



LE REIKI

Reiki (nom japonais) signifie 'énergie vitale universelle'. Rei est la dimension cosmique, caractère illimité du potentiel intérieur et ki est synonyme d'énergie vitale. Rei-ki sonne 'force de vie universelle'. Energie venant du cosmos donc inépuisable, force ou flux ininterrompu. En termes clairs : reiki est l'art de canaliser l'énergie vitale universelle en s'assistant de l'imposition des mains.

Il allie ainsi le magnétisme avec l'univers, l'être en relation directe avec l'infini du cosmos environnant. Il s'active, s'applique, se transforme en source de guérison, il communique avec le corps physique, l'âme (si ritualisant) et l'esprit. C'est un déclencheur de mieux-être (thérapie douce psychique), c'est aussi un commutateur spirituel par la demande si profonde de se retrouver intérieurement. Il sera l'instrument de vous sentir partout chez vous : assurance maximale.

Son histoire actuelle est liée à une femme moderne, un maître japonais : Hawayo Takata qui l'a promulgué oralement à travers le monde. Ses racines sont 'neuves' (à partir de la fin du XIXe siècle) : un directeur japonais d'une faculté de théologie à Kyoto, Dr Mikao Usui. Cet homme à la forte spiritualité chrétienne partit étudier à Chicago et en revint avec un doctorat. Puis chercha des réponses à ses questions dans le bouddhisme afin de découvrir les guérisons spirituelles voire miraculeuses. Il apprit les Sūtra, médita sur la montagne sacrée et eut une illumination dès le 21e jour de jeûne dans la nature. Il eut sur sa route du retour à la civilisation différents 'miracles' effectués : arrêt de blessure sanguinolente, rage de dents effacée, arthrite cessant subitement et tout cela par imposition des mains et de la foi qu'il transmettait. Ce fut le départ du Système Usui, le reiki était né.

Une autre étape survint pourtant : dans sa méthode de guérison, il ne soignait au départ que le corps. Il inclut ainsi les préceptes naturels pour lui d'une puissante dimension spirituelle afin qu'avec le corps suive l'esprit. Il enseigna le tout en se faisant rétribuer car l'être humain est ainsi fait que si c'est gratuit cela n'est pas bien alors que s'il le donne contre une certaine somme, l'être y croit. Il fonda le premier centre reiki en divulguant son enseignement médical d'auto-guérison enrichi de certains gestes spirituels qui pour lui étaient normaux puisque de foi existante et qu'il améliorait au fil du temps. En ses adeptes les plus fervents et les plus engagés se trouvait un homme, ancien officier de marine : Chujiro Hayashi à qui le vieux sage enseignant lui conféra le titre de maître quand il sentit qu'il allait mourir.

Ce premier maître fut contacté par une femme Hawayo Takata. La boucle se terminait pour trouver une nouvelle dimension à donner au monde. Atteinte d'une tumeur cancéreuse dont elle devait subir une ablation, elle eut peur et chercha alors une nouvelle forme de guérison, thérapie douce pour combattre ce fléau qui la rongea. C'est ainsi qu'elle entra en direct avec le reiki qui la sauva. De malade, elle devint reiki woman au Japon puis à Hawaï. Lui-même vers 1938, se sentait mourir lui donna son élévation au titre de maître, lui demandant de promouvoir cette thérapie. Le mouvement était lancé ! Soutien spirituel en vue de guérison marqué par l'offrande de la rémunération...

Mais on peut également voir en cet enseignement le précepte de donner pour recevoir. De multiples formes de dons peuvent se ressentir ainsi : 'je t'offre deux jours de mon temps pour te l'apprendre, tu me rétribues en me donnant deux jours de ton temps pour me rétribuer'. Echange de compétences, de savoir ou tout simplement de services. La rétribution peut être vu de diverses façons et instaurer une monnaie d'échange non financière.



REIKI : VOIE ROYALE DU PARDON ET DE L'AMOUR UNIVERSEL

- source d'inspiration spirituelle, quête vers la Vérité, l'Illumination
- discipline de l'esprit par sa sagesse, son enseignement à double sens (esprit-corps), sa transmission (par service rétributif) et le respect de la tradition (dogme et rituels de base)
- début de communication échangée offre l'avantage d'une richesse intérieure pour les deux parties
- phénomène de groupe donne la solidarité, la fraternité attendue de chaque membre

SES PROPRES REGLES DE VIE

- s'initier et prendre appui sur la 'pensée positive'
- apprendre à vivre au présent sans fardeau supplémentaire
- acquérir le respect de soi pour mieux appréhender son quotidien
- comprendre que tout est roue : départ, continuité, retour au départ
- savoir que tout reste lié sur la terre comme au ciel, homme et nature
- =compréhension, reconnaissance et amour universel

- 1-Evitez les contrariétés aujourd'hui même !
- 2-Evitez les sources de conflit aujourd'hui même !
- 3-Gagnez votre vie honnêtement !
- 4-Honorez vos maîtres, vos parents et les personnes plus âgées !
- 5-Faites preuve de gratitude et respectez toute vie !

Conclusion de séance :
Je remercie le reiki de m'avoir communiqué son énergie !

