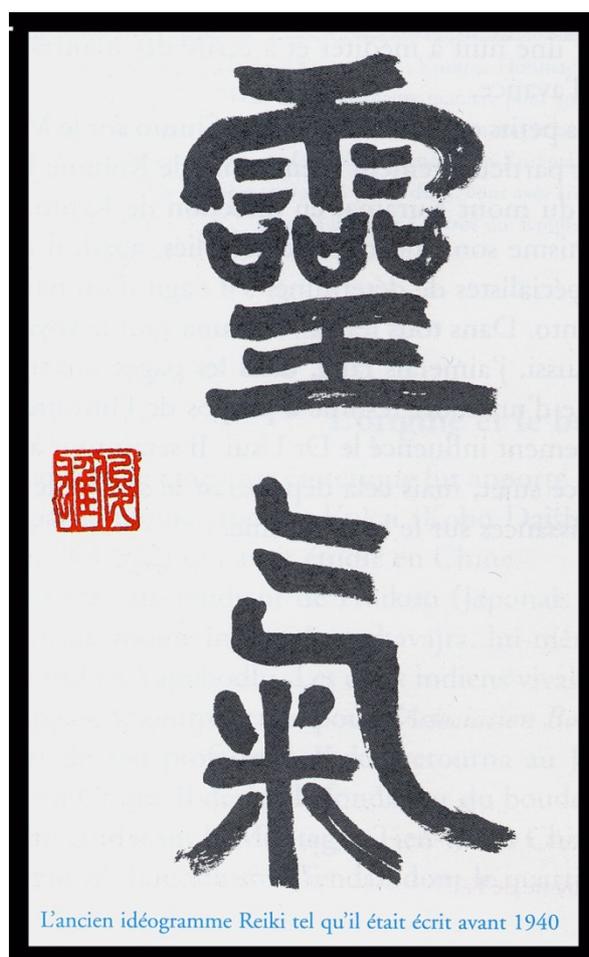


INITIATION AU REIKI USUI

NIVEAU I



Edité par Brünnhilde Dandin, Maître enseignant de Reiki Usui,

Membre de LFRU

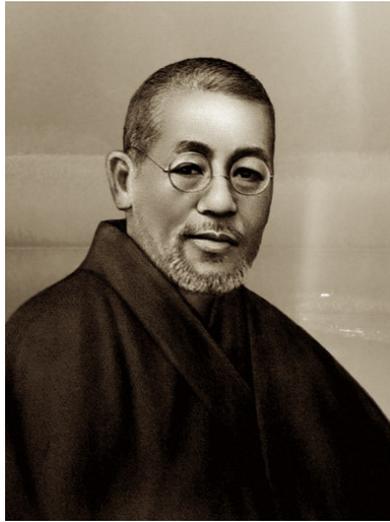


LA FÉDÉRATION DE
REIKI USUI

SOMMAIRE

L'histoire du Reiki	p 3
Ma lignée de Reiki	p5
Définition du Reiki	p 6
Fonctionnement du Reiki	p 6
La règle d'Or du Reiki	p7
Les 3 piliers du Reiki	p 7
Kenyoku	p 8
Les 5 principes du Reiki	p 8

HISTOIRE DU REIKI



Maître Mikao Usui

Tout commence avec la naissance de Mikao Usui, le 15 août 1865 au Japon dans une famille de samouraïs même s'ils étaient déjà interdits à l'époque. Dès l'âge de huit ans, bercé par cette tradition familiale millénaire, il commence à pratiquer le kiko (version japonaise du Qi Gong), ce qui lui donne au bout de deux-trois ans une capacité de maîtrise surprenante des énergies (appelées Ki en japonais). Il commence alors à donner des traitements sur des personnes mais se rend très vite compte qu'il se "vide" de son énergie dans les cas de traitement particulièrement difficiles. Il renonce alors au kiko en tant que pratique thérapeutique.

Sur le plan spirituel, Mikao Usui reçoit une éducation religieuse emprunte de Shintoïsme et de bouddhisme. Même si le Shintoïsme devient religion d'état en 1871, le bouddhisme reste très pratiqué par les Japonais et Mikao se dirige vers un courant du bouddhisme emprunt de Shintoïsme et de chamanisme, le Shugendō, dans lequel il est possible de créer d'abord un bien-être intérieur et ensuite un bien-être extérieur.

