

Iyashi: guarigione e pratiche curative all'interno del seishin sekai

Greta Vit

Le origini del movimento New Age

Gli Stati Uniti della seconda metà del Novecento, sfondo di avvenimenti come rivolte studentesche, la crisi petrolifera del 1973 e l'entrata in scena di movimenti ecologisti e pacifisti¹, possono essere considerati come il punto d'origine per la nascita e conseguente diffusione di una serie di movimenti che prendono il nome di New Age. Evento che permise la consolidazione del termine fu la pubblicazione nel 1983 del libro *Out on a Limb*, opera autobiografica scritta da Shirley MacLaine attraverso la quale l'autrice racconta il suo percorso verso la scoperta della spiritualità caratteristica della "Nuova Era".²

La nascita del movimento New Age può essere interpretata come una risposta alla necessità di una "riscoperta" della religione dovuta alla crescita del numero di persone che hanno intrapreso una ricerca di risposte alla perenne domanda sul significato della vita umana e dell'universo. Inoltre, ad alimentare questa tendenza furono le critiche e i dubbi nati all'interno della fascia di studenti e fra le persone educate nei confronti del pensiero tradizionale e delle istituzioni.

I movimenti New Age possono essere concepiti come una grande rete di individui libera dalle costrizioni caratteristiche dei gruppi e delle organizzazioni istituzionalizzate, individui che mostrano un orientamento verso la trasformazione personale e sociale a livello globale. Il pensiero New Age è inoltre caratterizzato da un atteggiamento di rifiuto nei confronti di tutti i sistemi riduttivi e dualistici a favore di una visione olistica del mondo.³

Seishin sekai, il mondo dello spirituale in Giappone

Questo periodo di crisi interessò anche il Giappone su diversi campi. Sul piano finanziario si verificò un affievolimento della fiducia verso il progresso economico in seguito alla crisi energetica degli anni

¹ Jack, FINNEGAN, "The New Age movement: A new religion", *The Furrow*, 1992, p. 352.

² Haga, MANABU e Robert J., KISALA, "Editors' Introduction: The New Age in Japan", *Japanese Journal of Religious Studies*, 22, 3-4, 1995, pp. 236.

³ FINNEGAN, "The New Age movement...", pp. 352-353.

Settanta, che diede spazio alla possibilità di stili di vita diversi da quelli devoti alla produzione di massa e al consumismo.⁴ Da un punto di vista sociale, gli attacchi terroristici organizzati dal nuovo movimento religioso Aum Shinrikyō e la tragedia dell'11 settembre 2001 hanno spinto i giapponesi verso la ricerca di una nuova spiritualità che non fosse associata all'idea di religione.⁵

Fu così che verso la fine degli anni Ottanta un fenomeno simile a quello chiamato New Age in Nord America e in Europa iniziò a prendere piede anche in Giappone⁶ sotto il nome di *seishin sekai*, ovvero “mondo dello spirituale”. Gli studiosi si trovano in disaccordo riguardo l'inizio del cosiddetto *supirichuaru būmu* (boom dello spirituale) ma Shimazono enfatizza come il 1978 sia stata una data cruciale, essendo l'anno in cui per la prima volta una grande libreria ha introdotto una sezione dedicata al *seishin sekai*, tutt'ora di norma collocata adiacente ma separata da quella per libri e riviste sulla religione (*shūkyō*).⁷

Nonostante non ci siano dubbi che il fenomeno New Age in “Occidente” abbia esercitato una sostanziale influenza sui conseguenti movimenti nati in Giappone, sarebbe inappropriato raggruppare e paragonare le due tendenze. Si tratta infatti di fenomeni simili ma caratterizzati da elementi e tratti unici allo stesso tempo.⁸

Inizialmente, la funzione di tradurre la parola inglese “*spiritual*” è stata affidata al termine “*reisei*”, scritto con i caratteri cinesi 靈性. Tuttavia, nella seconda metà degli anni Novanta sono entrate in uso le parole “*supirichuaru*” e “*supirichuariti*”, scritte in katakana. Questo cambiamento può essere attribuito all'incidente Aum del marzo 1995, in seguito al quale i mass media e la popolazione hanno iniziato ad adottare un atteggiamento di diffidenza nei confronti dei nuovi movimenti religiosi e i cosiddetti culti.⁹ Infatti, se da un lato i caratteri utilizzati per il termine *reisei* (dove *rei* 靈 si traduce come “spirito”) suggeriscono immagini legate a esseri soprannaturali, i termini in katakana invece perdono quasi completamente questa connessione fra il mondo dello spirituale e la religione.¹⁰ Nella società giapponese in cui chi è affiliato a nuove religioni e culti viene non solo considerato eccentrico, ma addirittura pericoloso, l'interesse per ciò che è “spirituale” e non “religioso” è necessario per dare

⁴ Tatsuya, YUMIYAMA, “Varieties of Healing in Present-Day Japan”, *Japanese Journal of Religious Studies*, 22, 3-4, 1995, p. 279.

