cui nuoto per scrutarmi.

Mare calmo, acqua placida
sostenitrice del turbinio delle onde del carattere impetuoso
che sferza in superficie bagnanti, natanti, uccelli predatori.

Diventa cavo di discesa nell'abisso, antro di raccoglimento durante la decompressione mi schiude la
consapevolezza del limite; oltre non è necessario andare.

Un giorno, forse.

Pinneggio, risalendo, allungo le braccia armonicamente,
cullato dalla profondità.

La mia profondità tanto temuta che mi ha accolto e ora mi sostiene nella risalita dopo avermi spogliato
dell'ignoranza e vestito di consapevolezza, comprensione utili ad affrontare i flutti esterni nuotando,
lasciandomi trasportare, guidare dal vento e dal mare...

Dall'onda della vita.

Continua rinascita che mi fa capire di non trovarmi più in un deserto senza fine, ma nel mare che bagna
le sue più estreme membra che si perdono, incontrando l'acqua.

Deserto senza fine! In realtà spiaggia!

Basta cambiare prospettiva ed iniziare a sorridere che tutto si alleggerisce.



CureCoccoleChiacchiere

Monica Ferro

L'incipit che riecheggia maggiormente nei nostri ricordi di bambini è la frase "C'era una volta".

Per noi, in realtà, è storia dell'altro ieri. C'era una volta ...un progetto.

C'era una volta... tanta voglia di Reiki. Desiderio di far bene, fare del bene e stare nel bene.

Desiderio di spargere il seme dell'amore incondizionato attraverso l'energia universale del Reiki.

Un'avventura che, oggi, è rappresentata da tre C Maiuscole: CureCoccoleChiacchiere.

Perché CureCoccoleChiacchiere ? Perché abbiamo tre principali obiettivi.

CURE: solo attraverso la pratica corporea è possibile comprendere la gamma di sensazioni che Reiki può donare. Reiki è energia e, non ultimo, crescita spirituale e scambio.

A noi piace dire che Reiki non si può spiegare. Reiki si dona e si riceve. Reiki si pratica.

COCCOLE: l'accoglienza, gli abbracci, l'ascolto, una buona tisana e, ancor meglio, una sana tazza di thé, sono i doni più graditi prima, durante e dopo il trattamento Reiki. Lo scopo è che quel tempo si mostri essere un'occasione per allenare il proprio cuore e la propria mente alla ricerca della propria verità più profonda.

CHIACCHIERE: un armonioso "bla-bla-bla" finale è il naturale epilogo, condotto attraverso il nostro specchio, di uno scambio reciproco e dell'elaborazione di una serie di spunti che emergono nel corso delle diverse tappe dell'intera seduta. Lo scopo è quello di riflettere insieme e coadiuvare il percorso di crescita interiore delle anime e la ricerca della loro unicità.

Tre C nelle quali crediamo tantissimo, tre C nelle quali abbiamo investito corpo, mente e spirito.

L'idea di CureCoccoleChiacchiere nasce così, in una sera d'autunno del 2014, da uno sguardo complice e silente tra me e la mia amica Patty, al termine del nostro Chuden.

Da quel giorno a poco prima di Natale, abbiamo cercato, speranzose, uno spazio dove poter operare.

Abbiamo lavorato alacremente alla ricerca di una formula, un'identità ed un percorso che potessero essere non solo l'imprinting del nostro progetto, ma l'essenza e lo scheletro di un'idea unica ed innovativa.

Di lì a poco, eravamo pronte per sbarcare nel mare delle anime e delle emozioni.

Con non poco entusiasmo e presentissime a noi stesse abbiamo coinvolto una terza cara amica e compagna di Reiki. Manola ha messo a disposizione la sua curatissima dimora e le sue mani talentuose.

In umiltà e non senza indugio, ma con altrettanta emozione nel desiderio di portare il nostro miglior bene, ci siamo messe completamente in gioco.

In breve tempo ci siamo ritrovate sommerse di richieste e di appuntamenti già fissati, frutto di un passaparola, ancorché timidamente sperato, in realtà, del tutto inaspettato.

Abbiamo accolto oltre trenta anime in sei mesi.

E così, quasi per magia, in quello spazio-tempo che amiamo definire un'altalena tra il sacro e il profano, il nostro progetto ha preso il volo.

Nel corso del 2015 il cielo ci ha portato una nuova location, ORIGAMI: un'associazione culturale nata dall'idea di una mia cara ed omonima amica che a sua volta ha dedicato uno spazio al benessere psico-fisico. Il binomio Origami&Reiki ci è parso all'istante un sodalizio perfetto.

Le sensazioni e le emozioni che abbiamo provato in questi due anni di lavoro sono davvero innumerevoli e perlopiù in traducibili. A volte così lievi da non poter essere sfiorate, a volte così marcate da lasciare segni indelebili.



L'incanto al quale abbiamo assistito di fronte ai racconti delle anime riguardo agli obiettivi raggiunti lungo i personali percorsi di crescita, è la linfa vitale di CureCoccoleChiacchiere.

E' davvero stupefacente osservare le anime evolversi verso il proprio miglior bene seppur con fatica, determinazione e volontà.

E' per questo che siamo profondamente grate al Maestro Usui, al Reiki e, non ultimo, a tutte le persone che abbiamo incontrato, perché grazie a loro e con loro, spesso inconsapevoli, abbiamo potuto meglio collocare qualche pezzettino del nostro puzzle interiore.

Siamo grate anche per ogni piccolo miracolo che ha da compiersi e, attraverso il Reiki, si compie.