REIKI = CANAL d'ENERGIE

INITIATION = RENAISSANCE

RITUEL = PURIFICATIO

1er degré : technique d'imposition des mains (magnétisme universel et non humain)
-auto-thérapie
-traitement de fond
-soins de courte durée
= 4 cours d'une heure environ en individuel sur un séminaire de deux jours
ouverture du canal et des mises en condition

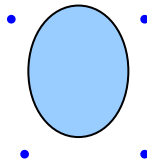
2ème degré (ou Oku Den) : poursuite de votre exploration intérieure
-technique d'accentuation en des états de conscience et de guérison bien définis
-technique de psychothérapie, siège des émotions
-technique de téléthérapie ou soins à distance (défi)
= 6 heures environ en collectif avec découverte des symboles en un séminaire de trois jours
augmentation du flux énergétique et connaissance des symboles rituels



Travail de l'adepte au Reiki :

- postures yoga de base
 - concentration
 - méditation
 - voyages imaginaires
 - équilibre des chakras
 - rêves et leurs significations
 - exercices corporels
- = roue du reiki (début, continuité, finition)

Maitre Phyllis Furomoto créa une image pour illustrer le système Usui : la roue du reiki !



Les quatre points symbolisent :

- technique de guérison
 - développement personnel
 - discipline spirituelles
 - communauté mystique
- = les quatre portes ou ouvertures pour accéder à l'enseignement reiki

Ils sont aussi appelés : les quatre éléments fondamentaux !

Termes appropriés :

- celui qui transmet est dit : élève, adepte, canal, thérapeute, praticien
- celui qui reçoit est dit : ami, partenaire

Lors d'une séance le reiki ou flux d'énergie vitale passe par le chakra du crâne, circule en votre corps pour partir en vos mains : ce courant est suffisant pour deux (vous en tant que régénérateur et l'autre en tant que diffuseur d'auto-guérison).



COMMENT DEVENIR MAITRE REIKI

- obtention du 1er degré
- obtention du 2ème degré
- stage intensif sur une semaine
- =déclic sur soi et investissement vers autrui

Entre chaque obtention, plusieurs mois peuvent s'écouler : maturation de l'idée d'investissement personnel puis voie vers autrui et ensuite besoin d'assister et d'amener une certaine pédagogie. Tout ce circuit a exigence d'avancement en travail intérieur et de se poser les bonnes questions. Il y a envie de peaufiner, de matérialiser, de concrétiser, de se rassurer : cela prend du temps. Dans certains centres, ce sera l'argent qui primera, dans d'autres le don de soi ou le bénévolat actif : il reste rare que cela soit sans contrepartie. Le don et l'échange sont pourtant là mais à des degrés divers. La meilleure des solutions reste l'échange de services...

SA PRATIQUE

1- action énergétique de ce flux universel

- utilisable sur tous les êtres vivants (homme, animal, végétal)
- canaliser l'énergie vitale par la simple imposition des mains
- il circule sans interruption, doué d'intelligence, diffusé à tout moment (jour, nuit)
- se considérer comme canal d'énergie et non pas comme un guérisseur (humilité)
- ne pas bouger les mains, seulement les appliquer telles des compressions douces
- la pression exercée est ni légère, ni forte : poids du corps et des bras sans poussée
- si vous ne pouvez toucher la partie trop sensibilisée, faites comme un magnétiseur (2cm au-dessus)
- possibilités de 'voir' : images, couleurs, sonorités extérieures, voix, chaleur, froid, picotements, pulsations, battements, bouffées d'air, sensations de caresse...
- s'applique en direct sur la peau, au-dessus du corps, sur les vêtements
- important : l'enchaînement des gestes !

2-l'autothérapie

- technique sur soi (se découvrir, s'approprier, s'aimer : développement personnel)
- s'auto-guérir (trouver l'endroit du mal, appliquer, être fier de soi : autonomie face à la maladie)
- s'auto-guérir pour posséder l'auto-satisfaction=se rassurer face à l'inconnu et se respecter soi
- important : cet enchaînement est dit d'initiation (vous pouvez le changer en suivant votre intuition au-delà des trois premiers mois pour bien intensifier et rassurer ce phénomène d'élévation)
- important : ne pas changer la position allongée ou couchée pendant une séance (déséquilibre)
- maintenir toujours les doigts ensemble reliés les uns aux autres (meilleure fluidité concentrée)
- soyez en souplesse, détente maximale, pas de crispation (niveau des bras surtout)
- chaque position se garde 3 à 5 mns mais 10 mns peuvent tout autant convenir suivant l'effet désiré

Quelques règles à respecter :

- enchaîner les postures d'imposition des mains (initiation 3 mois et + : intuition et assurance de soi)
- utilisation du reiki chaque jour (même plusieurs fois par jour suivant situation et mal)
- protection (main sur le plexus solaire si énergie vibratoire négative) : peur, angoisse, stress...
- si tendance à laisser ce flux : blocage à enlever, signe négatif intérieur à ôter en gardant le reiki !si mal de dos répétitif, demandez aide à autrui pour administrer ce flux d'énergie positive
- si vous vous endormez en cours de séance d'autothérapie, il n'y a pas d'incidence néfaste, bien au contraire, car il diffuse dans tout votre corps cette énergie et vous apaise, circulant en vous...

