

TOUT LE MONDE PEUT
ÉMANER DU REIKI

Reiki wa darenimo deru

霊気は
誰にも出る

FUMIO OGAWA

1

Traduction française © Universal Copyright - janvier 2010/février 2026
Patrice Gros & Reikido France

Présentation de l'édition anglaise



Fumio Ogawa (1906 - 1998), avec un exemplaire du manuscrit de " Tout le monde peut émaner du Reiki " sur ses genoux.

Fumio Ogawa, un membre de l'*Usui Reiki Ryoho Gakkai* (l'association de Reiki fondée par Mikao Usui), a été initié au Reiki par son beau-père Keizo Ogawa et a accédé au niveau de maître dans les années quarante.

En 1991 il termina et publia à titre privé le livre " Tout le monde peut émaner du Reiki " .

Le livre est une série de différents textes : une interview au "Twilight Zone" ainsi que des extraits du manuel officiel de la Gakkai Reiki, écrit par Wanami Sensei, qui comportent l'histoire du Reiki et les inscriptions du mémorial d'Usui.

Son intention à l'origine était d'écrire un manuel pratique sur le Reiki, mais "Tout le monde peut émaner du Reiki" n'a jamais été publié, et il n'en existe que quelques copies qui sont actuellement entre les mains de ses étudiants.

J'en ai moi-même obtenu une copie en 1998 et j'ai décidé récemment d'en partager la traduction en anglais avec la communauté Reiki du monde entier.

"Tout le monde peut émaner du Reiki" est sans aucun doute le texte le plus original jamais écrit sur les techniques traditionnelles japonaises de guérison par le Reiki, et sur la pratique spirituelle.

Ninoslav Safaric,
Maître enseignant Reiki
liberata@zg.htnet.hr
1er octobre 2005

Fumio Ogawa



Fumio Ogawa était âgé de 91 ans en 1997. Il habitait à Shizuoka, au Japon, et a été initié au Reiki par son beau-père Keizo Ogawa. Sa lignée est la suivante :

Mikao Usui
|
Kan'ichi Taketomi
|
Keizo Ogawa
|
Fumio Ogawa

Kan'ichi Taketomi fut le troisième président de l'*Usui Reiki Ryoho Gakkai*. Keizo Ogawa était aussi un ami proche d'Usui, duquel il a reçu l'initiation à la maîtrise de Reiki.



Préface de l'édition française



**Reiki Chosso,
Mikao Usui Sensei (1865 - 1926)
Fondateur de la méthode thérapeutique du Reiki Usui
pour l'amélioration de l'esprit et du corps**

C'est avec une immense joie que je vous présente aujourd'hui cette traduction de "Tout le monde peut émaner du Reiki", du maître de Reiki japonais Fumio Ogawa.

Certains passages de la traduction anglaise n'étaient pas toujours intelligibles, c'est la raison pour laquelle certaines phrases pourraient manquer de clarté, malgré le travail admirable des traducteurs et des re-lecteurs.

Néanmoins, cet ouvrage unique se révélera être un manuel de référence pour toute la communauté des praticiens du Reiki Francophones.

Avec "Tout le monde peut émaner du Reiki" nous nous trouvons au plus près de l'enseignement originel du Reiki Usui !

Patrice Gros,
janvier 2010.

Mise à jour de l'édition française de 2010

La première traduction parue en 2010 n'était que partielle. J'ai pu avoir accès à un autre passage proposé par Rick Rivard (qui faisait partie des trois organisateurs de la venue d'Hiroshi Doi-sensei à Vancouver, en 1999).

Hélas, son site internet à fermé, et son email n'est plus actif. J'ai bien tenté de le re-contacter, mais sans succès.

C'est Rick qui, à l'origine, avait envoyé une traduction anglaise du l'ouvrage en japonais que possédait Ninoslav Safaric.

La nouvelle traduction d'aujourd'hui contient la Table des matières de l'ouvrage, ainsi qu'un long chapitre où Fumio Ogawa relate ses nombreuses expériences avec la pratique du Reiki.

J'ai aussi apporté quelques corrections à la traduction de 2010, ainsi qu'au titre.

Même si aujourd'hui ce rajout est significatif, il semblerait que l'ouvrage ne soit pas totalement complet au regard de la Table des matières.

Je vous en souhaite une très bonne lecture !

Patrice Gros

Février 2026.



TABLE DES MATIÈRES

Préface	
Inscription du patriarche de la thérapie Reiki	
Cinq préceptes	
Poèmes de l'empereur Meiji Pratique	
À la recherche des racines du Reiki	
Mon expérience	
Reiki Ryoho Mondo (Questions - Réponses)	
Comment faire circuler le Reiki à partir de soi	
Les secrets du Naikan par Hakuin Zenshi (Maître Zen Hakuin)	
L'empereur Meiji, médium	
Le Reiki à l'étranger	
Conseils pratiques pour favoriser la circulation du Reiki	
Enseignements	
Capacité de guérison naturelle	
À propos du fonctionnement du Reiki	
Qu'est-ce qu'un médium respectable ?	
Conseils pour la thérapie	
Aspects du Reiki Ryoho Byosen, Koketsu ho et Nentatsu ho	
La thérapie Reiki et ses effets sur tout	
Guide et commentaire du Reiki Ryoho	
Chaque partie du corps, traitement Seiheki (prédisposition)	
Directives pour le traitement	
Traitement de base pour chaque partie du corps	
Maladies du système nerveux	
Maladies du système respiratoire	
Maladies du système digestif	
Maladies du système circulatoire	
Maladies du métabolisme et du sang	
Maladies des voies urinaires	
Maladies chirurgicales et dermatologiques	
Pédiatrie	
Maladies gynécologiques	
Maladies infectieuses	
Résumé Reiji,	
Guérison à distance	
Reiki Nentatsu ho	
Thérapie de groupe	
Thérapie respiratoire	
Postface	
Annexe Points importants pour la tête et le haut du corps	
Dessin du corps humain (face, dos)	

PRÉFACE

Les ancêtres de ma famille pratiquaient le Reiki depuis 40 ans. Ils recevaient quotidiennement de nombreuses personnes guéries par ce pouvoir « magique ». Certains patients disaient avoir besoin de recevoir du Reiki tous les jours. Ils se consacraient à la diffusion du Reiki en dispensant des séances mensuelles à de nombreux membres.

Ils étaient en assez bonne santé après avoir commencé à pratiquer le Reiki. Ils n'avaient pas consulté de médecin depuis et ont reçu des récompenses de l'agence nationale d'assurance maladie.

Même s'ils sentaient que quelque chose n'allait pas, ils se soignaient eux-mêmes ou s'entraidaient. La plupart du temps, ils allaient bien le lendemain et repartaient soigner d'autres personnes. Ils dégageaient une vitalité étonnante. J'ai entendu dire que s'ils soignaient d'autres personnes par le Reiki, l'énergie se diffusait naturellement dans leur corps et leur maladie guérissait également.

Je crois que la mort de mon père fut la seule fois où il a vu un médecin. Il est mort paisiblement, sans souffrir, comme s'il s'endormait. Sans doute à cause de son âge. Ce fut un véritable soulagement pour la famille.

Après sa mort, son corps était encore souple le lendemain matin. Ses mains et ses pieds étaient doux et chauds. Tous les élèves lui ont pris la main, surpris.

Il nous racontait souvent ses expériences avec les traitements. On peut guérir très vite d'une blessure si on la traite immédiatement. C'est pourquoi les débutants peuvent plus facilement constater les effets de leurs interventions.

Quinze minutes de Reiki ont suffi à remettre l'épaule d'une patiente en place. Une femme d'âge mûr, souffrant de fibromes, venait régulièrement pour des séances de Reiki. Son médecin lui avait conseillé de se faire opérer.

Le chirurgien l'a opérée et le myome était prêt à être retiré. Il était très surpris. Après cela, la femme a vécu longtemps et en bonne santé jusqu'à environ 90 ans. Un homme d'âge mûr, souffrant d'une douleur intense et inexplicable, a demandé un traitement à mon père par téléphone. Son médecin de famille avait tout essayé pour le guérir, en vain. Lorsque mon père lui a prodigué du Reiki, il a ressenti le besoin d'uriner une heure plus tard. Il a uriné abondamment et a été guéri. Il m'a raconté cette histoire bien des années plus tard.

Il existe d'innombrables histoires comme celle-ci. Moi-même, j'ai également bénéficié du Reiki.

J'éprouve un certain malaise à l'idée de décrire la thérapie Reiki et le Hasurei ho en me basant sur les nombreuses expériences de mes parents, mais j'ai décidé d'écrire ceci en me basant sur les enseignements d'Usui Sensei et de mes mentors, ainsi que sur mon opinion personnelle.

Ces arts se transmettent généralement oralement, mais selon moi, le Reiki peut émaner de chacun par la pratique personnelle et la conviction. Le Reiki ne provient pas de notre propre corps ; celui-ci n'est qu'un canal pour le Reiki.

J'ai 84 ans. Je me porte bien et je peux dire que je suis en assez bonne santé pour mon âge. Mais la vie est courte. Je souhaite me consacrer au Reiki tant que je suis en forme.

J'espère qu'au moins les personnes de mon entourage intéressées par cette pratique s'y investiront pleinement, la maîtriseront et pourront ensuite soigner leurs proches.

Après avoir terminé la rédaction de ce manuscrit, j'ai reçu un magazine contenant un papier avec la mention : « Veuillez m'excuser pour cet envoi tardif. » J'ai compris qu'il s'agissait d'une interview sur le Reiki, réalisée par un journaliste du début d'année. J'ai décidé de l'inclure intégralement comme référence, car il décrit précisément et en détail les origines du Reiki. D'après cet article, le Reiki se répand actuellement en Amérique.

Cette version de mon livre, écrite en août 1991, étant une modification de celle écrite en octobre 1986, veuillez noter qu'il existe quelques contradictions au niveau des dates dans le contenu.

L'auteur : Fumio Ogawa



編集部の不思議体験レポート ②

「レイキ治療」のルーツを探る

臼井式霊気療法とは？

レポート／高井志生海

今、米国で静かなブームを呼んでいるレイキ治療。宇宙エネルギーを取り入れるこの療法は、もともと日本で誕生したものだ。日本に逆輸入された幻の霊術のルーツを探る。

レイキは日本からアメリカに渡った

体の表面のポイントとなる部分に手をかざすだけで病気を治し、はては食物や水まで浄化することができるというレイキ治療。

宇宙エネルギーを取り入れるその療法については、本誌でも2度（84年9月号、85年7月号）にわたり紹介したため、御存知の方も多いだろう。

さて昨年12月、私はアメリカから一時帰国していたレイキ・マスター、三井三重子先生にインタビューする機会を得たのだ。

「私が渡米したのは1978年。それまではある出版社の編集者をしていました。365日、働きづめの毎日でした。そこで、思い切

ってアメリカへ行き、自分のための勉強に専念したいと思ったわけです。

子供の頃から丈夫なほうではありましたが、長年の無理がたたったのと、慣れない生活からくるストレスとで、もうどうしようもなく体がまいったところでお出会ったのがレイキでした。

私はレイキのおかげで、体の苦痛なしに生きる、快適さを生みだして初めて知りました。

三井先生はそれ以来、熱心にレイキについて学び、半年後にはレイキ・マスターの資格を得た。これは、他のレイキを学ぶアメリカ人に比べると異例の速さだという。

そして、先生の来日の目的はふたつあった。ひとつはレイキ療法の地・日本に療法を普及させること、もうひとつはレイキのルーツを探る。

THE AMERICAN INTERNATIONAL REIKI ASSOCIATION, Inc. の発行した「ハンドブックによると、レイキ治療の開発者は、日本人ミカオ・ウスイ博士となっている。

さらに、これはハワイ生まれの日系二世、ハワヨ・タカタさんによってアメリカに持ち込まれた。アメリカのレイキ治療の現在の指導者、バーバラ・レイ博士は、このタカタさんから伝授を受けたとされるのだ。

ところが、日本における霊気治療に関しては、ほとんど明らかにされていない。三井先生は、霊気治療の地に生まれた人間として祖国のルーツを求めた。

ようやく12月の帰国の際に、彼女は2つの収穫を手にしたのである。それはウスイ博士の菩提寺の所在と、日本各地で開かれていたらしい霊気セミナーの参加者に配布されたパンフレット、および資格免許状だった。

さっそく先生が訪れた東京・中野区の西方寺には、ウスイ博士の大きな墓があり、その表面には博士を顕彰する文が刻まれていた。

その大筋を次に記してみよう。ウスイ博士の本名は臼井健男、昭和元年（1865）8月15日、岐阜県山田郡谷合村（現・美山町）

に生まれた。幼少より苦学力行、長じて後、欧米や中国を訪問する。ある時、彼は一念発起して京都の鞍馬山に登り、21日間の修行の結果、霊気療法を感得。この療法の効果の絶大さを知って大正11年（1922）4月、東京・原宿に学会を設けた。学会の門前は、療法の靈験を語った人々であふれかえったという。

大正12年9月、関東大震災に際し、臼井博士は市中を巡って被災者を救済、期せずして療法の名は世に広まる。それもあってが原宿の道場が手狭となり、学会は大正14年2月、中野に移転した。

しかし、師範業めのため、広島から佐賀へと赴いた博士は、帰途、広島県福山で発病し、そこで没する。時に大正15年3月9日。

9

享年62歳（満61歳）。

碑文の最後には「昭和2年2月
従三位勲二等文学博士・岡田正之
謙、海軍少将従四位勲三等功四級
・半田從三郎書」と記されている。



▲靈氣療法の創始者、臼井博士。

三井先生は等から臼井博士の遺
族の住所を聞き出し、そこを訪ね
た。ところが家人は合つてゐるを拒
み、「先代の遺言により、私どもと
の縁は断たれております」という

臼井博士の子息の夫人
という人の声が、イン
ターホン越しに返って
きただけだった。
寺の話では、毎月9
日には博士の墓前に花
が置かれてゐるという
だが、それが遂による
ものかはわからない。

第六等 昭和七年九月八日授与者 小川 龍雄	第五等 昭和七年十月六日授与者 小川 龍雄	第四等 昭和七年十一月八日授与者 小川 龍雄	第三等 昭和七年十二月八日授与者 小川 龍雄	第二等 昭和八年十月六日授与者 小川 龍雄	第一等 昭和八年十月六日授与者 小川 龍雄
--------------------------	--------------------------	---------------------------	---------------------------	--------------------------	--------------------------

▲小川氏が授けられた臼井式靈氣療法の資格認可状。



とくに選ばれた者が学んだ「神秘伝」

また、三井先生は、静岡でレイ
キ・セミナーを開催した時、臼井博
士と関わりを持つ人と幸運にも巡
り会ったのである。

その人はセミナーの参加者の1
人で留月さんといひ、静岡市内に
住んでいる。彼の奥さんの父にあ
たるH・I氏が、なんと靈氣治療
の静岡での講習会に参加、治療の
免許取得者となつていたので。

H・Iさんは当時、小学校の校
長を勤めており、教育者としての
判断から靈氣治療を学んだらしい。
三井先生に譲られた古いハンド
ブックには、会員の心得や、教義、
療法指針、明治天皇の御製などを
内容としていた。このうち療法指
針の項には、基本治療から進化器
系、神秘系に至るまでの疾患をこ

のように治療するかが詳しく指示
されている。

そこで、アメリカに戻った三井
先生に代わり、私は臼井博士の足
跡を追う作業を引き継ぐことにし
た。

私は留月さんに連絡し、その紹
介で静岡の小川三男さんを訪ね
た。小川さんの亡父、醫道氏は、
ハンドブック（靈氣療法規定書）
と銘打たれていたに役員として
名を連ねる1人で、前掲のH・I
氏に療法を伝え、認可を与えたの
もこの人なのである。

まず驚いたのは、「三男さんも
醫道氏から、寛政を受けた免許皆
伝者だということだった。寛政

これは初めて耳にする言葉だ。
現在のアメリカのレイキ・セミ
ナーでは、技師の修得にあたつて
いくつもの段階を設けている。入
門者コースがファースト・ディグ
リ、進階療法を盛り込んだもう
ひとつ上のコースはセカンド・デ
イグリー、最上級のサード・デ
イグリーで、B2つのコースを修
めるとレイキ教師としての資格が授
与される。

しかし、臼井博士の設けたコー
スはこれに比べるとずっと厳しい。
全体は6段階に分けられ、入門し
たばかりだと第6等ということに
なる。第3等まで（つまり4段階）
進むと、次が奥伝前期、そして奥
伝後期となるのだが、
ここで限られた少数
の人がとくに選別さ
れ、さらに上位の神
秘伝を学ぶことが
できるのである。

「奥伝」とはこの神
秘伝の受講者に与え
られるもので、回数
は1度とは限らない。
複数回受ける場合も
あったらしい。

靈氣



▲靈氣療法をアメリカに伝えたハワヨ・タカラさん。

この奥伝、字づら
からではわかりにく

編集部の 不思議体験レポート



▲米国での指導者、ローバレー博士。

Let's Study
REIKI

家族の健康管理
ストレス解消
美容に!

