

ANASTASIA MISZCZYSZYN  
ALESSANDRA MASSEGLIA

# REI-KI

ENERGIA D'AMORE  
TRA LE MANI

  
De Vecchi

# REI-KI

ENERGIA D'AMORE  
TRA LE MANI

ANASTASIA MISZCZYSZYN  
ALESSANDRA MASSEGLIA

# REI-KI

ENERGIA D'AMORE  
TRA LE MANI

  
De Vecchi

Le autrici ringraziano i maestri di Re-ki che con le loro riflessioni, scoperte ed esperienze hanno reso possibile e viva la stesura del testo. Il progetto è stato seguito da Anastasia Mischyszyn collaborando e confrontandosi con Alessandra Masegla, che è autrice del capitolo *Il dono del Re-ki*. I capitoli *La scienza e l'energia*, *Il campo energetico* ed *Esperienze di Re-ki* sono frutto del lavoro di Anastasia Mischyszyn (conosciuta nel 1995 come Udgatri).

Illustrazioni © Shutterstock a eccezione delle seguenti:

Archivio Giunti, pp. 21, 22, 23, 24, 25

Copertina: elaborazione grafica da © stock.adobe.com

L'Editore si dichiara disponibile a regolare eventuali spettanze per quelle immagini di cui non sia stato possibile reperire la fonte.

### *Avvertenza*

Il contenuto di questo libro ha valore informativo. La scelta e la prescrizione di una terapia come di un piano dietetico spettano al medico curante, che solo può valutare eventuali rischi collaterali (quali intossicazioni, intolleranze e allergie). Notizie, preparazioni, ricette, suggerimenti contenuti in questo volume hanno carattere informativo e non terapeutico.

Per informazioni e segnalazioni:

[info.devecchi@giunti.it](mailto:info.devecchi@giunti.it)

[www.giunti.it](http://www.giunti.it)

© 2006, 2024 Giunti Editore S.p.A.

Via Bolognese 165 - 50139 Firenze - Italia

Via G.B. Pirelli 30 - 20124 Milano - Italia

ISBN: 9788841268728

Ultima edizione digitale: luglio 2024



PRO.DIGI GIUNTI  
FESTINA LENTE



# SOMMARIO

Introduzione..... 7

## IL DONO DEL REI-KI

Le origini storiche del Rei-ki..... 10

Breve introduzione alla pratica..... 18

    Primo livello..... 18

    L'equilibrio dei *chakra*..... 26

    Autotrattamento..... 26

    Secondo e terzo livello..... 27

## LA SCIENZA E L'ENERGIA

Gli interrogativi più frequenti..... 32

Due modi diversi di conoscere..... 34

Nel cuore della materia..... 39

L'incredibile unicità della vita..... 43

Guardando verso Oriente..... 48

La relatività del tempo..... 52

Centrarsi nell'essere è guarire..... 56



## IL CAMPO ENERGETICO

Procedure e strumenti di ricerca.....	60
Il corpo eterico.....	64
Il corpo astrale.....	68
Il corpo mentale.....	73
I corpi spirituali.....	80