Mikao Usui se marie et a deux enfants, le temps passe et malgré sa grande pratique spirituelle, il ressent qu'il lui manque quelque chose pour trouver la sérénité. Vers la soixantaine, il décide de faire pour la troisième fois de sa vie une retraite de méditation bouddhiste appelée "Méditation de la repentance du lotus" sur la montagne Kurama, au nord de Kyoto. Il choisit cette montagne pour sa grande puissance énergétique mais aussi parce que l'animal totem de cette montagne est le tigre torsadé qui représente la transformation intérieure.

Pendant les trois semaines que dure cette méditation, Mikao Usui médite, chante, prie et atteint finalement "l'illumination" ou "satori".

En rentrant chez lui, il ressent une toute nouvelle énergie couler dans ses mains, dans le sens où elle est bien sûr constituée du Ki, l'énergie universelle, mais il constate qu'il ne peut en aucun cas la manipuler, lui faire prendre la direction qu'il veut ou lui imposer sa volonté d'aucune façon. Il commence alors à appliquer ses mains sur lui-même et voit que cela lui procure un immense bien-être.

Il décide d'essayer sur des membres de sa famille et des amis et se rend compte que cette énergie qu'il n'a jamais étudiée et qu'il ne comprend pas a des effets extrêmement bénéfiques pour toutes les personnes qu'il traite.

Dès lors, Mikao Usui dédie sa vie à cette magnifique énergie de guérison qu'il qualifie "d'énergie universelle de vie qui a sa conscience propre". Il appelle son système de traitement "Usui Teate" qui signifie "La méthode Usui de la main". Puis il utilise le mot japonais Reiki pour nommer l'énergie particulière utilisée dans ce traitement d'imposition des mains, ce terme signifie "énergie divine" ou "énergie cosmique".



Maître Churjiro Hayashi

Il fonde une organisation nommée "Usui Reiki Ryoho Gakkai". Jusqu'à sa mort, le 9 mars 1926, il initie plus de 2000 personnes au Reiki, dont 70 ont passé le deuxième degré et parmi ces 70, 20 sont devenues Maîtres.

Parmi les élèves devenus Maîtres, le docteur Chujiro Hayashi, officier dans la marine impériale en 1925 fonde son propre institut de recherche sur le Reiki dans lequel il dispense beaucoup de traitements et donne de nombreuses initiations.

En 1935, une dame de 35 ans, Hawayo Takata, de parents japonais, née à Hawaï, vient dans sa clinique. En effet, elle est très malade (des calculs

biliaires, une tumeur dans le ventre et un début d'appendicite) et n'a pas d'argent. Elle souhaite trouver une autre méthode que l'opération qui lui est proposée pour guérir car elle entend une voix intérieure lui souffler continuellement que "l'opération n'est pas nécessaire". Elle demande à son médecin qui la dirige à sa grande surprise vers le Dr Hayashi et sa méthode de Reiki. Elle reçoit alors un traitement de Reiki par deux personnes en même temps pendant 40 jours.

Quand elle retourne voir son médecin, elle n'a plus rien, tout est guéri !

Elle est tellement impressionnée qu'elle retourne au centre de Reiki et demande à être initiée. Elle retourne à Hawaï où elle fonde son propre cabinet. Elle devient maître en 1938 mais la guerre éclate et elle préfère rester discrète en se cachant pour donner des traitements.

En 1950 elle part pour les Etats-Unis et donne alors ouvertement des traitements et des initiations. Elle initie 22 Maîtres Reiki jusqu'à sa mort en décembre 1980 .



Maître Hawayo Takata



Maître Phyllis Lei Furumoto

En 1982, ces 22 Maîtres Reiki se rencontrent et forment "l'Alliance Reiki" afin de préserver l'authenticité et l'enseignement du Reiki. C'est Phyllis Lei Furumoto, la petite fille de madame Takata, qui est désignée pour lui succéder. Elle forme tout d'abord des Maîtres qui ne peuvent former d'autres maîtres sans avoir la bénédiction du "Grand Maître" de l'Alliance Reiki. Cependant, devant l'essor que rencontre cette technique de guérison dans le monde entier, elle décide que désormais, les Maîtres peuvent former d'autres Maîtres à leur tour en devenant indépendants. C'est à partir de ce moment que le Reiki commence à s'étendre internationalement.