⁵ Norichika, HORIE, “Spirituality and the Spiritual in Japan: Translation and Transformation”, *Journal of Alternative Spiritualities and New Age Studies*, 5, 2009.

⁶ Susumu, SHIMAZONO, “‘New Age Movement’ or ‘New Spirituality Movements and Culture?’”, *Social Compass*, 46, 2, 1999, p. 121.

⁷ Justin, STEIN, “Usui Reiki Ryōhō, Reiki, and the Discursive Space of Spiritual Healing in Twentieth-Century Japan”, *Nanzan Institute for Religion and Culture*, 2015, p. 8.

⁸ SHIMAZONO, “‘New Age Movement’ or...”, p. 124.

⁹ HORIE, “Spirituality and the Spiritual in Japan...”.

¹⁰ *Ibid.*

prova della propria innocuità ed entrare nella categoria di individui alla ricerca di nuovi valori e significati per la loro vita, di connessioni con gli altri, con il sé interiore e con esseri trascendenti.¹¹

Shimazono adotta il termine “New Spirituality Movements” per fare riferimento a questi nuovi gruppi formati da una rete di individui libera e slegata dalle strutture tipiche delle organizzazioni religiose istituzionalizzate. Alcune caratteristiche fondamentali di questi movimenti spirituali sono l’importanza data al rinnovamento spirituale sia dell’io che dell’umanità e alla trasformazione di coscienza. Al loro interno viene a cadere l’opposizione fra religione e scienza mentre si accentua la necessità di superare il falso dualismo della scienza moderna che separa gli esseri umani dalla natura.¹²

Iyashi, pratiche di guarigione all’interno del seishin sekai

Un altro fattore emerso insieme al boom dello spirituale e punto focale di questa ricerca è l’entrata in scena di un vasto interesse nei confronti delle pratiche curative e del concetto di guarigione (in giapponese “*iyashi*”). In Giappone l’interessamento verso le idee associate alla guarigione risale agli anni Settanta, ma resta relativamente sconosciuto al di fuori dei movimenti religiosi e del *seishin sekai* fino al crollo della “bolla economica” agli inizi degli anni Novanta.¹³

Naoko Hirano descrive un processo dove le varie tecniche e discorsi curativi sviluppati durante i boom dell’occulto e dello spirituale negli anni Settanta e Ottanta, con la loro previsione di un “mondo spirituale” o nuova era collettiva, venivano trasformati dai mass media e da Internet nel cosiddetto “*healing boom*”, denominato in Giappone come “*iyashi būmu*”, fenomeno che caratterizzò gli anni Novanta e Duemila.¹⁴

Quello della guarigione è sempre stato uno dei perni principali delle religioni, e in particolare in Giappone viene comunemente data rilevante importanza all’esperienza curativa all’interno dei gruppi religiosi. Basti pensare a Tenrikyō, esempio di religione con una reputazione per la cura delle malattie. Non solo, questa è una tendenza che si ritrova anche nelle nuove religioni nate nel dopoguerra, come Sōka Gakkai e Risshō Kōsei-kai.¹⁵

¹¹ HORIE, “Spirituality and the Spiritual in Japan...”.

¹² MANABU e KISALA, "Editors' Introduction...", pp. 238-239.

¹³ YUMIYAMA, “Varieties of Healing...”, p. 272.

¹⁴ STEIN, "Usui Reiki Ryōhō...", p. 12.

¹⁵ YUMIYAMA, “Varieties of Healing...”, p. 268.