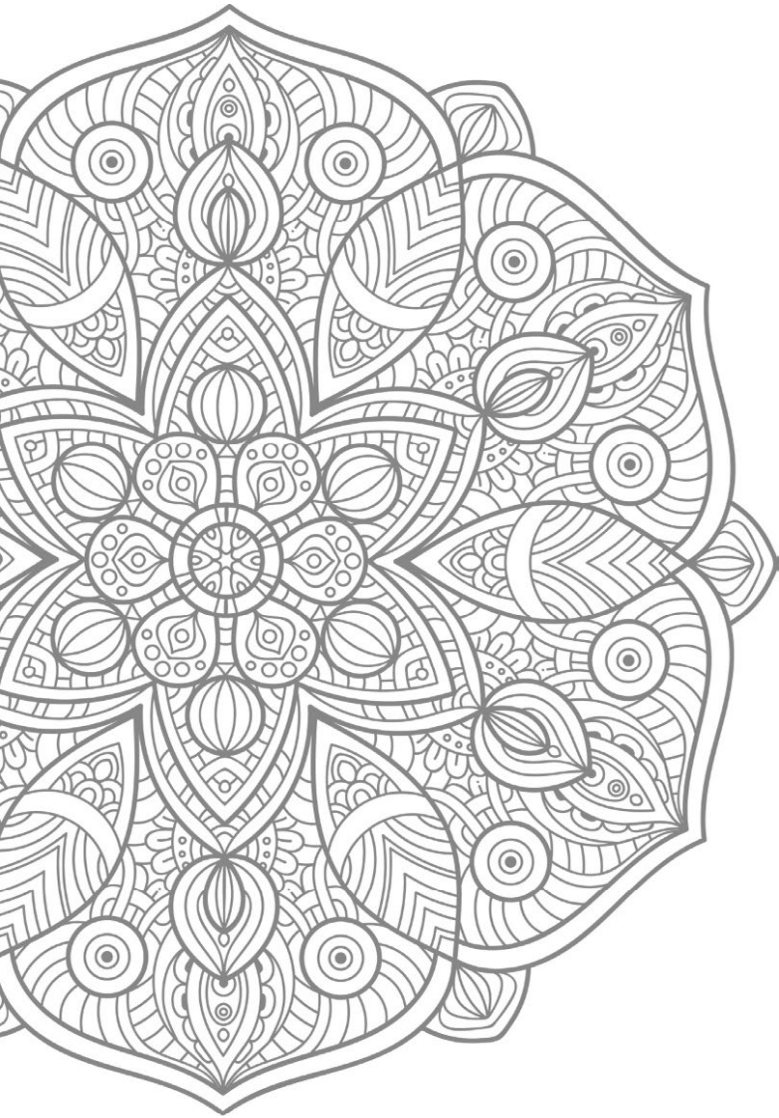
## ESPERIENZE DI REI-KI

Dentro l'esperienza Rei-ki.....	88
Swam Anand Ajad: "energia intelligente".....	90
Benajir: canali tra terra e cielo.....	96
Devanando: siamo guaritori quantici.....	106
Gyanprem: Osho Neo Rei-ki.....	116
Note.....	127

# INTRODUZIONE

Quando ci è stato proposto di realizzare un libro sul Rei-ki, abbiamo pensato a modalità diverse da quelle di un manuale e di far conoscere l'effetto che ha sulle persone, sul loro modo di sentire e di pensare; mettere a confronto prospettive diverse piuttosto che un'unica impostazione; comunicare anche gli interrogativi, le questioni aperte, i dubbi e le risposte che emergono da una sperimentazione concreta, non solo un insegnamento teorico.

Il nostro obiettivo è stato quello di fornire le informazioni necessarie per potersi orientare nel mondo del Rei-ki e valutare l'efficacia dei trattamenti, l'operato dei maestri e dei praticanti. Speriamo di essere riuscite a inquadrare il Rei-ki nel contesto delle discipline orientali cui appartiene e di essere riuscite a stimolare l'interesse per intraprendere un'esplorazione scientifica dei suoi effetti. La scelta di intervistare un campione omogeneo di maestri che operano da un'angolazione specifica ha consentito lo sviluppo di un discorso organico sul significato, sulle modalità e sulle caratteristiche distintive di quel fenomeno chiamato "guarigione spirituale", che non vuole essere confuso con la terapia. Quando ci siamo avvicinate al Rei-ki, l'ostacolo più grande da superare è stato riuscire a credere che funzionasse, credere che una "cosa" che passava attraverso di noi potesse fare bene a qualcuno e abbiamo riconosciuto che il Rei-ki crea tra gli uomini un'uguaglianza non nelle debolezze, ma nella capacità di dare sollievo alle sofferenze proprie e altrui, rimettendo nelle nostre mani un grande potere e nello stesso tempo una grande responsabilità. Il Rei-ki ci costringe ad ampliare i nostri orizzonti sulle potenzialità effettive dell'essere umano, a confrontarci con il fatto che la grandezza e la dignità sono insite nella nostra natura. È questo, per noi, uno dei più bei messaggi del Rei-ki: *la capacità di guarire appartiene a tutti; se vuoi avvicinarti, anche le tue mani possono.*







# IL DONO DEL REI-KI

SOLO PER OGGI:  
NON TI ARRABBIARE,  
NON TI PREOCCUPARE,  
SII UMILE E ONESTO  
NEL TUO LAVORO,  
SII COMPASSIONEVOL  
VERSO TE STESSO  
E GLI ALTRI.