En méditation :

- en position assise ou couchée, fermez les yeux et posez vos mains sur le plexus solaire ou le bas-ventre ou une sur chaque point donné puis alternez en respirant profondément et doucement

TABLEAU POSTURES TRAITEMENT COURT BIOTHERAPY-REIKI (en duo)

Chaque position doit se faire sous 2 à 3 minutes en alternance (ou suivant besoin)

N°	POSITIONS	OBJECTIFS
1	Mains au-dessus tête (coronal)	Canaliseur de pensées, éveil spirituel, réception émotionnelle
2	Chaque paume sur chaque oreille	Ouverture (esprit-corps), recherche énergie vitale, capacité télépathique
3	Mains sur chaque épaule (près du cou)	Purificateur d'ondes négatives, apaisement, relaxation, harmonie
4	Une sur torse, autre dos (entre omoplate)	Régénérateur vibratoire émotionnel et mental (altruisme, coeur)
5	Une sur plexus solaire, autre dos reins	Extériorisation, canal évolutif (action pensée positive), anti stress
6	Une sous nombril, autre sur coccyx dos	Stimulation sexuelle, sentiment de sécurité, approche sérénité (paix)

Chaque exercice peut s'accomplir avec ou sans apposition des mains, avec ou sans musique, avec ou sans encens, avec ou sans bougie (si bougie, toujours blanche : pureté d'action esprit-corps)
 -certains exercices peuvent s'accoupler pour une meilleure thérapie (restructuration)
 -chacun d'eux reste une source évolutive spirituelle de soi vers l'espace, de soi vers autrui

ATTENTION :

prendre le soin avant chaque séance d'exercice à être propre en des vêtements amples
 'propre' signifie d'être passé(e) sous une douche (savon de Marseille ou d'Alep)
 vêtements amples et non élastiqués (genre kimonos ou pantalon et chemise thaï)

TABLEAU DES POSTURES ANTI-STRESS BIOTHERAPY-REIKI A FAIRE SEUL(E)

Chaque position doit se faire sous 10 minutes (alternance une par jour ou suivant besoin)

N°	POSITIONS	OBJECTIFS
1	Mains sur les yeux	Bouclier anti envoûtement efficace, quête vers le spirituel (astral)
2	Mains sur l'arrière de la tête (bien à plat)	Favorise l'oniromancie, équilibre (corps-esprit), anti fatigue et peurs
3	Mains de chaque côté de la gorge	Libérateur émotionnel à maîtriser, progression vers futur (anti passé)
4	Une au-dessus seins, autre sur le coeur	Ouverture (esprit, générosité, écoute), anti angoisses (non débordement)
5	Mains chaque côté du plexus solaire	Eclairage de la pensée, soulagement vers pardon, ouverture 'universelle'
6	Mains chaque côté du nombril	Transformation d'énergie vitale, anti agressivité, anti pulsions sexuelles
7	Mains bien à plat sous le nombril	Evacuation émotionnelle, canalisateur de vitalité, connexion vitale
8	Chaque main sur chaque genou	Harmonisation complète, aptitude à la relaxation et méditation
9	Une sur genou, autre derrière cheville	Gauche : réveil des énergies, favorisation de choix, aide (corps-esprit)
10	Inversement paumes bien à plat (assise)	Droite : éveil souffrance émotionnelle affronter réalité, avenir serein
11	Mains bien à plat sur plantaire (assise)	Purificateur d'énergies, harmonisateur de vie, capteur d'émotions
12	Mains à plat (dos) sur bas de la nuque	Evacuation stress, dynamisation (corps-esprit), anti culpabilité
13	Mains sous chaque omoplate (reins-dos)	Développement aptitude mentale, maîtrise des énergies, moi divin
14	Mains (milieu dos) vers creux reins	Déverrouillage de frustrations ou refoulements intérieurs émotionnels
15	Mains bas dos vers sacrum (bien à plat)	Accroissement énergie vitale, mental créatif, stimulateur profond

**TABLEAU DES DIFFERENTES POSTURES DE RELAXATION ANTI-STRESS
BIOTHERAPY-REIKI**

N° P	Positionnement des mains	Finalité du geste relaxant (ou massage spirituel-naturel)
1(1)	Paumes sur les yeux en même temps	Rééquilibrage spirituel et personnalité dans l'espace
2	Paumes sur les tempes en même temps	Ressourcement libérateur vers le mieux-être intérieur
3	Paumes sur oreilles, doigts sous la nuque	Contact avec 'guide intérieur', prélude à la relaxation-méditation
4	Paumes arrière tête, doigts base du crâne	Dynamisation de l'intuition, de la clairvoyance, de l'équilibre
5	Une sur coronal, autre sous crâne base cou	Développement de confiance et d'appartenance ver univers
6	Une sur le frontal, l'autre sous la nuque	Intensité de délivrance, anti-peurs ou angoisses, non tabous
7	Une sur le laryngé, l'autre sous la nuque	Stimulation des émotions, évacuation stress, aide contre insomnie
8	Paumes sur les pectoraux en même temps	Responsabilisation de son quotidien vers d'autres dimensions
9	Une sur le coeur, l'autre sous la nuque	Recherche de sa propre authenticité, ouverture émotionnelle
10	Une sur le coeur, autre (bas) sur le thymus	Equilibrage spirituel et émotionnel dans sa propre quête d'absolu
11	Mains (côté droit) foie et cage thoracique	Recherche de la véritable respiration naturelle et universelle
12	Mains unies (côté gauche) sur le pancréas	Recul ou retrait en sa vie, dé-stressement quasi instantané
13	Une sous le solaire, autre sous le sacré	Ouverture vers sphère d'entre-deux, volontariat vers autrui, écoute
14	Mains en V , doigts bas/haut (pointe haut)	Enlèvement culpabilité, don et réceptacle, bien-être soi et autrui
15	Mains haut jambes (intérieur cuisses)	Apport de confiance et d'assurance, maîtrise de soi et de l'espace
16	Une main sue chaque genou en appui	Orientation des énergies, stimulation et assurance des choix
17	Paumes sur chaque cheville en appui	Régulations des sensibilités, amélioration du comportement
18	Mains 'portant' pieds (sous le plantaire)	Apaisement, recherche de tranquillité, sérénité, découverte de soi
19	Une sous plante, autre sur dessus cheville	Gauche : soulagement causes émotionnelles (attirait vers voyance)
20	Inversement faire à l'identique	Droite : soulagement causes physiques (attirait vers astral)
21(2)	Même jambe (arrière genou et cheville)	Orientation entre astral, spirituel, inconscient, réel, mental
22	Mains sur les trapèzes (derrière nuque)	Développement altruiste, humilité, don ou talents (positivisme)
23	Mains (paumes à plat) sur les omoplates	Recherche chaotique d'harmonie pour un rejet de dépendances
24	Mains sur rein (autour colonne vertébrale)	Purification et retrouvailles espérées entre physique et psychisme
26	Main sur coccyx, autre au-dessus en T	Régénération et accroissement de l'énergie vitale (corps-esprit)