Auspichiamo che CureCoccoleChiacchiere sia uno strumento ed un'occasione per tentare quel difficile primo passo e sentire lo slancio verso la guarigione dell'anima.

Mai dimenticare che "tutto, nel giusto tempo, accade" (cit.).

E se è tempo che accada, allora accadrà.

Teniamo a sottolineare la profonda ammirazione che proviamo nell'accompagnare questa moltitudine di anime che, con l'aiuto del proprio talento, si mette completamente in discussione e spesso a nudo, nell'intento di inaugurare il proprio "ponte verso la felicità".

Buon tempo a tutti e buona opera.

CureCoccoleChiacchiere
MonicaPattyManola

AMORE PER LA VITA...UN VIAGGIO VERSO LA FELICITA'

Non vi siete mai sentiti come persi nel buio, nell'oscurità più completa? Io sì, questa sensazione l'ho provata circa dieci anni fa, il giorno in cui il neurochirurgo mi disse che sono affetta da una malattia rara e che dovevo essere sottoposta ad un delicato intervento di neurochirurgia per evitare la morte o la paraplegia perché la mia situazione era grave. In quello stesso istante per me tutto si era fermato, persino lo scandire dei secondi. Tanta paura ed un senso di vuoto mi avevano invaso, incredula per quanto mi era stato appena comunicato. Non capivo e non volevo capire la situazione, perché non l'accettavo; io che sognavo la mia vita ad occhi aperti, all'improvviso mi sono sentita come catapultare in un'altra esistenza e dimensione.

Tutto sembrava avesse perso di significato, come se dentro di me si fosse rotto qualcosa; ciò che fino a quel momento era stato importante, era privato completamente della sua lucentezza e del suo valore. Tanti sono i ricordi legati a quanto è seguito a quella visita. Il giorno del ricovero in ospedale, gli occhi dei miei familiari poco prima dell'intervento, il viaggio sul lettino per andare in sala operatoria, persino le porte che si aprivano per raggiungerla; la paura che avevo, l'infermiere che mi aveva accompagnato e che vedendomi così spaventata si era fermato e mi aveva chiesto con un sorriso "andiamo avanti o indietro?", ed anche la sensazione di gratitudine che avevo provato per quel suo gesto. Ricordo gli occhi azzurri spauriti di una ragazza nella prima sala di preparazione; ci eravamo guardate negli occhi così intensamente, come se ognuna di noi stesse cercando aiuto all'altra. La stessa ragazza con cui il giorno prima avevo parlato tanto, in quel momento come me aveva perso completamente la voce.

L'ultimo nostro sorriso di sostegno reciproco fu in quell'occasione, i nostri percorsi si divisero; ho nel cuore con tenerezza ancora il suo nome. Ricordo il momento in cui nel silenzio completo mi era giunta una voce da lontano che mi diceva "svegliati cara, è ora di svegliarsi", il dolore improvviso che avevo avvertito, lo stupore di quando riaprendo gli occhi avevo visto il viso di un' infermiera che mi guardava contenta, e mi disse che ero stata intubata per alcuni giorni. La gioia immensa che avevo provato quando lei mi aveva rassicurato dicendomi che muovevo bene tutti e quattro gli arti. Con meno allegria invece ricordo il dolore davvero pesante, la difficoltà preoccupante a deglutire, gli aghi che avevo ovunque nelle braccia e nelle gambe, e la vergogna per i giorni di spugnature a letto. Ripenso alla felicità, mia e di tutti, con il mio ritorno a casa, come ad un momento di speranza, un sogno. Avevamo pensato che l'incubo fosse finito quel giorno, invece negli anni tante sono state le complicanze rare che si sono aggiunte, numerosi sono stati i ricoveri ospedalieri, e molti gli interventi che ho dovuto ancora subire.

Tutto questo ha reso più difficile la mia vita quotidiana, e tante cose che un tempo mi sembravano così semplici, ora sono diventate più complicate. Malgrado tutto, oggi ripensando a quanto ho vissuto in questi anni e, che per alcuni aspetti vivo, provo un senso di tenerezza per quanto ogni esperienza mi ha donato.

Il dolore rende più fragili ma se vogliamo può anche diventare un nuovo punto di partenza e, per me è stato proprio così. Dopo lo sconforto iniziale per quanto mi era accaduto, è arrivato il giorno in cui come a Natale, hanno iniziato ad accendersi tantissime piccole luci intorno e dentro di me, perché ho capito che la strada da seguire per raggiungere quella felicità così profonda e luminosa in cui ho sempre sperato, era semplicemente l'amore. Se era vero

che la malattia era un limite ed un drastico cambiamento, lo era anche il fatto che potevo ancora dare molto, dipendeva solo da me, dalla mia capacità di amare. Cosa c'è di più grande infatti della forza dell'amore?

Tutto ciò che ci accade assume un colore diverso se a farne da cornice c'è la consapevolezza che la vita è un grande dono sempre e comunque, e per non rendere vuoto questo regalo bisogna imparare ad aprire in nostro cuore alla gioia dell'incontro con tutti gli esseri viventi. Non esiste viaggio più bello di quello che possiamo fare dentro di noi, alla ricerca di quelle note che compongono la melodia meravigliosa delle nostre emozioni. Imparare ad ascoltarsi per iniziare ad amarsi e rispettarsi per quello che si è; perdersi per imparare a seguire il proprio cuore lasciando da parte le paure ed il dolore che limitano la nostra sete di vita. Questo mio pensiero è alimentato oltre che dalla fede, dalla pratica costante del Reiki. Cosa è il Reiki per me?

