

JOLANDA PIETROBELLI

MANUALE REIKI 2° GRADO



Cristina Pietrobelli

E-book

JOLANDA PIETROBELLI

MANUALE REIKI 2° GRADO
(LIVELLO)

Jolanda Pietrobelli

E-book

Handwritten signature or initials, possibly "Jew".

Jolanda Pietrobelli
MANUALE REIKI 2° GRADO O LIVELLO
© Copyright CristinAPietrobelli E-book

E-Book Marzo 2017

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

www.libreriacristinapietrobelli.it

Nota dell'A.

Quando si abbraccia la Pura Dottrina, per il magnifico fluire di questa eccellente energia, è bene che questa delicatezza dell'abbracciare, sia per sempre.

Non ha senso scegliere di usare Reiki in fasi alternate: <quando me ne ricordo, quando si presenta l'occasione giusta, quando non va sprecato>.

Le scuse per evitare di dedicargli la giusta attenzione...si trovano e non va bene. C'è sempre bisogno di Reiki, non è mai sprecato, è sempre l'occasione giusta. Nel momento in cui diventiamo reiker, lo siamo per sempre. Reiki è un'energia purissima che fa bene a noi e agli altri.

Col secondo grado o livello, trattandosi di una tecnica mentale che chiama in causa la visualizzazione, il procedimento è più coinvolgente, più affascinante e una volta entrati nel suo fluire troviamo che è davvero straordinario!

Ho redatto questo manuale in modo semplice ed esplicativo e spero che sia di aiuto a quanti si affacciano al II° livello.

Sono grata dell'attenzione che si riterrà di riservare a questo lavoro e ringrazio l'energia per questa opportunità.



A. F. K. H.

Il mio Reiki

Le caratteristiche fondamentali del secondo grado o livello sono principalmente due:

- La prima è la possibilità di fare trattamenti a distanza
- La seconda forse ancor più importante è la possibilità di poter lavorare in modo mirato ed efficace su tutte le problematiche di natura mentale e sugli attaccamenti, cattive abitudini o dipendenze.

Solitamente nel secondo livello diamo grande importanza ai simboli come strumento per utilizzare l'energia in modo diverso dal primo livello. Takata colei che ha portato Reiki in Occidente, ha fatto risalire la potenza del Reiki proprio ai simboli.

E a questo punto riporto la versione di Gianluigi Costa il quale contrariamente a quanto si è conosciuto fino ad oggi, dichiara quanto segue:

<Mi spiace dirlo, ma niente di più falso. I simboli Reiki sono stati inseriti da Usui in un secondo tempo, esattamente nel momento in cui si era reso conto che la maggior parte dei suoi allievi aveva difficoltà a credere che certe potenzialità fanno parte di tutti. Fu solo allora che Usui inserì nella pratica del Reiki l'uso dei simboli. Simboli che non aveva assolutamente trovato da nessuna parte ma che semplicemente aveva creato Lui stesso ispirandosi per il primo simbolo ad un antico ideogramma cinese, per il secondo alle lettere sanscrite che indicano Amida Buddha, divinità principale nel buddhismo Jodo Shu a cui apparteneva, per il terzo si ispirò a una frase che diceva sempre ai suoi allievi "La fonte di ogni cosa è la giusta consapevolezza", prese gli ideogrammi di questa frase e da questi creò il terzo simbolo.



Kumo



Kiriku



Hyzsn

In realtà i simboli servono solamente a giustificare alla nostra mente limitata la possibilità di poter attingere ad energie e potenzialità con specifiche caratteristiche. L'aspetto principale del

secondo livello è la possibilità attraverso l'uso del secondo simbolo, quindi alla consapevolezza associata ad esso, di poter iniziare un vero e proprio processo di trasformazione, di evoluzione di crescita spirituale. Infatti l'energia associata a questo simbolo porta una profonda trasformazione alchemica, "trasformare il vil metallo (mente o sè inferiore) in oro (mente o Sè superiore)". Quindi portare conoscenza dove risiede l'ignoranza, portare Luce dove risiedono le tenebre... Questo simbolo lavora in profondità sulle memorie cellulari andando a modificarne la struttura, e, di conseguenza lavora sulla struttura del nostro DNA. Poi abbiamo il terzo simbolo che ha la caratteristica di annullare spazio e tempo, ma nella tradizione della scuola di Usui (Usui Reiki Ryoho Gakkai) questo simbolo viene utilizzato esclusivamente per il trattamento a distanza nello spazio e non nel tempo. Lo so che a molti di voi è stato insegnato a indirizzare l'energia nel passato o nel futuro per sistemare cause di traumi o per propiziare situazioni, ma, queste sono state modalità inserite in occidente. I simboli hanno la funzione di portare l'operatore Reiki a sperimentare e a espandere la sua coscienza, non vanno usati come strumenti esterni che hanno intrinsecamente dei poteri. In noi c'è tutto l'infinito potenziale di Dio, ne siamo figli e come tali non abbiamo limiti. I limiti appartengono esclusivamente al nostro sè inferiore, la mente, l'ego. Quindi il terzo simbolo serve a portarci alla consapevolezza che spazio e tempo sono solamente un'illusione della nostra mente ignorante, pertanto usare il terzo simbolo significa allinearsi alla consapevolezza ad esso associata e non porre limiti all'energia. Nel momento in cui richiamo il terzo simbolo sto dicendo a me stesso che il tempo e lo spazio non esistono, in questo modo l'energia non troverà l'ostacolo della nostra ignoranza e sarà libera di andare dove realmente serve. Ma, non dobbiamo essere noi a sostituirci all'intelligenza infinita di Reiki, dobbiamo solamente e umilmente affidarci ad essa. Infine abbiamo il primo simbolo al quale è associata la caratteristica di potenziare il flusso energetico, con il primo simbolo ci allineiamo alla consapevolezza che l'energia non ha limiti di potenza essi sono solo dentro di noi. Forse ora è più chiaro perchè il secondo livello è definito "Mentale". non solo perchè ci sono i trattamenti mentali del secondo simbolo, ma soprattutto se insegnato correttamente ci offre l'opportunità di andare oltre i limiti della nostra mente. Solo in questo caso potremo arrivare a sperimentare la grandezza di una vera e profonda esperienza spirituale>.

P.S. i simboli Reiki insegnati in occidente non sono conformi a quelli ideati da Usui e usati nella sua scuola a Tokyo.

Ma al di là delle ricerche e delle considerazioni personali che molti master ritengono di fare legittimamente, siamo qui per parlare IN SPECIFICO di secondo livello Reiki.

Il secondo livello Reiki e la segretezza dei simboli (Shirushi)

I simboli sono l'essenza e rappresentano la formula del Reiki, rispondono alla volontà del canale ogni qual volta sono tracciati con la mano o visualizzati con la mente.

Li conosciamo come *ideogrammi giapponesi, kanji*.

Con il secondo livello si viene in diretto contatto con i simboli che determinano la forza del nostro pensiero e si connettono con il principio energetico. I mantra associati ad essi sono una forte vibrazione energetica legata ai simboli stessi.

Tre di essi si insegnano e si rivelano nel secondo livello e due si rivelano nel terzo livello, a discrezione dei maestri che spesso ne tralasciano uno. I simboli sono collocati nell'aura durante l'armonizzazione di primo livello e con essi si attiva un processo di evoluzione, l'energia che contengono è fonte di equilibrio, porta pace e amore. Durante il training di secondo livello, alcune scuole non permettono di tenere copie dei simboli insegnati e dopo che sono stati appresi per mezzo del disegno e memorizzati, sono bruciati in offerta all'Universo.