Mikao Usui



# LE ORIGINI STORICHE DEL REI-KI



**Il Rei-ki fu riscoperto verso la metà del XIX secolo dal monaco giapponese Mikao Usui e diffuso in Occidente dalla grande Maestra Hawayo Takata. Da allora, di Maestro in Maestro, questa pratica semplice e preziosa è arrivata fino a noi.**



Nel corso dei secoli gli uomini sono stati protagonisti di “miracoli”, cambiamenti e guarigioni a opera di un’Energia che è stata chiamata con nomi diversi nelle varie culture e tradizioni religiose. Il *Prana* degli Indù, il *Ka* degli Egizi, il *Qi* dei Cinesi, lo Spirito Santo dei Cristiani sono in fondo espressioni della stessa Energia, che si manifesta attraverso rituali differenti. Ed è sempre stata patrimonio di pochi eletti, sciamani o sacerdoti la conoscenza di gesti, parole, segni in grado di evocare quella forza d’amore capace di curare il corpo e lo spirito, di operare trasformazioni con la stessa semplicità con cui ogni giorno un fiore dischiude i suoi petali; quotidianamente siamo spettatori a volte inconsapevoli di eventi naturali e nello stesso tempo “straordinari”.

Se riuscissimo a cogliere il “miracolo” che ogni giorno si compie, forse avremmo più rispetto per tutto ciò che ci circonda e che, invece, con indifferenza e con disprezzo calpestiamo. Se

riuscissimo a entrare in armonia con l'universo, a riprendere contatto con quella forza che è alla base della creazione, quell'Energia vitale che tutto permea, solo allora potremmo sperare in un futuro per noi e per i nostri figli, in un cambiamento che possa salvare l'umanità.

Le parole del poeta G. Spanier Rawlings sono un richiamo a compiere quei passi verso una maggiore consapevolezza, per scoprire dentro di noi la luce della coscienza, per cogliere l'unione con il divino. Lungo questo non facile cammino, l'incontro con il Rei-ki può essere un momento fondamentale. Il termine giapponese indica proprio l'Energia vitale universale del cui flusso dentro di noi potremo essere maggiormente consapevoli una volta ricevuta la sua attivazione e se ci disporremo a praticarla come atto d'amore.

Non è certamente casuale che in quest'epoca di transizione, e quindi di trasformazione, sia offerta a tutti gli uomini la possibilità di accedere, attraverso tre livelli di iniziazione, a quella fonte d'amore in grado di ricreare l'armonia dentro e fuori di noi. L'umanità, pur avendo raggiunto livelli altissimi di conoscenza, pur fruendo di tecnologie avanzatissime, rischia di scomparire se non si fermerà in tempo; a ognuno di noi è richiesto un maggior senso di responsabilità. Il Rei-ki può rappresentare l'aiuto necessario in questo importante cammino, nel tentativo di riallacciare una comunicazione più profonda con noi stessi, con tutto quanto ci circonda, con il Cielo.

Il Rei-ki non è soltanto una pratica di guarigione, ma molto di più: è l'occasione di un cambiamento, un nuovo modo di essere nel mondo. E ancora non è casuale che solo in quest'epoca si stia diffondendo finalmente l'arte del Rei-ki, riscoperta dal Maestro

Mikao Usui, verso la metà del XIX secolo. Noi ne abbiamo notizia grazie al racconto della Grande Maestra Hawayo Takata (1900-1980), che qui riferiamo, senza peraltro poter aggiungere nulla di nuovo a quanto è già stato scritto in proposito.

Mikao Usui era un monaco giapponese che insegnava in una piccola università cristiana di Kyoto. Alcuni suoi allievi, un giorno, durante una lezione, gli domandarono come mai non si trovasse riferimenti ai metodi di guarigione con i quali Gesù Cristo aveva compiuto i suoi miracoli, e se lui fosse in grado di spiegarli e di mostrarli loro.

Usui ammise di non saper rispondere, solo la fede lo sorreggeva; decise quindi di iniziare un cammino di ricerca. Si recò dapprima negli Stati Uniti, dove studiò a fondo le sacre scritture cristiane e conseguì il dottorato in teologia all'università di Chicago. Non riuscendo a trovare alcuna risposta esauriente nelle scritture sacre cristiane né in quelle cinesi, che poté studiare grazie alla sua conoscenza della lingua, si recò in India e in Tibet, dove approfondì lo studio di antichi testi sacri scritti in sanscrito; ma la sua ricerca non ebbe successo. Decise allora di tornare in Giappone e, senza perdere la speranza, si dedicò ad approfondire il Buddismo: in fondo anche Budda aveva compiuto guarigioni miracolose.