E' un dono di Dio, è amore allo stato puro verso tutto il creato ed ogni creatura, è energia vitale, è un viaggio infinito alla ricerca di noi stessi per trovare armonia e poterla trasmettere agli altri. Il Reiki affina la capacità di osservare il mondo con occhi nuovi, quelli del cuore, per imparare ad apprezzare intensamente ogni più piccola cosa che ci circonda, raccogliendo da ogni immagine emozioni sempre nuove e meravigliose. Il Reiki lo immagino come una chiave.

Quella chiave che ci permette di sprigionare ed amplificare tutto l'amore e tutta l'energia che siamo e che resta spesso nascosta dentro di noi. Siamo piccole particelle di luce, di Dio. Come tali dovremmo imparare ad illuminare il mondo, iniziando da noi stessi e dalla nostra vita. Come disse Santa Madre Teresa di Calcutta "

Compresi che l'amore racchiudeva tutte le vocazioni, che era tutto, che abbracciava tutti i tempi e tutti i luoghi. La mia vocazione finalmente l'ho trovata...è l'amore." Ringrazio con affetto Angela Oggioni per questo dono meraviglioso e per quanto mi sta insegnando, e tutti gli amici preziosi che ho incontrato fino ad oggi in questo cammino, e che arricchiscono la mia vita. A tutti voi ed in generale alla KOMYO REIKI vorrei dedicare un augurio di Buon Natale per me speciale, che ho scritto anni fa e che ho regalato a molte persone a cui sono affezionata. Spero possa essere un gradito pensiero.

Ivana

Buon Natale e felice anno nuovo

Quest'anno a Natale vorrei un solo, piccolo, regalo: una candela... non importa il colore o la grandezza, non importa se non è decorata: sia solo una candela che una volta accesa illumini non solo la mia piccola casa, ma il cuore di ogni uomo, per renderlo capace di amare veramente la vita in ogni sua forma; solo così vedrà ciò che tante volte non si vuole vedere, solo così sentirà cose che non si vuole sentire.

...e magicamente si accorgerà di chi abbiamo accanto,, delle difficoltà, delle lacrime, delle solitudini che tante volte sembrano invisibili... Si sarà capaci di tendere una mano per dare sostegno e di spendere una parola per dare conforto, e come dono si riceverà un sorriso carico di emozioni, capace di smorzare anche il gelo più profondo che ci avvolge e ci renderà finalmente felici. Solo così sarà Natale e lo sarà ogni giorno.

ivana

Integrazione Reiki e fiori di Bach

di Angela Oggioni

Mi sono avvicinata per la prima volta al Reiki nel 1995 e subito ho ricevuto l'armonizzazione del 1° livello. Fin dal inizio l'ho sentito parte di me che non mi ha mai lasciato, inseguito ho approfondito questo percorso ricevendo tutti i livelli fino al conseguimento del master. Reiki mi ha aiutata e sostenuta moltissimo nei numerosi momenti difficili e dolorosi che tutta la mia famiglia ha dovuto affrontare.

Mi sono chiesta più volte se a questa disciplina non mancasse qualcosa, pur essendo così bella sentivo che non era completa, mancava quella parte di spiritualità che ritenevo utile per il mio miglioramento come essere umano.

Una sera mentre aspettavo che terminasse la terapia infusiva di mia figlia Laura, che soffre di una malattia genetica rara, ho acceso il computer per avere più nozioni riguardo il Reiki; non so di preciso cosa ho cliccato, mi è apparso sullo schermo un video di Chiara Grandi, il Rev. Inamoto e un'altra persona, che presentavano l'insegnamento della scuola Komyo Reiki, basato sulle ricerche del Rev. Inamoto per riportare alla luce l'originaria disciplina di crescita spirituale concepita dal Maestro Mikao Usui. Finalmente ecco quello che cercavo: il giorno dopo ho chiamato Chiara e così cominciato il mio nuovo cammino, con gioia e umiltà ogni giorno è stata una nuova lezione.

Per me il Reiki è un grande dono d'amore incondizionato, mi fa sentire amata, accettata, non più sola. Nello stesso periodo ho imparato a conoscere i Fiori di Bach e da subito sono rimasta colpita da quante cose abbiano in comune le due discipline.

Dalle opere del Dot. Bach: " (...) questo sistema ha il potere di guarire la malattia e, per la sua semplicità può essere utilizzato nell'ambito domestico. Proprio questa semplicità, unita ai suoi effetti guaritori totali, lo rende meraviglioso. Non occorre nessuna scienza nessuna conoscenza oltre ai semplici metodi descritti qui: le persone che trarranno i maggiori benefici da questo dono di Dio saranno coloro che lo conserveranno in tutta la sua purezza, svincolato dalla scienza e da ogni teoria, perché tutto nella natura è semplice. Qualunque sia la malattia il risultato di questa disarmonia, possiamo essere sicuri che la cura risieda nei nostri poteri di realizzazione, perché le nostre anime non ci chiedono mai se non ciò che possiamo fare facilmente. Non soltanto possiamo guarire noi stessi, ma abbiamo il grande privilegio d'essere capaci di aiutare gli altri a guarire sé stessi. Le uniche qualificazioni necessarie sono amore e compassione. Noi come figli del Creatore abbiamo tutti in noi la perfezione e veniamo in questo mondo semplicemente per renderci conto della nostra Divinità, affinché tutte le prove e le esperienze possano lasciarci intoccati, perché tramite quel potere Divino tutto c'è possibile. Le erbe guaritrici sono quelle che sono state dotate del potere di aiutarci a conservare la nostra personalità. Ciascuna delle erbe corrisponde a una delle qualità e il suo scopo è di fortificare quella qualità in modo che la persona possa superare il difetto che è l'ostacolo" - pubblicato per la prima volta nel 1933.

