

LIBRETTO
DI
MIKAO USUI

USUI SHUKI RYOHO HIKKEI

TRADUZIONE DALL'INGLESE

DI

NATHALIE AUROUZE

Appunti di Richard Rivard sul Libretto di Mikao Usui

“Alla fine degli anni '90, sono stato sorpreso di scoprire che si attribuiva a Mikao Usui la creazione di un manuale per i suoi studenti di livello Shoden¹. Si credeva che questo potesse essere un documento che condivideva durante gli ultimi anni d'insegnamento e che diventò parte integrante della società che lasciò, la Usui Reiki Ryoho Gakkai².

In giugno 1999, con gratitudine ne ho ricevuto una copia da un mio amico, il prof. Akihiko Uechi, il quale l'aveva ottenuta in Giappone. Come per la trascrizione della stele di Usui, sentivo che una traduzione letterale di questo libro potesse essere utile per i praticanti di Reiki, specialmente ora che ne esistono diverse versioni. Volevo anche che questo libretto fosse disponibile per tutti i reikisti visto che è uno dei pochi documenti che è arrivato fino a noi dai primi tempi del Reiki.

Durante la traduzione, scoprimmo che la sezione “Guida al Metodo di Guarigione” (Ryoho Shison) era molto simile alla “Guida di Guarigione” che il dr. Hayashi condivise molti anni dopo con la sig.ra Takata e fu poi tradotta da diverse persone in Occidente.

Il sig. Hiroshi Doi, un membro della Gakkai³, mi spiegò le tradizioni della scuola. Nei primi tempi, Usui Sensei non aveva una tale guida, ma scoprì presto che alcune persone non riuscivano a sentire dove posizionare le mani per alcune o tutte le malattie. Decise così di fornire delle istruzioni da seguire fino a quando non ne avrebbero più avuto bisogno. Nella Gakkai, l'hikkei⁴ o libretto era un manuale di base per i principianti, destinato alle persone che non avevano ancora imparato le tecniche Shoden avanzate del Byosen Reikan Ho (una forma di scanning) e del Reiji (quando l'energia del Reiki guida il praticante verso la parte che necessita più energia). La competenza in queste due tecniche permetteva allo studente di progredire verso l'insegnamento Okuden⁵. Come puoi immaginare, questo non era il modo con cui il dr. Hayashi preferiva insegnare, in quanto le sue classi Shoden e Okuden erano a volte tenute insieme, durante 5 giorni consecutivi (2 ore/giorno). La sua versione del Shishon diventò quindi un punto focale nel Reiki “stile Takata”.

Questa traduzione è quella di una copia del manuale che l'ex-direttore della Usui Reiki Ryoho Gakkai, la compianta sig.ra Kimiko Kyama, dava ai suoi studenti. Ho aggiunto le diciture “Pagina ...” per indicare le pagine del documento originale, “Pagina 00” corrisponde all'indice e “pagina bianca” significa che la pagina originale era vuota. Anche se la sezione Gyosei è ancora in corso di traduzione, penso che il manuale così com'è oggi sia comunque interessante. [...]

Nel novembre 2002, il mio insegnante Usui-Do, Dave King, condivise con me alcune informazioni che aveva ricevuto da uno degli studenti di Usui ancora in vita: una monaca Tendai di 105 anni che aveva lavorato a stretto contatto di Usui dal 1920 fino alla sua

¹ 1° livello Reiki

² Scuola di Reiki fondata da Mikao Usui

³ Gakkai: in Giapponese: Scuola, per estensione, scuola di Reiki fondata da Usui

⁴ Hikkei: in Giapponese: libretto, manuale, in questo caso quello di Usui

⁵ 2° livello Reiki

morte. Ella disse che l'hikkei non faceva parte del materiale d'insegnamento di Usui perché nessun documento era fornito durante le classi.

Disse anche che non le sembrava probabile che Usui Sensei stesso fornisse la sezione Gyosei⁶ perché non credeva fosse un sostenitore dell'imperatore. Invece, le sembra più probabile che l'hikkei sia stato preparato per la nuova Usui Reiki Ryoho Gakkai, appena creata, e comunque dopo la morte di Usui. Alcuni suoi studenti potevano avere una maggiore inclinazione verso l'imperatore Meiji, come gli ammiragli che dirigevano la Gakkai dopo la sua morte e, in particolare, uno studente senior di Usui, il sig. Toshihiro Eguchi, che in seguito ha fatto diventare la parte Gyosei una parte molto importante nella sua scuola Teno Hira Ryoji.

Inoltre, in maggio 2007, mentre stavo rivedendo alcune parti dell'hikkei, con uno studente giapponese scoprimmo che, sulla pagina di copertura della versione di Koyama, si legge la dicitura "**Reiki Ryoho Hikkei**" e **NON** "Usui Reiki Ryoho Hikkei" come mi era stato detto in precedenza. Ho cambiato questo titolo nella traduzione per rispettare l'originale.

Ti prego di condividere la traduzione con tutti e, se la stampi, ti prego di lasciare il copyright.

Condivido con tutto il cuore,
Richard R. Rivard"

Vorrei estendere la mia gratitudine alle persone seguenti che hanno partecipato al lavoro di traduzione e correzione.

