



# *Reiki? Senza chakra* di Pamela Miles, Reiki Master

---

Pamela Miles è un'insegnante spirituale internazionale e Master Reiki. Pratica dal 1986 ed è la massima esperta di Reiki in ambito medico, avendo collaborato con centri medici accademici come le scuole di Harvard e Yale, il National Institutes of Health (NIH) e il NY-Presbyterian/Columbia. È autrice di REIKI: una guida completa e di varie pubblicazioni comparse su riviste mediche a revisione paritaria. [ReikiInMedicine.org](http://ReikiInMedicine.org)

---

Quando si parla di Reiki c'è spesso la tendenza a renderlo più complicato ed esoterico, e di conseguenza meno credibile.

Quando dico: *"Senza chakra"* a proposito del Reiki è come se dicessi: *"Senza zuccheri aggiunti"* di un cibo o una bevanda che già naturalmente li contiene e non necessita di altro.

Spesso si sente dire da chi pratica Reiki: *"Quando appoggio le mani sul mio chakra del cuore ..."*. Se, per caso, anche tu sei fra questi, per favore fermati un momento. Secondo te è possibile mettere le mani su un chakra?

E che cosa trasmetti agli altri, citando i chakra nell'ambito della disciplina Reiki?

## Ti interessa?

Forse non ti interessa, e allora non c'è motivo di continuare a leggere.

Ma se ci tieni alla chiarezza, se desideri vedere la disciplina del Reiki riconosciuta e apprezzata dal grande pubblico, soffermati un momento a pensare.

Se i chakra esistono, esistono in un'altra dimensione; non hanno una forma fisica.

Attenzione, non sto dicendo che i chakra non esistano, sto solo sottolineando che non ci sono prove tangibili della loro esistenza.

Riferirsi a evidenze concrete è importante quando si parla della disciplina Reiki. Sai perché?

Perché crea un terreno comune dove un ampio spettro di persone si può riconoscere.

Se desideri conquistare l'interesse e il rispetto di un pubblico su larga scala, diventa fondamentale parlare in modi che non diano adito ad alcuna perplessità. È davvero semplice.

Così come lo è la pratica del Reiki: semplice e pragmatica.

Lo fu quando Usui iniziò, e certamente lo fu per Hayashi e Takata. Nessuno di loro parlò mai di chakra, semplicemente perché non fanno parte della metafisica giapponese.

Perché dovremmo farlo noi?

Questo articolo è stato originariamente pubblicato in lingua inglese con il titolo: "*Practicing Reiki? Hold the Chakras*".

Si ringrazia la Master Reiki **Tiziana Boccaccio** per la traduzione in italiano.