レイキ

THE OFFICIAL
REIKI HANDBOOK

強力な自己治療テクニック

今、アメリカ、ヨーロッパで人気のレイキは安全で強力な自然セラピーです。現代物理学は、すべての物質はエネルギーでできている。つまり私たちの心、感情、身体はすべてエネルギーそのものとして振動しています。このエネルギーを有名な心理学者、カール・ユングのシンボルズムに基づき、信託、年齢に開く二日間て授けられる能力を付けるのが、レイキの特長です。

フアースト・ディグリーは手にその能力がつかせ、セカンド・ディグリーでは時間と空間を超えてエネルギーを送れます。ストレスを解消しエネルギーを回復し、自己や家族の心身の健康を管理し、家庭の和を計るのに役立ちます。

日本人初のレイキ教師・三井三重子がニューヨークより帰国し、下記のスケジュールでレクチャー・クラスを開催します。ご参加下さい。

★時間 レクチャー・午前10時～正午 クラス(ファースト)レクチャー・同15の午後1～2時、翌日午前10時～午後2時(セカンド)午後3～4時

★セミナー開催地と問合せ先

●札幌 0732-37-2175 谷口芳春
レクチャー 4月12日 クラス 12, 13日
所・高島市市民センター

●福岡 092-672-8841 野田 寿
レクチャー 4月19日 クラス 19, 20日
所・グリーンホテル2号館

●京都(2回) 075-781-9595 飛世真人
レクチャー 4月26日 クラス26, 27日
レクチャー 4月29日 クラス 29, 30日
所・京都動物公園(予定)

●名古屋 075-781-9595 飛世真人
レクチャー 5月10日 クラス 10, 11日
所・グリーンホテル

●静岡 03-497-9617 藤部大空
レクチャー 5月17日 クラス 17, 18日
所・静岡タウンホテル東条

●東京(2回) 03-497-9617 藤部大空
レクチャー 5月21日(正午～1時30分)
クラス(ファースト)午後2時～8時と22日午後1時～5時
レクチャー 5月24日 クラス 24, 25日
所・ホテルヒトツバシ 03-261-9696

★セミナーのお申込みはレクチャーをお聞きになった後でも受け付けます。

★料金 レクチャー1回3,000円 フアースト・ディグリー1回2万5,000円 セカンド・ディグリー1回4万1,000円

★御要望により他の地域での開催も可能ですが、スケジュールがつかまつていないので、月曜から金曜の昼又は夜となります。お問い合わせ下さい。

★資料請求先
東京都目黒区郵便局私書箱第94号
レイキ・セミナー・オブ・ジャパン 三井三重子

れも、商には結びついてこない。いったい彼はなぜ、霊術者の道を歩みはじめたのだろうか。ここはもうひとつ、彼の生きた時代をチエックする必要がある。うだ。

明治から昭和初期にかけて、古い宗教的権威が勢力を衰退させるなかで、多くの新たな指導者が登場する。

なかでも桑原天来や、太田道平、間祖・田中守平らは特に霊術にたけ、多くの民衆をひきつけた。大本教の聖師・出口王仁三郎、世界救世教の教祖・岡田茂吉らも、こうした流れから動きを現わした偉大なカリスマたちである。

このうち、白井博士に直接あるいは間接に交渉した霊術者は誰か。可能性からいえば、白井博士の生まれた美山町と隣接する多治見市の出身で、ここに太田道平部を建設した田中守平が最も近い。

また田中は「霊術士」と呼ばれ、一種の生命エネルギー理論を提唱し、これを治療に適用して絶大な成果をあげていた。加えて、この術にたけた者は、患部をレントゲンのように透視できたという。

これはあくまで推定だが、白井博士が大正6年頃から急速に頭角をあらわした田中に無関心だったとは思えないのである。

しかし、因縁的な田中に対し、

**編集部の
不思議体験レポート**

白井博士がよりリアルな立場をとつたらしいことは、門下の海軍軍人の名からもうかがえる。有力な教団に政治家や軍人が接近するのは当時の常だが、それでも海外



▲顔へのレイキで、緊張がクリアーに。

の情勢に明るく、進歩派の多い海軍の人物が関わるというのはそうありふれたことではないのだ。

いまだに明瞭な人間像が浮かび上がっていない白井博士とは、どんな人物だったのか。口外を止められた真義・神秘伝の内幕と

★セミナーのお申込みはレクチャーをお聞きになった後でも受け付けます。

★料金 レクチャー1回3,000円 フアースト・ディグリー1回2万5,000円 セカンド・ディグリー1回4万1,000円

★御要望により他の地域での開催も可能ですが、スケジュールがつかまつていないので、月曜から金曜の昼又は夜となります。お問い合わせ下さい。

は？そして、霊気療法に影響を与えた霊術の系譜は、どこに求められるのか。それらは依然として不明なままである。

だが、調査はまだスタート地点。それほど離れていない。読者からの情報を期待しつつ、第1回目の報告を終えたい。

▲顔へのレイキで、ストレスが減少。



Twilight Zone, octobre 1986.

Rapport 28 de l'éditeur sur les expériences mystérieuses.

À LA RECHERCHE DES RACINES DU REIKI

Enquête sur l'origine de la « Méthode de guérison par le Reiki ».

Qu'est-ce que la méthode de guérison par le Reiki Usui ?

Le Reiki est importé du Japon aux États-Unis.

Journaliste : Shiomi Takai.

Récemment, aux États-Unis, on a observé une popularité croissante de la « Méthode de guérison par le Reiki ». Cette méthode de guérison - qui emploie « l'énergie cosmique » - a vu le jour au Japon pour y être ensuite réintroduite. Ce journaliste a enquêté sur l'origine de cette mystérieuse technique spirituelle. Le Reiki est né au Japon puis a été introduit aux États-Unis.

On prétend que le Reiki peut guérir les maladies par la simple imposition des mains sur des zones spécifiques de la surface du corps. On dit également qu'il purifie la nourriture et l'eau.

De nombreux lecteurs pourront reconnaître cette méthode de guérison qui utilise l'énergie cosmique car des articles sur le sujet ont été publiés à deux reprises dans cette revue (septembre 1984 et juillet 1985). En décembre dernier, j'ai eu l'opportunité d'interviewer le maître de Reiki Mieko Mitsui, qui revenait d'un bref séjour (au Japon).

« En 1978, je suis allée aux USA. J'avais travaillé jusque-là comme éditrice dans un journal. Je travaillais sans relâche, 365 jours par an. Puis un jour, j'en ai eu assez et j'ai décidé d'aller aux USA pour consacrer du temps à mes études.

Depuis mon enfance, je n'ai jamais été dotée d'une grande force physique. De plus, le stress dû à de longues journées de travail et l'adaptation aux styles de vie des USA ont affecté ma santé. C'est à cette époque que j'ai rencontré le Reiki. Pour la première fois de ma vie, grâce au Reiki, j'ai vécu une vie heureuse, libre de tout inconfort physique. »

Mitsui sensei s'est alors mise à étudier sérieusement le Reiki, et elle est devenue maître de Reiki en seulement 6 mois. D'après ce que je comprends, c'est une ascension très rapide et plutôt inhabituelle aux USA.

Deux raisons principales ont motivé sa visite (au Japon). La première était de diffuser la guérison par le Reiki au Japon, son pays d'origine, et la deuxième, de connaître les origines du Reiki.

Selon le manuel publié par l'Association internationale américaine de Reiki inc., la personne qui a fondé la guérison par le Reiki était d'origine japonaise : c'était le Dr Mikao Usui.

Le Reiki fut ensuite introduit aux USA par une hawaïenne d'origine japonaise, Hawayo Takata. Le Dr Barbara Ray, actuellement à la tête d'une association de Reiki aux USA, fut initiée par Madame Takata.

Malgré ses origines, la guérison par le Reiki est pratiquement inconnue au Japon. Chaque fois que Mitsui sensei revenait au Japon, elle essayait d'en retrouver les origines. À l'issue d'une longue

recherche, lorsqu'elle y revint en décembre dernier, Mitsui sensei put obtenir deux informations majeures.

La première fut l'emplacement du tombeau du Dr Usui, et la seconde fut la découverte d'un document, qui avait probablement été distribué aux participants d'un séminaire de Reiki, ainsi qu'un certificat.

Sans perdre de temps, Mitsui sensei se rendit au Temple Saihoji à Nakano-ku, Tokyo, qui abritait une grande stèle en l'honneur du Dr Usui, où l'on pouvait lire une inscription. En voici les grandes lignes :

« Le nom complet du Dr Usui est Mikao Usui. Il est né le 15 août 1865 à Yago- mura (aujourd'hui Miyama-cho), Yamagata-gun, préfecture de Gifu. Dès son plus jeune âge, il mit beaucoup d'ardeur à l'étude tout en subvenant à ses besoins. Plus tard, il se rendit aux USA, en Europe et en Chine.

Un jour, il ressentit une forte impulsion de gravir le Kurama Yama à Kyoto. Après 21 jours de discipline spirituelle rigoureuse, il découvrit la guérison par le Reiki. Réalisant l'immense portée de cette méthode de guérison, il fonda, en 1922, une association à Harajuku-ku (district de Harajuku), Tokyo. De nombreuses personnes qui avaient entendu parler des effets bénéfiques de cette méthode de guérison y affluaient.

En 1923, un grand tremblement de terre ébranla Tokyo et ses environs, et Dr Usui parcourut plusieurs endroits de la ville afin d'y guérir les victimes. À l'époque, ceci contribua de façon inattendue à faire connaître la méthode de guérison par le Reiki. Grâce à cette popularité, le centre de formation à Harajuku devint trop petit et dut déménager à Nakano-ku en février 1925.

À son retour d'un voyage à Kure, Hiroshima et Saga pour y recruter des maîtres, le Dr Usui tomba malade à Fukuyama, préfecture de Hiroshima, et y rendit l'âme. C'était le 9 mars 1926 et le Dr Usui avait 61 ans.

L'inscription funéraire se terminait par ces mots : « par Masayuki Okada et Juzaburo Ushida, février 1927 ».

Mitsui sensei obtint l'adresse de la famille du Dr Usui et lui rendit visite. Toutefois, celle-ci refusa de la recevoir. S'adressant à elle par l'interphone de la porte d'entrée, l'épouse du fils de Dr Usui lui dit : « Notre père a donné des instructions dans son testament qui font que nous n'avons rien à voir avec la guérison ».

Dans le temple, on a coutume de déposer des fleurs sur la tombe de Dr Usui tous les 9e jour de chaque mois, mais personne ne sait d'où elles proviennent.

Heureusement, Mitsui sensei rencontra lors d'un séminaire de Reiki à Shizuoka une personne qui avait des liens avec le Dr Usui.

C'était une personne qui assistait au séminaire - un certain monsieur Mochizuki de Shizuoka. Le père de son épouse, monsieur H. I., avait participé à un séminaire de guérison par le Reiki à Shizuoka et avait en sa possession un diplôme de guérisseur.

Monsieur H.I. était directeur d'une école primaire à cette époque, et en tant qu'éducateur, avait certainement apprécié cette méthode de guérison.

Un vieux manuel qui appartient aujourd'hui à Mitsui sensei, contient une liste de règles à destination des membres de l'association, des dogmes et des principes de guérison, ainsi que des poèmes de l'empereur Meiji. Dans la section qui expose les instructions pour faire un traitement, on trouve une explication détaillée de la méthode de soin de base ainsi que les procédures pour guérir les déséquilibres des systèmes digestif et nerveux.

Aujourd'hui, j'ai décidé de poursuivre la recherche des traces du Dr Usui, commencée par Mitsui sensei, qui est à présent de retour aux USA.

J'ai contacté Monsieur Mochizuki et il m'a présenté à Monsieur Fumio Ogawa à Shizuoka.

Le beau-père de monsieur Ogawa, Keizo Ogawa, aujourd'hui décédé, était l'un des cadres administratifs mentionné dans le manuel (nommé « Les règles de la méthode de guérison par le Reiki ») ; il avait reçu l'initiation par monsieur H. I. dont on a parlé précédemment.

À mon grand étonnement, j'ai découvert que Monsieur Fumio Ogawa, également maître, avait reçu le « Reiju ». C'était la première fois que j'entendais le mot « reiju ».

Actuellement, aux USA, la formation en Reiki comprend plusieurs étapes. Le premier degré s'adresse aux débutants. Le deuxième degré inclut la guérison à distance. Le niveau le plus élevé est le troisième degré qui, lui, est divisé en deux parties égales, soit A et B. Lorsqu'on a étudié les 2 parties, on a les qualifications requises pour devenir Instructeur de Reiki.

En comparaison, le cours tel que l'avait conçu le Dr Usui était de loin beaucoup plus ardu. Le cours comprenait six niveaux dont le 6e était considéré comme un niveau de débutants. Après le 3e niveau, on trouvait le degré Okuden, lui-même divisé en 2 parties, okuden zenki (première moitié) et okuden koki (seconde moitié). Ce n'est qu'à cette étape qu'un petit nombre d'élus étaient choisis pour recevoir le niveau le plus élevé - « L'initiation mystérieuse » (shinpiden).

On transmettait le « Reiju » à ces élus le plus souvent une fois, parfois plusieurs fois.

Selon Monsieur Ogawa, il est difficile de saisir la signification du Reiju par la simple définition de son idéogramme, mais on peut penser à juste titre que cela veut dire « ouvrir le canal afin de recevoir l'énergie cosmique ».

En ce qui concerne le Reiju, Fumio Ogawa dit qu'il existe une règle tacite qui veut que personne n'en parle ; alors j'ai bien peur de ne pouvoir vous dire ce que c'est. Mais je peux vous dire qu'il existait des rencontres nommées « Reijukai » où se réunissaient les personnes qui avaient étudié le plus haut degré et où elles recevaient le Reiju.

Ce n'était pas difficile de devenir membre de l'association. Il suffisait simplement de participer à des conférences sur la méthode de guérison par le Reiki, organisées en différents lieux, et de payer un droit d'entrée se situant entre 500 et 1000 yens.

Des personnes très enthousiastes participaient à chaque rencontre et étudiaient avec un grand sérieux. Une fois accréditées, elles pouvaient recevoir le « Reiju ». Mais je me souviens que même si ces personnes pouvaient s'auto-guérir, il était extrêmement rare qu'elles atteignent le niveau qui permet de guérir les autres.

De plus, il n'y eut que 3 personnes qui reçurent le Reiju directement du Dr Usui. Ce fut Monsieur Kan'ichi Taketomi, qui devint le second président après la mort du Dr Usui ; le 3e président fut Monsieur Yoshiharu Watanabe et le 4e président, Monsieur Hoichi Wanami.

Je me demande ce qu'est réellement Shinpiden, cette « mystérieuse initiation » - une véritable formation pour l'élite -.

Lorsqu'une personne maîtrisait Shinpiden, elle percevait le problème du patient (byosen) sans même lui demander ce que c'était. Les signes de la maladie se manifestaient dans la main du guérisseur et il comprenait l'état dans lequel se trouvait le patient.

Shinpiden, « l'initiation mystérieuse » comprenait 3 parties : une méthode de nettoyage du sang (ketsueki kokan ho), une méthode pour soigner la personnalité (nentatsu ho) et une méthode de guérison à distance (enkaku chiryo ho) - pour laquelle on se servait de photographies.

Monsieur Ogawa me transmet une autre information importante. Il dit que le Reiki Ryoho Gakkai (Association de guérison naturelle par le Reiki) - que l'on croyait disparue - continue en fait d'exister à Tokyo.

J'ai tenté de contacter une dame (Kimiko Koyama) qui était la 6e présidente du l'Usui Shiki Reiki Ryoho Kenkyukai (Association de recherche sur la méthode naturelle de guérison par le Reiki, méthode Usui). Même si elle refusa de me recevoir pour une interview, j'ai été assez chanceux pour obtenir d'elle quelques informations supplémentaires.

Endommagé durant la guerre, on déménagea souvent le quartier général du Reiki Gakkai.

Plusieurs membres délaissèrent le Gakkai pour fonder des enseignements distinctifs ou pour s'établir à la tête de nouveaux groupes spirituels créés par eux.

Le Dr Usui semble aussi avoir été le secrétaire de Monsieur Shimpei Goto. Cette dernière information est importante. Dans le manuel américain de Reiki, le Dr Usui est supposé avoir été le directeur d'une école de théologie chrétienne à Kyoto. Mais selon les recherches de Mitsui sensei, une telle école n'a jamais existé à Kyoto et, de plus, mes propres recherches sur le sujet n'ont pu découvrir un Dr Usui « chrétien ». Mitsui sensei pense que cette école aurait pu être un petit établissement privé mais je me demande si elle a existé en réalité.

À présent, je dois vous expliquer qui est Monsieur Shimpei Goto. Il naquit dans la préfecture de Iwate en 1857 et après avoir reçu son diplôme de l'École de Médecine située dans la préfecture du Fukushima, il travailla au Ministère de la Santé, dont il prit la direction en 1891.

Durant la guerre sino-japonaise, il était en charge du service de santé de l'armée. En 1899, il devint Directeur de l'Administration civile de Taiwan, et en 1908 président des Chemins de fer de Mandchourie. Après cela, il fut nommé Ministre des communications, Président des Chemins de fer, Ministre de l'Intérieur, Ministre des Affaires étrangères - et finalement devint le Maire de Tokyo. Il mourut en 1920. On ne sait pas exactement quand le Dr Usui fut le secrétaire de Monsieur Goto mais si tel est le cas, cet emploi a dû beaucoup l'aider lorsque vint le temps de rencontrer des personnes influentes.

Mais le mystère reste entier. Selon les fragments d'informations que j'ai rassemblés, le Dr Usui avait plusieurs facettes - employé dans une entreprise, homme d'affaires, et ainsi de suite - mais aucune n'était liée à la guérison. Alors qu'est-ce qui a bien pu l'amener à devenir un guérisseur spirituel ?

