

## Informations sur la méthode

# Reiki

---



## Définition

Reiki est prononcé «ree-ki» (en japonais «rei» = l'inépuisable énergie de l'univers, «ki» = l'énergie vitale personnelle) et désigne une forme japonaise de thérapie spirituelle par l'imposition des mains. Le maître Reiki transmet l'énergie vitale universelle – qui est également désignée par le nom Reiki – en posant ses mains sur le patient.

## Origine

Comme l'histoire et la technique du Reiki ne sont transmises que par voie orale, il existe de nombreuses sources concernant la redécouverte du Reiki à la fin du 19<sup>e</sup> siècle. Le moine japonais Mikao Usui (1865-1926), qui dirigeait une école de prêtres chrétiens à Kyoto, aurait découvert des sutras tibétains, rédigés en sanscrit et vieux de 2500 ans qui décriraient, par des symboles Reiki, les effets thérapeutiques de l'imposition des mains. Comme Usui ne savait pas comment interpréter ces symboles Reiki, il se retira sur le mont Kuriyama pour méditer. Après trois semaines de jeûne et de méditation, il eut une vision lumineuse. Le jour suivant, il se blessa le pied sur une pierre. Lorsqu'il posa ses mains sur la blessure, le saignement s'arrêta. Le même jour, il put guérir une femme de sa rage de dents. C'est ainsi que Usui commença à guérir les gens avec ses mains et, plus tard, à enseigner la méthode Reiki.

Après la mort d'Usui, Chijiro Hayashi (1879-1940), son plus proche collaborateur, fonda à Tokyo, en 1930, la première clinique privée de Reiki. Hawayo Takata (1900-1980), disciple d'Hayashi, popularisa le Reiki dans le monde entier à partir d'Hawaï. Jusqu'à sa mort, en 1980, elle initia 20 maîtres Reiki pour transmettre son savoir.

La petite-fille de Takata, Phyllis Furumoto, est considérée aujourd'hui par de nombreux maîtres Reiki comme le Grand-maître du système Usui. Elle fonda l'Alliance-Reiki et y enseigne le Reiki avec trois degrés et environ cinq symboles. Barbara Ray, qui a également été initiée par Takata, enseigne le Reiki avec sept degrés et environ 30 symboles. Ainsi, il existe aujourd'hui deux branches du Reiki, bien que le système Usui de Furumoto soit le plus répandu en Europe.

## Principes

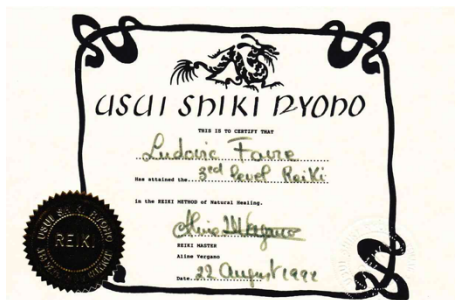
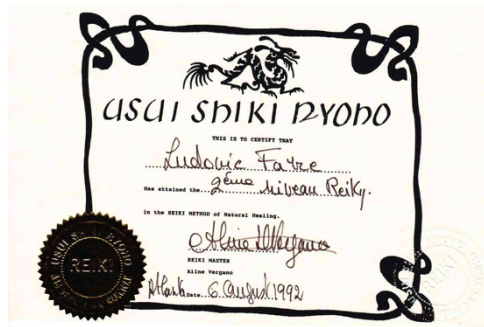
D'après la philosophie Reiki, les maladies et le stress se produisent lorsque le contact entre une personne et l'énergie universelle est bloqué, par exemple par des sentiments longuement réprimés.

Les adhérents du Reiki partent du principe que normalement, chaque personne naît avec la capacité d'absorber cette énergie universelle et de la transmettre. Cependant, pour pouvoir maîtriser cette énergie, on doit d'abord suivre un enseignement donné par un maître ou un enseignant de Reiki qui «initie» le disciple. Divers séminaires lors desquels on peut apprendre les différents degrés de Reiki sont proposés à cet effet.

Le maître ou enseignant de Reiki joue le rôle de médiateur pour transmettre au disciple l'énergie universelle qui coule à travers tous les êtres vivants. Cela renforce l'énergie vitale du disciple et stimule la capacité d'auto-guérison de son corps. Le niveau de conscience de l'étudiant s'améliore au fur et à mesure qu'il gravit les différents degrés Reiki. De plus, l'énergie ne coule que vers les endroits où le besoin se fait sentir. De cette manière, le maître Reiki ne peut jamais transmettre «trop» d'énergie à son disciple car le corps n'absorbe que la quantité d'énergie dont il a effectivement besoin.

Plus le champ énergétique visé (chakra) est bloqué, plus le flot d'énergie est important. Il n'est pas possible de «suractiver» un champ énergétique. En outre, le maître Reiki ne transfère jamais sa propre énergie. Il «ouvre» simplement le corps du patient pour que celui-ci puisse de nouveau recevoir l'énergie vitale.

© 2019 Eskamed SA



Dr MIKAO USUI  
Fondateur du Usui Shiki Ryoho Reiki



Dr CHIJIRO HAYASHI



Mme HAWAYO TAKATA



Phyllis Furumoto



Dr. Aline Vergano



Ludovic Favre