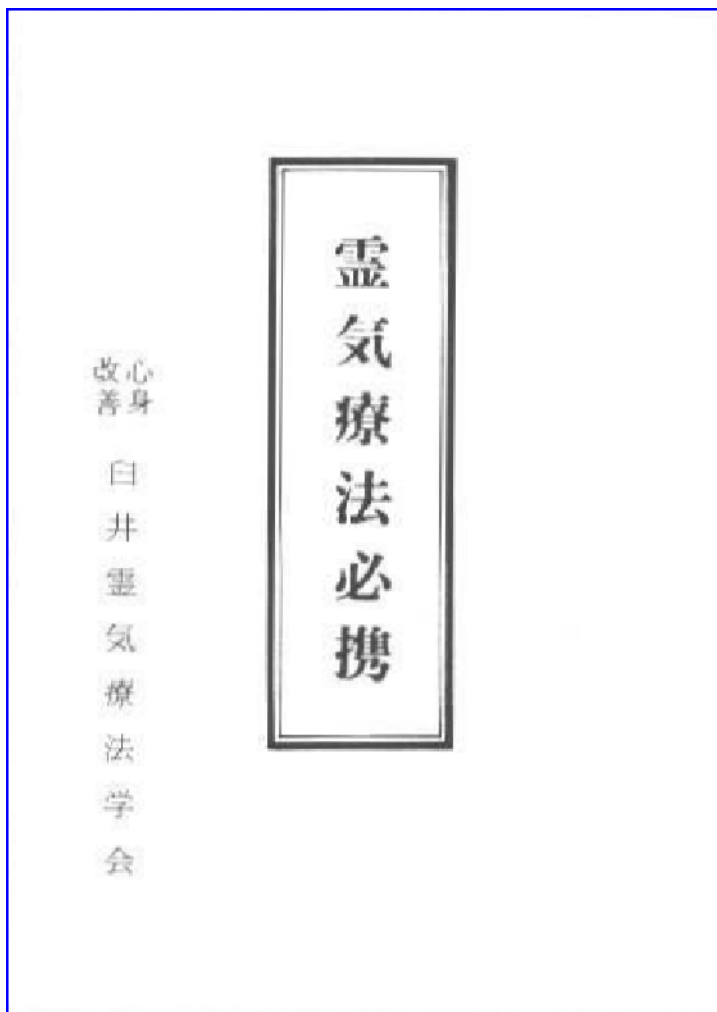
Traduzione – versione luglio 2007

- Sezione 1 – Mari Marchand (Vancouver, Canada)
- Sezione 2 – Mari Marchand (Vancouver, Canada)
- Sezione 3 – Emiko Arai, Richard Rivar, Nadya Zaverганиetz (Vancouver, Canada)
- Sezione 4 – Amy Dean (Ojia, California) 21-125 in corso di traduzione
- Commenti di Hiroshi Doi (Master Reiki) sul Gyosei – Miyuki Iwasaki (Tokyo, Giappone), Andrew Bowling (Folkstone, UK)



⁶ Gyosei: poesie dell'imperatore Meiji

Copertina



Reiki Ryoho Hikkei

Shin shin kaizen

(migliorare la mente-corpo)

Usui Reiki Ryoho Gakkai

Contenuto

Reiki Ryoho Hikkei

Il LIBRETTO della USUI REIKI RYOHO GAKKAI

===== inizio della traduzione =====

Pagina 00

(testo in Giapponese)

四	三	二	一	
明治天皇御製	療法指針	公開伝授説明	臼井靈氣療法教義	目次

Indice

1. Insegnamenti sull'Usui Reiki Ryoho
2. Spiegazioni delle istruzioni per il pubblico
3. Guida sul Metodo di Guarigione (Ryoho Shishon)
4. Poesie dell'Imperatore Meiji (Meiji Renno Gyosei)

Parte 1

Pagina 01

(testo in Giapponese)

口	心	朝	業	心	今	萬	招	改心
に	に	夕	を	配	日	病	福	善身
唱	念	合	は	す	丈	の	の	白
へ	じ	掌	げ	な	け	靈	秘	井
よ		して	め	感	は	藥	法	靈
			人	謝	怒			氣
			に	し	る			療
			親	て	な			法
			切					教
			に					義

**Insegnamento dell'Usui Reiki Ryoho per
il miglioramento Mente-Corpo**

Il Metodo Segreto per attirare le benedizioni
La Medicina Spirituale per molte malattie
Solo per oggi, non ti arrabbiare, non ti preoccupare.
Fai il tuo lavoro (karmico) con apprezzamento.
Sii gentile con le persone (empatia)
Nella tua vita, pratica gasshō come chiesto dalla tua anima (Gainen)

Parte 2

Il messaggio di Mikao Usui

Pagine 02 e 03

Spiegazioni sulle Istruzioni al Pubblico

da parte del fondatore dell'Usui Reiki Ryoho, Mikao Usui

Un'antica tradizione vuole che io insegni un metodo solo ai miei discendenti, in modo da mantenerne la ricchezza in famiglia. In particolare, le società moderne in cui viviamo sperano di condividere la felicità della co-esistenza e della co-prosperità. Pertanto, non permetto alla mia famiglia di tenere il metodo solo per noi. Il mio Usui Reiki Ryoho è originale, non esiste nulla del genere nel mondo. Dunque vorrei diffondere questo metodo al pubblico per il beneficio di tutto e spero per la felicità di tutti. Il mio Reiki Ryoho è un metodo originale basato sul potere intuitivo che si trova nell'Universo. Grazie a questo potere, il corpo diventa sano e accresce la felicità della vita e una mente calma. Oggi giorno, le persone hanno bisogno di migliorarsi e di ricostruire dentro e fuori le loro vite, pertanto la motivo della pubblicazione del mio metodo al pubblico è quello di aiutare la gente con le malattie del corpo e della mente.

(testo in Giapponese)

公開伝授説明

肇祖 白井 甕男

古来能く独自の秘法を創見するや、己か子孫にのみ
 教えて家伝と為し之に依つて後世一門の生活安定を計
 り、秘法内容の門外不出を唱うるが如きは実に前世紀
 の遺習と申すもので、苟も現代の如く人類の共存共栄
 を以て幸福の基調となし、併せて社会の進歩を要望す
 る時代に於ては、断じて一私するを許しません。

我が白井靈氣療法は前人未発の創見でありまして、
 世上其比を見ません。されば之をば人間公益の為めに

2

開放し、何人をも共に天恵に浴せしめ、以て靈肉一如
 を期し、人世天与の福祉を得しめんとするものであり
 ます。元より我が靈氣療法は宇宙間の靈能に基く靈氣
 の独創療法でありますから、此れに依つて先ず人間自
 體を壮健にし、思想の穩健と人世の愉悅を増進するの
 であります。

3

今や生活の内外に直り、改善改造を要する秋に於て
 汎く同胞を悩める心と病災の裡より救うべく敢て公開
 伝授する所以であります。

Pagine 04 - 17

Domanda: Cos'è l'Usui Reiki Ryoho?