Fu così che in un tempio vicino a Kyoto (quello che cerchiamo è quasi sempre vicino a noi) rinvenne antichi testi (*sutra*) buddisti, scritti oltre duemilacinquecento anni prima, che contenevano formule e simboli in grado di soddisfare le sue domande. Ma la ricerca non era finita, era stato compiuto solo il primo passo. Usui si rese conto che per utilizzare ciò che aveva scoperto era necessario trovare una via di maggiore approfondimento. Sentì

l'esigenza di trascorrere un periodo di purificazione in un monastero sulla montagna sacra Kuriyama. A questo punto ci sono versioni contrastanti: infatti, avendo Usui rivelato al superiore del monastero il frutto delle sue scoperte, non è chiaro se questi, comprendendone l'importanza, l'avesse dissuaso o incoraggiato a proseguire la ricerca; comunque egli non si arrese e decise di vivere in totale isolamento e completo digiuno in un luogo appartato della montagna. Portò con sé i *sutra* e ventun sassolini che gli sarebbero serviti per contare il trascorrere dei giorni. Il tempo era scandito dalle letture dei *sutra*, dalla recita dei *mantra*, ma niente pareva accadere. Finalmente, quando ormai era arrivato al ventunesimo giorno, nel momento che precede l'alba, quando ancora l'oscurità pervade ogni cosa, Usui ebbe la visione di una luce improvvisa che molto velocemente si avvicinava per colpirlo proprio al centro della fronte.

Rimase fortemente impressionato, pensò di morire, ma la luce si trasformò in un'infinità di piccolissime sfere con i colori dell'arcobaleno, soprattutto rosa, blu, lavanda; e poi apparve

“ SIATE PADRONI DI VOI / PENETRATE NEL VOSTRO  
ESSERE / PER COGLIERE IL BATTITO DELLA VITA. /  
SPEZZATE I VINCOLI / CHE VI INCEPPANO, /  
ALLUNGATE LA MANO / PER AFFERRARE L'IGNOTO, /  
AVVENTURATEVI NEL BUIO, / SPALANCATE  
LE BRACCIA / NELL'ABBRACCIO DELL'ARIA, /  
FATENE UN PAIO D'ALI / PER LIBRARI IN ALTO. ”

G. SPANIER RAWLINGS



un'intensa luce bianca in cui poté distinguere simboli e lettere splendenti come l'oro e allora disse: «Sì, mi ricordo!».

Quel momento segnò la nascita del Rei-ki, arte di guarigione secondo il sistema Usui. Quando finalmente il monaco ritornò in sé, dopo il contatto divino, il sole era già alto nel cielo ed egli si sentì pieno di forza, nonostante il lungo digiuno; una nuova energia lo sosteneva e iniziò la discesa dalla montagna. Con la fretta e l'esuberanza che lo animavano, inciampò, ferendosi l'alluce di un piede che cominciò a sanguinare; istintivamente vi pose sopra le mani, e subito l'emorragia cessò e il dolore scomparve: questo può essere considerato il primo "miracolo", o meglio la prima guarigione con il Rei-ki.

Mentre faceva ritorno al monastero, il dottor Usui si fermò in una locanda dove mangiò abbondantemente senza accusare il minimo disturbo, nonostante il lungo digiuno, e dove ebbe l'occasione di guarire la nipotina dell'oste da un forte dolore ai denti. Di lì a pochi giorni egli capì che il suo posto non era nella quiete protetta del monastero, ma in mezzo ai mendicanti, nei ghetti di Kyoto, per aiutare quella povera gente a migliorare la propria vita. Qui rimase all'incirca sette anni, offrendo con generosità la sua opera nel curare i malati, contribuendo anche a cercare un lavoro per chi era in grado di svolgerlo.

Ma, per quanto si prodigasse, si accorse ben presto che le stesse persone ritornavano prima o poi a mendicare. Quando chiese loro una spiegazione di ciò, essi risposero semplicemente che preferivano chiedere l'elemosina piuttosto che lavorare. Mikao Usui fu molto colpito e addolorato da queste parole e, come spesso accade, la sofferenza lo aiutò a capire che forse c'era qualcosa di importante che non aveva considerato: non basta guarir-

re le malattie, perché gli uomini hanno bisogno di essere aiutati a instaurare un rapporto con sé stessi, per favorire un aumento del loro livello di coscienza. Era quindi necessario insegnare loro la gratitudine e la riconoscenza; per questo Usui fissò semplici ma precise regole di vita.