Tuttavia, il concetto di *iyashi* emerso alla fine del Ventesimo secolo si distacca dall'idea convenzionale di cura e salvezza dei gruppi religiosi. Infatti, questo periodo è caratterizzato da un allontanamento dalla salvezza intellettuale basata sulla dottrina e un conseguente avvicinamento a una salvezza le cui radici trovano fondamento nelle “sensazioni” e “percezioni” corporee del significato della vita, un forte desiderio che supporta la nascente tendenza verso delle pratiche curative del *seishin sekai*.¹⁶

Queste pratiche curative vengono considerate dai praticanti come attività di guarigione olistica. Questo perché quella spirituale è un tipo di cura che interessa e agisce su tutte le forme e sfaccettature dell'essere umano: gli effetti si riscontrano sul piano fisico, mentale, emotivo e spirituale.¹⁷ Quello dell'olismo, infatti, è un tema centrale e ricorrente all'interno dei movimenti New Age e della nuova spiritualità. Nello specifico, secondo i concetti del sistema di salute olistico, lo scopo è quello che fra la mente, il corpo e lo spirito di ogni essere umano venga a formarsi una correlazione. Questi elementi relazionati l'uno all'altro, insieme a tutti gli organismi, finiscono così per diventare parte di un fondamentale sistema dinamico e interdipendente. L'obiettivo principale di questo sistema non è esclusivamente quello di raggiungere uno stato di normalità ed equilibrio, ma quello di migliorare la propria salute. Per rendere possibile tutto ciò non basta accontentarsi di rimuovere l'origine dei sintomi e causa del problema o malattia, ma comprendere a fondo il messaggio che il malessere in questione porta con sé.¹⁸ Infatti, come spiega Siegel, “le malattie sono un messaggio per il cambiamento”.¹⁹ Nel riferirsi a malattie e patologie si ricorre spesso all'uso di termini come “squilibrio”, “disordine” e “disarmonia”, condizioni che si possono manifestare sui diversi livelli dell'individuo, sia fisici che mentali. Le pratiche curative servono quindi a innescare un processo di cambiamento verso un riallineamento, verso la salute e la totalità del sé.²⁰

Quello di *iyashi* è un concetto che si applica a diverse tecniche e metodologie. La guarigione si può infatti ottenere attraverso vere e proprie pratiche, eseguite da guaritori professionisti, come nel caso della tecnica curativa che prende il nome di Reiki. Altre persone invece si orientano verso l'uso degli *omajinai*, oggetti legati al mondo dello spirituale come cristalli e prismi acquistabili in negozi specializzati. Un altro approccio possibile è quello che utilizza come mezzo di guarigione il legame fra uomo e natura, altro tema di grande rilevanza per il *seishin sekai*. Si ritiene che ciò sia possibile visitando luoghi ricchi di energia rilasciata dalla terra che prendono il nome di *power spots*.

¹⁶ YUMIYAMA, “Varieties of Healing...”, p. 280.

¹⁷ Chrissie, STEYN, “Spiritual Healing in “New Age” Groups”, *Journal for the Study of Religion*, 1996, p. 44.

¹⁸ *Ivi*, p. 46.

¹⁹ *Ibid*

²⁰ *Ibid*.

Reiki, tecnica di guarigione spirituale

Quella del Reiki consiste in una pratica spirituale il cui scopo è quello di ridurre lo stress e favorire il rilassamento e la guarigione. Questa tecnica viene eseguita attraverso la “disposizione delle mani” ed è basata sull’idea che esista un’invisibile “energia vitale” che fluisce attraverso il corpo rendendolo vivo. Nel caso in cui il livello di energia sia basso, l’individuo in questione sarà più propenso ad ammalarsi e ad accusare i colpi dello stress. Un livello alto invece può permettere di condurre una vita sana e felice.²¹

Il creatore e padre di questa tecnica fu Usui Mikao, che morì nel 1926 mentre viaggiava per il Giappone con lo scopo di insegnare la sua tecnica curativa. Nonostante inizialmente la pratica venne insegnata solo nel suo paese d’origine, una donna di origine nippo-americana di nome Takata Hawayo, dopo essere diventata maestra di Reiki nel 1937, tornò alle Hawaii e iniziò ad insegnare la tecnica curativa. Inoltre, nel 1970 Takata viaggiò negli Stati Uniti dove prese la decisione di formare nuovi maestri di Reiki, permettendo alla pratica di evolversi ed espandersi al di fuori del Giappone.²²

Quando la tecnica del Reiki, dopo mezzo secolo di trasformazione negli Stati Uniti, fece ritorno al suo paese di origine verso la metà degli anni Ottanta, si ritrovò in un Giappone dove la realtà dello *spiritual healing* si trovava nel pieno di una rivitalizzazione grazie all’avvento del *seishin sekai*. Sia i praticanti della tecnica originale, denominata Usui Reiki Ryōhō, che i maestri della pratica più attuale e trasformata collocano il Reiki in una sfera separata da quella della religione. Inoltre, sostengono che la ragione per cui il Reiki non sia ancora stato riconosciuto come metodo di guarigione dalla scienza attuale stia nel fatto che questa è ancora troppo materialista per accettarne la validità, ma che in ogni caso sarà eventualmente riconosciuta come tecnica scientifica in futuro.²³