Risposta: Gentilmente ho ricevuto le ultime ingiunzioni dell'imperatore Meiji. Per raggiungere i miei insegnamenti, formarsi e migliorare fisicamente e spiritualmente e seguire un percorso corretto come essere umano, prima di tutto dobbiamo guarire il nostro spirito. In secondo luogo, dobbiamo mantenere il nostro corpo sano. Se il nostro spirito è sano e se ci atteniamo alla verità, il corpo sarà in buona salute in modo naturale. La missione dell'Usui Reiki Ryoho è quella di condurre una vita pacifica e felice, guarire gli altri e migliorare la propria felicità e quella degli altri.

Domanda: C'è qualche somiglianza con l'ipnosi, il metodo Kiai, un metodo religioso o qualsiasi altro metodo?

Risposta: No, non vi è alcuna somiglianza con uno qualsiasi di questi metodi. Questo metodo è quello di aiutare il corpo e lo spirito con il potere intuitivo, che ho ricevuto dopo un lungo e duro allenamento.

Domanda: Allora, è un metodo psichico di trattamento?

Risposta: Sì, si potrebbe dire di sì. Ma si potrebbe anche dire che è un metodo fisico di trattamento. Il ragione è che il ki (NdT.: l'energia) e la luce provengono dal corpo del guaritore, soprattutto dagli occhi, dalla bocca e dalle mani. Quindi, se il guaritore fissa o respira oppure accarezza/tocca con le mani alla zona interessata, come un mal di denti, una colica, il mal di stomaco, una nevralgia, dei lividi, tagli, ustioni e/o altri gonfiori con cui si prova dolore, esso sparirà. Tuttavia una malattia cronica non è facile, c'è bisogno di un po' di tempo. Ma un paziente sentirà un miglioramento fin dal primo trattamento. Un fatto chiarisce più di un romanzo per spiegare questo fenomeno con la medicina moderna. Se si vede il fatto si dovrebbe capire. Anche le persone che fanno uso di sofismi non possono ignorare il fatto.

Domanda: Devo credere nell'Usui Reiki Ryoho per ottenere un risultato migliore?

Risposta: No. Non è come un metodo di trattamento psicologico o di ipnosi o nessun altro tipo di metodo mentale. Non c'è bisogno di avere consenso o ammirazione. Non importa se avete dei dubbi, se lo rifiutate o lo negate. Ad esempio, è efficace per i bambini e le persone molto malate che non sono informati a livello consapevole, come dubbio, rifiuto o negazione. Ci può essere una persona su dieci che crede nel mio metodo prima di un trattamento. La maggior parte di esse imparano il beneficio dopo il primo trattamento, poi credono nel metodo.

Domanda: E' possibile curare qualsiasi malattia con il Usui Reiki Ryoho?

Risposta: Qualsiasi malattia come disturbi psicologici o una malattia organica può essere curata con questo metodo.

Domanda: L'Usui Reiki Ryoho cura solo la malattia?

Risposta: No. L'Usui Reiki Ryoho non guarisce solo la malattia. Malattie mentali come la sofferenza, la debolezza, la timidezza, l'indecisione, il nervosismo e ogni altra cattiva abitudine possono essere corrette. Dopo si è in grado di condurre una vita felice e guarire gli altri con la mente di Dio o di Buddha. Questo diventa l'oggetto dei principi.

Domanda: Come funziona l'Usui Reiki Ryoho?

Risposta: Nessuno mi ha mai dato questo metodo, né ho studiato per ottenere il potere psichico di guarire. Casualmente ho capito di aver ricevuto un potere di guarigione quando, durante un digiuno, senti l'aria in modo misterioso. Pertanto mi è perfino difficile spiegare esattamente che ne sono il fondatore. Gli studiosi e gli uomini di intelligenza hanno studiato questo fenomeno, ma la scienza moderna non può risolverlo. Ma io credo che un giorno succederà in modo naturale.

Domanda: L'Usui Reiki Ryoho utilizza dei farmaci e ci sono degli effetti collaterali?

Risposta: Non utilizza mai apparecchiature mediche. Osservare una zona dolorosa, respirare su di essa, accarezzala con le mani, posare le mani sulla zona e darle colpetti leggeri con le mani sono il modo di trattamento.

Domanda: Ho bisogno di conoscere la medicina?

Risposta: Il mio metodo va al di là di una scienza moderna in modo da non aver bisogno di conoscere la medicina. In caso di malattia del cervello, tratto la testa. Se si tratta di un mal di stomaco, tratto lo stomaco. Se si tratta di una malattia degli occhi, tratto gli occhi. Non c'è bisogno di prendere una medicina amara o di stare in piedi per un trattamento con la moxa. Ci vuole poco tempo per un trattamento fissando la zona interessata o respirando su di essa o mettendoci le mani e accarezzandola. Questi sono il motivo per cui il mio metodo è molto originale.

Domanda: Che cosa pensano di questo metodo i famosi scienziati medici?

Risposta: I famosi scienziati medici sembrano molto ragionevoli. Gli scienziati medici europei hanno sono molto critici verso la medicina.

Per tornare al tema, il Dr. Nagai della Teikoku Medical University dice: “Noi, come medici sappiamo diagnosticare, registrare e comprendere le malattie, ma non sappiamo come trattarle”.

Il Dr. Kondo dice: “Non è vero che la scienza medica ha fatto un grande progresso. Il più grande difetto nella moderna scienza medica è che non prendiamo atto degli effetti psicologici”.

Il Dr. Kuga dice: “Il fatto è che la terapia psicologica e altri tipi di trattamento curativo eseguiti da guaritori che non hanno la formazione di un medico funzionano meglio di quelli effettuati da medici, a seconda del tipo di malattia o della personalità del paziente o dell'applicazione del trattamento. Anche i medici che cercano di respingere ed escludere i guaritori psicologici senza formazione medica sono di mentalità ristretta”. (Tratto dal quotidiano giapponese Nihon Iji Shinpo)

E' un fatto evidente che i medici, gli scienziati medici ed i farmacisti riconoscono l'effetto del mio metodo e ne diventano allievi.

Domanda: Qual è la reazione del governo?