Ce que j'aimerais mieux connaître à présent, c'est l'époque à laquelle vivait le Dr Usui. De l'ère Meiji (1868 - 1912) jusqu'aux débuts de l'ère Showa (1926 - 1989), alors que les religions en place perdaient du terrain, plusieurs nouveaux leaders spirituels apparurent sur le devant de la scène. Parmi eux, Tennen Kuwahara et Morihei Tanaka, le fondateur du Taïreido. Ces derniers, en particulier, avaient la réputation de posséder des dons et des pouvoirs spirituels (« reijutsu ») et ils attiraient de nombreux adeptes. À l'époque, Onisaburo Deiguchi du Daihonkyo (Oomoto-kyo) et Mokichi Okada, le fondateur de Sekai-kyusei-kyo étaient également considérés comme des « lumières » de grande envergure. Alors, lequel de ces guérisseurs spirituels aurait influencé le Dr Usui ? Il est fort probable que cela aurait pu être Morihei Tanaka, car il venait de la ville de Tajimi où il avait établi les quartiers généraux de Tai Rei Do. C'est aussi à proximité de Miyama-cho, le lieu de naissance du Dr Usui.

On dit que Tanaka pratiquait le « Jutsu Reishi », une théorie sur l'énergie de vie, et qu'il guérissait avec succès de nombreuses personnes. Des praticiens habiles de cette méthode, est-il dit, avaient la capacité de voir à travers le corps, tout comme le font les Rayons X. Ce n'est qu'une hypothèse, mais il est probable que le Dr Usui se soit intéressé à Tanaka, qui jouissait d'une certaine notoriété vers 1918. Cependant, Tanaka était plutôt nationaliste tandis que le Dr Usui était plutôt de type libéral. Ceci s'explique par le fait que le Dr Usui avait des officiers de la marine parmi ses membres (de l'Association). Les officiers de la marine avaient des connaissances sur le monde (les Japonais

étaient encore en majorité très insulaires à cette époque) et ils étaient donc enclins à être plus progressistes.

Quelle sorte d'homme était le Dr Usui ? Malgré nos recherches, ce n'est toujours pas clair.

Quelle est la vérité sur « l'Initiation Mystérieuse », Shinpiden, dont il est défendu de parler ? Quelle est la lignée traditionnelle de guérison spirituelle qui a influencé la méthode de soin du Reiki ? Toutes ces choses restent encore inconnues. Notre recherche ne vient que de commencer. Avec l'espoir que des lecteurs pourront y contribuer en apportant de nouvelles informations, j'achève ce premier compte-rendu sur le sujet.

La pierre tombale d'Usui Sensei

En souvenir de la bienveillance du fondateur du Reiki, Usui Sensei.

On appelle 'toku' ce qui est acquis à travers la culture et l'apprentissage et 'koh' la pratique de l'enseignement et du soin à l'autre.

Seule une personne de grande vertu et qui accomplit de bonnes actions peut être considérée comme un grand fondateur et un grand dirigeant. Depuis des temps immémoriaux, il en a toujours été ainsi chez les sages, les philosophes, les génies et les fondateurs d'un nouvel enseignement ou d'une nouvelle religion. Nous pouvons dire que Usui Sensei était l'un d'entre eux.

Usui Sensei fut le précurseur de la méthode qui bonifie l'esprit et le corps grâce à l'utilisation de l'énergie universelle. Un peu partout, des gens ont eu vent de sa réputation, ils ont voulu apprendre sa méthode ou profiter de sa thérapie et se sont rassemblés autour de lui. C'était une époque de grande prospérité.

Le nom courant de Sensei est Mikao et son autre nom est Gyoho. Il est né à Taniaimura dans le district Yamagata, de Gifu. Le nom de son ancêtre est Tsunetane Chiba. Le nom de son père était Uzaemon. Le nom de jeune fille de sa mère était Kawai. Sensei est né dans la première année de la période Keio, appelée Keio Gannen (1865), un 15 août. D'après ce que l'on sait, il était un étudiant doué et travailleur. Il avait de grandes capacités. Devenu adulte, il voyagea en Europe, en Amérique et en Chine pour y étudier. Il voulait réussir dans la vie, mais ne pouvait y parvenir, étant souvent malchanceux et dans le besoin. Mais il n'abandonna pas son but et trouva en lui-même les ressources pour étudier toujours plus.

Un jour, il se rendit à Kuramayama pour commencer une ascèse. Au début du 21ème jour, il ressentit soudainement la lumière du Reiki en haut de sa tête et il eut la compréhension ultime de la vérité. À ce moment-là, il reçut le "Reiki Ryoho". Il essaya d'abord de le reproduire sur lui-même et ensuite sur sa famille et il obtint immédiatement de bons résultats. Sensei disait qu'il est beaucoup mieux de partager ce plaisir avec un grand nombre de personnes plutôt que de le réserver à sa seule famille. En avril de la onzième année de la période Taisho (1922), il déménagea à Harajuku, Aoyama, Tokyo. Il y fonda la "Gakkai" et enseigna le Reiki Ryoho. Les gens venaient de loin pour être guidés et suivre sa thérapie et on pouvait voir un grand nombre de chaussures alignées devant sa maison.

En septembre de la douzième année de la période Taisho (1923), il y eut de nombreux blessés et malades à Tokyo suite au tremblement de terre Kanto qui fut suivi d'un incendie. Sensei ressentit une grande anxiété. Tous les jours, il arpenta la ville pour prodiguer des soins. Nous ne pouvons pas compter le nombre de personnes qui furent traitées et soignées par lui. Dans cette situation d'urgence, il soulageait les personnes en souffrance en tendant simplement ses mains emplies d'amour vers elles. C'est ainsi qu'il aidait les gens le plus souvent. Puis, l'endroit où il enseignait devint trop petit. En février de la quatorzième année de la période Taisho (1925), il construisit un nouveau lieu d'habitation en dehors de Tokyo, à Nakano. Sa notoriété devint telle qu'il était souvent invité dans tout le Japon. Répondant aux invitations, il se rendit à Kure, puis à Hiroshima et Saga et jusqu'à Fukuyama. Il tomba soudainement malade durant son séjour à Fukuyama et mourut. Il avait 62 ans.

Sa femme, dont le nom était Sadako, appartenait à la famille Suzuki. Ils avaient un fils et une fille. Son fils s'appelait Fuji et perpétua la tradition familiale.

Sensei était une personne très douce, gentille et humble par nature. Il était physiquement grand et fort et il souriait tout le temps. Cependant, lorsqu'un événement survenait, il cherchait une solution avec fermeté et patience. Il avait beaucoup de talents. Il aimait lire et il avait de grandes connaissances en histoire, sur différentes biographies, en médecine, en livres théologiques comme le Kyoten Bouddhiste (canon bouddhique) et les écritures bibliques, en psychologie, en *jinsen no jitsu* (techniques religieuses des ermites), en astrologie, en *jujitsu* (arts martiaux), en incantations, en arts divinatoires, en morphopsychologie et en I Ching. Je pense que la formation de Sensei dans ces domaines et l'expérience qui en découla fut la clef qui lui ouvrit les portes de la perception du Reiho (abréviation de "Reiki Ryoho"). Chacun en conviendra sans doute.

Avec le recul, on peut dire que le principal objectif du Reiho n'était pas seulement de guérir les maladies, mais d'acquérir également un esprit juste et un corps sain, de façon à trouver et à apprécier le bonheur dans sa vie. En conséquence, pour ce qui est de l'enseignement, en premier lieu, laisser les étudiants bien comprendre les commandements de l'empereur Meiji, ensuite, dans la matinée et en soirée, les encourager à psalmodier et à mémoriser les Cinq Préceptes qui sont :

En premier nous disons, ne te mets pas en colère,
En second, nous disons, ne te fais pas de soucis,
En troisième, nous disons, sois reconnaissant,
En quatrième, nous disons, accomplis ton devoir avec diligence,
En cinquième, nous disons, sois bienveillant envers les autres.

Ceci est vraiment important. C'est de cette façon que les sages et les saints trouvèrent en eux la discipline juste, depuis des temps immémoriaux. Sensei appelait cela « la méthode secrète d'invitation au bonheur », « la médecine spirituelle de nombreuses maladies » pour éclairer son propos quand il enseignait. En outre, il voulait que son enseignement soit aussi simple que possible et facile à comprendre. Tous les matins et tous les soirs, asseyez-vous tranquillement en silence, les mains jointes et scandez les préceptes, ainsi, un esprit pur et sain devrait voir le jour. Le sens véritable de cette pratique était son utilisation dans la vie quotidienne. C'est la raison pour laquelle le Reiho devint si populaire.

Le monde est maintenant en train de changer. Mais il y a peu de changements dans l'esprit des gens. Heureusement, si le Reiho peut se répandre à travers le monde, il sera d'une grande aide pour les gens qui ont un esprit confus ou peu de moralité. Il est certain que le Reiho ne sert pas seulement à guérir les maladies chroniques et les mauvaises habitudes.

Déjà plus de 2000 étudiants ont suivi l'enseignement de Sensei. Parmi eux, des étudiants plus âgés qui sont restés à Tokyo poursuivent l'enseignement de Sensei sur le lieu où il enseigna tandis que d'autres essayent de diffuser le Reiki, autant que possible, dans différentes provinces. Bien que Sensei soit mort, le Reiho sera propagé et connu par beaucoup de gens à l'avenir. Ah ! Quelle grande chose a fait Sensei en partageant sans restriction le Reiho qu'il avait lui-même reçu !

Aujourd'hui, de nombreux étudiants se sont regroupés et ont décidé de construire ce mémorial au temple Saihoji, dans le district de Toyotama, pour faire connaître sa bienveillance et pour répandre

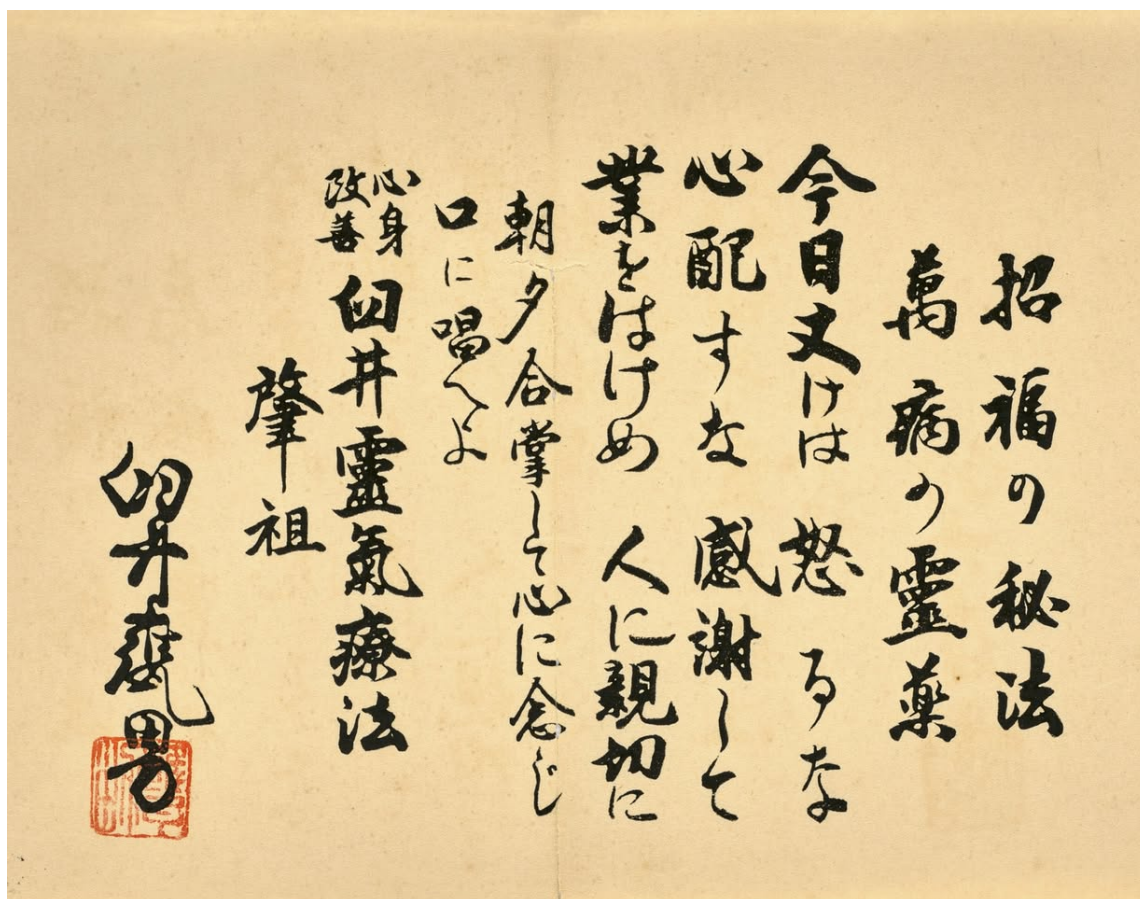
le Reiho. On m'a demandé d'écrire ces mots. Parce que j'apprécie profondément son travail, et aussi parce que je suis honoré d'avoir été un élève de Sensei, j'ai accepté cette tâche. J'espère sincèrement que les gens n'oublieront pas de lever les yeux vers Usui Sensei avec grand respect et admiration.

Rédigé par "ju-san-i kun-san-tou", Docteur en littérature, Masayuki Okada.

Écrit par le Contre-Amiral de Marine, "ju-san-i kun-san-tou ko-yon-kyu", Juzaburo Ushida

Février de la seconde année de Showa (1927)

Les Cinq Préceptes



La méthode secrète pour inviter le bonheur
Le remède spirituel pour toutes les maladies

Aujourd'hui seulement
Ne te mets pas en colère
Ne te fais pas de souci
Sois reconnaissant
Accomplis ton devoir avec diligence
Sois bienveillant envers autrui

Matin et soir, mets tes mains en gassho
Garde cela dans ton cœur
Récite-le par la bouche

La méthode de soin Reiki Usui pour l'amélioration de l'esprit et du corps

Le fondateur,
Usui Mikao

L'origine du Reiki

En ce début de chapitre, je vais expliquer l'origine du Reiki. Le mot, Reiki, peut faire penser à quelque chose de mystérieux ou ayant trait à la magie noire ; il n'est pas quelque chose de psychique ou de réservé à des personnes particulières. Le Reiki est une méthode de soins naturelle donnée par l'Univers. Mais ne vous reposez pas trop sur cette affirmation et ne négligez pas et n'ignorez pas les traitements médicaux. Ceux-ci méritent également le respect. Chosso (*ndt : le fondateur, c-a-d Mikao Usui*) a également fortement mis en garde à ce sujet. Cependant, alors que les traitements médicaux se sont développés, notre société est devenue plus complexe. Les maladies se sont compliquées aussi. Ainsi, pour vivre dans ce monde complexe, nous avons besoin de nous reposer sur quelque chose, y compris nous-mêmes et notre famille. Il y a tant d'exemples de cas où les gens sont soignés par le Reiki Ryoho tels que des blessures soudaines, des maladies, des maux divers, des souffrances, des maladies incurables et des maladies chroniques qui demandent un traitement médical à long terme.

De façon surprenante, des maladies ont été soignées en posant simplement les mains sur les zones affectées ou en laissant les mains sur la partie du corps à traiter pendant 20 à 30 minutes. Les effets du Reiki sont également prouvés sur une blessure grave qui s'améliore remarquablement lorsque l'on donne du Reiki assez tôt à la personne. Ceci n'est pas extraordinaire. Comme je l'ai mentionné au chapitre précédent, le Reiki n'utilise aucun outil, ne procure pas un massage spécial du corps, ne fait pas de shiatsu et ne donne pas de médicament. Le Reiki fonctionne par l'imposition des mains. Donc, il semblerait laisser peu d'impressions à la personne traitée.

Le Reiki n'a ni couleur, ni odeur, ni son et ni manifestation physique. Par conséquent, il est impossible de voir ou de sentir l'énergie Reiki. C'est juste une sensation particulière qui émane à la fois du corps du soignant et de celui du soigné. Quelquefois, je peux reconnaître l'efficacité du Reiki. Ah ! Ça marche ! Les guérisseurs doivent sentir quelque chose qui provient des mains. Quand vous percevez cela, ce sentiment prouve que le Reiki émane de vos mains. Nous devons attendre pour pouvoir comprendre un jour ce qu'est exactement le Reiki.

Un de mes amis, M. Masao Ohashi, publia un livre sur une nouvelle théorie de Hado sei Kagaku (Science des mécaniques des ondes) en 1988. M. Ohashi dit qu'il pourrait expliquer scientifiquement le Reiki. Nous attendons avec impatience le résultat de ses études.

Quand le Reiki Ryoho a-t-il commencé ?

À notre époque, Tanaka Daiseido (*ndt : à moins qu'il ne s'agisse de Morihei Tanaka, le créateur du Taïreido ?*) fût le premier à utiliser cette méthode comme traitement médical. Cependant, M. Tanaka arrêta cette méthode par lui-même. Ensuite, Chosso Mikao Usui, du Gakkai Nihon Reiki, auquel nous appartenons, est apparu.

Usui Sensei a eu une vie riche en expériences, comme fonctionnaire, employé de bureau, journaliste, missionnaire et entrepreneur et il a voyagé à travers l'Europe et l'Amérique à plusieurs reprises. Puis il entra dans les ordres bouddhistes. Malgré toutes ses expériences, il n'arrivait pas à obtenir l'éveil spirituel. Étant perplexe sur ce qu'il devait faire, il demanda conseil à son maître qui lui dit qu'il devait mourir en premier. Après avoir réfléchi à ces mots, il décida de s'engager sans tarder dans une ascèse sur le mont Kuramayama. Au 21ème jour, l'accomplissement se réalisa. L'illumination advint. Il réalisa que l'énergie Reiki émanait de ses yeux, de sa bouche et de ses mains. En descendant la montagne, il s'arracha accidentellement un ongle. Aussitôt qu'il toucha

l'endroit blessé, il fut guéri. Cela a été décrit comme le premier soin Reiki (durant la onzième année de la période Taisho, 1922).