Ora sono in pensione, ho lavorato come infermiera nei primi anni alla clinica Mangiagalli a Milano e poi all'ospedale di Romano di Lombardia, dove abito. Molte volte ho usato l'Energia del Reiki quando lavoravo in medicina femminile, non facevo trattamenti come ti veniva insegnato nel Reiki occidentale, non avrei potuto fermarmi sulle 22 posizioni. Mentre frizionavo, lavavo, aiutavo ad alzarsi dal letto, davo le terapie, massaggiavo le gambe e le braccia, sentivo il Reiki uscirmi dalle mani e lo trasmettevo a loro. Alcune mi chiedevano di continuare a massaggiarle perché per loro era piacevole. Quando poi sono passata agli ambulatori, inviavo Reiki a tutti quelli che sentivo che ne avevano bisogno, immaginando il 1° simbolo, in modo particolare quando facevo medicazioni e fasciature nel ambulatorio di dermatologia, utilizzando le bende all'ossido di zinco e ittiolo bisognava fasciare e poi massaggiare per formare come una sorta di stivale o gambaleto che contenesse gamba e piede; al controllo successivo numerosi pazienti esprimevano il desiderio di essere medicati ancora da me, perché secondo

loro avevano ottenuto benefici.

Una volta in un ambulatorio di cardiologia non riuscivamo a mettere gli elettrodi ad un bambino per eseguire il tracciato ECG; facendogli il Reiki sulla testa si è calmato, addirittura quasi si addormenta, così che la mia collega è riuscita ed eseguire il tracciato, con sorpresa della mamma.

La mia esperienza del utilizzo dei Fiori di Bach in ambito ospedaliero si limita al caso di mia figlia, che viene ricoverata per la crisi di Porfiria, le viene somministrato il farmaco sal-vavita e in un caso particolare l'ago è uscito fuori vene e il farmaco è andato nel muscolo, provocando tumefazione del braccio e causando dolori fortissimi; ho utilizzato i fiori direttamente sulla zona dolorante ripetendo più volte il trattamento durante la giornata, ho ricoper-to il braccio con garze sterili e la mattina dopo i medici del reparto mi hanno chiamato perché volevano sapere cosa avessi usato e volevano avere notizie più dettagliate sui fiori dato che non avevano mai visto una guarigione così rapida e senza alcun segno residuo sul braccio.

Quando Laura ha fratturato il polso nei dieci giorno di gesso ho usato dei Fiori di Bach che le somministravo con acqua durante la giornata , le preparavo il bicchiere e ci siamo ac-corti che anche la nostra gatta apprezzava ,bevendo la sua dose direttamente dal bicchiere. Altri utilizzi ne ho fatti per i miei nipoti e figli dei colleghi per aiutarli in vario modo, stanchez-za, stress da studio, insonnia, irrequietezza o semplicemente momenti negativi.

Mi piacerebbe, lo sto facendo e continuerò a far conoscere al maggior numero di opera-tori sanitari il Reiki , per dar loro uno strumento in più, per aiutare a dar sollievo e serenità ai pazienti. Abbiamo creato il nostro gruppo Komyo Reiki Bergamo, chiunque può chiede tratta-menti Reiki a distanza, oppure semplicemente mandare un saluto per sentirsi meno soli. Su questo stesso numero del Magazine trovate anche la testimonianza di Pamela: una giova-ne mamma che fa parte del nostro gruppo. Che il Reiki vi guidi e vi accompagni sempre.

Un abbraccio, Angela

Incertezza	Ipersensibilità alle influenze e alle idee	Paura
<ul style="list-style-type: none"> • Cerato • Gentian • Gorse • Hornbeam • Scleranthus • Wild Oat 	<ul style="list-style-type: none"> • Agrimony • Centaury • Holly • Walnut 	<ul style="list-style-type: none"> • Aspen • Cherry Plum • Mimulus • Red Chestnut • Rock Rose
Preoccupazione eccessiva per il benessere degli altri	Scarso interesse per il presente	Scoraggiamento o disperazione
<ul style="list-style-type: none"> • Beech • Chicory • Rock Water • Vervain • Vine 	<ul style="list-style-type: none"> • Chestnut Bud • Clematis • Honeysuckle • Mustard • Olive • White Chestnut • Wild Rose 	<ul style="list-style-type: none"> • Crab Apple • Elm • Larch • Oak • Pine • Star of Bethlehem • Sweet Chestnut • Willow
Solitudine		
<ul style="list-style-type: none"> • Heather • Impatiens • Water Violet 		

I 38 fiori divisi per emozioni di base.
Fonte: http://www.alkaemia.it/fioribach_38fiori.php

LA MIA RINASCITA

Nel marzo 2014 scopro di avere un tumore! Inizia così un inferno fatto di radioterapia, chemioterapia, esami, visite, ricoveri ospedalieri... Mi sentivo persa, sola, io che avevo le radici della casa, due figli, un marito, non riuscivo più a respirare catapultata in questa triste realtà fatta di dolore, sgomento e ansia. Non sapevo ci fosse così tanta gente ammalata come me, in oncologia entri in contatto con la sofferenza, visi stanchi, corpi sciupati e ti senti smarrita dentro. Ho incontrato molti medici, volontari, infermieri, molti sorridenti e positivi, altri no e penso sia perchè stare a contatto tutti i giorni con questa tipologia di malati, li ha portati a crearsi uno scudo per paura della verità. In questo preciso momento ho conosciuto il reiki: una mia cara amica mi diceva "vai tranquilla ti mando reiki", io ero piuttosto scettica ma pensavo bè tanto più male di così non posso certo stare....e qui è cominciata la mia rinascita, stavo bene, gli effetti collaterali delle cure erano diminuiti, mi ritrovavo a scrivere l'ora in cui sentivo di più questa energia arrivare e chiedevo alla mia amica se mi aveva mandato reiki.