Risposta: Il 6 febbraio 1922, presso il Comitato permanente sul bilancio della Camera dei Rappresentanti, un membro della Consiglio, il dr. Matsushita, ha chiesto il punto di vista del governo circa il fatto che le persone che non hanno una formazione medica abbiano trattato molti pazienti con metodi psicologici o spirituali.

Il sig. Ushio, un delegato del governo, dice, “un po' più di 10 anni fa, la gente pensava che l'ipnosi fosse un lavoro per persone molto strane, ma oggi giorno degli studi sono stati effettuati ed questo metodo viene applicato su pazienti malati di mente. È molto difficile risolvere l'intelletto umano solo con la scienza. I medici seguono le istruzioni su come trattare i pazienti dalla scienza medica, ma non è un trattamento medico come la terapia elettrica o il semplicemente toccare con le mani da poter applicare per tutte le malattie”.

Quindi il mio Usui Reiki Ryoho non infrange la legge per i medici professionisti, né il regolamento per la gestione Shin-Kyu (agopuntura e il trattamento moxa).

Domanda: La gente potrebbe pensare che questo tipo di potere di guarigione viene dato a persone selezionate, non (si acquisisce) con la formazione.

Risposta: No, non è vero. Ogni esistenza ha il potere di guarire. Piante, alberi, animali, pesci e insetti, ma soprattutto l'essere umano, in quanto signore della creazione, ha un notevole potere. L'Usui Reiki Ryoho materializza il potere di guarigione che possiede l'essere umano.

Domanda: Allora, chiunque può ricevere il Denju di Usui Reiki Ryoho?

Risposta: Naturalmente, un uomo, una donna, giovani o anziani, le persone con conoscenze o senza conoscenze, tutte le persone che hanno buon senso comune possono ricevere questo potere con precisione in breve tempo e possono guarire se stessi e gli altri. Ho insegnato a più di mille persone e nessuno ha fallito. Tutti sono in grado di curare le malattie con soltanto con Shoden (NdT: primo livello). Si potrebbe pensare che sia impossibile ottenere il potere di guarigione in breve tempo, ma è ragionevole. E' la caratteristica del mio metodo che guarisce le malattie difficili in modo semplice.

Domanda: Se posso guarire gli altri, posso guarire me stesso?

Risposta: Se non si può guarire se stessi, come si può guarire gli altri?

Domanda: Come posso ricevere Okuden?

Risposta: Okuden (NdT: secondo livello) comprende Hasureiho, il metodo per dare colpetti con le mani, il metodo per accarezzare con metodo le mani, il metodo per premere con le mani, il metodo e il metodo telestetico e il metodo per la propensione. Io lo insegnerò a persone che hanno imparato Shoden e che sono buoni studenti, hanno una buona condotta e sono appassionati.

Domanda: C'è livello più alto più di Okuden?

Risposta: Sì, c'è un livello chiamato Shinpiden (N.d.T.: terzo livello).

Pagina 18

(pagina bianca)

Parte 2

Guida al Metodo di Guarigione (Ryoho Shishon)

N.d.T.: le diciture “zona della testa”, “metà del corpo” e “tanden” (evidenziate in magenta) sono utilizzate per non elencare ogni volta tutte le relative parti del corpo da trattare.

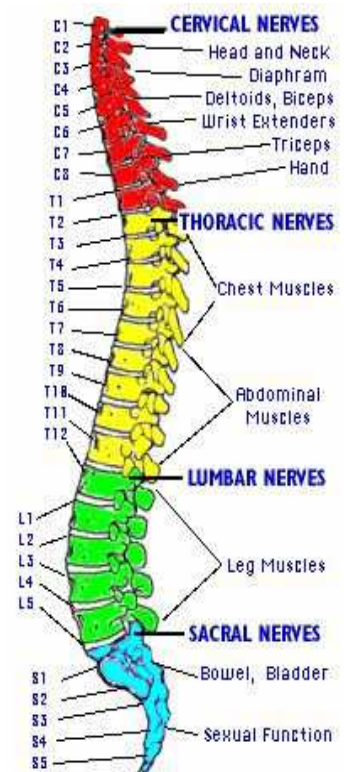
Page 19

1. Trattamento di base delle diverse parti del corpo

<i>Zona della testa</i>	fronte (linea dei capelli), zona completa, zona generale delle tempie, dietro la testa, zona del collo, sommità della testa, stomaco, intestini
<i>Abbassare la febbre</i>	come prima (<i>zona della testa</i>), trattare anche la zona della malattia
<i>Occhi</i>	occhi, angolo interno degli occhi, angolo esterno degli occhi, zona del collo (vertebre cervicali C1, C2, C3)

Pagina 20

<i>Naso</i>	osso del naso, ali del naso, tra le sopracciglia, zona del collo (vertebre cervicali C1, C2, C3)
<i>Orecchie</i>	canale dell'orecchio, parte frontale e posteriore dell'orecchio, vertebra cervicale C1
<i>Bocca</i>	coprire la bocca senza toccare le labbra
<i>Lingua</i>	estremità della lingua, radice della lingua (di preferenza dall'esterno: collo e sotto il mento)
<i>Gola</i>	tiroide, zona del collo
<i>Polmoni</i>	zona dei polmoni, schiena, tra le scapole, vertebre toraciche T2, T3, T4, T5, T6.
<i>Cuore</i>	zona del cuore, vertebre cervicali C5, C6, C7, vertebre toraciche T1, T2, T3, T4, T5.