**Non essere arrabbiato proprio oggi,  
non preoccuparti proprio oggi.  
Onora i tuoi maestri, i genitori, gli anziani.  
Guadagna il tuo pane in modo onesto.  
Sii grato nei confronti di tutto ciò che vive.**

In seguito Usui abbandonò il ghetto dei mendicanti e ritornò a Kyoto, intenzionato a operare un cambiamento nel suo lavoro. Cominciò allora a girare per le strade con una fiaccola in mano, e a chi gli chiedeva spiegazioni rispondeva che stava cercando uomini disposti a guardare dentro sé stessi, a iniziare un processo di conoscenza e di crescita attraverso la Luce.

In questo modo prese avvio la nuova e ultima fase dell'intensa esistenza di Usui, che viaggiò a lungo dedicandosi totalmente all'insegnamento del Rei-ki. Alla sua morte fu sepolto in un tempio zen a Tokyo, e sulla lapide della tomba è incisa la storia della sua vita.

Il dottor Chujiro Hayashi, suo stretto collaboratore, ne ereditò gli insegnamenti e divenne il secondo Grande Maestro di Rei-ki. Egli diresse fino al 1940 circa una clinica privata a Tokyo dove si praticava esclusivamente il Rei-ki. Furono curati casi anche molto difficili, a volte con trattamenti che duravano un'intera giornata, con l'intervento di più operatori. Si raggiunsero

ottimi risultati, e il dottor Hayashi poté raccogliere una ricca casistica confermando l'efficacia del Rei-ki che, agendo sul piano fisico, mentale e spirituale, è in grado di ristabilire l'equilibrio energetico. Il dottor Hayashi morì nel maggio del 1941 e fu sostituito da una donna, già sua paziente e poi allieva devota, che divenne il terzo e ultimo Grande Maestro: Hawayo Takata, nata alle Hawaii da genitori giapponesi. In un momento particolarmente difficile della sua vita – era rimasta vedova con due figlie piccole, e lei stessa si trovava in precarie condizioni di salute – decise di recarsi in Giappone per farsi operare, ma quando arrivò il giorno dell'intervento non ebbe la forza di sottoporvisi. Quella “voce interiore”, l'istinto che l'aveva spinta al lungo viaggio ora la fermava: forse la via da percorrere era un'altra.

Cercando metodi di cura diversi, fu informata dell'esistenza della clinica del dottor Hayashi, e con decisione si sottopose a trattamenti costanti con il Rei-ki. Nel giro di pochi mesi il tumore da cui era affetta cominciò a regredire fino a scomparire. Hawayo Takata rimase entusiasta del metodo e dei risultati che si potevano ottenere, divenne allieva del dottor Hayashi e soggiornò ancora per un anno in Giappone.

Al suo ritorno alle Hawaii continuò la pratica del Rei-ki; nel 1938, in seguito a una visita di Hayashi, ricevette l'iniziazione a maestro e, quando nel 1941 egli morì, fu lei il terzo Grande Maestro. Hawayo Takata, dopo aver ottenuto per molti anni guarigioni con la pratica del Rei-ki, decise di formare nuovi maestri perché nulla andasse di nuovo perduto; ma non solo, poco prima di morire, nel 1980, creò l'American Rei-ki Association, al fine di organizzare e coordinare l'attività del Rei-ki assicurandone la continuità.



In seguito sua nipote, Phyllis Lei Furumoto, fondò una seconda organizzazione, la Rei-ki Alliance, con un'impostazione più spirituale, a differenza dell'altra improntata a una linea più decisamente sperimentale.

Nel corso degli anni, la diffusione di quest'arte ha portato alla creazione di altre associazioni a cui i maestri non hanno l'obbligo di aderire, infatti alcuni preferiscono definirsi indipendenti. Qualunque sia la scelta e la via che verrà seguita, crediamo sia essenziale fare del Rei-ki sempre solo un'esperienza d'amore che vive nel cuore.

“ NON SO DOVE STO ANDANDO E NON SO COSA  
BISOGNA FARE. NON È NECESSARIO SAPERE DOVE  
STAI ANDANDO. NON È NECESSARIO SAPERE  
PERCHÉ STAI ANDANDO. TUTTO CIÒ CHE HAI  
BISOGNO DI SAPERE È CHE STAI CAMMINANDO  
CON GIOIA, POICHÉ SE TI STAI MUOVENDO  
CON GIOIA NON PUOI SBAGLIARE STRADA.  
SE CAMMINI DANZANDO, CANTANDO, CELEBRANDO,  
LA DIREZIONE NON È IMPORTANTE, NÉ LA VIA,  
NÉ LA META. OGNI ATTIMO DIVENTA IL PARADISO. ”

OSHO