Chaque position dure environ 5 minutes avec ou sans apposition des mains (au choix du consultant)
 -consultant position allongée, molle (en décontraction totale) : 10 minutes avant début de la séance :
 recherche d'une véritable respiration courte puis de plus en plus profonde pour trouver la paix en soi
 -consultant (position 1 : sur le dos, position 2 : sur le ventre) séance de relaxation avec ou sans
 encens, avec ou sans musique, en parfait silence avec soi et espace environnemental : 2 heures

But de chaque séance longue : restructuration complète de l'être à faire une fois par semaine (idéal)
 à faire entre ces séances longues chez soi des exercices complémentaires (idéal : un jour sur deux)
 -respiration (matin ou soir par fractionnement de 5 minutes (courte, médium, profonde)
 -un exercice spécifique en posture yoga durant 5 à 10 minutes (calme revenu en soi intérieur)
 -au minimum deux fois par semaine : méditation 10 minutes dans silence ou son de musique douce

QU'EST-CE QUE LE REIKI ?

Le Reiki est une médecine ancienne qui fut redécouverte il y a une centaine d'années au Japon. Ce mode de guérison naturel, également appelé 'Système Usui', peut être décrit de la manière suivante :

-Il s'agit d'une technique d'imposition des mains dont l'action douce et efficace procure un sentiment d'unité tant à celui qui administre le Reiki qu'à celui qui en est le destinataire.

-Il crée un sentiment d'équilibre et réinstalle l'harmonie naturelle de votre organisme.

-Il engendre un profond sentiment de relaxation, une sensation de bien-être et de paix intérieure.

-Son action se fait sentir sur le plan physique, psychologique et spirituel.

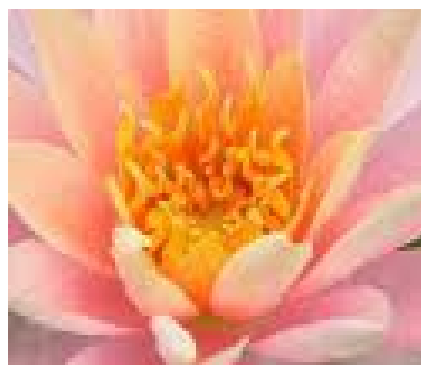
-Il peut se combiner à d'autres méthodes thérapeutiques (massage, homéopathie, acupuncture, psychothérapie...) ou à un traitement préconisé par la médecine classique, générale ou spécialisée. Cependant, ce n'est pas un produit de remplacement : il ne peut se substituer à une autre thérapie.

-Il traverse toutes les matières : laine, coton, soie, bandages, plâtre, cuir, métaux. Votre 'partenaire' n'a donc pas besoin de se dévêtir.

Ce n'est pas une religion ou un culte qui obéit à un dogme quelconque. Il n'est pas nécessaire d'adhérer à un système de pensée particulier pour y croire.

-Il peut être utilisé avec des êtres humains, des animaux ou des plantes.

-Le désir d'apprendre le Reiki, la volonté de l'exploiter dans votre vie quotidienne sont les seules conditions préalables si vous voulez participer à un séminaire. Chacun d'entre nous peut apprendre le Reiki !



VOUS, LE REIKI ET AUTRUI

Les mots employés restent essentiels entre vous et autrui : une bonne communication est importante. Certaines personnes sont intellectuelles (rayonnement psychique) et seront tentées par le côté culturel puis spirituel que le Reiki dégage. D'autres seront très croyantes et pourraient refuser ce type d'approche : dire que c'est une méthode basée sur les 'miracles de Jésus' ou à base chrétienne peut les interpeller et les intéresser. Ne pas oublier qu'au départ, maître Usui était chrétien et que sa quête était solidement ancrée en lui spirituellement : il désirait atteindre l'illumination pour guérir et faire ce que Jésus prodiguait...

SES QUATRE COMMANDEMENTS

- 1-Le Reiki ne remplace pas un traitement médical !
- 2-Ne faites aucun diagnostic !
- 3-Ne faites pas de pronostic !
- 4-Mieux vaut davantage de Reiki que moins et Mieux vaut un petit peu de Reiki que pas du tout !