Pagina 21

<i>Fegato</i>	zona del fegato, vertebre toraciche T8, T9, T10 (in particolare il lato destro)
<i>Stomaco</i>	zona dello stomaco, vertebre toraciche T4, T6, T7, T8, T9, T10

Intestino	duodeno, intestino trasverso, zona del duodeno, zona dell'intestino tenue, zona dell'ombelico, vertebre toraciche T7, T8, T9, T10, vertebre lombari L2, L3, L4, L5, glutei
Vescica	zona della vescica, vertebre lombari L4, L5.
Utero	zona dell'utero e i due lati, vertebre toraciche T9, T10, T11, T12, vertebre lombari L1, L2, L3, L4, L5, zona sacrale e coccige

Pagina 22

Reni	zona dei reni, vertebre toraciche T11, T12
Metà del corpo	muscoli del collo, spalle, muscolo della schiena, i due lati della colonna vertebrale, zona della vita, zona delle anche sotto l'ombelico, anche la zona tre dita sotto l'ombelico
Tanden	

Pagina 23**2. Malattie dei nevi**

Neuralgia	(debolezza dei nervi) zona della testa, occhi, cuore, stomaco, intestini, organi della riproduzione, parte affette, metà del corpo
Isteria	come sopra
Anemia cerebrale	testa, stomaco e intestini, cuore
Emorragia cerebrale	come sopra
Meningite	come sopra
Encefalite	come sopra
Mal di testa	zona della testa (in particolare le tempie)

Pagina 24

Insomnia	zona della testa (in particolare dietro)
Vertigini	zona della testa (in particolare la fronte)
Apoplessia cerebrale	(paralisi) zona della testa (in particolare la zona dolorosa), cuore, stomaco e intestini, reni, zona paralizzata
Epilessia	zona della testa, stomaco e intestini
Malattia della danza	(malattia di Huntington) zona della testa, cuore, zona dolorosa, palmi delle mani, piante dei piedi, metà del corpo
Morbo di Basedow	(ipertiroidismo - sintomi: occhi protuberanti) zona della testa, occhi, tiroide, utero, metà del corpo
Dolori ai nervi	(paralisi) zona della testa, stomaco e intestini (migliorare il movimento degli intestini), zona dolorosa

Pagina 25

<i>Singhiozzo</i>	diaframma, fronte, vertebre cervicali C3, C4, C5
<i>Laringite</i>	fronte e tempie, (in particolare lato della mano destra), zona della gola
<i>Sindrome delle spalle e del braccio</i>	(quando si scrive molto, dolore nel collo) zona della testa , gomito, pollice.
<i>Acufene</i>	orecchie, zona della testa

Pagina 26**3. Malattie respiratorie**

<i>Bronchite</i>	bronchi, trachea, tosse, gola, zone del petto, zone dolorose
<i>Asma</i>	zona della testa , petto, cavità del cuore, gola, naso, cuore.
<i>Tubercolosi</i>	zona della testa , polmoni, intestini, cuore, tanden
<i>Pleuresia</i>	zona della testa , parti dolorose, stomaco e intestini, tanden
<i>Pneumonia</i>	zona della testa , cuore, parti dolorose, tanden

Pagina 27

<i>Emottisi</i>	zona dolorosa dei polmoni
<i>Sanguinamento del naso</i>	naso
<i>Ozena</i>	(rinite cronica) naso, fronte o mento

Pagina 28**4. Malattie dell'apparto digerente**

<i>Varie</i>	
<i>Malattie dell'esofago</i>	esofago, zona del cuore, stomaco, intestini
<i>Malattie dello stomaco</i>	gastriti, ulcersi gastrici, cancro dello stomaco, convulsioni dello stomaco, dilatazione dello stomaco, gastrologie zona della testa , stomaco, intestini
<i>Infiammazione dell'intestino</i>	(ulcere dell'intestino, diarrea, costipazione) stomaco e intestino
<i>Appendicite</i>	zona dolorosa (soprattutto la cavità dell'osso dell'anca destra), zona della testa , stomaco e intestino

Pagina 29

<i>Parassiti nell'intestino</i>	zona della testa , intestino
<i>Emorroidi</i>	ano

<i>Edema addominale</i>	zona della testa, zona dell'ombelico
<i>Peritonite</i>	zona della testa, zona dolorosa, tanden
<i>Ittero</i>	zona della testa, stomaco, intestino, fegato, cuore.
<i>Calcoli biliari</i>	fegato (dove c'è dolore), stomaco e intestino
<i>Ernia</i>	zona dolorosa (zona dove si trova l'ernia), pareti dell'intestino

Pagina 30**5. Malattie del sangue/cardiovascolari**

<i>Miocardite</i>	zona della testa, cuore, fegato, reni, vescica.
<i>Endocardite</i>	cuore.
<i>Edema</i>	cuore, fegato, reni, vescica.
<i>Arteriosclerosi</i>	zona della testa, cuore, reni, stomaco e intestini, tanden
<i>Pressione alta</i>	come sopra
<i>Malattie del cuore</i>	(angina) testa, cuore, stomaco e intestini, zona dolorosa
<i>Beriberi</i>	zona della testa, stomaco e intestini, zona delle gambe.

Pagina 31**6. Malattie del metabolismo e del sangue**

<i>Anemia</i>	trattare la sorgente della malattia, testa, cuore, reni, stomaco, metà del corpo
<i>Porpora retinica</i>	zona della testa, cuore, reni, stomaco e intestini, macchie (sulla retina), tanden
<i>Scorbuto</i>	zona della testa, zona dei polmoni, cuore, reni, stomaco e intestini, metà del corpo, tanden
<i>Diabete</i>	zona della testa, cuore, fegato, pancreas, stomaco e intestini, reni, vescica, (metà del corpo , sfregare verso l'alto contro le vertebre)

Pagina 32

<i>Obesità</i>	cuore, reni, stomaco e intestini, metà del corpo
<i>Gota</i>	cuore, reni, vescica, stomaco e intestini, tanden , zona dolorosa dal dolore
<i>Colpo di calore</i>	zona della testa, cuore, zona del petto, stomaco e intestini, reni, tanden?