Ora sto bene, le cure mediche certo mi hanno aiutato in questo, ma anche il mio carattere forte ha fatto la sua parte, se affronti tutto con gioia e gratitudine la vita di dà altrettanta gioia e qui cito una frase della mia cara Maestra Reiki Maria Daniela Barilà: ricordati che la medaglia ha due facce, non focalizzarti sulla prima ma guarda anche l'altra parte perchè di certo è celato qualcosa di grande per te. Certo non è sempre stato facile ma bisogna lasciarsi andare al flusso della vita, c'è sempre un motivo per ringraziare, se non mi fossi ammalata non avrei conosciuto questa meravigliosa disciplina. Quando ho recuperato un po' di forze ho voluto partecipare a una serata free reiki, ho conosciuto la mia luce, la mia fonte, la mia meravigliosa maestra appunto Maria Daniela che non finirò mai di ringraziare di avermi fatto innamorare di questa disciplina così facile ma anche complessa.

Con il 1 livello ho imparato ad aiutare me stessa, con il 2 livello avevo più consapevolezza e mi sentivo fortunata di poter aiutare gli altri con il trattamento a distanza....ora sono un 3 livello e la mia vita è migliorata sensibilmente, sono molto serena e consiglierei un corso reiki a tutti....lo so la vita è tutta in salita, avrò ancora da affrontare visite, esami e vari controlli medici, ma non guardo a queste cose con ansia, io sono reiki, ho scelto di vivere tra lode e il biasimo, di non preoccuparmi come mi insegnano i 5 precetti e ringrazio ogni giorno ciò che la vita mi regala!

Cristina Saggiolato

www.studiopilatesclassicoasd.jimdo.com



Reiki, Medicina Tradizionale Cinese e TuiNa, possibilità d'integrazione...

di Francesco Saggia

Durante i corsi di Reiki e di altre discipline olistiche, a volte sono emerse le seguenti domande: Posso usare il Reiki con le altre discipline che pratico? Come faccio ad integrare discipline apparentemente diverse?

Con questo articolo racconto un po' la mia esperienza di interazione tra Reiki e Medicina Tradizionale Cinese (in particolare il TuiNa).

Mentre sul Reiki sappiamo molto, sulla Medicina Tradizionale Cinese (MTC) e sul massaggio TuiNa ho visto che ci sono ancora molti "gap", quindi parto dal fare un po' di chiarezza su queste lacune.

Per Medicina Tradizionale Cinese si intende un insieme di discipline volte al riequilibrio e al mantenimento dello stato energetico, psicofisico ed emozionale della persona.

Queste discipline sono: **Agopuntura, TuiNa, Dietetica Cinese, Farmacologia Cinese, Ginnastiche (QiGong e TaiJiQuan)**. Le sue origini sono in Cina, e le prime informazioni documentate, si datano indicativamente a circa 5000 anni fa.

L'opera fondamentale più antica sulla Medicina Cinese è il **Huang Ti Nei Ching Su Wên o Huang Di Nei Jing Suwen o Testo classico di medicina interna dell'Imperatore Giallo**, la quale fu iniziata nel primo periodo della dinastia Han. L'opera è sviluppata in forma di domande e risposte, e tratta soprattutto le basi di medicina e la pratica di agopuntura, ma ci sono inoltre indicazioni riguardanti il massaggio TuiNa (*Tui* = spingere, *Na* = afferrare), che allora era ancora chiamato AnMo (*An* = premere, e *Mo* = sfiorare, strofinare).

Se vogliamo capire la differenza tra Medicina Cinese e la nostra Medicina Allopatrica, possiamo affermare che:

In Medicina Cinese non esiste la malattia per come la intendiamo noi, ma esiste il concetto di **squilibrio energetico** che porta al disturbo patologico, quindi il lavoro dell'operatore è di individuare la causa energetica che ha portato allo squilibrio energetico e di conseguenza alla malattia.

La Medicina Allopatrica invece lavora sulla patologia, trattando il sintomo. Per la Medicina Tradizionale Cinese e per tutte le discipline Olistiche (dal greco **ὅλος**, olos = tutto, totalità, globalità), il corpo non è diviso tra mente e spirito, né tantomeno è diviso dall'universo con cui l'individuo interagisce.

Una delle teorie base e più importanti dell'MTC, è il **dualismo** che possiamo trovare nel magnetismo, con la definizione del concetto di **Yin** e di **Yang**, e la loro rappresentazione nel simbolo del **Tao** o **Dao** rappresentato qui a fianco.



Un'altra interessante scoperta dei cinesi è che il corpo risulta attraversato da una fitta rete di **Canali Energetici** chiamati anche Meridiani o **Jingluomai**. All'interno di questi Meridiani scorre l'Energia Vitale denominata genericamente **Qi** (in realtà i testi classici parlano di Soffi per riferirsi alle energie).