Nell’unico testo attribuito a lui attribuito, il maestro Usui sostiene che le sue pratiche di Reiki Ryōhō non consistano esclusivamente in terapie spirituali (*shinrei ryōhō*) ma che appartengano anche alla sfera delle terapie fisiche (*shintai ryōhō*). Alla base della tecnica infatti non troviamo nozioni e concetti legati alla fede o alla psicologia, ma piuttosto sul *ki* e sulla luce radiante dal corpo dei maestri che eseguono la pratica di guarigione.²⁴ Il Reiki consiste quindi in un metodo di cura spirituale e miglioramento del sé attraverso la guarigione di tutte le parti dell’essere umano, concetto in linea con gli obiettivi e concetti del *seishin sekai*.

²¹ The International Center for Reiki Training, <https://www.reiki.org/> (ultimo accesso 23/12/2021).

²² Jennifer J., ESALA e Jared, DEL ROSSO, "Emergent Objects, Developing Practices: Human-Nonhuman Interactions in a Reiki Training", *Symbolic Interaction* 34, 4, 2011, p. 97.

²³ STEIN, "Usui Reiki Ryōhō...", p. 2.

²⁴ *Ivi*, p. 5.

Nel sito Internet ufficiale dedicato al Reiki, dove vengono raccolti articoli e testimonianze di maestri e fruitori della pratica e indicazioni utili per avvicinarsi a questo metodo di guarigione, viene espressamente specificato che sebbene di natura spirituale, questa pratica non dimostra nessun collegamento con la religione. La pagina introduttiva del sito riporta queste parole:

Non ci sono dogmi e non c'è niente in cui devi credere per imparare e usare il Reiki. Infatti, Reiki non dipende affatto dalla fede e funzionerà indipendentemente dal fatto che tu ci creda o meno.²⁵

In una società come quella giapponese della fine del Ventesimo secolo dove sempre più individui dimostravano un interesse nei confronti del mondo dello spirituale senza però dover ricorrere all'affiliazione con i gruppi religiosi, la cui reputazione era stata recentemente intaccata dall'incidente Aum, quello del Reiki rappresenta un modo alternativo per potersi connettere a una forza sovraumana per la coltivazione del sé e dei poteri curativi²⁶ senza soffrire di alcuna ripercussione.

***Omajinai*, oggettistica per la cura spirituale**

Un altro fenomeno che ha preso piede grazie al sempre maggiore consolidamento del *seishin sekai* è quello dell'acquisto degli *omajinai*, termine che si può tradurre come “portafortuna”. Nello specifico si tratta di oggetti che possiedono il cosiddetto “tocco spirituale”, fra cui cristalli, pietre e prismi che presumibilmente contengono al loro interno un'energia spirituale dalla quale colui che li compra e reca con sé dovrebbe trarre dei benefici.²⁷

La popolarità di questi oggetti portafortuna ha ricevuto una spinta nel corso degli anni da magazine e riviste mensili come il *My Birthday*, un giornale sulla divinazione rivolto al mercato dei giovani. Il periodico, oltre a regalare gratuitamente oggetti portafortuna ai lettori, ha aperto un negozio specializzato chiamato *The House of Little Witches* nel seminterrato dei propri uffici editoriali.²⁸

Questo può essere considerato come uno dei molti negozi New Age che negli ultimi anni si sono sparsi per tutto il Giappone e che si occupano della vendita di oggetti infusi di un elevato potere curativo. Inizialmente questi luoghi erano conosciuti come “negozi dell'occulto” ma, con la crescita della popolarità dell'*iyashi* e della relativa oggettistica, in molti casi hanno iniziato a venire chiamati

²⁵ The International Center for Reiki Training, <https://www.reiki.org/> (ultimo accesso 23/12/2021).

²⁶ STEIN, "Usui Reiki Ryōhō...", p. 9.

²⁷ Inken, PROHL, "The Spiritual World: Aspects of New Age in Japan", in Daren Kemp and James R. Lewis (a cura di), *Handbook of New Age*, Leida, Brill, 2007, p. 359.

²⁸ YUMIYAMA, "Varieties of Healing...", p. 276.