La ragione per cui in questo breve scritto si trovano i simboli è semplice: si ritiene che gli ideogrammi debbano essere analizzati da chi ne entra in possesso, debbono essere assorbiti, debbono diventare un tutt'uno con chi poi li custodirà. E questo non si può verificare nell'arco di un seminario.

Fino ad oggi molte scuole hanno ritenuto opportuno mantenere i simboli segreti, per una infinità di motivi, tra cui la paura che il poco rispetto che qualcuno potrebbe avere per i medesimi potrebbe togliere loro potenza ed energia.

Precisiamo: il Reiki non può essere usato a fin di male, l'intento dell'energia torna sempre verso chi l'ha inviata, ciò che ognuno di noi dà ritorna sempre sia nel bene che nel male!

Nota. Su indicazione di Takata, per tanto tempo i simboli sono stati mantenuti segreti dai maestri occidentali. È tutt'oggi in uso che i simboli appresi nei seminari, vengano poi distrutti i fogli che li riproducono.

Così non avendo avuto l'opportunità di una verifica dagli originali, essi si sono modificati nel tempo, subendo spesso variazioni sul tema. Con la scoperta del manuale di Usui, si è potuto constatare che in Giappone i simboli sono esposti nei luoghi pubblici accessibili a tutti.

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

I simboli non sono da considerare segreti ma semplicemente privati!

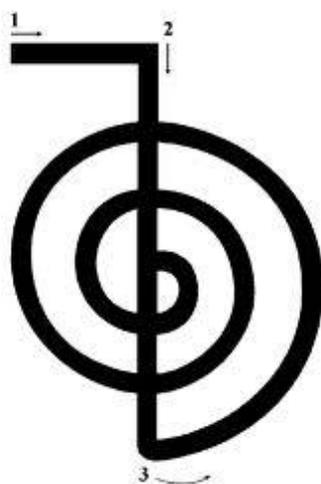
I simboli

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

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

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

1° simbolo CHO KU REI (energia vieni qui)



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

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

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

CHO - spada curva che traccia una linea arcuata

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

REI - spirito trascendente, forza spirituale, essenza

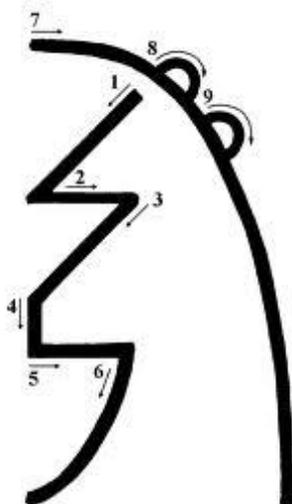
Questo simbolo è una invocazione all'amore, alla saggezza della sorgente divina, si utilizza in molti modi: inviando energie può essere lanciato col terzo occhio, con la mano, con il soffio. Inviato ai quattro angoli di una stanza, sarà purificata, ripulita dalle energie stagnanti e pesanti.

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

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

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

2° simbolo SEI HE KI



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

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

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

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

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

3° simbolo HON SHA ZE SHO NEN



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

Oppure

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

Oppure

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

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

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

- | | | |
|------------|---|---|
| HON | - | centro - origine inizio – essenza - intrinseco |
| SHA | - | brillio luccichio irradiare |
| ZE | - | avanzare procedere sulla strada giusta sul percorso corretto |
| SHO | - | obbiettivo bersaglio destinazione persona onesta integrità
persona saggia saggezza |
| NEN | - | immobilità silenzio pace
pensare mantenendo se stessi e l'oggetto del pensiero nel cuore |

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

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

Questo simbolo presenta più varianti nella sua rappresentazione grafica.

Distinzione dei tre simboli

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

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

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

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

Nota.

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

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

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

Simbolo del potere del comando e del fluire energia

CHO KU REI

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

Simbolo della guarigione mentale. Conoscenza del sé SEI HE KI

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

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

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

Simbolo della guarigione a distanza

HON SHA ZE SHO NEN

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

Visualizzare una bolla e rinforzarla

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

Procedimento per fare una bolla:

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

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

Autotrattamento mentale

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

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

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

Trattamento mentale a contatto

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

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

Si esegue nel seguente modo:

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

Nota. Il mantra va sempre pronunciato o pensato tre volte

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

Trattamento a distanza

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

Si esegue in questo modo:

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

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

Trattamento a distanza a più persone contemporaneamente

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

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

Autotrattamento

2° simbolo + 1° simbolo

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



Scanning / Beaming

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

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

Trattamento programmato nel tempo

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

centratura nel cuore

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

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

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

Altri modi di trattamento

La lista

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

Bolle sovrapposte

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

Apertura della bolla

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

Altre tecniche

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

Auto schermatura

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

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

Altro ancora

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

Tecnica delle tre posizioni

- Centrazione nel cuore
- Posizione dietro la nuca (metodo base)
- Posizione sul secondo chakra (metodo base)

L'energia Reiki è intelligente e purissima non ha necessità di avere tante indicazioni e potrà essere gestita attraverso queste tre posizioni mantenute cinque minuti in sostituzione del trattamento base di primo livello, volendo aumentare l'energia alle posizioni possiamo introdurre il primo simbolo.

Il Bambino Interiore e i simboli di 2° livello



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

Procedura a contatto con il Bambino Interiore:

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

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

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

Protezione personale con i simboli di secondo livello

- Realizzazione mudra di protezione: braccia morbidamente conserte con i pollici delle mani tra l'indice e il medio. **Si ottiene il sigillo aurico**
- Visualizzazione di una sfera dorata che esce dal cuore e si dilata fino ad inglobare il nostro corpo
- Centrazione nel cuore
- Visualizzazione dei tre simboli nel seguente ordine: 3 – 2 – 1, quindi invio di luce alla sfera dorata ripetendo mentalmente: sono in protezione da ogni influsso negativo

- Inviare il 1° simbolo all'intenzione espressa e
- Si ringrazia l'energia e le guide per il sostegno dato

Purificazione di un ambiente

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

Colorare un ambiente



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

Kenyoku o Bathing secco (spazzolata)



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

Dopo essersi centrati nel cuore si emana un grande chokurei.

procedimento

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

Griglia della manifestazione

È una tecnica per le manifestazioni, molto efficace:

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

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

Seikeki Chiryō Tecnica per il trattamento delle abitudini

Questa tecnica è usata per curare le cattive abitudini, se operiamo su noi stessi dobbiamo formulare una affermazione, altrimenti sarà il soggetto trattato a doverla formulare. Le affermazioni debbono essere brevi, precise e positive, vanno fatte al presente e non debbono essere restrittive.

Si esegue dopo aver caricato le mani con i simboli 1-3-2-1

Esecuzione

- Poniamo una mano sulla fronte del soggetto da trattare e una sulla parte posteriore della testa.
- Le due mani debbono essere in corrispondenza manteniamo le posizioni per almeno tre minuti, ripetendo l'affermazione nella mente.

- Dimenticare l'affermazione, togliere la mano dalla fronte e trasmettere Reiki con l'altra posizionata dietro la nuca.

Guardare intensamente

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

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

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

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

Trasformazione dell'energia negativa

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

Esecuzione

- tenere l'oggetto in una mano, con l'altra mano si taglia tre volte l'aria orizzontalmente al di sopra di essa, fermandosi bruscamente dopo la terza volta
- durante l'esecuzione è necessario essere centrati nel tan tien, trattenendo il respiro
- purificato l'oggetto gli va trasmesso Reiki attraverso i simboli 1-3-2-1
- non potendo tenere l'oggetto in mano (es. un'abitazione) si usa il trattamento a distanza e la visualizzazione

Tecnica di disintossicazione

Questa tecnica è usata per disintossicarsi.