Suite à cela, il donna ce traitement aux membres de sa famille et à ses amis. De bons résultats furent rapidement observés. Il décida d'enseigner cette méthode sans restriction pour que chacun puisse jouir d'une vie en bonne santé.

L'épithaphe de Sensei se trouve au Temple Saihoji dans le district de Tama, à Tokyo.

D'après celui-ci, Usui Sensei fut fortement sollicité par des gens blessés et malades suite au terrible tremblement de terre Kanto Daishinsai, et à l'incendie qui toucha le district de Kanto. Tous les jours, il se déplaçait et donnait des soins. On ne peut compter le nombre de personnes qui eurent le privilège de recevoir un soin Reiki qui les soulagea de leur souffrance.

En conséquence, par la suite, le Reiki Ryoho se répandit rapidement et il devint très populaire. Il adopta un système de fonctionnement sur le principe de membres adhérents et créa des écoles de Reiki Gakkai dans la région. Des professeurs talentueux et de haute vertu furent formés directement par Chosso pour donner des soins et des bénédictions. Ils s'efforcèrent de répandre le Reiki. Le Reiki fut salubre pour beaucoup de gens.

Tout le monde peut apprendre le Reiki. Si on cultive son esprit et pratique le Reiki d'après ses principes, on peut apprendre le Reiki. Ceci est le précepte de Chosso, depuis le début du Reiki.

Q : Dois-je croire au Reiki Ryoho pour aller mieux ?

R : Non. Ce n'est pas une thérapie psychologique ou mentale telle que l'hypnose. Il n'est pas besoin d'exercer sa volonté ou son enthousiasme. Néanmoins, c'est mieux d'y croire.

Q : Le Reiki peut-il soigner n'importe quelle maladie.

R : Il peut soigner les maladies mentales et n'importe quelle autre affection.

Q : Le Reiki Ryoho soigne-t-il uniquement les maladies ?

R : Non, non. Il ne soigne pas uniquement les maladies. Il soigne les problèmes psychologiques, tels que l'anxiété, la fatigue, la timidité, l'indécision, la nervosité et autres mauvaises habitudes qui peuvent être corrigées. Alors, vous êtes en mesure d'être touché par l'esprit de Dieu ou du Bouddha pour apporter une aide aux autres. Alors, vous et les autres pourrez mener une vie heureuse.

Q : Comment le Reiki Ryoho marche-t-il ?

R : J'ai déjà expliqué cela dans les chapitres précédents. Veuillez les relire.

Q : Si je peux soigner d'autres maladies, puis-je soigner la mienne ?

R : Si vous ne pouvez pas vous soigner, comment voulez-vous soigner les autres ?

Q : J'ai entendu dire qu'il y avait plusieurs formes de Reiki, quelles sont-elles ?

R : En d'autres termes, il s'agit de Shoden, Okuden et Shinpiden (*ndt : les différents niveaux d'enseignement*). Cela inclut Hatsurei ho (*ndt : technique méditative respiratoire expliquée plus loin*), l'imposition des mains, le massage, la technique de pression, le soin à distance et la technique de déprogrammation.

La méthode pour canaliser le Reiki

La façon la plus rapide de pratiquer le Reiki est de devenir membre du Gakkai (*ndt : l'association originelle*) et d'obtenir un Reiju du Shihan (*ndt : maître-enseignant*), mais étant donné les circonstances, je vais expliquer, d'après mes propres expériences, la méthode d'auto-formation de transmission du Reiki.

Chosso du Gakkai, Usui Sensei, a dit qu'il a ressenti ce Reiki lors d'un jeûne. Il existe également toutes sortes de preuves qui démontrent que le Bouddha, le Christ et d'autres saints ont utilisé le Reiki. Sur la terre existe un animal hautement évolué qui possède un pouvoir de guérison d'origine divine. Malgré cela, ce remarquable pouvoir de la nature doit être transmis aux humains, même s'ils sont les seigneurs de la création.

Il est donc important pour nous de réaliser ce pouvoir naturel qui est le nôtre, par tous les moyens possibles, afin de l'utiliser pour les autres et pour nous-mêmes. Reiki Ryoho est le meilleur moyen naturel qui existe pour, à la fois se guérir soi-même ainsi que les autres, et pour augmenter son propre bien-être.

Nous, les humains, sommes en fait de petits univers. Selon ce concept, nous avons évolué en tant qu'humains selon un processus aussi complexe que la composition de l'univers. L'humain doit donc toujours être dans l'unité, être le tout. Ainsi, l'univers fait partie de nous, humains et nous, humains, faisons partie de l'univers. Certains d'entre nous, lorsqu'ils changent leur façon de concevoir l'univers, attrapent une migraine et tombent malades.

D'autres ne ressentent rien d'anormal. Tout vient des différences individuelles. Il est dit qu'il y a autant d'animaux que d'étoiles. Cette théorie est à la base de l'horoscope : votre étoile tombe malade, brille, engendre des idées ou crée une romance.

Dans ce chapitre, on ne parle pas de fatalisme. Afin d'éviter la confusion, je n'en parle plus du tout. Je ne peux de toute façon pas refuser l'idée qu'un phénomène individuel se manifeste différemment. Le Reiki ne doit pas émaner du bon vouloir d'une personne ou de sa propre vanité comme si nous étions en vie uniquement grâce à nous-mêmes.

N'oubliez pas le concept de la proximité de la relation entre l'univers et l'humain, nous sommes unis par un fil invisible. Plions-nous à une autre volonté. Devenons humbles et doux. Chosso, Usui Sensei, a ressenti une grande illumination au-dessus de sa tête et a ensuite perdu connaissance, ceci fut un signe d'union et d'unité de Sensei avec le Grand Univers.

Chosso nous a enseigné comment entrer en contact avec le Reiki plus facilement qu'en utilisant des méthodes de pénitence ou de jeûne. En pratiquant et en suivant la méthode enseignée par Usui Sensei, nous serons capables d'atteindre le but.

Mes expériences

C'est aux alentours de l'an 16 de l'ère Showa (1941) que j'ai pratiqué le Reiki pour la première fois. À cette époque, la guerre s'intensifiait et le matériel médical se faisait de plus en plus rare au Japon.

Un jour, un de mes collègues a demandé de l'aide à mon père car sa femme, atteinte d'une pneumonie et souffrant d'une insuffisance cardiaque, était dans un état critique. Mon père était trop occupé pour lui rendre visite et m'a demandé d'y aller à sa place.

Une fois sur place, je lui ai prodigué des soins Reiki pendant environ une heure, pour voir ce qui se passerait. J'ai arrêté au bout d'une heure car on m'avait dit que le cœur était un organe très sensible au Reiki.

Heureusement, j'ai appris le lendemain que son état s'était stabilisé et le médecin était surpris de son évolution. On m'a demandé de poursuivre les soins, j'ai donc essayé à trois reprises. Son état s'est amélioré de jour en jour. Ils étaient très satisfaits de mon traitement.

C'est à ce moment là que j'ai compris que le Reiki fonctionnait ! Je savais que le Reiki avait des effets thérapeutiques, car mes parents soignaient de nombreux patients chaque jour, mais c'était la première fois que j'en constatais l'efficacité par moi-même. J'étais confiant d'avoir guéri une maladie aussi grave et, depuis, je pratique le Reiki sur ma famille à chaque fois qu'un problème survient.

J'ai moi même eu la jaunisse à deux reprises, à 36 et 46 ans. La seconde fois, j'ai eu des selles blanches, comme celles d'un chat. Le médecin m'a prescrit un repos complet, car mon foie était dans un état critique.

Mon père a subi de longs traitements. C'est un sujet délicat, mais j'ai eu des selles noires comme du goudron et d'une odeur nauséabonde quelques jours plus tard. Après cela, je me suis sentie beaucoup plus léger et ma peau a retrouvé sa couleur normale. Depuis, je suis en assez bonne santé. J'avais entendu dire qu'on avait des excréments malodorants après s'être débarrassé du poison du Tanden (emplacement sous le nombril) par le Reiki, et j'en ai fait l'expérience moi-même.

Pendant mon service militaire à Kanko, en Chine, de 38 à 40 ans, j'ai souffert d'hémorroïdes à cause des conditions de vie difficiles. Par la suite, j'ai contracté la dysenterie à cause de l'eau avec laquelle je me rinçais la bouche. Les douleurs étaient intenses et je me suis soigné moi-même avec le Reiki.

Je n'ai jamais parlé aux autres de ma conviction que le Reiki émanait de moi, mais c'était toujours un réconfort, à chaque étape de ma vie. Je vais maintenant vous donner quelques exemples supplémentaires de mes soins.

Un homme d'une trentaine d'années souffrait énormément. Il avait un lumbago et était incapable de se pencher depuis trois jours, comme s'il était devenu un bâton. Il avait essayé l'acupuncture et les injections, sans succès. Nous avons donc décidé d'essayer le Reiki. Je l'ai retourné sur le ventre et j'ai posé ma paume sur l'articulation de sa colonne vertébrale et de sa hanche. J'ai immédiatement ressenti le Byosen sous forme de picotements dans ma paume. J'ai eu l'impression de pouvoir le guérir sur le champ.

Le patient a dit ressentir comme un courant électrique dans le dos. Au bout de 40 minutes, le Byosen s'est atténué et j'ai constaté une amélioration. Au bout d'une cinquantaine de minutes, le Hibiki avait disparu. J'ai alors retiré ma main et lui ai demandé de se lever. Lui, dont le corps était auparavant si maigre, s'est levé avec une aisance déconcertante et s'est exclamé : « Oh, je suis guéri ! » Il nous l'a prouvé en contractant ses muscles, surprenant ainsi sa femme et l'autre personne présente.

Ils lui ont demandé : « En es-tu sûr ? »

Voici un exemple typique de traitement à action rapide. Le Reiki étant réputé plus efficace pour les affections aiguës telles que les contusions et les blessures, il est important de traiter le problème sans tarder. En attendant de consulter un médecin, vous pouvez utiliser vos paumes pour vous soigner vous-même, ce qui empêche l'aggravation de la maladie et favorise une guérison plus rapide.

J'ai eu l'impression que chaque personne réagissait différemment à ce moment-là. Certaines réagissent plus vite, d'autres plus lentement. Certaines sont très sensibles au Reiki, d'autres moins, etc.

Un bébé en siège s'est retourné en poussant un grand cri lors d'une séance de Reiki de 30 minutes. Le médecin l'a examiné le lendemain et a constaté qu'il était en position normale. Il semblerait que le Reiki soit particulièrement efficace pour rétablir la position optimale des bébés, par exemple en retournant un bébé en siège ou en démêlant le cordon ombilical.

Un membre de ma famille a commencé à ressentir une douleur inexplicable au niveau des reins. Je l'ai fait s'allonger et j'ai cherché la source de cette douleur dans son dos. Je l'ai trouvée en ressentant une forte pression (Byosen) sur ma paume. J'ai donc maintenu ma main en place et il a été guéri en moins d'une heure. Nous ignorons toujours ce dont il souffrait, mais il semble qu'il n'ait plus jamais eu ce problème depuis.

J'ai soigné des douleurs dorsales à plusieurs reprises, mais une guérison aussi rapide que celle que j'ai décrite est plutôt exceptionnelle, et il faut généralement trois ou quatre séances pour guérir. Si la cause du mal est complexe, il est difficile de le guérir d'un seul coup, mais vous n'avez pas à vous inquiéter comme avec un médicament inadapté, car il est absolument impossible d'aggraver l'état avec le Reiki.

Selon la tradition du Reiki, cela fonctionne même si le receveur n'y croit pas, mais j'ai le sentiment que l'effet diffère d'une personne à l'autre en fonction de sa constitution ou de ses tissus corporels, de l'harmonie du souffle ou de la vibration spirituelle entre le donneur et le receveur, ainsi que de sa propre croyance ou non.

À plusieurs reprises, des membres de ma famille ont souffert de maladies graves, et je les ai soignés à chaque fois dès les premiers stades. Aujourd'hui, grâce à l'organisation des infrastructures médicales, nous consultons des médecins, et je pratique le Reiki en parallèle. J'utilise la guérison à distance par photo lorsque je ne peux pas soigner les patients directement, mais je n'ai pas encore autant confiance en cette méthode qu'en un traitement direct. Je ne sais pas si c'est grâce à ces traitements, mais ma femme a guéri complètement, sans aucune séquelle, après avoir souffert de problèmes cérébraux.

C'est une vieille histoire d'avant la guerre, mais je la raconterai quand même car elle est très vive dans ma mémoire. Nous gardions l'enfant d'un de nos proches lorsqu'il a contracté une pneumonie maligne à faible fièvre. Le médecin a dit qu'elle était très difficile à soigner. Comme la médecine n'était pas aussi développée qu'aujourd'hui, après cette annonce, il ne nous restait plus qu'à espérer le Reiki. Mes deux parents l'ont soigné avec. Grâce à cela, il guérit et devint en pleine santé. Le médecin me dit : « Je ne l'ai pas guéri, mais ceci, si », en mimant un geste de Reiki sur le corps du patient. En tant que médecin de famille, il était curieux du Reiki et, lorsqu'il assista au traitement, il fut très impressionné par l'efficacité de cette thérapie, ou peut-être simplement par la foi et la volonté de mes parents de guérir, d'autant plus que la maladie était alors considérée comme difficile à soigner par la médecine conventionnelle.

Il y a eu de nombreuses expériences de ce genre dans ma famille, et nous nous en sommes toujours bien sortis sans aucun problème grave.

Maintenant, j'aimerais vous faire part de quelques expériences liées aux blessures. Il arrive à tout le monde de se coincer les doigts dans une portière, et avec la multiplication des voitures, les risques

de ce genre d'accident sont encore plus élevés. Dans ce cas, respirez profondément en direction de votre nombril et concentrez-vous sur le bout de votre doigt tout en appuyant fermement dessus. Vous constaterez alors qu'en 10 à 15 minutes, la douleur et l'hémorragie interne disparaissent. Si vous laissez la blessure en l'état, vous risquez une hémorragie interne et une ampoule de sang. Vous pouvez ensuite essayer le Reiki, mais cela ne fera que soulager la douleur ; l'ecchymose, elle, persistera.

En cas de contusion, le traitement doit être adapté aux circonstances. Vous pouvez essayer d'appuyer ou de tapoter la zone touchée, selon sa localisation. Il est essentiel de commencer immédiatement par des séances de Reiki pour une guérison rapide.

Voici une anecdote qui s'est déroulée lors d'un congrès auquel j'ai participé dans mon secteur d'activité, à Monbetsu, Hokkaido, en avril 1973.

Le lendemain du congrès, nous avons visité la région d'Akanko (lac Akan) en trois bus et avons séjourné à l'hôtel Kawayu, près du lac. Il était deux heures du matin lorsque j'ai été réveillé. On m'a appris qu'un de mes collègues avait fait une chute du quatrième étage sur le pilier d'un panneau publicitaire au deuxième étage. L'accident était très grave. En tant que président du congrès, je me sentais responsable. Nous avons décidé de le transporter à l'hôpital national de Teshikaga en ambulance. L'hôpital se trouvait à 20 km de l'hôtel, ce qui n'était pas surprenant dans une région aussi vaste qu'Hokkaido, et j'étais inquiet pendant l'attente. Je lui ai prodigué des soins Reiki pendant l'attente et dans l'ambulance. À notre arrivée à l'hôpital, il avait repris conscience. J'ai laissé deux autres personnes sur place et suis retourné à l'hôtel, car je devais assurer le reste du congrès. Heureusement, il a pu quitter l'hôpital trois semaines plus tard sans aucune séquelle.

Je pense que nous avons tendance à oublier le Reiki une fois que nous allons bien, puisque nous massons et pressons, mais nous n'utilisons aucun outil ni médicament pour soigner.

Il est difficile de commenter la blessure, car je ne peux pas comparer ce qui serait arrivé à mon collègue si je ne l'avais pas soigné avec du Reiki. Cependant, je crois que cela fonctionne, comme pour la blessure à la porte dont j'ai parlé. Il y a une grande différence d'attitude entre paniquer et soigner quelqu'un avec du Reiki lorsqu'on rencontre une blessure en voyage. L'efficacité du traitement Reiki est bien celle que j'ai mentionnée précédemment.

Je vais vous raconter une autre expérience.

C'était en octobre 1984. Pour mon 77^e anniversaire, mes enfants m'avaient offert un voyage à Shuzenji et à Sagasawa Onsen avec ma femme. Nous avons d'abord séjourné à l'hôtel Kikuya à Shuzenji, puis nous sommes allés à Sagasawa le lendemain. L'hôtel à Sagasawa était également très agréable. C'était encore un bel après-midi lorsque ma femme est sortie prendre un bain dans une source thermale. Elle a quitté la chambre et n'est pas revenue pendant un moment. Je me suis demandé ce qui lui était arrivé lorsqu'elle est revenue, le visage ensanglanté. Elle m'a expliqué qu'elle avait perdu connaissance en trébuchant dans les escaliers.

En examinant son visage, j'ai constaté de nombreuses contusions. J'ai demandé une civière à l'hôtel et l'ai emmenée chez un chirurgien orthopédiste, que j'ai heureusement trouvé à proximité. Elle a reçu les premiers soins, mais le médecin l'a prévenue qu'elle serait aveugle le lendemain à cause de gonflement de son visage. J'ai continué à la soigner par le Reiki depuis son retour des escaliers et jusqu'à minuit après notre visite chez le médecin.