Pagina 33**7. Malattie urinarie**

<i>Nefriti</i>	reni, cuore, vescica, stomaco e intestino
<i>Pielite</i>	(infiammazione del pube e dei reni) reni, vescica, tanden

<i>Calcoli renali</i>	reni, stomaco, intestino, vescica, zona dolorosa
<i>Uremia</i>	zona della testa, occhi, stomaco, intestino, cuore, vescica, tanden?
<i>Cistite</i>	reni, vescica
<i>Calcoli urinari</i>	reni, vescica, zona dolorosa
<i>Enuresi</i>	(pipi a letto) zona della testa (sommità della testa), vescica, reni

Pagina 34

<i>Enuresi</i>	reni, vescica, uretere
----------------	------------------------

Pagina 35**8. Malattie chirurgiche e dermatologiche**

<i>Ferita</i>	zona dolorosa (se con sanguinamento eccessivo, utilizzare la tecnica per fermare il sangue)
<i>Bruciatura da fuoco e da ghiaccio</i>	zona dolorosa (trattare a distanza fino a quando il dolore sparirà)
<i>Storta, infiammazione</i>	zona dolorosa
<i>Infiammazione delle ghiandole linfatiche</i>	zona dolorosa, tanden
<i>Fratture</i>	zona dolorosa (dare Reiki al di sopra delle bande o del gesso)
<i>Scheggia</i>	zona dolorosa

Pagina 36

<i>Slogatura</i>	zona dolorosa
<i>Periostite, osteite, artrite</i>	zone dolorose
<i>infiammazione dei muscoli</i>	zone dolorose
<i>Reumatismi muscolari</i>	zona della testa, zona dolorosa, stomaco, intestini (migliorare i movimenti degli intestini)
<i>Vertebre, carie</i>	(malattia di Pott o spondilite tubercolare) zona della testa, zone dolorose, tanden
<i>Scoliosi</i>	zone dolorose
<i>Dolori alla colonna vertebrale (lupus?)</i>	diaframma della cavità del cuore, zona della testa, tanden, zona dolorosa e disturbata

Pagina 37

<i>Svenimento</i>	cuore, zona della testa, persona che ha affogato: lasciare che rigetti l'acqua
<i>Diverse eruzioni e tumefazioni</i>	tanden, zone dolorose

<i>Allergie</i>	stomaco, intestini, tanden , zona dolorosa
<i>Calvizie</i>	zona della testa , stomaco, intestini, zona dolorosa, tanden
<i>Malattia di Hansen</i>	(lebbra) zona della testa , stomaco, intestini, tanden , zona dolorosa, vescica
<i>Funghi tossici</i>	zona della testa , stomaco, intestini, tanden , zona dolorosa

Pagina 38**9. Malattie pediatriche**

<i>Coliche</i>	(pianto alla sera) zona della testa , stomaco, intestini.
<i>Morbillo</i>	zona della testa , stomaco, intestini, cuore, zone dove ci sono eruzioni
<i>Sesta malattia</i>	come sopra
<i>Pertosse</i>	zona della testa , stomaco, intestini, cuore, polmoni, gola, zona della cavità del cuore
<i>Poliomielite</i>	zona della testa , stomaco, intestini, zone delle vertebre intorpidite

Pagina 39**10. Malattie ginecologiche**

<i>Malattie dell'utero</i>	zona dell'utero
<i>Durante la gravidanza</i>	utero (se si tratta la ancia, il feto crescerà in buona salute e il parto sarà facile)
<i>Al momento del parto</i>	zona sacrale, zona bassa dell'addome
<i>Nausee mattutine</i>	zona della testa , utero, stomaco, intestini, diaframma
<i>Vari sintomi alle mammelle della madre</i>	mammelle
<i>Gravidanza extra uterina</i>	zona della testa, utero, zona dolorosa.

Pagina 40**11. Malattie contagiose**

<i>Febbre tifoide</i>	zona della testa , cuore, stomaco, intestini, milza, tanden , (stare attenti alle malattie concatenate alla febbre)
<i>Paratifo</i>	come sopra
<i>Dissenteria</i>	zona della testa , cuore, stomaco, intestini, tanden
<i>Diarrea del bambino</i>	come sopra
<i>Difterite</i>	zona della testa , gola, cuore, petto, stomaco, intestini, reni, tanden , (iniettare del siero nel sangue?)

Pagina 41

<i>Colera</i>	zona della testa, stomaco, intestini, cuore, tanden .
<i>Scarlattina</i>	zona della testa, bocca, gola, cuore, stomaco, intestini, reni, tanden , zona dolorosa.
<i>Influenza</i>	zona della testa, cuore, polmoni, intestini, tanden , metà del corpo, zona dolorosa.
<i>Epidemia cerebro-spinale</i>	zona della testa, zona del collo, occhi, cuore, stomaco, intestini,
<i>Meningite</i>	reni, vescica, cordone midollare, (principalmente le vertebre cervicali), tanden , zone dolorose, zone dure o rigide.
<i>Malaria</i>	zona della testa, cuore, stomaco, intestini, fegato, milza, tanden , sarebbe meglio trattare la persone 1 ora circa prima delle convulsioni.

Pagina 42

<i>Fuoco di S. Antonio</i>	zona della testa, zone del cuore, stomaco, intestini, tanden , zona dolorosa.
<i>Tetano</i>	zona della testa, zona del cuore, stomaco, intestini, tanden , zona ferita, zona dolorosa.

Pagina 43

(pagina bianca)

Poesie dell'Imperatore Meiji (Meiji Renno Gyosei)

Page 44

01. Tsuki

La luna

La luna di una notte d'autunno rimane sempre la stessa di quella di molto tempo fa, ma molte persone sono passate a miglior vita.

Aki no yono

Tsuki wa mukashi ni

Kawaranedo

Yoni naki hito no

Ooku narinuru

02. Ten

Il cielo

Desidero che il mio cuore possa essere chiaro e grande quanto l'immenso cielo e il prato verde della primavera.

Asamidori

Sumiwatari ker

Oozora no

Hiroki wo onoga

Kokoro tomogana

03. Ori ni furete

A l'occasione (pensiero occasionale)

Non dovresti lamentarti del tempo caldo e umido. Pensa ai contadini che devono lavorare nelle risaie in queste condizioni rigide.

Atsushi tomo

Iwarezari ker

Niekaeru

Mizuta ni tateru

Shizu wo omoeba

04. Ochibakaze

Vento sulle foglie d'autunno

Ci sono voluti molti giorni e molte notti per perfezionare il colore delle foglie dell'acero, ma un solo soffio di vento potrebbe portarle via.

La bellezza può essere fragile.

Amatatabi

Shigurete someshi

Momijiba Wo

Tada hitokaze no

Chirashinuru kana

05. Ori ni furete

Pensiero occasionale

Guarda e impara dalla pietra che è stata scavata dalle gocce di pioggia.

Allontana l'idea che compiere un compito sia troppo difficile.

Niente è impossibile.