Esecuzione

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

Il tocco olistico

Esecuzione

- massaggiare le zone da trattare
- tempo variabile tra i trenta secondi ed un paio di minuti
- imporre le mani sulle zone massaggiate

Secondo la teoria di Schulze, gli impulsi lievi stimolano le attività vitali, quelli forti le inibiscono gli impulsi leggeri della tecnica dirigono l'attenzione della consapevolezza fisica nell'area interessata aumentando la capacità di percezione del corpo che diventa più ricettivo questa preparazione favorisce un maggiore assorbimento Reiki.

Soffio Reiki



Esecuzione

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

Sfregamento energetico delle mani

Prima dell'inizio di ogni trattamento Reiki, si possono battere assieme i palmi delle mani, strofinandoli poi tra loro. Questo stimola i chakra delle mani attraverso cui viene trasmesso Reiki, a una attività più intensa.

Altri metodi

HARA CHIRYO-HO metodo di disintossicazione

Questa tecnica potete attuarla su voi stessi o su altre persone.

Serve ad eliminare dall'organismo veleni e tossici, germi e prodotti chimici, sentimenti negativi e disturbi emozionali.

Ponete una mano sull'hara e l'altra mano sul terzo occhio e tenetele in questa posizione per circa 5 minuti fino a che avvertirete che l'energia si è equilibrata. Poi mettete entrambe le mani sull'hara e lasciatele per circa 20-30 minuti o anche di più se vi sembra necessario.

Alla fine non vi dimenticate di ringraziare l'energia del Reiki che vi ha accompagnato in questa esperienza terapeutica.

HESO CHIRYO-HO Trattamento dell'ombelico

L'ombelico è il punto più importante per la guarigione di tutte le malattie. Anche questa tecnica può essere usata sia come trattamento agli altri che come autotrattamento. Come sempre prima di un intervento terapeutico si procede ad attuare Gassho e poi si recita mentalmente "Comincio Heso chiryo ora"

Si posiziona una mano sull'addome con il dito medio inserito nell'ombelico e si regola la pulsazione ombelicale in risonanza con l'energia universale.

TANDEN CHIRYO Trattamento del tandem

Usui era solito terminare ogni trattamento terapeutico da lui effettuato con questa tecnica che si esegue in tal modo: si appoggia una mano sul tandem (2° chakra) per qualche minuto e l'altra mano va posto sotto il dorso nella posizione corrispondente.

Una variante di questa tecnica, che la completa e l'arricchisce è il GEDOKU HO:

GEDOKU HO

Mantenere la posizione delle due mani sopra e sotto il tandem per circa 13 minuti visualizzando nel contempo, con la massima creatività possibile, l'eliminazione di tutte le scorie e le tossine dall'organismo.

Ad esempio: un grande aspirapolvere che attira a sé tutto lo sporco e le impurità trasportandole lontano per disperderle poi in un luogo inaccessibile e purificando poi tutto l'organismo con un fascio di luce apportatrice di benessere, salute ed armonia.

NADETE CHIRYO-HO strofinamento con i palmi

Dopo aver energizzato i palmi richiamando i simboli di secondo livello, si picchietta delicatamente sulle parti doloranti, dove si sente il ristagno di energia. Una volta liberata dalla zona interessata, il riequilibrio dovrebbe portare sollievo.

OSHITE CHIRYO-HO trattamento di pressione con la punta delle dita.

In questo caso invece di adoperare i palmi si adoperano le punte delle dita

SHUDAN-REIKI-HO è un modo di fare reiki in gruppo.

I reiker si dispongono in gruppo sintonizzandosi con i simboli ed inviandoli ad un unico obiettivo.

HATSU REI HO meditazione.

LA SCATOLINA DELLE INTENZIONI Scegliere una scatolina di gradimento inserire in essa una lista di intenzioni in numero non superiore a 10.

Prendere la scatolina tra le mani ed imprimere i simboli **cho ku rei – hon sha ze sho nen** ripetendo il mantra mentalmente tre volte per ognuno.

È possibile stabilire un tempo energetico indicandolo con il giorno l'ora il mese e l'anno.

TECNICHE DI EMOSCAMBIO E DEPURAZIONE DEL SANGUE

Queste tecniche vengono descritte nel manuale di C. Hayashi, si concentrano sulla stimolazione di alcuni meridiani (vescica, vescicola biliare e vaso governatore) che regolano la formazione dei globuli rossi, inoltre stimolano il processo di disintossicazione e pertanto è consigliabile il loro uso al completamento di ogni trattamento terapeutico.

Se ne conoscono tre varianti

KETEUKI KOKAN Emoscambio favorisce la formazione di nuovi globuli rossi e vengono eliminati i globuli rossi invecchiati.

Il reiker poggia una mano all'inizio della colonna vertebrale e con l'altra mano esegue un movimento strofinatorio che parte dalla sommità della colonna fino al coccige. Tale movimento, fluido e carezzevole, deve essere ripetuto 15 volte. Alla fine le due mani dell'operatore indugiano una alla sommità della colonna, l'altra alla base per circa mezzo minuto.

HANSHIN KOKETSU Tecnica di depurazione parziale.

Il reiker esegue per 15 volte un movimento strofinatorio che parte dalle spalle fino alla punta delle dita e poi dall'anca fino alle punte dei piedi.

ZENSHIN KOKETSU Tecnica di depurazione totale. Si trattano le posizioni della testa, del torace e dell'addome, mantenendo le posizioni storiche.

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

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

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

Stupa e corpo



Vuoto/Spirito/Divinità
Blu
L'Assoluto
La nona Coscienza
Illuminazione
Raku

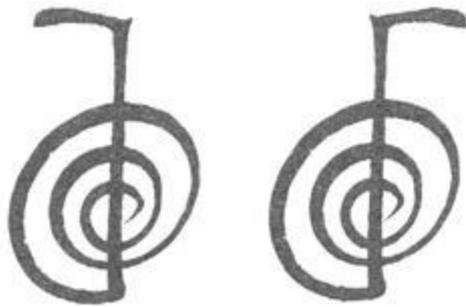
Vento
Nero
Nirvana
I cinque sensi
Corpo Spirituale
Dai-Ko-Myo

Fuoco
Rosso
Illuminazione
Mente
Corpo Mentale
Hon-Sha-Ze-Sho-Nen

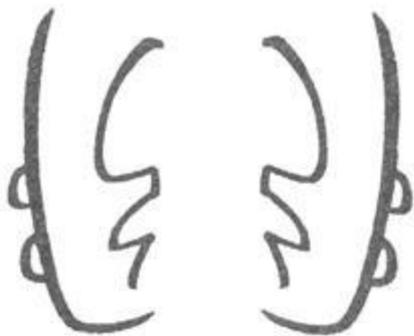
Acqua
Bianco
Pratica
La «mente appassionata»
Corpo Emozionale
Sel-He-Ki

Terra
Giallo
Il Risveglio iniziale
La Coscienza «magazzino»
Corpo Fisico/Eterico
Cho-Ku-Rei