Je ne sais pas si c'est grâce à ça, mais le gonflement de la veille a beaucoup diminué. Ses yeux, que nous craignions de voir fermés à cause du gonflement, étaient normaux.

Cet incident m'a fait prendre conscience de l'importance de soigner les blessures immédiatement. Dans la vie de tous les jours, nous sommes confrontés à toutes sortes d'accidents. Dans ces moments-là, il est bon d'être informé pour éviter de paniquer et bénéficier du soutien émotionnel nécessaire pour faire face à la situation.

Si vous connaissez le Reiki, vous pouvez soulager vous-même un mal de tête, un mal d'estomac, un mal de dos, etc., en posant vos mains sur la zone douloureuse et en inspirant profondément vers le point situé sous votre nombril.

Cependant, il est impossible de guérir les maladies graves, car l'énergie vitale est insuffisante en cas de maladie sévère.

On dit souvent que « toute maladie vient de l'esprit », et c'est tout à fait vrai. En Reiki, on considère que 70 % des maux d'estomac ont une origine psychologique ; il est donc conseillé de commencer le traitement par le sommet du crâne. Il ne faut jamais négliger le traitement de la tête, quelle que soit la maladie. Jusqu'à présent, les patients semblent guérir plus rapidement lorsque le traitement débute par la tête. J'ai cité des exemples de réussite, mais je ne peux pas vous garantir une guérison à 100 %, contrairement à ce que prétendent certains charlatans des nouvelles religions. Il n'existe aucun exemple de guérison du cancer, mais on dit qu'avec des séances de Reiki régulières, le patient ne souffrira plus. De plus, il est impossible de guérir les maux liés à l'âge. Dans les deux cas, vous ressentirez une sensation dans la paume de votre main. Je me souviens m'être demandé pourquoi je ne parvenais pas à guérir ces affections malgré ces sensations.

J'ai reçu un appel d'une personne vivant dans la préfecture de Nagano qui avait essayé de soigner son mari. Elle m'a dit : « Je ressens une forte réaction lorsque je fais du Reiki à mon mari, atteint d'un cancer du pancréas, mais il ne guérit pas. Je me demande si je fais quelque chose de mal. » J'étais désolée pour elle, mais c'est exactement ce qui se produit avec certains traitements Reiki : une réaction sans guérison.

Je lui ai dit : « Au moins, il ne souffrira pas, essayez de vous en contenter. » J'ai appris que le patient était décédé peu après et sa femme m'a dit qu'il était mort sans douleur. C'était son seul réconfort. Il existe de nombreux exemples similaires.

L'un d'eux s'est produit alors que j'avais 77 ans, à 9 heures du matin le 26 décembre.

En 1984, alors que je m'apprêtais à sortir, j'ai soudainement ressenti une violente douleur à la poitrine. Transporté à l'hôpital Saiseikai, on m'a diagnostiqué un infarctus et j'ai été hospitalisé pour y être soigné. J'ai dû rester alité pendant dix jours, sous perfusion et avec un électrocardiogramme en permanence. C'était la première fois de ma vie que je souffrais d'une maladie aussi grave. J'avais déjà vécu des moments difficiles à l'hôpital de campagne sur le champ de bataille, mais cette fois-ci, on m'a dit que j'étais en danger.

Les malheurs s'enchaînent au cours d'une année difficile. Ma femme s'est blessée en voyage, comme je l'ai mentionné, et je suis tombé gravement malade la même année. Je pense toujours aux hauts et aux bas de la vie, surtout dans des moments comme celui-ci. Ceci étant dit, et comme il n'est pas question de ce chapitre, je n'en parlerai plus.

Comme j'avais pris l'habitude, depuis longtemps, de poser mes mains sur certains endroits lorsque je ne me sentais pas bien, ma main droite s'est inconsciemment portée à mon cœur. À peine avais-je commencé ce geste qu'une infirmière est venue me voir. Elle m'a dit que le tracé de mon électrocardiogramme dans la salle de soins avait changé. Elle a essayé de savoir si quelque chose n'allait pas, mais sans succès. Après m'avoir vue faire ce geste, elle m'a interdit de poser ma main sur mon cœur.

Naturellement, j'ai agi ainsi une fois mon état stabilisé. J'avais le sentiment que c'était lié au Reiki. Grâce à la médecine moderne, j'ai pu quitter l'hôpital après 45 jours d'hospitalisation. On m'a annoncé qu'ils ne pouvaient pas guérir mon arythmie cardiaque. Mon cœur ayant près de 80 ans, je me suis dit que la seule chose à faire était de le préserver et d'espérer qu'il continue de bien fonctionner.

Cependant, plusieurs événements liés au Reiki se sont produits dans ma vie ; j'ai reçu de nombreuses questions à ce sujet et j'ai contacté le Reijukai à Tokyo. Je leur ai expliqué ma situation et ils m'ont proposé un soin à distance pour mon cœur, sachant qu'il me serait difficile de guérir seul. Un journaliste du magazine *La Quatrième Dimension* est venu de Tokyo pour m'interviewer sur le Reiki. Ces événements m'ont permis de réfléchir à mes propres réflexions sur le Reiki.

L'article a été publié en avant-première dans le numéro d'août 1986, page 140, sous le titre « À la recherche des racines du Reiki ». J'étais surpris et j'ai de nouveau approfondi ma réflexion sur le Reiki. Le fait que ces choses se soient produites spontanément était comme un signe du ciel. J'ai réalisé que le Reiki était là pour moi, alors j'ai décidé de prendre soin de mon cœur sérieusement, même s'il était épuisé. C'était plus d'un an après ma sortie de l'hôpital. Il semble exister de nombreux types d'infarctus, et le mien m'a rendu mentalement instable.

J'étais constamment déséquilibré, comme un moulin à eau dont le débit pouvait s'arrêter à tout moment. Mon humeur fluctuait tout au long de la journée. Bref, j'étais instable. J'étais incapable d'écrire un mot lorsque j'étais de mauvaise humeur. Je m'étais résigné à cet état depuis que mon médecin m'avait dit que c'était normal avec cette maladie. Cependant, après avoir eu l'occasion de réfléchir à mon attitude envers le Reiki, comme je l'ai mentionné, j'ai pris la ferme résolution d'essayer au mieux cette méthode et j'ai commencé à me soigner. N'ayant pas assez d'endurance au début, j'ai commencé par de courtes séances, que j'ai progressivement augmentées. J'avais peur de trop forcer, mais c'était une crainte infondée. Je sentais mon corps s'alléger et ma colonne vertébrale se redresser à mesure que je pratiquais le Seiza et le Gassho. En pratiquant cela pendant 10 à 15 minutes par jour, j'ai ressenti plus d'énergie vitale dans mon corps et mon comportement s'est amélioré en conséquence.

Ayant souffert de cette maladie, j'ai compris le lien entre l'écriture des caractères kanji et le fonctionnement du cœur. Lorsque je ne me sens pas bien, je suis incapable d'écrire correctement. Je n'arrive tout simplement pas à écrire comme je le souhaite. Une lettre est comme un baromètre de mon cœur. Je crois que l'état de notre cœur, bon ou mauvais, se reflète dans notre écriture.

Miraculeusement, une fois guéri, j'ai complètement guéri de mes insomnies. Je souffrais souvent de cauchemars où je gémissais et me tordais de douleur. J'étais dépendant des tranquillisants, ce qui me répugnait. Je sommais de plus en plus dans la dépression, malgré mes efforts pour supporter cette situation. Toute cette terrible souffrance a disparu comme un mauvais rêve. Ces derniers temps, je dors dès que j'ai sommeil. Même à minuit, quand je suis éveillé, je m'assieds sur le lit et je pratique le Kenyoku et Gassho. Ensuite, je m'endors si le sommeil me gagne ; sinon, je reste éveillé jusqu'au lendemain matin. Je ne me préoccupe plus de savoir si je vais dormir ou non. Le sommeil ne m'obsède plus. J'ai changé d'état d'esprit : plus je ne pensais à minuit, plus je ne pensais à dormir jusqu'au petit matin.

Chaque jour est un bon jour ; chaque personne est un homme véritable ; je vais quand je veux ; je m'assieds où je veux ; je mange si j'ai faim ; je dors quand je suis fatigué. Il y a une grande maxime dans l'Anshinsho, un texte du Rinzaishu. J'ai eu la chance d'en comprendre la vérité.

Bien que j'aie parfois lu les écritures bouddhistes ou entendu des chants à leur sujet, je ne leur avais jamais accordé beaucoup d'attention jusque-là.

Depuis lors, j'ai mémorisé toutes les phrases d'Anshinsho, qui se compose de cinq chapitres, et je les ai récitées. J'ai remarqué que je me sentais purifiée en le lisant à voix haute.

Nous devenons tendus lorsque nous avons l'impression de devoir être à un endroit précis à une heure précise. Il est plus sain, lorsqu'on a faim, de prendre un repas ; lorsqu'on a sommeil, de dormir, plutôt que d'être trop contraint par les habitudes de la société. Je ne dirais pas que j'ai atteint l'illumination, mais c'est ainsi que je me sens. Je suis profondément reconnaissant au Reiki pour cela.

Au fait, je vais vous expliquer comment je me suis guéri. J'ai commencé par la tête. Si j'avais mal à la tête, je traitais d'abord la zone douloureuse. En posant la main sur la zone sensible, je ressentais toujours une sensation de bien être (Byosen). Ensuite, je posais mes mains sur mes deux poumons. Puis, je les faisais descendre vers le cœur, l'estomac, le nombril et le Tanden. Ensuite, en posant ma main droite sur mon épaule gauche, je la faisais glisser légèrement en diagonale vers ma hanche droite. Je faisais de même avec la main gauche, vers ma hanche gauche. Pour les jambes, je faisais glisser mes mains de l'entrejambe jusqu'au bout des orteils. Pour les bras, je faisais glisser mes mains de chaque épaule jusqu'au bout des doigts. J'ai répété ce mouvement dix fois de chaque côté. Ensuite, si une zone particulière me préoccupait, je la traitais en conséquence. Selon les jours, que je ressentie Byosen à un endroit précis ou non, je me prodiguais ce soin pendant 20 minutes chaque jour.

Je souffrais constamment de douleurs, mais mon niveau d'énergie a sensiblement augmenté après avoir commencé le Seiza Gassho en suivant la voie du Reiki Chiryō ho (*ndt : la méthode de soin Reiki*). Bien qu'on m'ait toujours appris que l'énergie Reiki circule naturellement vers les zones problématiques, je ne m'attendais pas à un effet aussi évident. Même mon pouls a changé. J'étais très inquiète car mon pouls était parfois irrégulier. Il m'arrivait fréquemment de rater un battement, avec des pulsations aussi basses que 50 par minute. Maintenant, mon pouls est presque régulier, à 72/73 battements par minute, à l'exception d'une légère arythmie, ce qui me rassure beaucoup.

Une fois, j'ai ressenti l'énergie Hibiki au niveau du cœur en posant mes mains dessus. En poursuivant le soin, j'ai perçu un léger ronflement et une petite douleur. J'avais l'impression que mon cœur battait. C'est comme lorsqu'on reçoit une injection intraveineuse : on sent le médicament se diffuser dans le sang. J'ai vécu une expérience similaire : j'ai senti une chaleur irradier jusqu'au bout de mes doigts et de mes orteils. Puis je me suis sentie beaucoup plus légère. Vous pensez peut-être que j'exagère, mais c'est pourtant vrai. Cependant, cela ne s'est pas toujours produit ainsi. Le lendemain, j'ai répété le même soin, mais je n'ai rien ressenti de tel. Le Reiki est vraiment un phénomène mystérieux et merveilleux. Je pense que ce genre de phénomène se produit dans notre corps lorsque les zones affectées sont sur le point de guérir, dans le cadre du processus de guérison. C'était au printemps dernier. Ma fille, qui a des petits-enfants, a ressenti quelque chose d'étrange et m'a appelée en urgence.

Je suis immédiatement allée la voir. C'était vraiment étrange : les doigts de sa main gauche étaient engourdis et elle ne pouvait pas faire certains mouvements. Je me suis dit : « Hmm, c'est peut-être un problème de tête. » En touchant le côté droit de sa tête, car elle avait des symptômes au bras et à la jambe gauches, j'ai ressenti une énergie positive, le Byosen. J'ai pensé qu'elle allait guérir et je lui ai fait un soin Reiki pendant une vingtaine de minutes. Comme elle avait prétexté aller aux toilettes, je l'ai laissée partir. Je l'ai regardée marcher et elle avait l'air d'aller beaucoup mieux. Je l'ai conduite aux urgences. Après une semaine d'hospitalisation et d'examens, elle ne présentait aucun trouble crânien et a pu rentrer chez elle. Elle continue de consulter son médecin par précaution ; depuis, elle n'a plus aucun problème de santé. C'est un bon exemple de traitement précoce et efficace.

Dans ce genre de situations, il est très utile d'avoir un praticien Reiki au sein de sa famille. Bien que cette méthode ne soit pas si difficile à apprendre, je pense que la plupart des gens hésitent à se lancer dans l'apprentissage du Reiki par simple excès de réflexion. Si l'on n'y prend pas garde, c'est tout simplement impossible. Alors, lancez-vous !

Je vais maintenant parler des épaules gelées. Il est très difficile de soigner une capsulite rétractile, même avec des injections ou de l'acupuncture.

C'est un signe de vieillissement localisé plutôt qu'une maladie nécessitant un traitement régulier. Il est important de pratiquer quotidiennement le Reiki, avec patience et régularité, en faisant glisser lentement les mains de l'épaule vers le bas. Ainsi, une affection qui prend généralement six mois à guérir peut s'améliorer en quelques mois seulement, parfois même sans que le patient ne s'en aperçoive.

Les maux de dents sont également un problème courant. D'après mon expérience, qu'il s'agisse d'une carie ou d'une maladie des gencives, la douleur peut être temporairement soulagée par un traitement Reiki. Toutefois, un patient a besoin de soins dentaires. Une dent extraite ne repoussera jamais ; seule la partie cariée doit être retirée.

En tant que personne âgée, j'ai également souffert d'hypertrophie de la prostate. J'ai consulté un médecin et pris des médicaments, mais j'ai aussi essayé le Reiki. Au début, je pensais que les médicaments seraient plus efficaces que le Reiki. Mais j'ai arrêté les médicaments et, une fois mes forces retrouvées, j'ai commencé l'auto-traitement Reiki. Pour cela, je place mes mains entre mes jambes, devant l'anus et derrière les testicules.

Bien que ce soit plus difficile qu'on ne le pense, en me retenant, j'ai commencé à uriner sans problème.

Pendant les séances de Reiki, j'ai constaté une différence dans les effets de la guérison. Poser les mains sur un vêtement est différent de poser les mains directement sur la peau. Il est certain que le traitement appliqué directement sur la peau est le plus efficace. Il est important d'utiliser un tissu fin, dans la mesure où l'état de santé du patient le permet.

Enfin, j'aimerais aborder brièvement le sujet du cancer. Récemment, un Shihan de la Gakkai a émis l'hypothèse que le Reiki pourrait stopper la progression du cancer à un stade précoce. Il s'agit sans doute d'un grand maître. Comme mentionné précédemment, aucun cas de cancer guéri par le Reiki n'a été recensé à ce jour.

J'ai terminé ce chapitre. D'après ma courte expérience, je dirais que la méthode Reiki est si précieuse qu'elle ne devrait pas être réservée à certaines personnes ou organisations. Tout le monde peut apprendre le Reiki et devrait le pratiquer régulièrement.

La méthode de base selon le style de l'Usui Reiki Ryoho est le Gokai

*Juste aujourd'hui,
Ne te mets pas en colère
Ne sois pas soucieux
Sois reconnaissant
Sois diligent à ton travail
Sois bienveillant envers autrui
Fais gasshō matin et soir
Garde cela à l'esprit
Et récite*

Ci-après, j'explique ma façon personnelle de pratiquer le Reiki.

Premièrement PENSÉES

Deuxièmement ACTION

Jusqu'à maintenant, il a été dit que tout le monde peut canaliser le Reiki, mais je pense que ce n'est pas aussi facile que ça en a l'air. Simplement faire seiza (s'asseoir sur les genoux avec le dos droit), chanter le Gokai (les Cinq Préceptes), et puis recevoir le Reiju par un Shihan, même si les gens pensent que le Reiki rayonne naturellement lorsqu'on répète cela plusieurs fois, ce n'est pas si simple.

Il y a des gens qui, même avec une pratique de 5 à 10 ans du Reiki, n'arrivent pas à ressentir hibiki (la sensation dans les mains). Il est dit que cela dépend de la condition physique. Cependant, je crois que cela dépend non seulement de la condition physique mais aussi des PENSÉES. Une personne qui a l'intention de canaliser le Reiki doit en premier lieu se centrer sur ses pensées ; sinon il n'y aura aucun progrès, même si elle fait seiza de façon répétée. Si vous avez essayé plusieurs fois le Reiki, mais n'avez pas encore constaté de progrès, vous avez besoin de bien vous observer et de vous questionner. Et de pratiquer maintes et maintes fois selon mes indications.

Reiki Ryoho n'est pas une religion ; mais il est impossible d'expliquer le Reiki car être calme est un état fondamental commun à tout ce qui est spirituel. La première étape après la conversion, tant pour le bouddhisme que pour le christianisme, est de se confesser consciemment et de reconnaître ses erreurs. Bref, pour résumer ce qui a été dit plus haut, il est important de se plier à une autre volonté et de confesser sincèrement les choses dont on se sent coupable. L'humain possède un esprit avide, vengeur et colérique ainsi qu'un esprit ignorant et hésitant. Comme nous avons déjà eu ce genre de pensées, on peut se demander combien de culpabilité et d'ego nous ont été transmis inconsciemment avant notre naissance ?