CONSEILS PRATIQUES

- 1-savoir créer une atmosphère conviviale (respect et attention à la personne)
- pièce calme et serein, espace suffisant et aéré, couleurs chaudes
- sonorité douce, musique d'ambiance zen : eau, air, terre ou classique lent
- bougie blanche ou colorée dans les tons chauds (jaune, orange, rose, bleu ou vert)
- encens ou huile essentielle (orange, citron, lavande, eucalyptus, menthe, rose, ylang-ylang...)
- thé à offrir en début (si besoin de se relaxer) ou en fin de séance (partage et prolongation du Reiki)
- préparation de la table de massage ou du fauteuil de soin, des coussins à mettre sous la nuque ou sous les coudes et genoux, suivant votre déplacement... ou installation entière ce qui reste plus conviviale soit cinq de différentes formes)
- si la personne est très arquée insérez un sixième coussin pour qu'elle se sente confortablement installée sous les reins
- pas de courant d'air et des vêtements amples sont recommandés pour les deux (vous et autrui)
- enlever les bijoux, montres, ceinture, cravate (ou les dénouer), chaussures et chaussettes (si senteurs désagréables ou trop serrés) : aucun obstacle entre le flux et autrui
- se laver les mains et avant-bras est hygiénique : à portée de mains toujours avoir des mouchoirs en papier et des lingettes (transpiration possible)
- si femme maquillée, mettre un mouchoir par dessus afin de garder les mains propres ou prenez une écharpe de soie, un carré de satin qui feront le même effet vers un bien-être intérieur
- garder une horloge autour de vous la plus silencieuse possible pour avoir une sensation de découpe du temps (la séance dure environ 1h15 + le temps de l'installation et celle du thé (partage essentiel)
- pendant le lavage des mains, le partenaire doit se relaxer, faire le vide, se décontracter (rire, se détendre par le calme, écoute de soi ou se laisser bercer par la musique...)

Important :

- savoir écouter sans émotivité (recul)
- ne pas juger, recentrer (il est le centre)
- mettre devant un point précis (attention envers lui)



LISTE DES PRECEPTES

(à se rappeler)

- le Reiki ne se substitue pas à un traitement médical
- ne faites pas de diagnostic (médical ou autre)
- n'établissez pas de pronostic sur la maladie (quelle quelle soit)
- mieux vaut davantage de Reiki que rien
- mieux vaut un peu de Reiki que pas du tout
- indiquez à votre 'partenaire' que des réactions secondaires peuvent se manifester, mais que ce n'est pas une obligation (visions, images, ressenti propre à chacun...)
- le Reiki est une énergie qui favorise l'auto-guérison et qui aidera votre 'partenaire' à assumer ses responsabilités face à sa vie
- c'est votre 'partenaire' et non vous-même qui détermine le processus de guérison
- expliquez-lui que vous n'utilisez pas votre propre énergie
- pratiquez le Reiki avec plaisir



POEME DU REIKI

(à lire ou à faire lire)

En m'écoutant, vous accentuez la portée de mes paroles ; vous devez m'écouter de manière sincère et attentive en vous identifiant à moi.

S'il vous plaît, ne vous agitez pas en tous sens en pensant à autre chose, ne fronchez pas les sourcils d'un air soucieux, ne préparez pas déjà ce que vous allez dire, mais consacrez-moi tout votre temps et toute votre attention sans faire de calcul.

Il me vient des pensées que j'aimerais partager avec vous, des sentiments que je conserve trop souvent pour moi seul, des questions fondamentales qui agitent le fond de ma personne dans l'attente d'une réponse.

J'ai des espérances que j'ai du mal à communiquer, j'éprouve des souffrances, des angoisses et des sentiments de culpabilité que j'essaie de dominer.

Toutes ces choses font partie intégrante de ma personne, et il me faut beaucoup de courage pour en parler.

Je vous demande de me témoigner de l'intérêt à travers un regard ou en faisant une brève remarque. Peut-être sentirez-vous alors ce que je ne peux exprimer avec des mots, ce qui se cache derrière un sourire gêné, un regard douloureux, une hésitation, une lutte intérieure.

S'i vous plaît, écoutez-moi !

C'est tout ce que je vous demande.

Vous n'avez pas besoin de parler ou de faire quelque chose.

Les conseils coûtent peu, et je suis décidé à trouver moi-même les réponses.

Je ne suis pas désespéré, en aucun cas, tout au plus un peu découragé et hésitant.

Ayez confiance en moi !



Lors de la rencontre avec ce flux, vous pouvez avoir des 'effets secondaires' ou 'douleurs de

croissance'. Cela vient du fait de votre déséquilibre intérieur : cela se met en place progressivement, (du côté recentrage des chakras), vous êtes sur la bonne voie. Que l'origine soit physique (toxines accumulées), psychologique (encombrement négatif) ou spirituel (castration), vous en serez ensuite définitivement débarrassé. C'est la phase de régénération dans laquelle café ou thé sont à proscrire ainsi que le tabac ou l'alcool (si vous désirez apprendre uniquement, en consultation simple les restrictions s'annulent). Le rôle d'émetteur doit devenir un canal propre pour bien guérir.

Pour faire baisser la température du 'partenaire' :
-compresse glacée sur les bras et les jambes

Vous pouvez avoir :

-crampes d'estomac, besoin d'uriner, mal de dos : vous entrez en phase 'découverte'
-peur ou angoisse, rire ou débordements émotionnels (larmes, cris de colère) : phase 'restructuration'

Important : la méditation avant la séance pour mieux se concentrer sur le flux

Récitez une prière

ou

Utilisez un mantra

ou

Livrez-vous à la méditation-visualisation

ou

Faites preuve de respect et de gratitude à l'encontre de votre 'partenaire'

ou

Soyez reconnaissant envers la vie qui a fait de vous le canal du Reiki

ou

Honorez la tradition du Reiki (dans le partage et la générosité)

SOUHAIT à INTEGRER

Pratiquez le Reiki de façon simple et pure en respectant sa forme originelle !
Je remercie le Reiki, l'énergie vitale de l'Univers !