Simboli doppi



Cho-Ku-Rei
Senso orario



Sei-He-Ki



Hon-Sha-Ze-Sho-Nen
Fianco a fianco, uno compare leggermente
dietro l'altro

I simboli e loro rappresentazioni

CHO KU REI

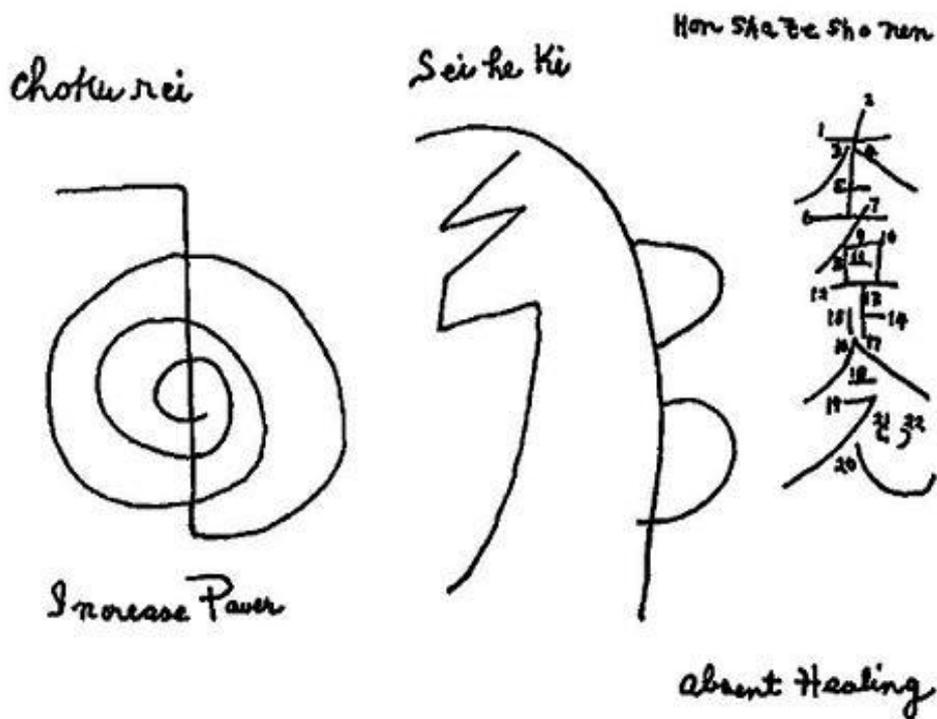
Energia vieni qui. È il sigillo di qualsiasi tecnica mentale, si può tracciare e visualizzare, come già precedentemente detto sia in senso orario che antiorario. È considerato l'interruttore dei tre simboli perché accende l'energia.

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

HON SHA ZE SHO NEN

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

Simboli disegnati da Takata



Simboli non reiki

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

RAN SEI

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

ANTAKARANA

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

YOD

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

Simboli non Reiki



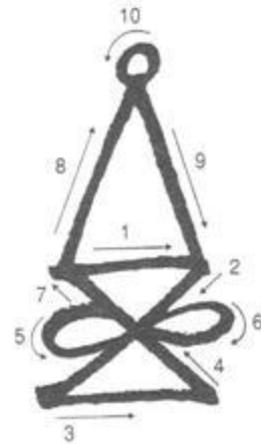
Johre
Luce bianca



Long Say
Negatività, infezione



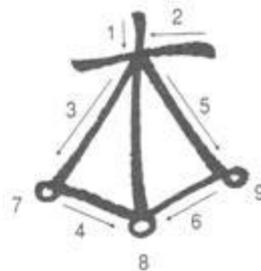
Zonar
Infinito, atemporalità, eternità. Ideale per operare su vite passate e problemi karmici e interdimensionali



Halu
Amore, verità, bellezza, armonia, equilibrio e Raggio Curativo intenso. È lo Zonar potenziato. La piramide alta è simbolo di grande energia mentale



Len So My
Amore Puro



Harth
Amore, verità, bellezza, armonia, equilibrio. È il simbolo del Cuore da cui provengono guarigione ed amore. È una piramide tridimensionale



Yod
Quando lo disegnatte, tracciate semplicemente la grande U, simbolo delle mani di Dio (in cui scorre l'Arca dell'Alleanza). Non possediamo tale energia, ma ne siamo custodi



RAN SEI



L'ANTAKARANA



LONG SAY



YOD



OM

Simboli non Reiki



Sa



Om



To



Hung



Terzo Occhio

Cuore

Pelvi



Simbolo del
Maestro del Palmo



Ga



Ozra

Le meditazioni - Gassho e Hatsu Rei

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

Le meditazioni insegnate da Usui Sensei:

Gassho, è la più semplice.

Hatsu Rei, si compone di nove passaggi, ognuno dei quali ha un effetto particolare e mirato al fine di sviluppare e sensibilizzare un miglior contatto con l'energia. Inoltre, una delle sue fasi contiene al suo interno anche la meditazione Gassho.

Gassho, significa <mani giunte>. Usui nei suoi insegnamenti riteneva di fare questa meditazione due volte al giorno: mattina e sera.

Come si esegue la meditazione Gassho:

- Siediti con gli occhi chiusi e le mani giunte davanti al petto, con il dito indice che tocca il mento; porta la tua attenzione al punto dove si incontrano le tue dita medie.
- Mantenendo l'attenzione al punto dove si incontrano le tue dita, inizia a respirare lentamente nella pancia.
- Se arrivano dei pensieri, non trattenerli, ma osservali semplicemente come se appartenessero al qualcun altro e concentrati sempre sul dito medio.

Come si esegue la meditazione Hatsu rei -ho

- Siediti comodo nella posizione che preferisci rilassati e chiudi gli occhi. Focalizza la tua attenzione sull'Hara o tan-dien che si trova a 3 cm sotto l'ombelico. Poniti le mani sul grembo con i palmi delle mani rivolti verso il cielo, oppure poni le mani con un dito sull'ombelico
- Ripeti mentalmente :Adesso faccio Hatsu Rei
- Poni la tua mano destra sulla spalla sinistra, traccia diagonalmente verso il basso una linea attraverso il torace, fino all'anca destra. Durante questo movimento ESPIRA. Ripeti la procedura con l'altra mano sull'altra spalla. Poni la mano destra, alla sommità del braccio sinistro. Passala giù, fino alla punta delle dita. Durante questo movimento ESPIRA. Ripeti la procedura con l'altra mano sull'altro braccio. Ripeti nuovamente la procedura sul lato sinistro.
- Connessione a Reiki: stendi le braccia in alto verso il cielo. Sintonizzati con l'energia reiki visualizza la luce bianca di Reiki che scorre nelle tue mani e nel tuo intero corpo. A mano a mano che diventi consapevole del flusso di Reiki abbassa le braccia.
- Poni le mani sul grembo con i palmi rivolti verso il cielo e respira attraverso il naso. Concentrati sull'Hara, inspirando, visualizza la luce bianca di Reiki che entra dal chakra corona e scende fino all'Hara. Senti l'energia espandersi in tutto il tuo essere. Espirando, visualizza la luce che ha riempito il tuo essere che si espande all'esterno attraverso la pelle, all'infinito in tutte le direzioni.
- Inspira attraverso le mani e visualizza la luce di Reiki che scorre attraverso le mani fino all'Hara. Senti l'energia che aumenta e si accumula nell'Hara. Espirando, visualizza l'energia accumulata nell'Hara che irradia attraverso le mani.
- Porta le mani sopra al cuore in posizione Gassho e Ripeti mentalmente Ho finito Hatsu Rei

Meditazione di Atisha

Il percorso Reiki è un sentiero verso la consapevolezza. Reiki è un dono dell'esistenza, come terapia meditativa efficace per mettere in comunicazione il corpo con la consapevolezza. I Maestri di luce ci suggeriscono che la trasmissione dell'Energia Universale, avvenga attraverso il centro del cuore, per facilitare ciò usiamo la meditazione di Atisha.