Chacun doit confesser les péchés de l'ego, autant passés que présents. Bouddha et Jésus ont dit que si l'on ne se confesse pas soi-même, on ne peut accéder au salut. De même, en Reiki, Gokai enseigne la méthode de stabilisation spirituelle.

La plupart des familles bouddhistes du Japon possèdent un autel sur lequel on trouve une ou deux écritures sacrées. Ouvrez-les et regardez-les, je le mentionne en tant que référence.

Une lettre de confession

Par le passé, j'ai fait toutes sortes de mauvaises actions. On pouvait attribuer tous ces méfaits à un esprit cupide, colérique et ignorant. Ces pensées sont issues du corps, de la bouche et de l'esprit. Aujourd'hui, je me repends de tout ce que j'ai fait auprès de Bouddha.

Il est très difficile de pratiquer ; au minimum votre intention est requise. Si vous dites que vous pouvez à peine imaginer une telle chose, vous devriez arrêter de pratiquer le Reiki. Car vous êtes une personne qui ne peut pas laisser de côté son ego. Vous devez vraiment arrêter le Reiki. Bouddha a dit également que les personnes qui n'ont pas l'esprit de famille ne pouvaient pas devenir prêtres bouddhistes. Cela veut dire que l'on ne peut pas aider les autres sans avoir l'intention de s'en rapprocher. Il n'y a pas d'aide possible pour eux. Une telle personne est soit ignorante de la *Lettre de confession*, soit immature intellectuellement. Les maux comme l'arrogance humaine, devraient être éliminés aussitôt que possible. Vous devez réaliser l'appréciation des bienfaits du Grand Univers. Lorsque vous illuminez vos pensées, vous pouvez apprécier le pouvoir spirituel de l'Univers.

Je pense que le Reiki ne nous appartient pas ; jusqu'au bout, il est subordonné aux autres ainsi qu'au pouvoir de la force de vie de la transmigration de l'âme. La meilleure façon de canaliser le Reiki est de s'efforcer de cultiver son esprit.

La personne qui veut canaliser le Reiki doit commencer par se purifier spirituellement. Cela n'a rien à voir avec quelque enseignement ou religion ; cependant, cette *Lettre de confession* bouddhiste est vraiment un excellent enseignement. Vous devez garder une posture assise droite, faire gasshō (*ndt : joindre les mains devant la poitrine*) et bannir les pensées mondaines afin d'ouvrir votre esprit et de vous connecter à la vie majestueuse de l'Univers.

Dans le Reiki Ryoho existe le Joshin Kokyu (la respiration qui nettoie). Faites seiza (*ndt : posture assise sur les genoux*) lorsque vous utilisez cette méthode de respiration. Faites la respiration avec un esprit pur. Vous ne pouvez pas clarifier votre esprit en faisant une respiration de façon rude et approximative. Inspirez par le nez et portez votre attention sous le nombril (l'art de la respiration abdominale). Expirez lentement par la bouche et tranquillement. Répétez cette respiration jusqu'à ce que vous soyez détendu. Cette méthode de respiration est la clef qui vous permet de canaliser le Reiki. Hakuin Zenshi, aussi appelé Zenshu Chuko no So, a mis en avant la théorie de Naikan no Hiho, une recette secrète pour l'intérieur du corps. Je vais vous la montrer parce que Hakuin Zenshi a dit qu'il pouvait guérir non seulement ses maladies mais aussi celles des autres.

Une recette secrète pour la vision de l'intérieur du corps

En pratiquant Naikan no Hiho, vous perdrez de façon naturelle vos inquiétudes, vos angoisses, vos peurs face à la maladie ou votre impatience concernant le retour à la santé ; ensuite, vous serez fortifié et rempli d'une grande joie d'être en vie. Il est évident que vous aurez plus d'énergie et bénéficierez de plus de pouvoir naturel de guérison lorsque vous serez bien disposés mentalement. Preuve en est qu'une personne qui pratique Naikan no Hiho bénéficie d'un bon sommeil, a bon appétit, se sent bien, est régulière au niveau du fonctionnement intestinal et prend visiblement du poids.

Gardez votre attention sur Naikan no Hiho et son pouvoir naturel de guérison pendant que je vous en explique la méthode.

Premièrement, étendez-vous au sol, sur le dos. Utilisez un coussin ou un oreiller ; déterminez-en l'épaisseur ou la mollesse selon votre confort.

Fermez légèrement les yeux ; écartez vos bras et vos jambes de façon raisonnable ; relâchez la tension. Ouvrez un peu votre bouche ; relâchez les muscles des bras et des organes générateurs ; relâchez la tension des organes internes. Imaginez que vous vous enfoncez dans un matelas sans qu'aucune tension ne subsiste dans le corps. Ensuite, étirez à la fois les bras et les jambes, bougez vigoureusement plusieurs fois. Placez ensuite votre force sous les hanches et respirez doucement. Lorsque vous sentez le calme vous envahir, respirez profondément et lentement. Inspirez, puis faites une rétention à poumons pleins, et ensuite expirez silencieusement. Le point principal de la respiration est d'expirer doucement, lentement et d'avoir l'intention de faire tomber l'air dans le bas de l'abdomen et d'en sentir le pouvoir.

Gardez le pouvoir dans l'énergie du Tanden Kikai (*ndt : une zone située sous le nombril, comparable au "hara "*) ; le bas-ventre se gonfle. Tout en remplissant ainsi avec vigueur le bas-ventre, vous continuez de faire la respiration abdominale mentionnée plus haut, de manière calme.

Il se peut qu'au début vous ne la fassiez pas à la perfection ; mais n'insistez pas trop car à force de pratiquer vous y arriverez. Faites cette méthode de respiration en portant votre attention sur le bas-ventre, laissant de côté vos pensées, récitant les 4 aphorismes du Naikan dans votre esprit apaisé, et vous concentrant sur la signification de chaque aphorisme.

1. Mon Tanden Kikai, taille, jambes et esprit ; en effet, cela est ma vérité. Cependant, le visage possède les narines, n'est-ce pas ?

2. Mon Tanden Kikai, en effet, ceci est ma véritable patrie. La patrie possède l'intelligence, n'est-ce pas ?

3. Mon Tanden Kikai, en effet, ceci est ma véritable pure patrie. La pure patrie possède la solennité, n'est-ce pas ?

4. Mon Tanden Kikai, en effet, ceci est mon Bouddha véritable. Bouddha prêche la Loi, n'est-ce pas ?

Au bout de 30-40 minutes de pratique, sans tension, en remplissant d'énergie le bas du corps, en appliquant la méthode de respiration du Tanden, en pensant au Naikan no Ku, vous aurez les bras et les jambes plus chauds et vous vous sentirez bien.

(par Hakuin Zenshi, Kenkoho to Itsuwa)

Il existe plusieurs enseignements et méthodes pour éliminer nos pensées attachées aux biens terrestres et notre esprit ironique. Après un long parcours de l'univers et par une connexion mystérieuse, je suis né en ce lieu et à cette époque. J'existe parce que mon corps est le résultat d'une infinité de causes et de connexions. J'ai reçu d'innombrables signes qui m'indiquent que je dois retourner à mes origines parce que j'ai développé des maladies dues à mon esprit délictueux et à mon style de vie. Maintenant, je renvoie mon esprit aux racines de la vie.

Il est très important d'élever sa conscience en exprimant ses regrets.

L'Empereur Meiji, médium

Afin d'éliminer ses attachements aux biens terrestres, l'Usui Reiki Ryoho Gakkai a utilisé la lecture des Gyosei (*ndt : poèmes*) écrit par l'Empereur Meiji, comme nourriture mentale. On dit de l'Empereur Meiji qu'il était un grand médium (*ndt : c-a-d doué de facultés spirituelles, supranormales et d'une grande sensibilité psychique. Le mot utilisé en japonais est "reinosha", que l'on traduit souvent par « chamane »*).

Ses vertus naturelles brillaient sur tout le pays, comme le Soleil. Sa sensibilité était comme l'Océan. Son affection résonnait comme la Terre, et ses croyances étaient immuables.

Également, plusieurs difficultés survinrent au Japon et à la fin de la période Edo apparurent des pierres de touche. Il était aussi un grand Roi de génie et d'une grande maturité.

Durant la période Meiji, plusieurs politiciens d'expérience transpiraient en sa présence impériale. Cela n'était pas dû à l'autorité de l'Empereur mais bien au Reiki qui émanait de l'Empereur Meiji.

Le Président des États-Unis d'Amérique, Roosevelt, qui visita le Japon et rencontra l'Empereur dit de lui : « La personnalité du Grand Empereur Meiji est, des époques anciennes et modernes, la plus illustre. Le peuple japonais doit être fier d'avoir un si grand Empereur ».

Le Président Roosevelt admirait l'Empereur Meiji.

Également, John Bachelor, docteur anglais en théologie, vint à Hakodate à Hokkaido comme missionnaire. Il fonda l'école Airin et l'école de préservation Ainu, et écrivit des ouvrages sur le changement d'époque du Ezo. Il était une personne bienveillante. Il exerça une influence considérable à Hokkaido pendant les 40 années de règne de Meiji (1893). Quand l'Empereur Meiji vint visiter Hokkaido, l'Empereur ayant entendu parler de ses services hors du commun, le récompensa. L'Empereur l'invita à venir participer l'année suivante à une fête particulière où l'on admire les cerisiers en fleurs. Le docteur était très heureux de cette invitation. Lorsqu'il donna la main à l'Empereur, il se sentit envahi par un Reiki très fort.

Il y a de fortes chances pour que le docteur fut initié au Reiki par l'Empereur au moment où ils se donnèrent la main. Après cela, le docteur devint un grand médium (*ndt : dans le sens d'un canal d'énergie*) et guérit les gens de Ainu, et d'autres personnes, en imposant les mains. Cependant, il ne comprenait pas pourquoi il pouvait les guérir.

L'Empereur Meiji, personne de haute vertu naturelle, ne parlait pas beaucoup mais écrivait beaucoup de poésie Waka (*ndt : une forme de poèmes plus courts que les haïku*), 100 000 poèmes, pour s'exprimer ; cette poésie étant reconnue comme de la grande poésie dans l'histoire de la littérature moderne.

Après la fin de la guerre entre la Russie et le Japon, l'Empereur a écrit un Waka très fameux :

*Yomonoumi
Minadohotoomouyoni
Naa Mamikaze
Tachisawaguran*

*En ce monde,
d'une rive à l'autre,
même si tout le monde est ami,
pourquoi nous battons-nous les uns avec les autres ?*

Reiki Chosso, Usui Sensei, respectait l'Empereur Meiji, tout comme l'enfant respecte ses parents, et sélectionna 125 poèmes pour cultiver l'esprit. Il lut un de ces poèmes durant un cours de Reiki. Je vais insérer 10 poèmes dans ce livre. Veuillez s'il vous plaît les lire attentivement.

(par Reiki no Shiori)

Le Reiki à l'étranger

La méthode spirituelle de guérison est très populaire dans le monde. Au Japon, plusieurs méthodes existent telle la pratique des incantations du Shingon Mikkyo (bouddhisme ésotérique) et de la médiumnité psychique. Il y a tellement de maladies incurables aux dires de la science médicale moderne. Alors nous ne pouvons pas dire que la méthode spirituelle est une superstition.

En Grande-Bretagne, la méthode de guérison spirituelle est devenue si populaire qu'elle comprend plusieurs organismes et plus de 2000 membres actifs.

Le collège des médecins reconnaît ses effets. Le guérisseur spirituel le plus connu de Grande-Bretagne, Harry Edwards, a énoncé les lois permettant d'acquérir le pouvoir spirituel dans son livre intitulé « The Elucidation of Spiritual Healing », 1984.

Note : des différences notables existent entre Usui Reiki Ryoho et Harry Edwards, mais on trouve aussi des similitudes dans les différentes méthodes de guérison. Voici quelques citations tirées du livre de Edwards qui démontrent ces points communs :

« Normalement, en commençant un traitement, il est nécessaire d'engendrer un pouvoir d'intention significatif. Toute vie, tout mouvement, tout changement se produisent selon les lois de l'Univers. On peut observer cela dans l'évolution de la matière, l'orbite des étoiles, les générations de microbes, la naissance, la croissance, la mort, l'origine des molécules, etc.

L'humanité est régie par ces lois ; sinon tout serait chaotique. Il n'y a rien qui arrive par pure coïncidence. Lorsqu'on fait de la thérapie spirituelle, c'est la vérité éternelle qui est au travail.

La thérapie sera conséquente aux lois de l'Univers. Ces résultats nous enseignent les limites de la guérison spirituelle. Donc la thérapie ne doit pas aller à l'encontre des lois de l'Univers.

Un doigt coupé ne repoussera jamais. Une personne âgée ne redeviendra jamais jeune. Si la cause d'une maladie existe, la maladie va exister.

Pensez à une situation où une personne regarde de près un objet parce que sa vue est amoindrie. Aussi longtemps que cette personne fait son travail de la manière identique, sa vue ne s'améliorera pas. Si une personne arthritique vit dans un environnement humide ou dort sur un matelas mouillé, elle n'améliorera pas son arthrite.

Cela ne veut pas dire que la thérapie spirituelle n'est pas efficace. Pensez aux causes de la maladie, si une situation néfaste à l'origine de la maladie n'a pas été changée. Si, par exemple une personne souffre de rigidité des artères due à la vieillesse, celle-ci ne peut pas être soignée par la thérapie. Il est toutefois possible de soulager une douleur aiguë et de conserver une bonne circulation sanguine. De la même manière que les lois de la physique contrôlent la terre, le monde spirituel est régi par certaines lois. Il ne peut exister dans l'anarchie. Selon les lois du monde spirituel, il y a toute une variété de pouvoirs régulés par l'Univers.

Dans la guérison spirituelle, nous devons croire que le pouvoir spirituel fonctionne selon ces lois sur celui qui reçoit les soins, de façon globale.

Ces deux résultats se rejoignent. Si le soin spirituel est soumis à ces règles, le soin est alors seulement limité physiquement et spirituellement. En appliquant les procédés du monde spirituel, nous pouvons observer une grande diversité des traitements.

Par exemple :

- A. Restaurer l'équilibre mental
- B. Supprimer des tumeurs malignes
- C. Retrouver la vue et d'autres sens
- D. Changer les éléments sanguins d'une leucémie.

Cela montre que différentes énergies sont à l'œuvre pour soigner le patient. Lorsqu'un patient est atteint d'une maladie incurable, cela signifie que l'affection se situe au-delà des connaissances humaines, et que la science médicale ne propose pas de solution. Si l'état d'une personne incurable s'améliore grâce à des soins spirituels, c'est qu'une intelligence suprême est intervenue.

Il ne s'agit pas ici de l'intelligence humaine, mais spirituelle. Certains disent que ces connaissances proviennent de l'inconscient humain. En dernier recours, nous utilisons notre savoir-faire pour soigner le mal intentionnellement. Il n'y a rien à prouver. Nous ne connaissons pas la part d'inconscient des pratiques médicales. Mais le soin spirituel possède nécessairement des savoir-faire au niveau du soin, et l'espèce humaine a en sa possession le pouvoir physique et le pouvoir spirituel. Ainsi, dans certaines situations, elle peut passer de l'un à l'autre.

L'humain possède la capacité de s'aligner sur l'intelligence spirituelle. Lorsqu'il émet une idée particulière, l'esprit qui guérit le perçoit. Ce dernier utilise alors le pouvoir de guérison pour ajuster l'énergie au malade.

Par le passé, les docteurs en médecine considéraient les rémissions de maladies incurables comme des guérisons naturelles. Ils l'ont réduit à une simple hypothèse. Pourtant, un processus logique doit exister. L'étude approfondie du phénomène devrait nous conduire à des hypothèses logiques et rationnelles. »

(Selon le livre de Dr. Edwards)

La méthode de transmission du Reiki

Les chapitres précédents étant consacrés à la préparation mentale, je vais maintenant expliquer l'Hatsurei ho.

Asseyez-vous à genoux sur le sol (seiza) en mettant un gros orteil sur l'autre. Les hommes ouvrent les genoux à 45 degrés tandis que les femmes les ouvrent plus légèrement. Gardez le haut du corps et la nuque bien droits. Fermez les yeux. Placez votre attention sur le tanden (1cm sous le nombril). Il est très important de relâcher toutes les tensions et de garder le dos redressé mais pas rigide. Fermer doucement la bouche et relaxez-vous.

Si vous ne pouvez pas faire seiza à cause d'une infirmité, faites-le à votre manière, confortablement, voire simplement assis, mais toujours le dos droit et l'attention centrée sur le tanden.

Kenyoku ho

Kenyoku ho est un bain sec ou un brossage vers l'extérieur. C'est une forme de Saikai Mokuyoku qui purifie le corps et l'esprit. C'est une façon de faire Seishin Toitsu (concentration de l'esprit). Pour commencer, placez votre main droite au-dessus de l'épaule gauche et balayez le buste en descendant vers la droite. Puis, faites la même chose de l'autre côté. Recommencez du côté gauche. Puis placez la main droite sur le poignet gauche. Balayez la main jusqu'au bout des doigts. Faites la même chose sur la main droite.

Après Kenyoku, lisez un Gyosei de l'Empereur Meiji.

Joshin Kokyu ho

Joshin Kokyuhō est une respiration de nettoyage. Cela signifie respirer avec un esprit pur, ce qui est le plus importante pour Hatsurei.