“*healing shops*”. Ad esempio, Rhodante è un negozio nell’area di Koganei a Tōkyō famoso all’interno dei circoli New Age, al cui interno vengono venduti cristalli, pietre, incensi, oli, erbe, cd per la meditazione e libri sulla divinazione, sulla magia, sui poteri paranormali e sull’occulto.²⁹ Esistono inoltre grandi convention e fiere dedicate alle pratiche di cura spirituale e alla vendita di *omajinai*, come la Iyashi Fair e lo Spi-Ma (Spiritual Market).³⁰

I principali acquirenti di pietre e cristalli sono studentesse e giovani donne sulla ventina. Coloro che dimostrano un interesse e decidono di fare affidamento ai poteri degli *omajinai* sostengono che avere una pietra che si addice a te e ai tuoi bisogni, implicando che non tutte le pietre sono adatte per ogni situazione, favorisca una sensazione di compostezza, rinvigorisca il corpo, aiuti a realizzare i sogni e rilasci dei poteri subliminali.³¹ Anche in questo caso, analogamente alle credenze del *seishin sekai*, gli effetti benefici e curativi di questi oggetti intervengono non solo dal punto di vista fisico, ma favoriscono anche la pace e stabilità della mente.

Power spot, guarigione attraverso la natura

Insieme al movimento globale New Age è emerso un concetto secondo cui certi luoghi emanano delle energie speciali dalla terra, fenomeno sbarcato anche in Giappone negli anni Ottanta del Novecento dove prende il nome di “*pawā supotto*”, dall’inglese *power spot* e traducibile come “punto spirituale” o “punto di potere”. Da quel momento in avanti il fenomeno è stato modellato dai discorsi della spiritualità e natura, da interessi commerciali e turistici e più recentemente da una nuova associazione con lo shinto e i santuari.³²

Dagli anni Duemila i mezzi di comunicazione online giapponesi come pagine web, blog, social network e mass media come riviste, televisione e giornali hanno promosso il fenomeno dei punti spirituali proponendoli come luoghi che si ritiene abbiano il potere di apportare miglioramenti sul piano spirituale e del benessere, oltre ad offrire guarigione, salute e buona fortuna.³³

In Giappone una teoria emergente riguardo questi luoghi è stata articolata nel 1991 dallo spiritualista Kiyota Masuaki nel suo libro *Hakken Pawāsupotto (Power spots Discovered!)*. L’autore descriveva i *power spots* come luoghi specifici dove la Terra assorbe e rilascia energia che

²⁹ Ivi, p. 274.

³⁰ HORIE, “Spirituality and the Spiritual in Japan...”.

³¹ YUMIYAMA, “Varieties of Healing...”, p. 275.

³² Caleb, CARTER, “Power spots and the charged landscape of Shinto”, *Japanese Journal of Religious Studies*, 45, 1, 2018, p. 145.

³³ Shin, YASUDA, “Spiritual Legitimacy in Contemporary Japan: A Case Study of the Power Spot Phenomenon and the Haruna Shrine, Gunma”, *Religions*, 12, 3, 2021, p. 1.

scorre fra di essa e l'universo. I paesaggi del Giappone, sostiene Kiyota, sono abbondanti di luoghi di questo genere: fra questi troviamo templi buddhisti, santuari shintō e alcuni siti localizzati in luoghi naturali.³⁴

Se da un lato quello dei punti spirituali è un fenomeno che all'estero non ha mai veramente superato i confini dei movimenti New Age, in Giappone è di particolare interesse notare come si è venuto a creare un collegamento fra i *pawā supotto*, i luoghi naturali e i santuari shintō. Da un lato possiamo notare un'enfasi sulla natura che si è fusa con gli interessi nei confronti della spiritualità e i *power spots*. In questo senso sono i vecchi alberi, le rocce, i fiumi, le cascate e l'aria pulita a essere considerati come "contenitori" di energie curative.³⁵ A questo panorama si aggiungono i luoghi sacri quali santuari shintō e in alcuni casi templi buddhisti, già legati alla sfera del turismo attraverso i pellegrinaggi e che adesso rientrano nel nuovo ambito del *seishin sekai* e dei *power spots* grazie alla loro fama di luoghi ricchi di energia, capaci di far raggiungere ai visitatori una pienezza spirituale e benessere. Nonostante la maggior parte dei templi e santuari giapponesi non si identificano ufficialmente con il fenomeno e i concetti dei punti spirituali, allo stesso tempo non negano attivamente questa connessione, fruendo così del rinnovato interesse da parte di visitatori e turisti.³⁶