PUBLICITE à faire passer

-encart comportant vos coordonnées et titre (ou degré)
-informez autrui sur sa technique (système Usui) simplement, sans fioriture, sobrement
-proposez vos services quand les circonstances se présentent
-organisez des formations sur ce sujet, animez des ateliers de développement personnel

La notion d'ARGENT

-tarif fixé à l'avance (temps passé à l'exercice du flux ou 'séance')
-honoraires libres, cadeaux ou dons autres (services...)
-échanges de méthodes thérapeutiques entre professionnels

NE JAMAIS REFUSER LE REIKI A PERSONNE



Lors de la séance par elle-même (en règle générale) :

- soit vous êtes assis sur un tabouret que vous déplacez au fur et à mesure de part et d'autre de la table à masser (confort pour les deux)
- soit courbé, à quatre pattes autour de votre 'partenaire', couché ou assis sur le matelas de relaxation (il faut s'y habituer et avoir une grande forme physique, sinon celui qui transmet aura des interférences négatives car la position est très fatigante au demeurant)
- soit vous vous tenez debout et progressez tranquillement tout autour de votre 'partenaire' : en position écart des jambes, bien ancré au sol, dos bien droit pour que le flux soit en prise directe (c'est la meilleure en tant que transmission et la plus confortable pour les deux)

Points à respecter :

- demandez à ce que la personne ferme les yeux
- demandez-lui quelques minutes de concentration sorte de communication harmonisant les 'partenaires' (méditation-visualisation-concentration)
- indiquez-lui que vous ne parlerez pas pendant la séance à moins de certaines interférences qui requerront votre attention (fou-rire, tristesse, colère, visions...) mais que lui il pourra s'il le souhaite dire ce qu'il perçoit, qu'il ressent, qu'il 'entend', qu'il doit communiquer suivant son désir...
- si les personnes parlent, ne pas les interrompre, laissez passer le flux du reiki en fonction du flux dit (malaise possible, peur s'ouvrant, chagrin voulant s'extérioriser (le reiki fait son effet)
- vous êtes avant tout un catalyseur, un canal vibratoire, une main secourable
- si vous ressentez profondément le mal-être de votre 'partenaire', soit vous arrêtez la séance, soit vous continuez en lui demandant où il a foncièrement 'mal'

PRATIQUE ET DEONTOLOGIE

Cinq points précis :

- 1-la personne qui pratique le Reiki n'est ni un voyant, ni un rebouteux, ni un guérisseur, ni un magnétiseur mais peut faire partie de ceux-ci dès l'instant où il fait le vide en lui et se concentre uniquement sur la concentration spirituelle pour amener le flux universel
 - 2-l'adepte du Reiki est un canal qui véhicule l'énergie cosmique et qui augmente les chances d'auto-guérison de son 'partenaire' en le soutenant dans sa quête du mieux-être
 - 3-la personne qui le consulte est considéré avant tout comme un 'partenaire' ou un 'ami spirituel' et ne représente absolument pas un consultant, ni un client, ni un patient
 - 4-tout rapport hiérarchique entre celui qui administre le Reiki et celui qui en est le destinataire peut ainsi être gommé : c'est l'échange et le partage avant tout entre les deux parties présentes
 - 5-si le reiki est exercé à titre professionnel, il est préférable de s'initier au second degré pour offrir les techniques suivantes :
 - traitement sur toute la surface du corps
 - soins de courte durée
 - traitement psychothérapeutique (associant traitement de fond et traitement à distance)
 - téléthérapie (auto-guérison mentale)
 - rééquilibrage des chakras
- Pour être en confiance, si vous devez mêler plusieurs thérapies, dites-le ouvertement à la personne : il faut un minimum de quatre séances de soins intégral puis un 'rapport' sera fait sur l'ensemble du soin. A déterminer ensemble, si le besoin s'en fait ressentir. Sinon arrêt sauf si la personne émet l'envie d'apprendre. Possibilité d'un atelier pour exposer la ou les thérapies exercées d'auto-guérison.



TRAITEMENT DES PARTIES ANTERIEURES

Voir TABLEAU DES DIFFERENTES POSTURES DE RELAXATION ANTI-STRESS
BIOTHERAPY ENERGY

1-corps, sur le dos :

- premier contact est au-dessus du foie, mains reliées : protection et confiance
- second contact, au-dessus de la rate, mains reliées : assurance et présence
- troisième, au-dessus du nombril, mains reliées : expérience et sécurité
- quatrième, sur le bas-ventre, mains en quinconce : douceur et sagesse
- cinquième, au-dessus du thymus et du coeur, mains en quinconce : échanges et partage

2-tête :

- primo, au-dessus de la clavicule, mains en pointe vers le bas du corps : repos et relaxation
- secundo, au-dessus des yeux, mains en conque : se retrouver en soi et rêver agréablement
- tertio, au-dessus des oreilles et tempes, mains en conque : être en soi et s'éveiller spirituellement
- quatro, au niveau de l'occiput, mains en support sous la tête : se recentrer et se recharger en énergie
- quinto, au sommet de la tête (être le troisième oeil et le front via le crâne), mains de part et d'autre de la tête et doigts reliés entre eux : apaisement et méditation