Placez les mains sur les genoux et incurvez-les légèrement, comme si elles tenaient un oeuf. Concentrez-vous sur le tanden et respirez calmement. Peu à peu, la respiration se fait plus calme. Vous aurez l'impression de respirer par les pores de la peau et vous serez détendu comme si vous flottiez dans l'air (il est bon de se référer à la méthode de respiration de Hakui Zenshi).

Gassho

Joignez vos mains l'une contre l'autre devant votre poitrine, un peu plus haut que le cœur. Faites Gassho sans tension.

Seishin Toitsu

En faisant Gassho, portez votre attention sur le tanden. Videz votre mental. Faites tout votre possible pour y arriver.

Je dis toujours que la source de la pratique Reiki réside dans un état d'esprit calme. En éliminant les pensées mondaines, votre mental s'éclaircit et votre corps se sent à l'aise.

Fermez les yeux. Au début, il fait sombre. Mais en pratiquant ainsi, cela devient lumineux.

Faites Seiza Gassho, une ou deux fois par jour. Si vous le faites 15 à 30 minutes chaque fois, vous ressentirez un Reiki de plus en plus fort. Et vous vous sentirez mieux.

Quand vous pratiquez pour vous-même (seul), se placer face à un endroit sombre est plus efficace pour réaliser Seishen Toitsu. Ne soyez pas négligent. Impliquez-vous dans la pratique.

Après Hasurei ho, chantez le Gokai :

*Juste aujourd'hui
Ne pas se mettre en colère
Ne pas se faire de soucis
Exprimer de la gratitude
Accomplir sa tâche avec attention
Être bienveillant envers les autres.*

À propos du Gokai

Juste aujourd'hui,

Dans l'art de la cérémonie du thé, il y a les mots Ichigo Ichie. Soit le principe que nous devons vivre sagement chaque moment et chaque jour.

Ne pas se mettre en colère,

La colère est la source du sang chaud, terne, noir, des toxines sont fabriquées et l'on tombe malade. On parle de shin (colère) dans la Lettre de Confession. Un sentiment de colère doit être nettoyé par le pouvoir spirituel. Tant qu'il y aura l'ego, les démons auront le contrôle. Un ego ne procure pas seulement du désagrément aux autres, il est aussi dangereux pour vous.

Le psychologue américain Elmer Gates l'a prouvé grâce à des expériences. Lorsqu'on souffle dans un tube sur de l'air liquide celui-ci se gèle et cristallise nettement (c'est le même principe que lorsqu'on souffle par la bouche, dehors, un matin d'hiver).

En appliquant ce principe, le Dr Gates a examiné l'air expiré selon le protocole suivant :

<u>Sentiments</u>	<u>Couleur de cristallisation</u>	<u>Résultat du test sur les animaux</u>
La colère	Rouge	Liquide injecté à des cochons d'Inde vivants, 64 morts
Le ressentiment	Brun	Liquide injecté à 5 animaux sauvages, morts en 5 minutes
Le regret	Rose	Liquide injecté à un cochon d'Inde, symptômes de maladie virale
Le désespoir	Gris	Liquide injecté à un cochon d'Inde : symptômes de névrose
La joie	Vert	Liquide injecté à 60 cochons d'Inde mourants : signes de rémission
Sentiment réparateur	Bleu	idem
L'admiration	Violet	idem

Selon les résultats de ces examens, on voit qu'un mauvais caractère est un désavantage.

Si vous exprimez votre colère, les toxines deviendront deux fois plus nombreuses. Aux dommages présents s'ajoutent ceux de la colère. Nous devons être très attentifs face à cette colère. C'est pour cela qu'elle concerne le premier principe du Gokai.

Ne pas s'inquiéter.

L'inquiétude brise le calme de l'esprit, néglige les pensées pertinentes et égare l'intelligence. Il était une fois un homme appelé Saioh qui vivait dans les terres frontalières chinoises. Il avait un fils et un bon cheval. Un jour, le cheval disparut. Saioh en était très attristé et inquiet. Quelques jours plus

tard, le cheval réapparut. Bizarrement, le cheval ramena avec lui un congénère encore meilleur que lui. Tous les jours, Saioh et son fils chevauchaient avec plaisir ces destriers. Mais, un jour, son fils tomba de cheval, se faisant une fracture. Alors malgré le bonheur qu'il avait éprouvé lors de l'apparition de cheval providentiel, Saioh se lamenta de sa malchance et du malheur de son fils. Au même moment une guerre éclata au village et tous les jeunes hommes furent envoyés au combat. Aucun d'eux ne revint au village. Seul son fils, immobilisé à cause de l'accident, eut une vie longue et heureuse.

Bonne fortune ou malchance sont au-delà du savoir des hommes ; un malheur peut très bien se transformer en bénédiction, il n'existe ni croix, ni couronne. Ils sont semblables, alors pas d'inquiétude. Cette histoire a une origine célèbre : « Ningen Banji Saioh ga Uma ».

Une autre histoire raconte qu'un homme hyper anxieux vivait en Chine. Il était inquiet, dans son cœur et son âme, que le ciel ne lui tombe sur la tête. Il concéda à ses amis l'idée que le ciel était fait de gaz et ne pouvait donc tomber. Il s'inquiéta alors de la terre. Puis il fut convaincu que la terre était sûre. D'après cette histoire, Kiyu (qui s'inquiétait beaucoup sans que rien ne se passe) en fut persuadé.

Un savant allemand, Better Coal, étudiait les micro-organismes avec son assistant, Enmih. Le résultat de ses recherches montra que les problèmes internes soumis à l'état mental étaient à l'origine des maladies.

Au même moment, le Dr Coppo, bactériologiste, découvrit un bacille du choléra, ce qui le rendit célèbre et très remarqué dans le monde médical. Le Dr Coal s'opposa alors au Dr. Coppo. Pour prouver sa théorie, il but une solution de culture de bactéries du choléra. Les gens furent impressionnés par cette idée incongrue. Pourtant, le Dr. Coal ne contracta pas le choléra. Mais son assistant attrapa la maladie car il avait eu peur en transportant la solution.

La différence entre les résultats de leurs expériences tient à la force de leur foi.

L'inquiétude brise le calme, apporte le doute et trouble l'intelligence. Alors, on perdra courage dans l'action.

En conclusion, il est nécessaire pour nous d'éviter l'inquiétude en cultivant notre esprit.

Exprimer de la gratitude,

En recevant les bienfaits du soleil, de la lune, de l'eau, de la terre, de la société, des parents, des ancêtres, des professeurs, des amis et bien plus encore, l'humanité reçoit sans cesse la vie. C'est pour cela que nous devons toujours exprimer notre gratitude.

Accomplir sa tâche avec attention,

Vous serez toujours récompensé de l'attention que vous portez. Une récompense provenant des Dieux, de Bouddha et de la Vérité. Dans un proverbe japonais, il est dit qu'une eau boueuse s'infeste de larves de moustiques. Nous devons toujours utiliser notre corps et notre esprit pour être régénéré. Être attentif dans notre tâche, voilà notre mission.

Être bienveillant envers les autres.

La bienveillance relève de la croissance spirituelle. Beaucoup de gens disent être trop pauvres pour donner aux autres. C'est faux. Il est plus important de donner un conseil et d'aider que de donner de l'argent ou des biens. Nous avons l'obligation d'être bienveillants envers nos semblables.

Accomplir ce 5e principe, tous les jours, demande des efforts toujours plus grands. On peut générer le Reiki en essayant de faire un effort et en cultivant notre esprit.

Principes

Usui Sensei nous a légué beaucoup de principes. Les concepts qu'il nous a enseignés de façon stricte étaient que les lois du Grand Univers et celles du petit univers doivent toujours s'unir pour ne former qu'Un. C'est le concept d'unité de Dieu et de l'humain.

L'Univers est nous, êtres humains ; et nous, les êtres humains, nous sommes l'univers. Vous atteignez la compréhension complète, votre vérité personnelle, selon votre entraînement ; vous vous unirez alors au Grand Univers et à vous-même, et manifesterez naturellement ses effets absolus et infinis.

Selon un ancien Waka, après que le brouillard se soit dissipé, la lumière se fait. Mais la lune est déjà dans le ciel. Cultiver l'esprit par la vérité de la nature fait grandir. L'écrivain Britannique Tomas Carlyle (1795 - 1881) dit qu'un homme qui ne connaît pas son propre pouvoir naturel est à plaindre. Seul un homme qui connaît son vrai pouvoir est dans le droit chemin, beau et créatif. En appliquant cela au Reiki, la Grande Nature nous montre sa position et son pouvoir guérisseur. La Grande Nature dit : « Usez d'autant de pouvoir guérisseur qu'il vous est nécessaire. Ceux qui ignorent tout de l'utilisation de ce pouvoir sont à plaindre. »

Nous sommes, tous, en possession d'un pouvoir spirituel illimité. Nous sommes tous chargés de servir l'humanité.

Ainsi, Chosso, Usui Sensei, était intéressé par ce qui se passe en Occident, et en particulier par les sciences médicales. Il conseillait : « De nos jours, la médecine moderne s'est remarquablement développée, alors ne l'excluez pas, ne la négligez pas non plus. »

Cependant vous devez tout de même traiter les maladies incurables. Et le Reiki peut guérir toutes les maladies. Donc vous devez les traiter avec un esprit pur et vous consacrer au traitement. Il y a une chose que ni la médecine ni les prières religieuses ne peuvent guérir, c'est la fin de la vie (la mort). La vie de l'homme, jeune ou vieux, a une limite. C'est la fatalité du destin que nous ne pouvons changer. Cependant lorsque vous constatez la fin proche de votre patient, vous devez lui prodiguer des soins avec douceur et sérieux, jusqu'à la fin. Si vous agissez ainsi, tout le monde pourra certainement mourir en paix. Agissez donc !

Puisque la caractéristique du Reiki est de s'accorder à la nature, il est complètement inefficace quand il s'agit d'actes contre-nature. De plus, il est arrivé dans plusieurs cas que le Reiki cesse soudainement de rayonner chez certaines personnes. S'appuyant sur leur expérience, nos prédécesseurs nous ont mis en garde contre les actes commis avec un esprit impur. Les actes contre-nature sont l'avortement, éprouver du ressentiment et maudire quelqu'un, et les comportements immoraux. Le Reiki doit être pratiqué avec un esprit pur, vous devez vous ajuster à la nature et être uni à elle.

Le pouvoir naturel de guérir

À l'origine, l'être humain possède son propre Reiki, soit le pouvoir naturel de guérison, pour s'auto-guérir, sans l'aide des autres, de médicaments ou de médecin. Les animaux vivant dans la nature se soignent eux-mêmes en utilisant leur propre pouvoir guérisseur. Les chiens et les chats soignent leurs blessures en la léchant, et lorsqu'ils ont une indigestion, ils mangent de l'herbe ou s'abstiennent de manger.

Les rats qui ingurgitent de la mort aux rats mangent de la saxifrage grimpante naturelle comme antipoison. Alors pourquoi est-ce que, nous, les hommes, ne pourrions-nous pas nous guérir par la force de notre volonté ? Nous sommes dotés du pouvoir naturel de guérir. Nous dépendons trop de

la progression de la science et de la médecine, et nous bloquons ainsi le passage du Reiki que nous offre la nature.

Nos ancêtres vivaient en harmonie avec la vérité de la nature et avaient ainsi accès au pouvoir guérisseur sans pensées bavardes. Grâce à notre évolution, un acte s'est inscrit en nous par un processus inconscient : lorsque nous avons mal, nous plaçons naturellement une main à l'endroit qui est affecté. C'est l'héritage de nos ancêtres. Je n'essaie pas d'épiloguer sur la signification du pouvoir naturel de guérison. La vérité est éternelle. Nous devons cultiver notre esprit afin de retrouver ce pouvoir.

Les fonctions du Reiki (extrait du manuel de Reiki)

3 pouvoirs Reiki ont donné vie à l'humanité et aux créations :

1. Le Reiki est le pouvoir moteur de la vie (pouvoir naturel de la vie)
2. Le Reiki est notre action spirituelle (pouvoir naturel de notre âme/esprit)
3. Le Reiki est la capacité naturelle de guérir (pouvoir naturel du corps)

Le Reiki est le pouvoir offert par la création, on l'appelle l'Énergie Universelle, elle rayonne. Il correspond ainsi à la radioactivité humaine. Même s'il est invisible, en s'entraînant à l'hatsurei ho, tout le monde peut voir le Reiki émaner. C'est véritablement la radioactivité humaine. L'énergie Reiki, incluant la radioactivité humaine, permet aux hommes et à toute la création de vivre harmonieusement. En progressant, les sciences modernes ont montré que les effets de la radioactivité humaine posent de nombreux problèmes. Alors qu'en médecine, il a été montré, qu'utilisée à bon escient, cette radioactivité peut se montrer efficace dans la guérison. Dans le cas contraire, elle peut cependant se révéler dangereuse.

Utilisation médicale : Rayons X, Cobalt, isotope.

Utilisation dangereuse : La bombe atomique et celle à hydrogène.

De nos jours, l'intelligence humaine a progressé et la science a avancé. Nous devons remercier Mère Nature. Mais en allant plus loin, nous prenons le risque de nier ou de détruire les bénéfices de Mère Nature. Il est dit que l'homme est au sommet de la création et donc qu'il a une grande capacité d'énergie. Les Japonais en particulier, peuvent posséder beaucoup de Reiki. Selon notre pratique, nous pouvons créer de l'énergie comme le font les Dieux ou Bouddha lui-même.

En d'autres termes, on peut dire sans exagérer que seuls les hommes peuvent travailler l'énergie comme les Dieux ou Bouddha. La lumière spirituelle émane des images bouddhiques, de celle de Bouddha ou du Christ. Les grandes figures spirituelles nous ont enseigné comment transmettre du Reiki grâce aux images. Il est rapporté dans de nombreux textes que le Christ et le Bouddha soignaient les malades par l'imposition des mains. Un résultat miraculeux peut provenir d'une radioactivité humaine puissante, émanant d'une personne dotée d'une personnalité sans défauts. Nous nourrissons beaucoup d'illusions, portées par les désirs matériels, comme la gourmandise, l'irritation, la colère et la tristesse, et tendons à oublier notre capacité à soigner les autres comme le font les Dieux et bouddha. Nous dissimulons ainsi les capacités de la lumière spirituelle. Quel gâchis !

Les membres du Gakkai suivent le Gokai pour cultiver l'esprit et pratiquer le Reiki et pour pouvoir s'élever à l'image des hommes doués et clairvoyants. « Un corps suit la voie tracée par son esprit pur. »

Le but de Gakkai est d'améliorer le corps et l'esprit. Les motivations des débutants sont souvent de guérir les maladies. C'est important. Mais réfléchissons au véritable but du Gakkai et à la nécessité d'améliorer le corps et l'esprit.

Pourquoi le Reiki peut-il nous guérir nous-mêmes et guérir les autres ? En posant les mains sur les zones affectées, nous les guérissons. Cela n'a pas encore été prouvé par la science. Cependant, il est certain qu'en raison d'une cause quelconque, des parties abîmées du corps tombent malades. Si la zone est affectée, cela provient d'un manque de Reiki (il en est de même pour une plaie externe). Quand un patient reçoit le Reiki par les mains du donneur, les fonctions des cellules de ces parties endommagées reprennent vie. Pour ce qui est de la manière de prodiguer le Reiki, vous devez abandonner vos pensées quotidiennes et vous ouvrir à la Mère Nature comme si vous y étiez né. De cette façon, la Mère Nature vous acceptera et vous donnera beaucoup de Reiki. Il est important pour vous d'être pur.

Ce n'est pas un fait controversé pour des gens religieux ou qui cultivent la spiritualité. Il n'est pas bon d'être incrédule. Au début, vous pouvez être incrédule, puis vous serez convaincu grâce à vos diverses expériences. Vous devez mettre vos mains sur les malades, dès que vous le pouvez. Vous deviendrez confiants et fiables.

Le philosophe Emmanuel Kant, mondialement célèbre, a obtenu une renommée éternelle et a fondé « la philosophie de la connaissance ».

En fait, Kant était bossu. À l'âge de 17 ans, il avait la taille et la force d'un enfant de 5 ou 6 ans. Ses parents étaient inquiets et l'amènèrent chez le médecin. Son diagnostic fut qu'il ne lui restait que quelques mois à vivre. Le médecin cependant précisa qu'il pourrait prolonger sa vie de 6 ou 7 ans s'il prenait grand soin de lui. Kant, pourtant, leur déclara très vite qu'il ne voulait pas mourir parce qu'il n'avait pas accompli sa destinée. Kant eut une longue vie, et mourut à l'âge de 75 ans ; il devint un grand philosophe. C'est le résultat de sa grande volonté.

Et au final, en tant que grand philosophe, il a atteint son but.

(Emmanuel Kant, philosophe allemand, 1724-1804, fondateur de la philosophie moderne)

Qu'est-ce qu'un grand médium ?

Pour devenir un grand médium (*ndt : dans le sens d'une personne ayant développé des facultés spirituelles*), il faut cultiver votre esprit. Il y a plusieurs façons de cultiver son mental.

Dans la Gakkai, nous chantons des poèmes de l'empereur Meiji et essayons d'avoir l'esprit pur. À la suite de Gokai, nous pratiquons la concentration et cultivons notre esprit au quotidien. La pratique de Gokai est très difficile. Il est aisé de se mettre en colère, d'avoir peur, d'être anxieux, de se plaindre, de négliger son travail et de se disputer. En vérité, il est difficile d'éliminer les troubles de l'esprit.

