Reiki e filosofia

Autore : Maria Filomena Cirillo

Data : 2 Maggio 2018

L'insegnamento

Nessun uomo può rivelarvi altro se non quello che giace semiaddormentato
Nell'albeggiare della vostra conoscenza
Il maestro che cammina all'ombra del tempio tra i suoi studenti
Non offre il suo sapere, ma piuttosto la sua fede e il suo amore
Tagore

Mi ha sempre rapita il fascino e la profondità della cultura orientale e, grazie ad essa, ho avuto il dono di potermi avvicinare allo studio della filosofia vedantica. Nasce così la conoscenza e lo studio del Reiki, un'antica disciplina, nata ad opera del dr. Mikao Usui.

Sappiamo che Mikao Usui nacque il 15 agosto 1865 nella provincia di Kyoto, in Giappone, nel villaggio di Tania-mura, oggi chiamato Miyamacho, nel distretto Yamagata, che oggi è la Prefettura di Gifu.

Nel 1869 iniziò i suoi studi presso la scuola di un Monastero di Buddismo Tendai. Attraverso il ritrovamento di antichi manoscritti in Sanscrito, da lui tradotti, ebbe, dopo 21 giorni di digiuno su un monte, l'illuminazione che lo portò alla scoperta del Reiki.
Sulla disciplina del Reiki si è detto di tutto e il contrario di tutto. Le manipolazioni della new Age hanno stravolto la sua vera essenza, ed è stata usata dagli americani in modo speculativo, e fatta passare per mera pratica magica o per una potente forma di guarigione.

Il termine Reiki, significa Energia Universale, quindi Energia Onnipresente. Questo riporta a ciò che anche la fisica quantistica oggi ci dimostra: siamo costituiti tutti di energia e siamo immersi in un Universo costituito appunto di Energia. Ma se tutto è energia, vuol dire che tutti siamo pervasi da Reiki, quindi il Reiki è dentro ognuno di noi. E se siamo Reiki, a che serve un Maestro Reiki? E a cosa servono i trattamenti Reiki?

Il Reiki è un percorso di vita e un cammino verso la consapevolezza che ci indica che esiste un'unica causa per tutte le sofferenze degli esseri umani, cioè l'ignoranza sulla nostra natura che è eterna, infinita ed illimitata. Il pensare di essere finiti nel tempo, e che dopo la morte non resta più nulla di noi, provoca la paura della morte, la paura delle malattie. La paura a sua volta genera gli attaccamenti, ci attacchiamo a qualsiasi cosa lungo il cammino della nostra vita.

Perché l'unica certezza che ci rimane è tutto ciò che abbiamo conquistato nella materia: una bella casa, l'auto, un marito, una moglie...
L'attaccamento ci fa vivere con la paura di perdere ciò che abbiamo e così viviamo le relazioni con gli altri come delle competizioni, sempre a difenderci da quelli che crediamo essere i nostri nemici esterni. Invidia, gelosia, egoismo, vanità, presunzione.
Ecco che il Maestro Reiki, con il suo percorso di conoscenza, viene in aiuto dell'allievo conducendolo verso una strada di scoprimento di sé, della propria natura illimitata, infinita, eterna.

Un viaggio rivolto verso la propria interiorità, attraverso lo studio e le pratiche meditative. Ma l'insegnante Reiki ha anche un altro compito: trasmettere durante le iniziazioni, con un rituale simbolico, il risveglio di Energia Universale che è dentro di noi. Reiki è puro Amore e solo attraverso l'amore è possibile trasmettere i principi di tale disciplina.

Il trattamento Reiki è quindi una pratica, che attraverso le imposizioni delle mani, infonde questa energia. Attraverso questo scambio energetico è stato rilevato, scientificamente, un aumento degli ormoni serotonina, ossitocina, un aumento del rilassamento, una diminuzione del dolore, un miglioramento di stati di ansia e di depressione.

Oggi il Reiki viene usato anche in alcuni ospedali del nord Italia, soprattutto come integrazione alle terapie oncologiche, nei disturbi delle cefalee, negli stati di ansia preoperatoria. In America e in Svizzera, oltre che in Giappone, in Cina e in Brasile è già ampiamente diffuso da anni.

L'essenza del Reiki può essere riassunta nei suoi cinque precetti.

> La meravigliosa medicina per ogni malanno
>
> Solo per oggi:
> Non ti arrabbiare
> Non ti preoccupare
> Sii riconoscente
> Lavora duro (per migliorare te stesso)
> Sii gentile con gli altri

Questo è un impegno che richiama all'essere presenti, nel qui e ora, mantenendo la consapevolezza sulla nostra identità e sul nostro programma di vita.
"Sentire", "ascoltarsi", "agire".
Namasté.