Cosa è la meditazione del cuore di Atisha

Il dolore deve essere compreso e accettato. Avendone paura, lo evitiamo per quanto possibile e questo è il motivo per cui molti di noi evitano il cuore e vivono sospesi nella testa. Con l'impegno del cuore proviamo le sofferenze della vita ma anche i piaceri. L'agonia è la soglia da cui entra l'estasi, se ne siamo consapevoli accettiamo il dolore come benedizione, a quel punto la qualità del dolore e anche la sua intensità...cambia. Noi non siamo più in contrasto con il dolore, non c'è più antagonismo e il dolore si scioglie diventa un fuoco purificatore. Prende forma una trasformazione e si innesca un processo in cui già che è vecchio se ne va per lasciare posto al nuovo, la mente scomparirà e il cuore sarà la nostra forza.

Meditazione di Atisha

Quando ispiri ascolta attentamente e pensa di ispirare le infelicità e le miserie del mondo e lascia che tutto ciò venga assorbito dal cuore.

Quando espiri ispira tutta la gioia che hai e pensa alla beatitudine e alle benedizioni che puoi donare.

Nel momento in cui assorbi le sofferenze del mondo, il cuore le trasforma in energia. Il cuore assorbe l'infelicità e la trasforma in felicità.

Inspira tutte le infelicità e le miserie del mondo, lascia che il cuore faccia la sua parte

Espira la gioia dal cuore e pensa alla felicità e alle benedizioni che puoi donare

Inspira

espira

inspira espira

inspira

espira

inspira

espira

Nota.Lama Atisha (982 - 1054) nacque come principe nel Bengala, in India orientale. Divenne il più colto studioso del Monastero Nalanda, in India, la più grande Università di filosofia buddhista dell'epoca. A causa della sua grande compassione verso il popolo tibetano, Lama Atisha si recò in Tibet nel 1042 per rinnovare il buddhismo trasmettendo un lignaggio ininterrotto di insegnamenti del Buddha al popolo tibetano. Egli contemplò le tre ruote del Dharma in un ordine logico, delineandole con disposizione lineare e graduale. Ciò le rese pertanto comprensibili e praticabili da chiunque desideri seguire il percorso del Buddha, indipendentemente dal proprio livello di sviluppo. Il Grande Maestro indiano Atisha oltre al magistero proprio del Buddha, portò con sé in Tibet le ancora viventi tradizioni orali inerenti gli insegnamenti dei suoi stessi eminenti Maestri spirituali di ininterrotti lignaggi riguardanti sia il metodo che la sapienza, tramandati attraverso Asangha, Nagarjuna e molti altri grandi eruditi indiani. Dharma in sanscrito riveste numerosi significati: Dovere, Legge cosmica, Legge Naturale. Oppure: il modo in cui le cose sono. Oppure come equivalente del termine occidentale "Religione". La parola Dharma è usata nella maggior parte delle filosofie o religioni orientali.

Mani nell'infinito

Grande quantità di energia esce dai palmi delle mani, in minore quantità si registra sulla punta delle dita. Sotto le nostre ascelle si trova un punto importante del meridiano del cuore. La posizione delle mani nell'infinito consente di far fluire una maggior quantità di energia e si ottiene una centratura più veloce.

Le braccia incrociate sul torace con le dita sotto le ascelle opposte, descrivono il numero 8 in orizzontale. Questo numero è il simbolo dell'infinito che prende consistenza all'altezza del 4° chakra ovvero il chakra del cuore.

L'infinito significa: unione circolazione dell'energia

E' una posizione ottimale per l'uomo perché lo preserva dall'infarto e per la donna come prevenzione al seno.

Le braccia nella posizione dell'infinito equivalgono alle gambe in posizione del loto. Lo stesso simbolo è descritto dalle orbite degli occhi. Prendiamo come esempio gli occhi del Buddha

Nella iconografia cristiana gli angeli sono rappresentati con due ali che si dispiegano dalle scapole, 4° chakra: solo dopo aver integrato le polarità opposte possiamo volare verso il divino.

MIKAO USUI - FONDATORE LIGNAGGIO REIKI USUI RYOHO

Iscrizione funebre sulla tomba di Usui



"Chi impara seriamente (si intenda attraverso esercizi meditativi) e lavora con dedizione su se stesso per migliorare il proprio corpo e il proprio spirito e per diventare una persona migliore è un uomo di grande spirito. Gli uomini che utilizzano questo grande spirito per il bene della società, per indicare la retta via a molte persone e per fare del bene si chiamano maestri. Uno di questi maestri era il dr. Usui. Egli insegnò agli uomini il Reiki universale. Innumerevoli persone vennero da lui e lo pregarono di insegnare loro la grande via del Reiki e di guarirli. Il suo nome era Mikao, il suo secondo nome Gyoho. Nacque a Yago, un villaggio nel distretto Yamagata, nella prefettura Gifu. Il nome dei nonni era Tsunetane Chiba, quello di suo padre Uzaemon e il cognome di sua madre Kawaii. Egli venne al mondo nel primo anno dell'era-Keio, chiamato Keio Gunnen (1865), il 15 agosto. Dotato di capacità straordinarie imparò molte cose. Da adulto, per potervi studiare, visitò molti paesi occidentali e anche la Cina. Sebbene fosse un uomo grandioso con abilità emergenti, conobbe anche la sfortuna. Tuttavia non si arrese e continuò tenacemente il suo apprendimento. Un giorno si recò sul monte Kurama per ritirarsi nella meditazione e digiunò per 21 giorni. Dopo questi 21 giorni percepì in sé la grande energia Reiki e da allora imparò tutto sul sistema Reiki. Innanzitutto usò Reiki su se stesso e dopo lo sperimentò sulla sua famiglia; ottenendo un buon effetto sui più svariati malanni decise di condividerlo anche con molti altri. Per far conoscere il Reiki e per renderlo accessibile al pubblico, aprì una clinica a Harajuku, Aoyama, Tokyo nell'aprile del decimo anno dell'era-Taisho (1921). Diresse dei seminari ed effettuò delle sedute di cura-Reiki con molte persone. Innumerevoli persone si recarono da lui e facevano la fila davanti alla sua abitazione per poter essere curate. Nel settembre del dodicesimo anno dell'era-Taisho (1923) il devastante terremoto di Kanto sconvolse Tokyo. Migliaia furono i morti, i feriti e gli ammalati. Il dr. Usui, con il cuore colmo di dolore, cominciò a curare in tutta la città le numerose vittime del terremoto. Ben presto la sua clinica divenne troppo piccola cosicché, nel febbraio del quattordicesimo anno dell'era-Taisho (1925), si trasferì fuori città, a Nakano, dove edificò una clinica nuova. La sua fama si propagò presto in tutto il Giappone e venne invitato in molti villaggi del Paese. Una volta si recò a Kure, un'altra nella prefettura di Hiroshima e poi in quella di Saga e a Fukuyama. Durante il suo soggiorno a Fukuyama si ammalò e morì all'età di 61 anni, il 9 marzo del quindicesimo anno dell'era-Taisho (1926). Il nome di sua moglie era Sadako e il suo cognome da nubile era Suzuki. Avevano un figlio e una figlia. Il figlio, Fuji Usui, diresse l'attività familiare dopo la morte del dr. Usui. Il dr. Usui era molto cordiale, semplice e umile, il suo corpo era sano e ben proporzionato. Non si vantava mai e aveva sempre il sorriso sulle labbra, ma non appena aveva delle difficoltà dimostrava ciò che stava in lui. Era un uomo assai attento. Sotto molti punti di vista era un'anima estremamente virtuosa. Leggeva volentieri e disponeva di vaste conoscenze nell'ambito della psicologia, della medicina, della veggenza e della teologia di tutte le religioni. L'esperienza di un'intera vita dedicata all'apprendimento e alla raccolta di informazioni lo hanno forse aiutato a ricevere e a comprendere il Reiki. Lo scopo principale del Reiki non è solo la guarigione delle malattie, quanto piuttosto il rafforzamento di tutti i talenti naturali disponibili, l'equilibrio dello spirito, la salute del corpo e conseguentemente il raggiungimento della fortuna. Per portare ciò agli altri bisognerebbe seguire i cinque principi dell'imperatore Meiji e interiorizzarli profondamente nel proprio cuore. Recitate questi principi ogni mattina e ogni sera: oggi non ti arrabbiare, non ti preoccupare, sii grato, lavora sodo (su di te) e sii gentile verso il tuo prossimo. L'obiettivo finale consiste nel comprendere l'antichissimo metodo segreto per attirare a sé la fortuna e per scoprire così un procedimento di guarigione valido in generale contro molte malattie. Quando si seguono questi straordinari principi si raggiunge lo spirito silenzioso degli antichi saggi. Per divulgare il sistema Reiki è importante cominciare da un luogo vicino (voi stessi); non cominciate con cose come la filosofia e la logica, che forse sono distanti da voi. Create il silenzio e sedete ogni mattina e ogni sera, con le mani incrociate sul petto, nella posizione Gassho o Namaste. Sentite gli straordinari principi, siate limpidi e calmi. Lavorate sul vostro cuore e tirate fuori le cose dallo spazio silenzioso in voi. Poiché Reiki comincia profondamente in voi stessi, ognuno lo può esercitare. Il mondo si trasforma rapidamente, le filosofie cambiano, ma se il Reiki potrà essere diffuso su tutta la terra, esso toccherà i cuori