Di seguito alcune caratteristiche Yin e Yang:

YIN

ACQUA
DENTRO
MOVIMENTO VERSO L'INTERNO
BUIO
QUIETE
UMIDO
MORBIDO
LENTO
FREDDO
TERRA
DENSO
MATERIALE
DISCESA
SOTTO
CALMA/RIPOSO
FORMA
TRAMONTO
NOTTE
LUNA
VECCHIO

YANG

FUOCO
FUORI
MOVIMENTO VERSO L'ESTERNO
LUCE
MOVIMENTO
SECCO
DURO
VELOCE
CALORE
CIELO
SOTTILE
IMMATERIALE
SALITA
SOPRA
ATTIVITÀ
ENERGIA
ALBA
GIORNO
SOLE
GIOVANE

Situati sui Meridiani e esternamente ai Meridiani, vi sono alcuni punti ben definiti, denominati Agopunti o Tsubo, dove si trovano concentrazioni maggiori di energie.

Un'altra teoria molto importante in MTC è la **Teoria dei Cinque Elementi e/o Teoria dei Cinque Movimenti** (*Wu Xing*).

Questa teoria definisce il modo in cui la Natura, e di conseguenza l'essere umano, *si organizza nel tempo e nello spazio*, ed evidenzia la sua composizione in cinque elementi, che interagiscono dinamicamente tra di loro, secondo precise leggi di generazione e controllo (per approfondire vedi anche la *geomanzia* del **Feng Shui**)

Questi elementi sono: **Legno - Fuoco - Terra - Metallo - Acqua.**

Nel *Testo Classico di Medicina Interna dell'Imperatore Giallo* la teoria dei 5 elementi è ben descritta secondo una genesi:

Legno 木

“Il verde è il colore dell'Est, esso pervade il fegato e schiude gli occhi e trattiene le sostanze essenziali nel fegato. La sua malattia è una malattia nervosa, il suo sapore è acido; il suo tipo (elemento) è l'erba e gli alberi (legno); il suo animale è il pollo; il cereale è il grano; si adegua alle quattro stagioni e corrisponde al pianeta Giove, la stella dell'anno. Quindi il soffio della Primavera è localizzato al capo. Il suono è *chio*; il suo numero è l'otto; e quindi sappiamo che le sue malattie sono localizzate nei muscoli; il suo odore è ripugnante e fetido”.

Fuoco 火

“Il colore del Sud è il rosso, esso pervade il cuore e schiude le orecchie, trattiene le sostanze essenziali nel cuore. La sua malattia è localizzata nei cinque visceri; il suo sapore è amaro; il suo tipo (elemento) è il fuoco; il suo animale è la pecora; il suo cereale è il miglio glutinoso in pannocchia; si adegua alle quattro stagioni e corrisponde al pianeta Marte. E quindi sappiamo che le sue malattie sono localizzate al polso; il suo suono è *chih*; il suo numero è il sette; ed il suo odore è l'odore di bruciato”.

Metallo 金

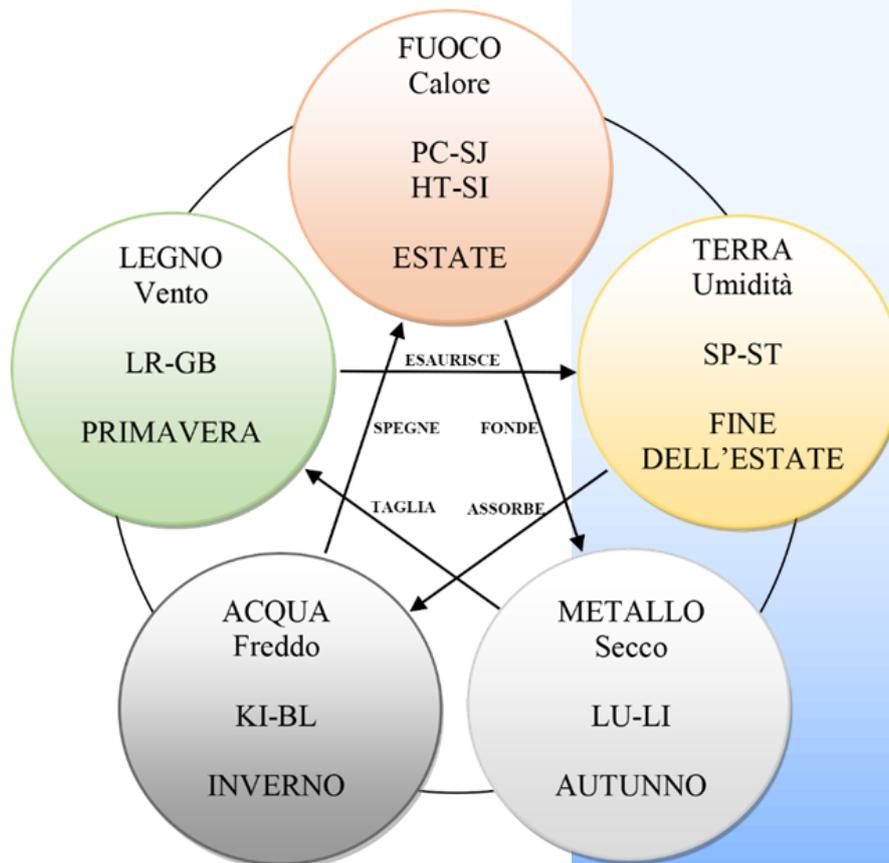
“Il colore dell’Ovest è il bianco, esso pervade i polmoni ed apre il naso e trattiene le sostanze essenziali nei polmoni. La sua malattia è localizzata alla schiena; il suo sapore è piccante; il suo tipo (elemento) è il metallo; i suoi animali sono i cavalli; il suo cereale è il riso; si adegua alle quattro stagioni e corrisponde a Venere, la stella della sera. E quindi sappiamo che le sue malattie sono localizzate nella pelle e nei capelli; il suo suono è *shang*; il suo numero è il nove; ed il suo odore è disgusto e putrid”.