MA LIGNÉE REÏKI USUI SHIKI RYOHO:



Mikao Usui,



Chujiro Hayashi,



Hawayo Takata,



Phyllis Lei Furumoto,



William Lee Rand,



David Dewulf,



Clemens Dokman,

Jean Philippe Saulet



Valérie Gauthier



Brünnhilde Dandin

DÉFINITION DU REIKI

Le Reiki est l'énergie universelle (nommée Ki en japonais) qui est spirituellement guidée.

Personne ne peut la contrôler ou lui imposer sa volonté, il est seulement possible de la canaliser afin de la mettre à disposition, soit de nous-mêmes, soit d'une autre personne, soit d'un animal ou d'une plante.

Lors de la première initiation, le corps est porté à un taux vibratoire permettant l'activation du canal Reiki. Ce canal énergétique ne fait pas partie de la tradition chinoise ou indienne et ne fait pas partie du système des chakras. En voici les caractéristiques :

- Il est complètement à part des autres canaux énergétiques : il part du sommet de la tête, passe par le cœur, puis par les bras, il s'ouvre au milieu des paumes, au bout des doigts et sur toute la surface de la main.
- Il est à sens unique toujours du sommet du crâne vers les mains.
- Il est totalement étanche de l'extérieur vers l'intérieur : notre propre énergie ne peut pas s'infiltrer à l'intérieur de ce canal. L'énergie du Reiki que nous donnons est parfaitement pure et impeccable quelque soit notre état de fatigue ou de santé.
- Par contre, il est perméable de l'intérieur vers l'extérieur : lorsque nous donnons un traitement, une petite proportion du Reiki passant dans le canal se diffuse à l'intérieur de notre corps. Conclusion : plus nous donnons, plus nous recevons du Reiki !
- Il est impossible d'imposer un traitement Reiki à une personne : en effet, lorsque nous "donnons du Reiki" nous mettons en réalité cette énergie de guérison à la disposition du corps de la personne qui le demande. Celle-ci va absorber cette énergie uniquement si elle en a besoin. D'une part il est important de respecter la loi du Libre Arbitre (attendre que la personne demande et non pas imposer un traitement), d'autre part, si l'on imposait un traitement, il est fort probable qu'il n'y ait pas d'effet car le corps de la personne qui n'a pas su dire non, n'absorberait rien du tout.

LE FONCTIONNEMENT DU REIKI :

- Dans un premier temps, le Reiki va remplir le vide. Ce qui donne l'impression d'un grand bien-être et d'une sensation de plénitude (c'est la séance dite de "bien-être")
- Puis le Reiki va nettoyer en éliminant les toxines du corps grâce aux liquides du corps. De ce fait, il est possible dans certains cas qu'il y ait certains effets secondaires qui ne sont pas du tout dangereux comme: une urine plus forte et foncée, transpiration plus acide, parfois diarrhées ou nausées (voire vomissements dans des cas très rares), saignements de nez, règles plus abondantes ou qui arrivent plus tôt. Ce sont des manifestations que l'on peut retrouver dans tous les traitements naturels et qui montrent que le corps élimine tout simplement les déchets. Il est donc important de prévenir les personnes (proches ou amis) avant de s'engager dans un traitement plus

intense. Cependant il ne faut pas leur dire "tu auras ceci ou cela " ce qui pourrait induire des effets qui ne seraient peut-être même pas survenus spontanément, mais il vaut mieux leur dire "il arrive parfois que le corps se nettoie comme ceci ou cela, mais cela n'est pas du tout dangereux"

- Ensuite le Reiki va choisir une cible. Il va choisir sa cible en fonction du degré d'urgence : en effet, si vous traitez une personne pour une certaine raison qui n'est que le symptôme d'une cause plus profonde, alors le Reiki repère la cause plus profonde et plus urgente à guérir dans le corps.
- En fonction du caractère aigu ou chronique du problème, il y aura ou pas ce qui s'appelle "une crise de guérison" qui se manifeste par une augmentation des symptômes. Au bout de 3 ou 4 jours, la crise de guérison disparaît et ceci fait place à la dernière étape
- Enfin, s'installe le processus d'auto guérison: c'est pourquoi un traitement complet devra être répété quatre jours de suite.
- En aucun cas le traitement Reiki ne devra remplacer un quelconque traitement médical. Il ne faut JAMAIS donner aucun conseil concernant les traitements en cours de la personne ou à propos d'aucun remède naturel car le Reiki n'est pas là pour se substituer à la médecine, mais uniquement pour soulager et accompagner les personnes sur leur chemin d'auto guérison.