degli uomini e la morale della società. Aiuterà molte persone non solo a guarire le malattie, ma anche la terra. Più di duemila persone impararono il Reiki dal dr. Usui. Alcuni lo impararono dai suoi allievi con maggiore anzianità di servizio, cosicché appresero il Reiki anche molte persone che risiedevano in luoghi distanti. Anche ora, dopo la morte del dr. Usui, il Reiki continuerà a diffondersi a lungo. È una benedizione aver appreso il Reiki da lui, aver fatto esperienza della sua grandezza e avere la capacità di ritrasmetterla. Molti degli allievi del dr. Usui si sono riuniti per erigere questo monumento nel cimitero del tempio Saihoji, nel distretto Toyotama. Io sono stato invitato a scrivere queste parole, affinché la sua grandiosa opera continui. Stimolo il suo lavoro nel modo più profondo e voglio dire a tutti i suoi allievi che mi sento onorato di essere stato prescelto per questo compito. Mi auguro che molte persone capiscano quale grandioso servizio abbia reso al mondo il dr. Usui per gli anni che verranno”.

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

TAVOLE FUORI TESTO

IL PITTOGRAMMA REIKI -SIMBOLO KANJI



Lo spirito di Dio



-Il Cielo

-La pioggia che cade



-La bocca e le sue parole

L'anima



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

La materia



-Il vapore

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

Il pittogramma Reiki

Reiki è espressione giapponese nei due Kanji di cui si compone. Non si tratta di ideogrammi ma di pittogrammi.

Significato:

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

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

Il simbolo emana una fortissima energia.

The image shows the ancient Japanese Kanji for Reiki, written in a highly stylized, calligraphic font. The top character is composed of a rain cloud (雨) and a spirit (靈), and the bottom character is composed of a spirit (靈) and a breath (氣).

Versione antica

The image shows the modern Japanese Kanji for Reiki, written in a simpler, more standardized font. The top character is composed of a rain cloud (雨) and a spirit (靈), and the bottom character is composed of a spirit (靈) and a breath (氣).

Versione moderna

Gli ideogrammi giapponesi si sono sviluppati da quelli cinesi. Per secoli la Cina è stata un modello culturale e religioso per il Giappone, anche nell'antichità i giapponesi tendevano a rapinare altre culture, adattandole poi alle proprie esigenze.

Ecco due definizioni

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

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

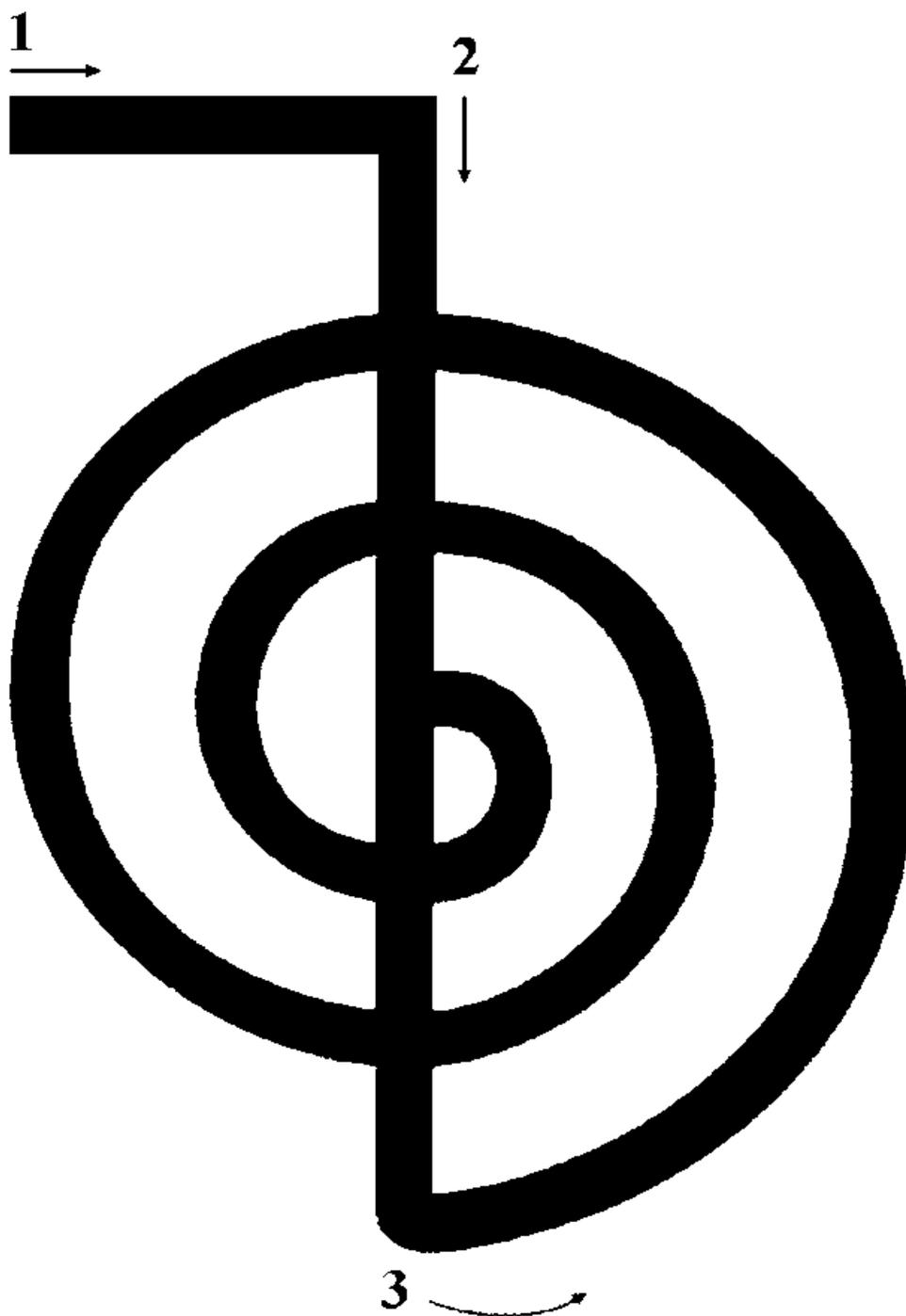
Qui di seguito vengono elencati alcuni usi