Acqua 水

“Il colore del Nord è il nero, esso pervade i reni e schiude i due orifizi più bassi (che appartengono allo Yin) e trattiene le sostanze essenziali nei reni. La sua malattia è localizzata nelle cavità, il suo sapore è salato; il suo genere (elemento) è l’acqua; i suoi animali sono i maiali; il suo cereale è il fagiolo; si adegua alle quattro stagioni e corrisponde alla stella del mattino. E quindi sappiamo che le sue malattie sono localizzate nelle ossa; il suo suono è *yü*; il suo numero è il sei; ed il suo odore è marcio e maleodorante”.

Terra 土

“Il colore del Centro è il giallo, esso pervade la milza e schiude la bocca e trattiene le sostanze vitali essenziali nella milza. La sua malattia è localizzata alla radice della lingua; il sapore è dolce; il suo tipo (elemento) è la terra; il suo animale è il bove; il suo cereale è il miglio panico; si adegua alle quattro stagioni e la sua stella è il pianeta Saturno. E quindi sappiamo che la sua malattia è localizzata nella carne; il suo suono è *kung*; il suo numero è il cinque; ed il suo odore è fragrante e dolce”.



Nella prossima pagina una tabella con alcune corrispondenze dei cinque elementi:

Corrispondenze dei cinque elementi

ELEMENTO	LEGNO	FUOCO	TERRA	METALLO	ACQUA
Funzione Energetica	Messa in movimento	Espansione	Destruutturazione	Presenza di forma	Coesione approfondimento
Stagione	Primavera	Estate	Tarda estate	Autunno	Inverno
Punto Cardinale	Est	Sud	Centro	Ovest	Nord
Condizione Climatica	Vento	Caldo	Umidità	Secco	Freddo
Colore	Verde	Rosso	Giallo	Bianco	Nero
Sapore	Acido	Amaro	Dolce	Piccante	Salato
Odore	Rancido	Bruciato	Profumato, Dolciastro	Carneo, Acre	Putrido, Marcio
Suono	Grida	Riso	Canto	Pianto	Gemito/Sospiro
Organo	Fegato (Gan)	Cuore (Xin)	Milza/Pancreas (Pi)	Polmone (Fei)	Reni (Shen)
Viscere	Vescicola Biliare (Dan)	Intestino Tenue (Xiaochang)	Stomaco (Wei)	Intestino Crasso (Dachang)	Vescica Urinaria (Pangguang)
Tessuto	Muscoli, Tendini, Unghie	Arterie	Carne, Tessuto connettivo	Pelle, Peli	Ossa
Organo di senso	Occhi	Lingua	Bocca	Naso	Orecchie
Senso	Vista	Tatto	Gusto	Olfatto	Udito
Orifizio	Occhi	Orecchie	Bocca	Naso	Genitali, Uretra, Ano
Fluido emesso	Lacrime	Sudore	Saliva	Catarro	Urine
Emozione	Collera, Ira	Gioia, Euforia	Riflessione, Rimuginazione	Tristezza	Paura
Cereale	Grano	Mais, Miglio Glutinoso	Miglio	Riso	Fagioli
Numero	3+5=8	2+5=7	5	4+5=9	1+5=6
Sviluppo	Germinazione	Crescita	Trasformazione	Raccolta	Immagazzinamento
Evoluzione	Nascita	Crescita	Maturità	Declino	Inerzia
Polso	Teso	Ampio	Molle	Superficiale	Profondo
Psiche	Anima	Shen	Logica	Coraggio	Volontà
Sforzo Dannoso	Vedere	Camminare	Sedere	Giacere	Stare in Piedi
Azione Patologica	Spasmi, Stringere	Agitarsi	Sputare, Ruttare	Tossire	Tremare
Nota	Chio	Chih	Kung	Shang	Yü
Shen	Hun	Shen	Yi	Po	Zhi

L'inquadratura energetica è di fondamentale importanza in MTC, e segue precise regole:

- 1 - Raccogliere tutte le informazioni con l'ausilio dei **Quattro Metodi Diagnostici** (*Si Zhen o Si Ting*):
 - Ispezione e osservazione (*Wang Zhen*).
 - Auscultazione e olfazione (*Wén Zhen o Ting Zhen*).

- Interrogatorio (*Wèn Zhen*).
- Palpazione (*Chu Zhen o Qie Zhen o An Zhen*).

2 - Procedere con la classificazione e la valutazione dei dati reperiti, secondo quelle che vengono chiamate **Otto Regole Diagnostiche** (*Ba Gang*):

- Yin-yang.
- Interno-Esterno (*Li-Biao*).
- Vuoto-Pieno (*Xu-Shi*).
- Freddo-Calore (*Han-Re*).

3 - Evidenziare eventuali Fattori Patogeni.

4 - Valutare gli Organi-Visceri (*Zang-Fu*) e I Meridiani coinvolti (*Jingluomai*).

Il **TuiNa** è una branca della Medicina Tradizionale Cinese, il cui obiettivo principale è quello di riequilibrare le energie dell'organismo, attraverso tecniche di manipolazione, mobilizzazione, trazione e stimolazione dei punti dell'agopuntura e/o di specifiche zone del corpo.