3-corps, sur le ventre :

- première, sur chaque épaule, mains enveloppantes
- deuxième, au niveau des reins, mains l'une derrière l'autre : sérénité et développement de soi
- troisième, au niveau du bassin et de la colonne vertébrale, mains en T : centrage et s'aimer soi
- quatrième, au creux du genou, mains en conque : soulagement et autonomie
- cinquième, au-dessus de la plante des pieds, mains pression douce aux doigts reliées entre eux (paume sous talon) : calme et amour

= 4 minutes par imposition des mains

= 1 h sur le 'partenaire' avec arrêt de 5 minutes toutes les 20 minutes où vous pouvez discuter ensemble sur les ressentis et écrire le 'rapport' (notes importantes)

-mettez à profit ce laps de temps pour lui proposer un coussin sous diverses parties souhaitées pour améliorer son confort (très important que la personne se sente bien, climat de rassurance)

-vous pouvez aussi lui proposer un verre d'eau

-ne vous éloignez jamais de la table de massage, il peut y avoir déséquilibre (proximité)

-s'il émet le désir d'être au chaud, apportez-lui une couverture dans laquelle il se sentira protégé en y couvrant le corps et les bras : détente maximale et vous continuerez le reiki

Préparation des 'indispensables' :

-mouchoirs en papier (pour l'ami)

-rouleau d'essuie-tout (pour vous)

-verres et eau minérale plate (pour les deux)

-stylo et bloc-notes sans en-tête (pour le ressenti)

-tétière de table de massage, drap ou serviette de bain

-drap de dessus, plaid, couverture (si froid)

-plusieurs coussins (ou galettes de chaises à plier) : 4

-coussin spécial tête et repose-nuque : 1

-capitonnage du repose-tête de la table à masser avec une écharpe

-coupelle recueillant les bijoux, montre, lunettes gênants

-bassine d'eau chaude pour les mains avec savon naturel et serviette (pour vous)



Détail pratique important :

- ne jamais commencer la séance par la tête (réservoir des pensées)
- car les mains sont humides ou froides en début
- car la personne doit se sentir en confiance avant

SOINS DE COURTE DUREE

administration du Reiki par manque de temps, ou en entretien :

- au bureau (si massage de la nuque, des épaules et de la tête) : agréable continuité
- manque de temps ou rdv pris entre 12 et 13 h :
- pas de talons hauts, pied au repos
- pas de croisement de bras, de pied, de doigts
- ses mains sont posées sur ses cuisses, yeux fermés, position de détente profonde par respiration

Voici les six gestes de base à appliquer :

- derrière, mains reliées et doigts liés sur les épaules, enveloppement
 - derrière, mains reliées et doigts liés sur le sommet du crâne (sur cheveux)
 - de côté, une sur le front, l'autre sur la nuque, doigts liés
 - de côté, une sur le coeur, l'autre sur les omoplates (au centre)
 - de côté, une sur le plexus solaire, l'autre sur la ceinture (derrière)
 - de côté, une sur le bas-ventre, l'autre sur le bas de la colonne vertébrale (derrière)
- = 4 minutes par positionnement soit 24 minutes

Si vous savez vous concentrer rapidement :

- méditez en visualisant intérieurement le chakra du coeur
- suivez vos six étapes en cet état de concentration extrême
- une fois terminé, vous lui massez légèrement le cou, la nuque et les épaules et assistez-le en le levant doucement afin qu'il reprenne pied dans la réalité en lui rappelant que l'intervention est finie.

Cet exercice de courte durée est administrée essentiellement aux six chakras émotionnels sauf celui du larynx car lui est spécifique aux zones à risques car "effets secondaires" sinon. Attention donc !

COMMENT SE SENTIR IMMUNISE DES PROBLEMES D'AUTRUI ?

- par les titres du Reiki
- par votre spiritualité (si prières de protection angéliques)
- par des boucliers radioniques

Voici un texte de protection spécial Reiki :

'La sensation (ou le problème) auquel je suis confronté en ce moment (par exemple : sentiment négatif et désagréable de vous immerger dans celui d'autrui que vous traitez) ne m'appartient pas. Je souhaite m'en débarrasser et je l'évacue de ma vie.'

Ne vous identifiez pas à votre ami, cela serait inutile et dangereux, ne créant pas de meilleure harmonisation entre vous et le mal à traiter. Voici trois raisons fondamentales de ne pas l'effectuer :

- ce processus d'auto-guérison doit rester une évolution naturelle
- ce fait serait préjudiciable à votre propre équilibre (recul souhaité)
- vous serez trop impliqué et vous ne verrez pas d'autres détails plus importants



RECU POUR MIEUX SOIGNER

- restez immunisé par vos protections spirituelles
- concentrez-vous sur les problèmes d'autrui sans vous les appropriez (réserve)
- si vous pensez à un transfert possible, prenez le texte de protection spécifique au Reiki
- après ciblage du souci d'autrui, n'en faites pas un diagnostic

GROSSESSE

Vous pouvez administrer le Reiki à une femme devenant mère sous certaines conditions :

- plus ce sera dans les premiers temps de cet état mieux ce sera pour la mère et l'enfant
- à prodiguer différemment par rapport aux positions sur la table de massage (sur le côté en changeant si nécessaire trois fois)
- placez des coussins sous le ventre en support
- placez également un entre les jambes (meilleur confort)
- adaptez-vous à la situation en écoutant la future mère
- proposez-lui aussi des soins courte durée (vers le 7ème mois)
- discutez avec elle pour choisir la meilleure alternative aux positions