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

SIMBOLI REIKI SECONDO LIVELLO

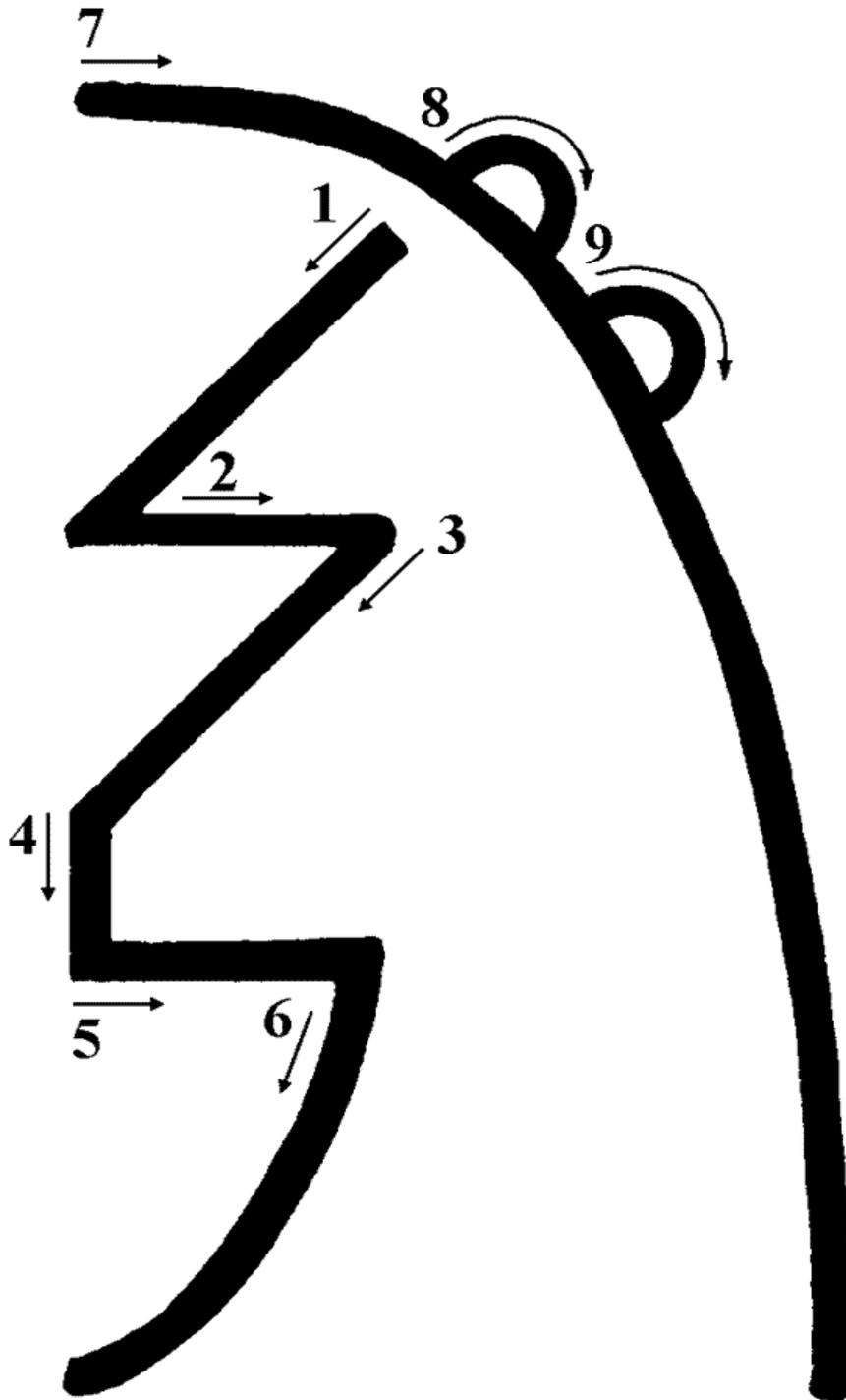
1° simbolo

Choku Rei è potere, azione, rforza, è lo strumento centrale della disciplina. Esso viene considerato sia nel metodo di Usui, sia nel metodo Karuna. Il significato occidentale è il seguente: energia vieni qui. È il simbolo di comando, accende l'energia.



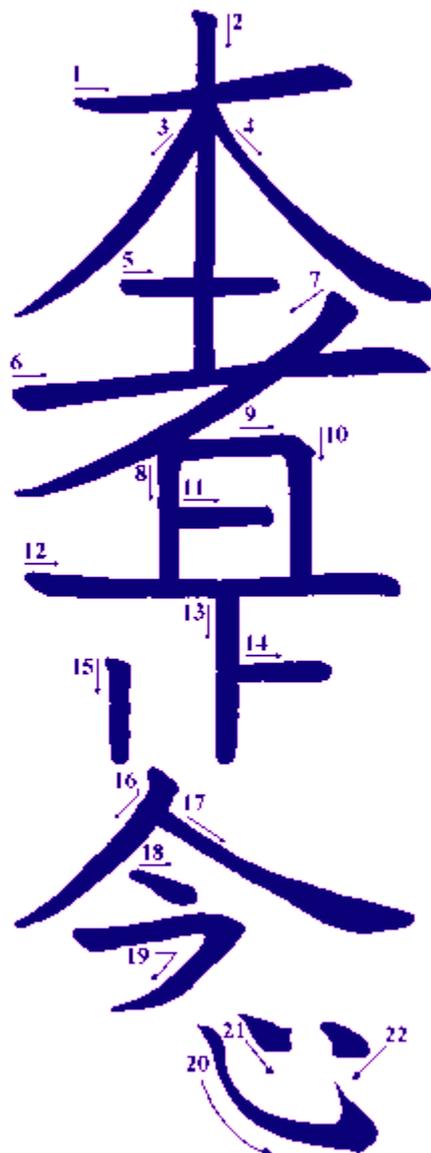
2° simbolo

Sei Heki, <io ho la chiave> predispone alla pace, all'armonia, all' equilibrio. È un simbolo molto sensibile e cattura le emozioni. È importante stare bene in salute quando lo usiamo.



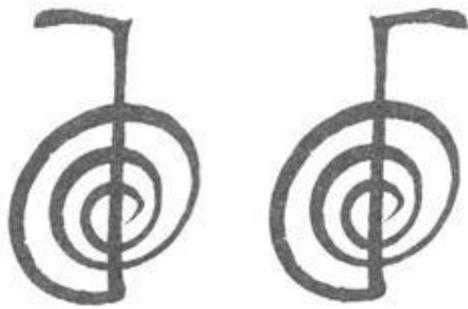
3° simbolo

HON SHA ZE SHO NEN, richiama una giusta direzione, una unione, una origine; questo simbolo viene usato per stabilire una connessione con gli altri. Questo simbolo si usa per fare reiki a distanza. In occidente è tradotto in questo modo: il Buddha che è in me saluta il Buddha che è in te, oppure la divinità che è in me saluta la divinità che è in te

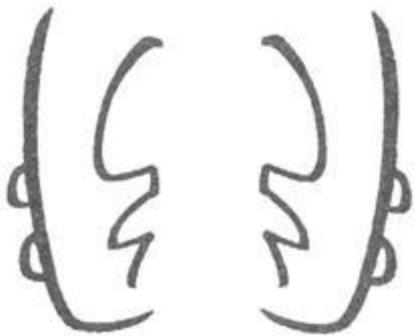


SIMBOLI DEL SECONDO LIVELLO USATI DOPPI

Simboli doppi



Cho-Ku-Rei
Senso orario



Sei-He-Ki



Hon-Sha-Ze-Sho-Nen
Fianco a fianco, uno compare leggermente
dietro l'altro

- **Il primo simbolo** visualizzato doppio, in senso orario e antiorario, facilita le manifestazioni.
- **Il secondo simbolo** visualizzato doppio e capovolto, integra i due emisferi cerebrali.
- **Il terzo simbolo** è quello più generoso nelle sue varianti, è finalizzato a trasmettere una immagine; appare come un'alta piramide, ricorda il corpo umano. In Occidente è noto come la *pagoda*, rappresentazione tantrica dei chakra o dei cinque elementi sotto forma di statua o edificio (Stupa). Al di là dei suoi significati, questo simbolo cura passato, presente e futuro. È impiegato nella guarigione del karma.