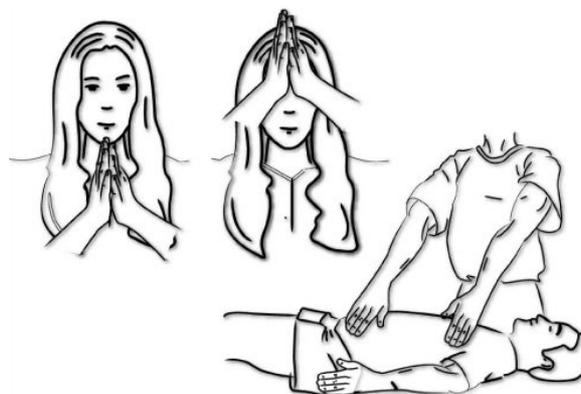
RÈGLE D'OR DU REIKI :

(extrait du Manuel de Nita Mocanu)

Il y a différentes manières d'exprimer cette règle d'or :

- Quelle que soit la façon dont nous pratiquons le Reiki, ce sera toujours bon pour le receveur
- Quelle que soit notre façon de faire, nous ne pourrions jamais faire mal au receveur
- Suite à un traitement de Reiki, il y aura toujours un effet bénéfique pour le receveur
- Nous ne pouvons pas nous tromper dans un traitement
- Nous ne pouvons pas pratiquer un traitement de façon négative
- La pire chose qui puisse arriver suite à un traitement de Reiki, c'est RIEN !

LES TROIS PILIERS DU REIKI

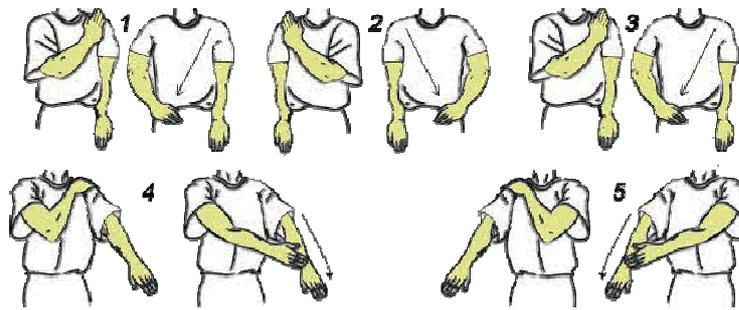


Gassho

Reiji-Ho

Chiryō

KENYOKU



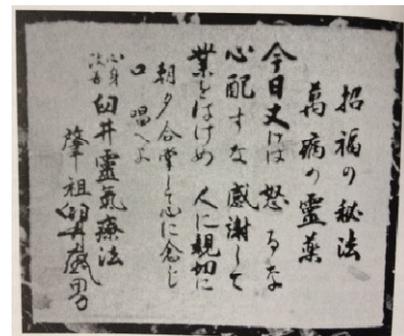
On utilise la main dominante (celle qui écrit) pour commencer

LES CINQ PRINCIPES DU REIKI :

Voici la traduction du texte ci-contre, écrit de la main de Maître Usui à propos du Reiki : les lignes verticales sont lues de droite à gauche et du haut vers le bas

"La méthode secrète pour initier le bonheur
Le médicament merveilleux contre toutes les maladies

Juste pour aujourd'hui
Ne te mets pas en colère
Ne te fais pas de soucis
Montre de la gratitude
Travaille dur sur toi-même
Sois bon envers tes prochains



Matin et soir, assieds-toi en Gassho et répète ces mots à voix haute dans ton cœur Pour l'amélioration du corps et de l'esprit Usui Reiki Ryoho

Le fondateur Mikao Usui"