Amadari ni

Kubomeri ishi wo

Mitemo shire
Kataki waza tote
Omoi sutemeya

Page 45

06. Ori ni furete Pensiero occasionale
Come puoi essere irritato contro il cielo (Dio) e biasimare gli altri se soltanto ti ricordi e ammetti le tue bugie ed i tuoi errori.

Ten wo urami
hito wo togamuru
koto mo araji
waga ayamachi wo
omoikaeseba

07. Ori ni furete Pensiero occasionale
Le persone in questa società si preoccupano troppo e sono spesso troppo prudenti. Qualche volta, facciamo tutti degli errori nelle nostre vite.

Ayamatamu
Koto mo koso are
Yononaka wa
Amari ni mono wo
Omoi sugoseba

08. Tomo Amico
Il vero spirito dell'amicizia è quando l'un l'altro vi fate notare i vostri errori e vi fate delle rimostranze, non importa quanto vicini siate.

Ayamachi wo
Isame Kawashite
Shitashimu ga
Makoto no tomo no
Kokoro naruramu

09. Ganjyo matsu/ iwawo no ue no matsu Un pino su una roccia
Che importa quanto duro e tempestoso potrebbe diventare il mondo, io desidero che il cuore delle persone rimanga solido e sereno come un pino radicato su una roccia.

Arashi fuku
Yo nimo ugo kuna
Hito gokoro
Iwao ni nezasu
Matsu no gotokuni

10. Nami L'onda
Sembra che un momento sia tempestoso, ma il seguente è calmo. L'onda nell'oceano e la società umana si assomigliano molto.

Areruka to

Mireba nagiyuku
Unabara no
Nami koso hito no
Yo ni nitariker

Page 46

11. Won no furete Pensiero occasionale

Anche se avete ottenuto la ricchezza e una vita senza problemi, ti prego di non dimenticare mai la morale e gli obblighi del vero genere umano.

Ie tomite
Akanukoto naki
Minari tomo
Hito no tsutome ni
Okotaruna yume

12. Kyodal

Fratelli

Anche se vi sono molti fratelli nella stessa famiglia, a volte i valori della famiglia tradizionale sembrano essere disperse e le persone vivono senza armonia in questa società.

Ie no kaze
Fukisohamu y omo
Miyurukana
Tsuranaru eda no
Shigeriai tsutsu

13. Kokoro

Cuore (spirito)

Non importa ciò che succede (privazione e sfortuna) durante il corso di una vita, io desidero che il cuore e lo spirito delle persone rimangano aperti ed abbondanti.

Ikanaramu
Kotoaru toki mo
Utsusemi no
Hito no kokoro yo
Yutaka naranamu

14. Kusuri

Medicine

Invece di ricercare molte altre medicine per guarire le loro malattie, io desidero che le persone onorino sempre la capacità di guarigione del loro corpo e si prendano cura si se stesse.

Iku kusuri
Motomemu yorimo
Tsuneni mi no
Yashinaigusa wo
Tsumeyo tozo omou

15. Ori ni furete Quando ascolto il rumore sempre più alto delle zanzare, mi molto sento addolorato per i miei soldati. Come possono dormire nella notte visto che anche il campo di battaglia deve essere pieno di zanzare.

**Ikusa-bito
Ikanaru nobe ni
Akasuramu
Ka no koe shigeku
Nareru yo gorowo**

Page 47

16. Kyouilu/Oshie Educazione

Per le graziose dame giapponesi, Vi prego di scegliere come modello delle persone di merito e di imparare da loro le lezioni della vostra vita.

**Isao aru
Hito wo oshie no
Oya to shite
Oboshi tatenamu
Yamato nadeshiko**

17. Mizu no ue no Ochibana Un fiore sull'acqua

E' meraviglioso osservare i fiori che crescono sullo stagno. Galleggiano sull'acqua.

**Ike no omo
Ni nozomeru hana
No ureshiki
Wa chiretomo mizu
Ni ukabu narikeri**

18. Tsukimae Hotaru La luna e la lucciola

La luna ha un così bel riflesso sullo stagno, una lucciola umile compromette la sua esistenza volano dietro i cespugli di foglie rosse.

**Ike no omo
Watsuki ni yuzurite
Ashi no ha no
Shigemi gakure ni**

19. Tama

Gioiello

Anche un gioiello perfetto senza graffi perde la sua bellezza e brillantezza con un po' di polvere. Il cuore e l'animo umano hanno bisogno di essere lucidati ogni tanto per rimanere chiari.

**Isasaka no
Kizu naki tama mo
Tomosuerba
Chiri ni hikari wo
Usinau ni keri**

20. Ori ni furete Pensiero occasionale

Per gli studenti giovani, non affrettatevi di andare avanti. Non trascurate il vostro lavoro. Il vero apprendistato richiede studi lunghi e costanti.

Ichihayaku
Susuman yorimo
Okotaruna
Manabi no michi ni
Tateru warawabe

Page 48-67 (traduzione in corso)**26. Mizu**

Acqua

L'acqua non si oppone al recipiente e assume la forma stessa del recipiente. L'acqua sembra essere obediante, flessibile e non-assertiva. Tuttavia, l'acqua può rompere la roccia con le sue gocce ininterrotte e concentrate. Pertanto le persone dovrebbero anche essere flessibili in ogni situazione, nei pensieri e nelle relazioni ed avere la concentrazione ininterrotta per fare qualcosa di importante.

Utsuewa niha
Shitagai nagara
Iwagane mo
Tosu ha mizu no
Chikara narikere

75. Yuube

Sera

Oggi non avevo nulla da fare e vedo che ora è sera. All'inizio mi è dispiaciuto, ma ho cambiato il mio pensiero e credo ce non sia tanto male, no? Sì, è MALE perché per le persone ogni momento è molto prezioso e oggi ho perso del tempo prezioso. Bene, tuttavia, non dovrei ripiangere la giornata passata per molto tempo. Ora, provo a vivere una nuova giornata senza rimpianto.

Kurenubeku
Narite iyoiyo
Oshimu kana
Nasukoto nakute
Sugishi hitohiwo

88. Hito

Persone

E' meglio che le cose finiscano quando queste cose non seguono la nostra strada.