I simboli colorati

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

- per le guarigioni si usano i simboli visualizzati di colore azzurro
- per aumentare le vibrazioni energetiche si visualizzano i simboli di colore rosso
- per la quiete, la pace, l'ispirazione si visualizzano simboli dorati



- per intensificare le vibrazioni sul lavoro intellettuale si visualizzano i simboli di colore verde e giallo

SIMBOLI NON REIKI
VENGONO ASSORBITI DALLO SGUARDO
E SI POSSONO USARE NEL 2° LIVELLO



RAN SEI



L'ANTAKARANA



LONG SAY



YOD



OM

Simboli non Reiki



Sa



Om



To



Hung



Terzo Occhio

Cuore

Pelvi



Simbolo del
Maestro del Palmo



Ga



Ozra



Hawayo Takata & Phyllis Lei Furumoto

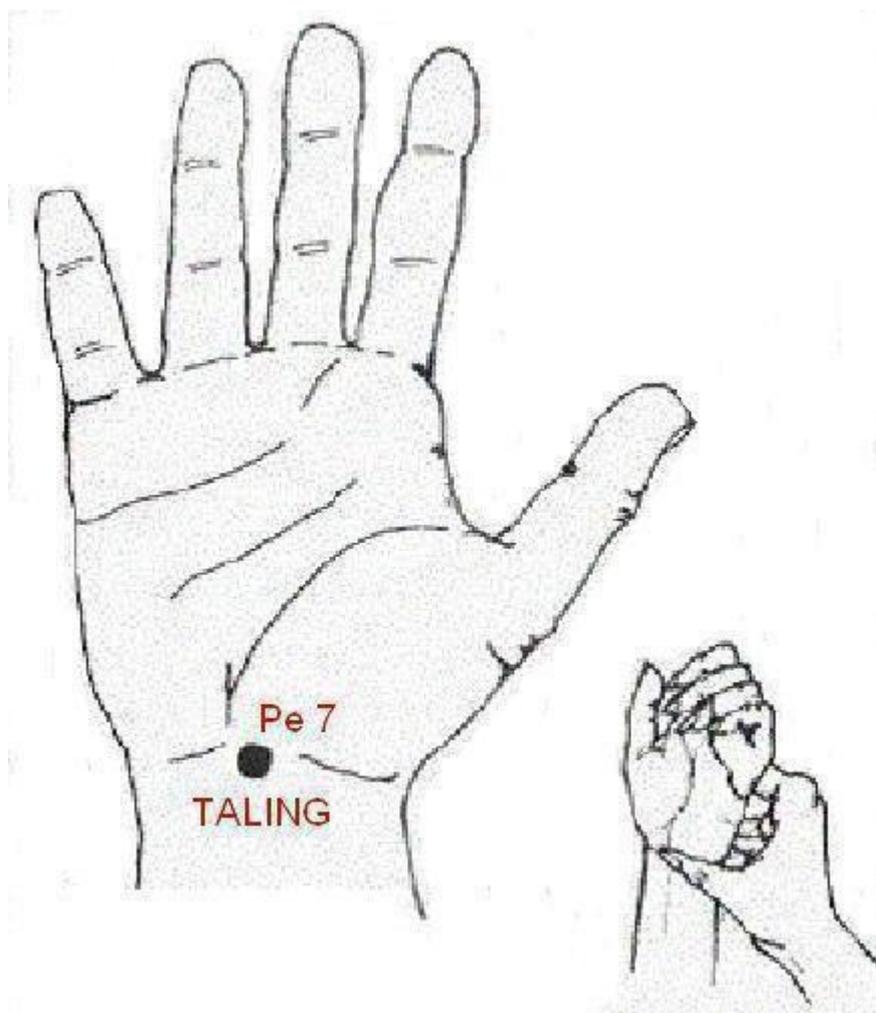
Importante equilibrare le mani tutti i giorni



Al mattino alzati dal letto 11 minuti prima, e giorno dopo giorno scoprirai che dove c'era un problema oggi c'è un progetto di vita, una pianificazione.

- **POLLICE**. Stomaco e Milza, si relazionano con le preoccupazioni (un bebè che si succhia il pollice in ogni momento potrebbe già così piccolo essere ansioso) agisce a livello della pelle, aiuta alla digestione mentale e fisica.
- **INDICE**: Riguarda le Paure. Si relaziona con i muscoli . Organo Udito/ Reni e Vescica (siamo paralizzati, non siamo capaci di restare in piedi).
- **MEDIO**: Riguarda la rabbia, l'ira. Organi con cui si relaziona Fegato e Cistifellea, occhi, il sangue e l'equilibrio.
- **ANULARE**: Organi polmoni e intestino crasso. Pelle. Emozione tristezza. Capacità di prendere decisioni.
- **MIGNOLO**: Organi cuore e intestino tenue. Fingere di essere una persona diversa a quella che sei veramente. Piange dentro e ride fuori.
- **CENTRO DEL PALMO DELLA MANO**: Raduna tutto quello ch'è stato detto prima. Premendo o schiacciando il centro del palmo della mano si possono realizzare tante cose immediatamente. E' in relazione col diaframma e la respirazione. Scoprirai che la tua attenzione va solo dove c'è l'opportunità di crescita personale per te!.

La calma



Premendo< il punto 7> si ottiene un stato di rilassamento in tutta la persona, le ombre spariscono e la mente si fa serena.

Sommario

Nota dell'A.	5
Il mio Reiki	6
Il secondo livello Reiki e la segretezza dei simboli (Shirushi)	8
I simboli	9
Distinzione dei tre simboli	12
Visualizzare una bolla e rinforzarla	14
Trattamento mentale a contatto	15
Trattamento a distanza	15
Trattamento a distanza a più persone contemporaneamente	16
Autotrattamento	16
Scanning / Beaming	17
Trattamento programmato nel tempo	17
Altri modi di trattamento	17
Tecnica delle tre posizioni	18
Il Bambino Interiore e i simboli di 2° livello	19
Protezione personale con i simboli di secondo livello	19
Purificazione di un ambiente	20
Colorare un ambiente	20
Kenyoku o Bathing secco (spazzolata)	20
Griglia della manifestazione	21
Seikeki Chiryō Tecnica per il trattamento delle abitudini	21
Guardare intensamente	22
Trasformazione dell'energia negativa	22
Tecnica di disintossicazione	22
Il tocco olistico	23
Soffio Reiki	23
Sfregamento energetico delle mani	23
Altri metodi	23
I simboli usati doppi / loro impiego in altri modi/ Lo stupa	25
I simboli e loro rappresentazioni	28
Simboli non reiki	29
Le meditazioni - Gassho e Hatsu Rei	33
Atisha	34
Mani nell'infinito	35
MIKAO USUI - FONDATORE LIGNAGGIO REIKI USUI RYOHO	36
Tavole fuori testo	38
Notizie sull'A.	57

Notizie sull'A.



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

Titoli Pubblicati in cartaceo

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

Ebook

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

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