Alcune delle manovre che attualmente vengono utilizzate sono:

Scivolare	Sfregare	Premere	Prendere	Percuotere	Oscillare	Mobilizzare
Tui Fa	Mo Fa	An Fa	Na Fa	Ji Fa	Zhen Fa	Yao Fa
Yi Zhi Chan Tui Fa	Ca Fa	Dian Fa	Nie Fa	Pai Fa	Dou Fa	Ba Shen Fa
Gun Fa	Cuo Fa	Qia Fa	Nian Fa	Kou Fa		Ban Fa
Rou Fa	Sao San Fa	Bo Fa		Chui Fa		
Yun Fa	Mo Fa	Ya Fa		Pi Fa		
Nao Fa		Li Fa				

L'Operatore TuiNa prima di procedere con il trattamento, effettua un completo e dettagliato inquadramento energetico, secondo i principi della Medicina Tradizionale Cinese.

Come agisce il TuiNa:

- Favorendo il riequilibrio funzionale dell'organismo, agendo sugli Organi (*Zang*) e sui Visceri (*Fu*) tramite i Canali-Meridiani (*Jingluomai*) ad essi collegati, armonizzando *Yin*, *Yang*, *Qi* e Sangue (*Xue*).
- Rafforzando le difese immunitarie, promuovendo la produzione e la circolazione del *Qi* e dello *Xue*, e stimolando la resistenza dell'organismo alle malattie.
- Promuovendo la circolazione del sangue, favorendo la circolazione del *Qi* e dello *Xue* inducendo effetti analgesici e antinfiammatori.

Solo dopo aver effettuato un esaustivo inquadramento energetico, inizierà il percorso terapeutico.

Ovviamente questa non ha la pretesa di essere un' esaustiva trattazione della Medicina Cinese, ma solo una introduzione alle basi su cui si fonda l'MTC.

Arriviamo ora a com'è possibile integrare il Reiki con l'MTC e il TuiNa.

Sappiamo tutti che il Reiki *parte* spontaneamente quando qualcuno ne ha bisogno, e che noi siamo dei semplici *canali*, l'energia universale è di tutti e non siamo noi che "guariamo" ma è il Reiki a farlo; fondamentale tuttavia è il nostro ruolo di canale attraverso cui il Reiki può manifestarsi e scorrere.

Detto questo, è facile intuire come a volte mentre faccio TuiNa e/o lavoro con le persone, il Reiki scorra spontaneamente potenziando gli effetti del trattamento, è un po' come ricevere un doppio trattamento.

Inoltre quando sto stimolando dei punti di agopuntura, posso abbinare i simboli Reiki che abbiamo appreso dal secondo livello in poi, direttamente sul punto.

Ad esempio risulta molto utile la stimolazione di punti particolari della Medicina Cinese chiamati *Shu* e *Mu* (per i giapponesi *Yu* e *Bo*). Molto genericamente possiamo dire che questi punti possono essere utilizzati per la regolarizzazione specifica di organi e visceri, e come indicazione del loro stato energetico e dei meridiani ad essi collegati.

A volte mi capita che arrivino in studio persone molto agitate o irrequiete, in questi casi prima di procedere con il TuiNa, mando Reiki posizionandomi con le mani sulla testa per liberare il "mentale" e successivamente trattando anche la zona dell'arco plantare per aiutarli a radicarsi (mi concentro in particolare su un punto di agopuntura che si chiama *Yongquan* - *Fonte Zampillante* - KI-1).

Anche come chiusura di un trattamento, il Reiki è molto ben apprezzato, un'ultima "coccola" prima di ritornare alla quotidianità e alla frenesia delle nostre vite.

Oltre agli adulti ho visto le potenzialità dell'utilizzo combinato di queste discipline, anche con i bambini e gli animali, che per quanto diversi, hanno l'esigenza che il trattamento sia efficace in tempi relativamente brevi, poiché tendono spesso a stancarsi delle posizioni statiche, quindi l'azione del Reiki mi dà l'opportunità di agire più efficacemente e velocemente.

Per concludere sono dell'idea che non esiste una disciplina che sia superiore alle altre, sia per ciò che concerne il mondo "*olistico*" sia per ciò che riguarda le scienze allopatriche, ma l'interazione e l'integrazione permettono il miglior risultato terapeutico, e la più grande opportunità di crescita.



6) 天を恨み人をとがむることもあらし
わがあやまちを思ひかへさば

There is no need neither blame Heaven nor condemn others / When (if) I think about the faults of mine

Non c'è bisogno di incolpare il Cielo o condannare gli altri / Quando (se) io penso che le colpe siano mie.

7) あやまたむこともこそあれ世の中は
あまりに物を思ひすぐさば

If you think too much, it is likely that you would be looking in the wrong direction.

Se pensi troppo, andrai facilmente verso la direzione sbagliata.

*Due waka dell'imperatore Meiji
tratti dal libretto Hikkei*



Copyright e info editoriali: KOMYO REIKIDO MAGAZINE
semestrale della Associazione Culturale **Komyo ReikiDo Italia** ©

I contenuti della presente pubblicazione possono essere pubblicati solo nella loro forma intera e comunque senza estrapolazioni o citazioni parziali che ne alterino senso e contenuto. È, in ogni caso, gradita la citazione della fonte. Per ogni informazione e per ricevere la liberatoria per la pubblicazione del materiale contenuto su questo periodico contattare la Redazione.