Nanigoto mo
Omouga mamani
Narazaru ga
Kaerite hito no
Mi no tameni koso

106. Kami

Dio

Hai un'anima chiara e pura se non hai nulla per cui vergognarti davanti a Dio, il quale non puoi vedere, ma che sa tutto di te. Desidero che tutti avessero una tale anima.

**Me ni mie nu ka-
Mi ni mukaite haji-
Zaru wa hito
No kokoro no mako-
To nari keru**

111. Matsu

Pino

Le persone sono state come dei pini perché si dice che il pino porta buona fortuna. E le persone valutano la forma e l'equilibrio del pino, ma il vero valore è qualcosa di diverso. Quando un inverno più freddo arriva, dopo un periodo di diversi anni, i pini possono sopravvivere nell'abbondanza di neve e nella tempesta anche se gli altri alberi muoiono. I pini mostrano la loro resistenza e le persone stimano i grandi pini.

**Yuki ni tae
Arashi ni taeshi
Nochi ni koso
Matsu no kuraqi mo
Takaku miekere**

121. ?

?

L'emozione di una persona scorre attraverso uno specchio.

**Hito no koko-
Ro o kagami ni
hasite**

122. ?

?

Il sentiero che seguiamo nel mondo e il compito che cerchiamo di non fare, dobbiamo voltare le spalle anche se nel nostro cuore non ci danno piacere?

**Yo watari no
Michi no toutome
Ni okotru
Na kokoro ni kana
Fu-asobi aritemo**

123. ?

?

L'ego e io, abbiamo dei motivi, e questi motivi a cui pensiamo ancora tu non li conosci, eppure non li conosci, ti perdi ancora. Però capirai i motivi e la verità. Potremo sempre migliorare.

**Waga kokoro
Ware to o ri o ri-
Ka e ri miyo,**

**Shirazu-shirazu mo
Mayofu koto mo ari
O ri ni furete
Ware mo mata sara ni
Magakamu**

124. ?

?

Io mi chiedo perché nei sette mari tutto diventa agitato e ventoso (tempestoso) quando tutti sono amici.

**Yo mono umi
Mina hara hara to
Omo fu yo ni
Mado nami kaze no
Tachi sawagu ramu**

125. Kagami

Specchio

Mi auguro che la mia mente sia chiara come quella delle persone importanti che non conosco ma che hanno delle menti e delle anime importanti. Anche se sono l'imperatore, non sono un essere umano tanto grande.

**Ware mo mata
Sarani magakamu
Kumorinaki
Hotino kokorowo
Kagami ni ha site**

==== fine del libretto di Mikao Usui =====



(pagina bianca)

Ulteriori spiegazioni del sig. Horoshi Doi sulle poesie dell'imperatore Gyosei

Scopo del Reiki Ryoho (estratto della brochure Reiki Ryoho)

I praticanti dell'Usui Reiki Ryoho utilizzano 125 *Gyosei*⁷ scritte dall'imperatore Meiji, che è stato il cento ventiduesimo imperatore, il quale ha scritto molte *Gyosei* (poesia *Waka*⁸ giapponese) come cibo per la mente. Essi (i praticanti) rispettano il *Gokai*⁹ (Solo per oggi, non ti arrabbiare, non ti preoccupare. Sii grato. Lavora sodo. Sii gentile con tutti e ogni giorno, fai degli sforzi per la crescita della tua mente e del tuo corpo, aspira a mantenere una buona salute, aspira a far crescere la pace, la prosperità e la felicità nella tua famiglia/società/nazione/mondo).

Seminario (trattamento) di Reiki Ryoho tradizionale

Shuyokai, che significa seminario, è organizzato da un master Reiki Ryoho tradizionale in modo da incoraggiare la crescita della mente e dell'anima di tutti i partecipanti. *Reiju*¹⁰ (armonizzazione reiki) è dato in questo seminario dal master. *Hatsureiho*¹¹ viene insegnato al livello 2 (*Okuden*) in modo da praticare il reiki su se stessi. All'inizio del *shuyokai* e di *hatsureiho*, le poesie *Gyosei* sono lette a voce alta per chiarire i pensieri. Questo ha avuto inizio con Usui-Sensei e i praticanti di Usui Reiki Ryoho tradizionale lo praticano ancora oggi.

Lo scopo delle poesie Gyosei

Si dice che l'imperatore Meiji fosse una persona sensitiva. La sua bontà si riversava su tutto il Paese come il sole, il suo pensiero era di larghe vedute e abbondante come l'oceano, la sua volontà era forte, la sua fede era piena d'amore e vasta quanto la terra.

Durante l'Era Meiji, la maggior parte dei politici erano le cosiddette 'grandi persone' che vivevano molte difficoltà durante i cambiamenti avvenuti nel passaggio dall'Era Edo dei samurai all'Era Meiji democratica. Ma sono stati messi sotto pressione e erano in ansia quando incontravano l'imperatore Meiji, ma non a causa dell'autorità dell'imperatore, ma a causa del suo potere.

⁷ N.d.T: significa "creato" dall'imperatore

⁸ N.d.T.: forma poetica giapponese in 31 sillabe divise in 5 versi di 5-7-5-7-7 sillabe rispettivamente.

⁹ N.d.T: sono i principi del Reiki.

¹⁰ N.d.T: il Reiju è un potenziamento (assomiglia all'armonizzazione) che viene dato il più spesso possibile nel Reiki Tradizionale per favorire la sensibilità all'energia della persona.

¹¹ N.d.T.: La meditazione Hatsurei Ho fa parte delle tecniche originali insegnate dal Maestro Usui ed ha una fondamentale importanza nel cammino del praticante Reiki.

Il presidente degli Usa, F. Roosevelt disse: “Il popolo giapponese deve essere felice di avere un imperatore così grande. Il Giapponese progredirà e si svilupperà con l'imperatore Meiji”.

L'imperatore Meiji non parlava molto, ma scrisse delle poesie *Waka* (circa 100.000) per esprimere se stesso. Le sue poesie sono riconosciute come importanti dalla letteratura giapponese.

Usui-Sensi rispettava l'imperatore Meiji e selezionò 125 poesie *Waka* come *Gyosei* da utilizzare durante le sue lezioni di Reiki.