BEBE ET ENFANT

pour le bébé :

- position 1 : foie, rate et intestin en une seule fois (mains reliées, doigts liés)
- position 2 : pieds, les envelopper (mains et doigts posés sur plantes des pieds)
- position 3 : ventre (une main) et sommet dorsal (autre main)

oeuvrez dans l'originalité :

- maman lisant une histoire, enveloppement des épaules
- si couché, deux mains sur le ventre en chantant une berceuse (calme et sérénité)
une sur le ventre et l'autre sur le front (relaxation)

pour l'enfant :

- soins de courte durée (à partir de 10 ans)
- soins d'urgence en cas de coups, blessures, chocs (imposition des mains vers le mal à traiter en direct : voix douce et rassurante (consolation et rassurance)

PERSONNES ÂGÉES

- adaptation à la personne, à son âge, à ses habitudes, à ses positions, à son mal
- intuition de départ, un peu comme un enfant
- foie ou mains tenues, pieds ou épaules en enveloppement
- savoir écouter, faire attention à sa fragilité (surtout si + de 70 ans)

Pour ses cas particuliers :
faire signer une décharge de santé
si personne mineure, le parent suit la séance
si personne de 16 ans venant seule, autorisation parental



POUR LES PERSONNES AYANT DES MALADIES GRAVES

EN AUCUN CAS
LE REIKI EST UNE PROMESSE DE GUERISON OU DE SURVIE

MAIS

L ENERGIE VITALE QU IL VEHICULE SERA
DE TOUTE EVIDENCE
UN FACTEUR DE PAIX INTERIEURE
QUI CONTRIBUERA A LA QUALITE DE VIE

POUR LES PERSONNES EN ACCOMPAGNEMENT VERS LA FIN

C EST LA VOLONTE DU CANAL ET DE SON AMI

IMPOSITION DES MAINS VIA L INSTINCT PRIMAIRE
FOIE MAINS ET PIEDS PEUVENT RASSURER
ENERGIE EN PROFONDEUR ENTRE VOS DEUX COEURS
IMPOSITION DIT AMOUR UNIVERSEL

AVEC LES PLANTES

- les plantes ont autant besoin d'eau que de Reiki
- pour surmonter le rempotage, prenez entre vos mains le nouveau pot et énergétisez-le puis replantez avec juste un peu de terre de l'ancien pot, cela facilitera l'opération (rassurance)
- si vous semez ou mettez en terre un bulbe, agissez directement sur lui ou les graines
- si la plante est agonisante ou blessée, passez le flux de l'endroit touché vers les racines
- vous désirez connaître l'harmonie avec la nature ? Enlacez un arbre et vous ne serez plus jamais pareil ! Cette expérience vous rendra plus fort, plus mature, plus sensible : un pas vers le druidisme.

AVEC LES ANIMAUX

- c'est l'animal malade qui attendra de vous la guérison, il se soumettra au flux universel
- il cherchera sa place et vous regardera agir, parfois se soustraira ou se laissera faire
- pas de colère en votre voix, ni d'autorité, ni de force ou de geste brusque
- il se peut qu'il observe avant de vous laisser approcher, à vous de montrer le flux sans le toucher
- à distance ou en direct, à vous de vous montrer adaptable et plein d'assurance et d'amour

AVEC LES ALIMENTS

- si vous prenez pour habitude de ne manger que positivement vous mangerez Reiki
- si vous prenez pour habitude de toucher votre assiette (bordure) avec vos mains vous serez Reiki
- si vous prenez pour habitude de toucher votre verre (idem) vous boirez Reiki
- en somme touchez, pensez, servez, mangez : Reiki est présent à votre table !



AVEC LES MINERAUX

- en chaque pierre existe du magnétisme en plus ou moins grande quantité
- si vous avez une pierre qui vous est chère, purifiez-la, magnétisez-la par le Reiki
- si vous avez une phobie (peur), prenez-la en votre main à chaque tension (protection)

PAR LES CHAKRAS

- chakra du crâne (entrée du flux)
- chakra du troisième oeil (divin)
- chakra du larynx (communication)
- chakra du coeur (amour infini)
- chakra du plexus solaire (amour émotion)
- chakra du sacrum (reproduction)
- chakra du coccyx (instinct de survie)

CONSEILS

- si hospitalisation : administrez-vous le Reiki, cela vous rassurera et vous détendra
- si vous devez partir en chimiothérapie ou autres lourdeurs hospitalières, administrez-vous le Reiki de façon régulière ou participez à cinq séances pour acquérir les gestes d'auto-guérison : il réduira les effets secondaires, vous offrant un certain confort
- si vous massez, terminez par un soin de courte durée en demandant la permission à la personne
- une variante : foie, tête, pieds avec le flux énergétique

NE JAMAIS OUBLIER QUE

LE THERAPEUTE NE GUERIT PAS :
IL LAISSE LA GUERISON S'OPERER D'ELLE-MEME

Recommandations en cabinet avec votre 'ami'

- n'orientez pas la conversation dans une direction déterminée
- ne portez pas de jugement sur ce que vous révèle votre 'ami'
 - laissez-le toujours parler en premier
- témoignez-lui de l'attention, de la sympathie et de la compréhension
- méfiez-vous des conseils tirés de votre expérience personnelle car ils risquent d'avoir peu d'intérêt pour votre 'ami' (écoutez à sens unique)