***Iyashi* come cura spirituale dell'individuo e della società**

La pratica del Reiki, l'acquisto di *omajinai* e le visite ai *power spots* sono solo alcuni esempi di pratiche adottate dagli individui alla ricerca di un contatto con una nuova forma di spiritualità, distaccata dal più tradizionale mondo religioso. L'incremento dell'interesse nei confronti del mondo e delle pratiche spirituali può essere interpretato come una reazione nei confronti di diverse problematiche emerse all'interno della società moderna, fra cui l'allontanamento dalla natura causato da una crescente urbanizzazione, la crisi del mondo religioso e un sempre più marcato materialismo. Questa presupposta spiritualità intrinseca, che sottolinea idee come l'interconnessione di tutti gli esseri umani, l'importanza della natura, la necessità di creare un mondo migliore attraverso un'attiva esplorazione e miglioramento del sé e un rinnovato interesse nei confronti degli altri e del pianeta³⁷, può essere interpretata come una presa di posizione rispetto a tale situazione.

³⁴ CARTER, "Power spots and the charged landscape...", p. 150.

³⁵ Ivi, p. 151.

³⁶ YASUDA, "Spiritual Legitimacy...", p. 4.

³⁷ PROHL, "The Spiritual World...", pp. 370-371.

Nella frenesia della moderna società giapponese sempre più persone avvertono a livello individuale il peso dell'attenuamento delle relazioni umane e una sempre più marcata separazione fra corpo e spirito.³⁸ Infatti, una società in costante competizione porta inevitabilmente ad un indebolimento dei rapporti interpersonali, accompagnato da un profondo senso di solitudine. Il concetto di “guarigione spirituale” viene infatti spesso definito anche in termini di ricerca di riconciliazione, armonia e come protesta contro la diluizione delle relazioni umane.³⁹

È proprio prendendo in considerazione tutte le forme in cui un individuo può sentire il bisogno di migliorare o guarire, siano questi malesseri a livello fisico, mentale o sociale, che l'essenza olistica delle pratiche di *iyashi* ancora difficili da definire e catalogare prende una forma più delineata e tangibile.

³⁸ YUMIYAMA, “Varieties of Healing...”, p. 267.

³⁹ *Ivi*, p. 280.

BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA

CARTER, Caleb, "Power spots and the charged landscape of Shinto", *Japanese Journal of Religious Studies*, 45, 1, 2018, pp. 145-174.

ESALA, Jennifer J. E DEL ROSSO, Jared, "Emergent Objects, Developing Practices: Human-Nonhuman Interactions in a Reiki Training", *Symbolic Interaction* 34, 4, 2011, pp. 490-513.

FINNEGAN, Jack, "The New Age movement: A new religion", *The Furrow*, 1992, pp. 351-359.

HORIE, Norichika, "Spirituality and the Spiritual in Japan: Translation and Transformation", *Journal of Alternative Spiritualities and New Age Studies*, 5, 2009.

MANABU, Haga e KISALA, Robert J., "Editors' Introduction: The New Age in Japan", *Japanese Journal of Religious Studies*, 22, 3-4, 1995, pp. 235-247.

PROHL, Inken, "The Spiritual World: Aspects of New Age in Japan", in Daren Kemp and James R. Lewis (a cura di), *Handbook of New Age*, Leida, Brill, 2007, pp. 359-374.

SHIMAZONO, Susumu, "'New Age Movement' or 'New Spirituality Movements and Culture?'", *Social Compass*, 46, 2, 1999, pp.121-133.

STEIN, Justin, "Usui Reiki Ryōhō, Reiki, and the Discursive Space of Spiritual Healing in Twentieth-Century Japan", *Nanzan Institute for Religion and Culture*, 2015.

STEYN, Chrissie, "Spiritual Healing in "New Age" Groups", *Journal for the Study of Religion*, 1996, pp. 41-77.

YASUDA, Shin, "Spiritual Legitimacy in Contemporary Japan: A Case Study of the Power Spot Phenomenon and the Haruna Shrine, Gunma", *Religions*, 12, 3, 2021, pp. 1-14

YUMIYAMA, Tatsuya, "Varieties of Healing in Present-Day Japan", *Japanese Journal of Religious Studies*, 22, 3-4, 1995, pp. 267-282.

The International Center for Reiki Training, <https://www.reiki.org/>