Quelqu'un demande : jusqu'à ce que le praticien garde complètement Gokai à l'esprit, peut-il prodiguer réellement du Reiki ? Tant que vous faites l'effort de garder Gokai chaque jour, certainement, vous serez un grand médium, un puissant Reiki émanera de vous.

L'esprit humain est multiple. Tous ceux qui ont reçu un Reiju dans la Gakkai verront le Reiki émaner d'eux. Toutefois, si quelqu'un ignore ou néglige d'améliorer l'esprit, le rayonnement du Reiki s'arrête subitement. Prenez garde !

Le matin, faites Gassho et chantez Gokai dans le lit. Le soir également, quelle que soit l'heure et même si vous êtes fatigués, faites seiza dans votre lit et chantez le Gokai. Cela devient ainsi une habitude. Le faire quotidiennement est important.

Préparation au traitement

Lors d'un traitement, vous devez être strict et avoir l'esprit pur, abandonner votre ego. Vous devrez être gentil avec le patient. Quand un patient arrive en fin de traitement donné par son médecin et exprime de la joie, soyez également heureux. Lorsque vous avez le temps, donnez des traitements les uns après les autres. Vous progresserez beaucoup.

Règles de traitement

- A. Le patient doit être dans une position confortable, allongé ou assis de manière à ce qu'il se sente le plus à son aise possible. Ensuite commencez le traitement.
- B. Décidez avec quelle main vous allez traiter. Utilisez uniquement la main que vous avez choisie. Tenez l'autre main comme vous tiendriez un oeuf, pour charger le Reiki de la Mère Nature. Toutefois, pour les oreilles et les reins, qui vont par deux, utilisez les deux mains.
- C. Étendez la paume et posez-la exactement sur la zone affectée. N'appuyez pas la main sur le patient, mais frôlez-le à peine.
- D. Placez la deuxième phalange du majeur sur la zone affectée. Ne posez ni la main ni le bras à l'envers. Essayez de donner un traitement confortable.
- E. Traitez chaque partie pendant 15 minutes. Un traitement devrait être d'environ 1 heure au maximum. Traiter plus longtemps donne de bons résultats, mais sera moins efficace si un malade est fatigué ou se sent mal à la suite d'un soin. À la condition que le malade soit prêt à recevoir davantage de Reiki et que le guérisseur ne se fatigue pas, il est permis de faire un traitement plus long.
- F. Il faut que le soigneur et le soigné soient à l'aise. Si le guérisseur tombe dans la somnolence pendant le traitement, il peut s'arrêter un moment. Puis, il recommence le traitement. Bavarder, boire du thé ou fumer est autorisé, mais pas recommandé. Essayez d'éviter de parler de sujets sérieux.
- G. Garder la main posée sur la zone est préférable, mais sur une zone qui ne peut pas être touchée en raison d'une brûlure, d'une maladie de peau, ou d'un désagrément, il n'est pas utile de toucher directement la zone. Le Reiki passe à travers n'importe quoi ; poser la main sur les vêtements ou une couverture est tout aussi efficace.
- H. Pour guérir une maladie, vous pouvez mettre un vêtement ou une gaze sur la région à traiter.
- I. Lorsqu'un guérisseur de sexe masculin donne une séance à une femme, faites attention à ce que la relation ne soit pas trop proche la première fois.
- J. Le traitement dit "du nettoyage" (*"Tanden chiryo ho"*, expliqué plus loin) est nécessaire pour chacun. Il est important de savoir que chaque malade réagit différemment au traitement. Dans le cas d'une personne sensible, vous devez expliquer les effets de la guérison à sa famille, et lui demander d'expliquer au patient qu'il n'est pas nécessaire de ressentir de l'anxiété pour guérir (les malades chroniques ont souvent ce type de réactions).
- K. Le guérisseur doit avoir un petit flacon d'alcool sur lui pour les désinfections.
- L. Le « canal » ne peut être contaminé par les maladies infectieuses. Il en est ainsi parce que le « canal » a une puissance spirituelle suffisante pour guérir (cependant, le guérisseur ne doit pas ressentir de peur).

Les aspects du Reiki Ryoho

Lorsqu'il pose ses mains sur une zone, le guérisseur ressent quelque chose qui émane de celles-ci. C'est ce qu'on appelle le Byosen. Le sens du toucher diffère d'un type de malade à l'autre, et selon le degré ou l'état de la maladie. Vous le saurez au fur et à mesure de vos expériences.

Normalement, les jeunes sont très sensibles au Byosen. Ne vous inquiétez pas en cas d'insensibilité. Vous pourrez la développer au fur et à mesure de vos impositions des mains.

Le Byosen est varié : sensation d'énergie qui coule, de piquûre, d'engourdissement ou de douleurs. Byosen est plus sensible juste avant l'apparition des symptômes de la maladie, quelques jours avant un diagnostic médical. En faisant attention, si vous traitez les patients avant que la maladie ne se déclare, il ne sera pas trop tard.

Aussi, une fois que le médecin a conclu au rétablissement du patient, il y a souvent encore du Byosen. Tant que nous traitons complètement la zone, le patient n'aura pas de rechute de sa maladie. Byosen peut se faire sentir sur la zone affectée et sur d'autres parties du corps. Par exemple, le Byosen d'un ulcère de la bouche peut se sentir dans la plante du pied. Une maladie de l'estomac peut être ressentie sur le front ; la maladie du Ténia sous le nez ; une maladie du foie sur les yeux, etc.

Traitement de l'ermitage (tanden chiryo ho)

Mettre la main sur le tanden (trois doigts sous le nombril), gardez à l'esprit votre désir d'être désintoxiqué. Poursuivre le traitement environ 13 minutes, les effets toxiques seront purifiés, comme ceux de la viande empoisonnée, d'un médicament toxique, d'une maladie de peau, d'un traitement par injection, et après un traitement d'acupuncture. En particulier, pour soigner une longue maladie, vous devez donner ce traitement pour éliminer les effets secondaires des médicaments. Lorsque le traitement est efficace pour le patient, son urine devient d'un blanc vaseux et ses excréments noirs et malodorants. En outre, le signe d'un traitement efficace est que malade se sentira à l'aise, mais maussade. Continuez les traitements jusqu'à ce que cela fasse effet. Ce traitement est très bon pour les maladies oculaires et les maladies de la peau.

Koketsu ho

C'est la méthode de renouvellement du sang, efficace pour les constitutions lymphatiques, les convalescents, et les personnes âgées. Elles iront mieux sans même s'en rendre compte. Continuez à faire Koketsuho tous les 15 jours, tous les mois ou tous les ans.

Hanshin-Koketsu ho

Il s'agit de la méthode de Koketsuho sur la moitié du corps. La partie supérieure du patient est nue. Frottez sur le haut du dos, en allant du centre vers la droite et la gauche 10-15 fois. Ensuite, touchez l'épine dorsale avec deux doigts, et appuyez du haut vers le bas, puis appuyez fortement (il y a un endroit où la douleur n'est pas ressentie). Répétez cette opération 10 à 15 fois. Le guérisseur doit retenir son souffle au cours de ce traitement. Il est très efficace pour les enfants après un bain chaud.

Zenshin-Koketsu ho

Il s'agit de la méthode de Koketsuho sur tout le corps. Traitez la tête (les cinq emplacements), les deux poumons, le cœur, l'estomac et les intestins. Frottez les deux jambes, les chevilles et orteils pendant 30 minutes.

Nentatsu ho

Il s'agit d'une méthode pour envoyer une intention. Utilisez le front du patient pour envoyer vos pensées. Restez concentré sur l'intention.

Par exemple, pour un patient dans un état critique, essayez de faire Nentatsu ho en affirmant : “le patient est guéri”. Faites également Nentatsu avec le Gokai. Faites-le une à deux minutes.

Pour un patient dans un état critique, il est utile de faire Nentatsu ho lors de chaque traitement.

De façon générale, Reiki Ryoho est une thérapie psychique. L'état d'esprit du patient exerce une influence sur la guérison. Il est très important de le renforcer et d'être plaisant avec l'esprit du patient.

Connaître les pensées d'une autre personne est un fait prouvé en psychologie. Quand vous faites Seishin Toitsu, vous pouvez visualiser les pensées de la personne à côté de vous. Reiki et esprit sont au-delà du temps et de l'espace, peu importe qu'ils soient proches ou lointains.

Quand nous fermons les yeux, la distance entre nous disparaît, et nous devenons libres dans le monde spirituel. C'est le travail de nos intuitions qui est basé sur l'inconscient.

Il y a des exemples de personnes qui ont des pressentiments, comme lorsqu'un enfant ressent la mort de ses parents, ou quand nous nous sentons mal à l'aise. Nentatsu ho est la méthode pour transmettre une intention aux patients. Lorsque la maladie est sans gravité, au début du traitement, mettez la main sur la zone affectée : le patient est soulagé pendant que la pratique du Nentatsu ho agit. Sans la confiance en son guérisseur, le patient ne se sent pas à l'aise, sans un vrai cœur de guérisseur, le patient n'aime pas recevoir le traitement. Si vous faites un traitement avec un cœur véritable de guérisseur, le patient sera confiant, soulagé et reconnaissant. Un cœur vil n'offre pas de bons résultats. Dans l'antiquité, la raison de l'efficacité des traitements du célèbre Bouddha et des sages est qu'un homme de noble caractère se reflète dans l'esprit du malade.

Pratiquez beaucoup le Reiki

Un des aspects du Reiki Ryoho est que certaines personnes peuvent prodiguer abondamment le Reiki dès le premier Reiju.

Toutefois, il est important de pratiquer de nombreuses fois le Reiki. La compréhension du Reiki vous appartient. Aussi est-il nécessaire « de se faire la main » avec le Reiki, et de faire un diagnostic précoce grâce à votre expérience. Abstenez-vous d'être arrogant, vous ne guérissez personne, c'est le Reiki qui guérit.

C'est la raison pour laquelle, dans la Gakkai, il est demandé de cultiver l'esprit. L'expérience des guérisseurs importe peu ; ils ne doivent pas se critiquer entre condisciples.

Bien que le Reiki émane de l'ensemble du corps, le rayonnement le plus intense sort de la bouche, des yeux et des paumes des mains. La localisation des points de rayonnement les plus puissants diffère selon chaque personne. Mais n'oubliez pas de vous concentrer sur le tanden.

Les trois causes majeures de la maladie

L'hérédité : la maladie se transmet des parents ou ancêtres.

L'esprit qui doute : les gens peuvent créer la maladie et souffrir du mal par eux-mêmes. En oubliant la dignité de la nature, ils doutent et c'est ce qui crée l'esprit de maladie.

L'environnement : à force d'être trop choyée, une personne en bonne santé tombe vraiment malade. C'est le genre de personne qui fait semblant d'être malade ou se soucie trop d'elle-même. La maladie peut être due à un mauvais état d'esprit ou par les circonstances. Les gens qui pratiquent le Reiki doivent se concentrer sur eux-mêmes et rester en bonne santé physique et mentale.

Réaction

Après avoir reçu un soin Reiki, certaines personnes voient temporairement leurs symptômes s'aggraver. C'est ce qu'on appelle une réaction. Ne vous inquiétez pas. En réalité, c'est le résultat d'un traitement efficace. Habituellement, les maladies chroniques déclarent temporairement des symptômes aigus. Par exemple, l'arthrite et les rhumatismes montrent un symptôme de forte douleur pendant 2-3 jours lorsque les patients reçoivent un soin Reiki. Les articulations développent une rougeur. La différence entre une réaction au traitement et une aggravation de la maladie, c'est que les malades se sentent bien avec une réaction, de sorte que nous pouvons facilement reconnaître la différence.

En résultat du traitement, tous les symptômes du mal ressortent de l'organisme. Dans ce cas, les malades récupéreront complètement et rapidement.

À l'attention des docteurs en médecine

Les médecins tentent de faire récupérer les malades en leur donnant des médicaments qui stimulent leur métabolisme. En chirurgie, après une opération, ils utilisent une solution désinfectante pour aider le métabolisme à récupérer. L'objectif de la méthode chirurgicale est similaire au Reiki Ryoho. Ainsi, on peut tout à fait combiner une méthode ou un traitement médical et le Reiki Ryoho.

La science médicale moderne a progressé très rapidement. Il n'est pas normal que les malades aient une aversion envers un traitement médical. Le traitement médical doit être respecté. Cependant, après un bon diagnostic fait par le médecin, vous devez donner un soin par le Reiki aux malades.

Reiki Ryoho est efficace non seulement pour l'homme, mais pour toutes les créatures

Reiki Ryoho est efficace pour les chevaux, les chiens, les chats, les poissons rouges, les oiseaux, les plantes et les semences :

1. Pour des poissons rouges affaiblis, pratiquer le soin à l'extérieur de l'aquarium, ou mettre les mains dedans et tenir délicatement les poissons pour leur donner du Reiki. Ils recouvrent ainsi rapidement la santé et recommencent à nager.
2. Tenez un poussin malade entre les paumes et donnez lui Reiki. Le lendemain, il sera capable de marcher avec entrain.
3. Pour les oiseaux, poser les mains sur la cage, ou tenez-les entre les deux mains tout doucement. Ils retrouvent leur vitalité (expérience sur un oiseau padda).

4. Donner du Reiki sur les œufs de vers à soie facilite leur éclosion et renforce leurs cocons (expérience de Tsumura Shihan au Naguri Keikoku).
5. Pour préserver les fleurs, il est nécessaire de couper les tiges dans l'eau. Donner du Reiki aux tiges coupées et elles se conservent très longtemps.
6. Le lotus est très difficile à entretenir. Donnez du Reiki aux lotus, afin de les conserver. Il y a une nette différence entre les lotus qui ont reçu du Reiki et les autres.
7. Lors de la plantation d'une bouture, donner du Reiki à la plante (expérience sur un Sasaki).
8. Donner du Reiki à du riz non décortiqué améliore sa qualité et produit d'abondantes récoltes.

De multiples témoignages ont été envoyés par nos membres. Les effets du Reiki, non seulement sur l'homme mais aussi sur toutes les créatures, ont été prouvés.

OREILLES

1. Placez les doigts du milieu à l'intérieur de l'oreille de chaque côté. Placez ensuite le reste des doigts en avant et en arrière de l'oreille. Lorsque vous sentez la pulsation au bout des doigts, les plus souvent, c'est que la maladie a disparu.
2. L'endroit au-dessous des oreilles et la bosse derrière les oreilles doivent être traités pour les problèmes de tympans.
3. Souffler légèrement de l'air dans l'oreille lorsque vous relâchez vos doigts.
4. Les oreilles et les reins sont étroitement liés, il est donc fortement conseillé de les traiter ensemble.

NEZ

1. Pincez légèrement les narines avec le pouce et le majeur et placez l'index entre les sourcils.
2. Le cou.
3. La rate (quadrant supérieur gauche)... Un nez bouché peut être traité pendant 15 minutes. Bien que l'emphysème soit plus long, il peut également être traité. Le nez et la sphère gynécologique sont profondément reliés.

DOULEURS DENTAIRES

1. Ne traitez pas uniquement la zone douloureuse, traitez les ganglions lymphatiques situés derrière les mandibules.
2. Les oreillons (parotide) sont souvent en cause lorsque vous sentez une impulsion dans les gencives.
3. Vous pouvez y détecter des signes de maladie, avec l'auriculaire et l'annulaire.

BOUCHE

1. Pincez les lèvres supérieure et inférieure avec deux doigts, en haut et en bas.

POITRINE

1. La pneumonie peut rapidement guérir.
2. Maladies pulmonaires : demandez au médecin l'origine exacte de la maladie si vous êtes un praticien de Reiki débutant (le traitement peut prendre plus de temps). Les deuxièmes et troisièmes phases ont besoin d'être traitées avec un effort accru. N'oubliez pas de placer aussi les mains sur le dos.
3. Traitement des voies respiratoires. Placez vos mains au-dessus de la clavicule.

COEUR

1. Le cœur est très sensible donc accordez-y une attention particulière.
2. Traitez le bas de la poitrine à gauche et le dos. Commencez avec des traitements courts et augmentez progressivement leur durée.
3. Évitez de placer les mains directement sur le cœur mais placez-vous sur le côté du corps ou le dos.
4. Si les battements cardiaques du patient augmentent en raison d'une réaction au traitement, utilisez des compresses froides pendant le traitement.
5. Les enfants affaiblis ont souvent certains problèmes au cœur. Il est donc nécessaire de traiter le cœur.

SEIN

1. Placez les mains comme si elles couvraient les seins.
2. Supprimer le lait maternel : traiter les seins en les tenant, comme si l'on souhaitait en extraire le lait (cela peut être douloureux quand le lait sort).

ESTOMAC

1. Traitez le plexus solaire pour les problèmes aigus d'estomac.
2. Problèmes chroniques : placez la paume de la main à l'endroit de l'estomac en localisant avec votre pouce droit et posez votre poing (*ndt : passage incompréhensible dans la traduction anglaise*).
3. La gastropse (l'estomac semble plus bas que la normale) est traitée de la même façon.
4. L'origine des problèmes peut être le foie.
5. Appliquez la méthode de l'échange de sang (Koketsu ho).
6. Traitez entre les omoplates.
7. Méfiez-vous des douleurs au coin inférieur gauche de l'estomac car il peut y avoir un cancer ou un ulcère d'estomac.
8. Le traitement de la tête est à faire quand il y a un ulcère à l'estomac.
9. Une fois que le praticien connaît bien le client, observez les conditions de la maladie et traitez la tête, l'estomac (pour les maladies bénignes), et les reins (pour un état grave).
10. Les personnes menues peuvent être traitées par derrière.

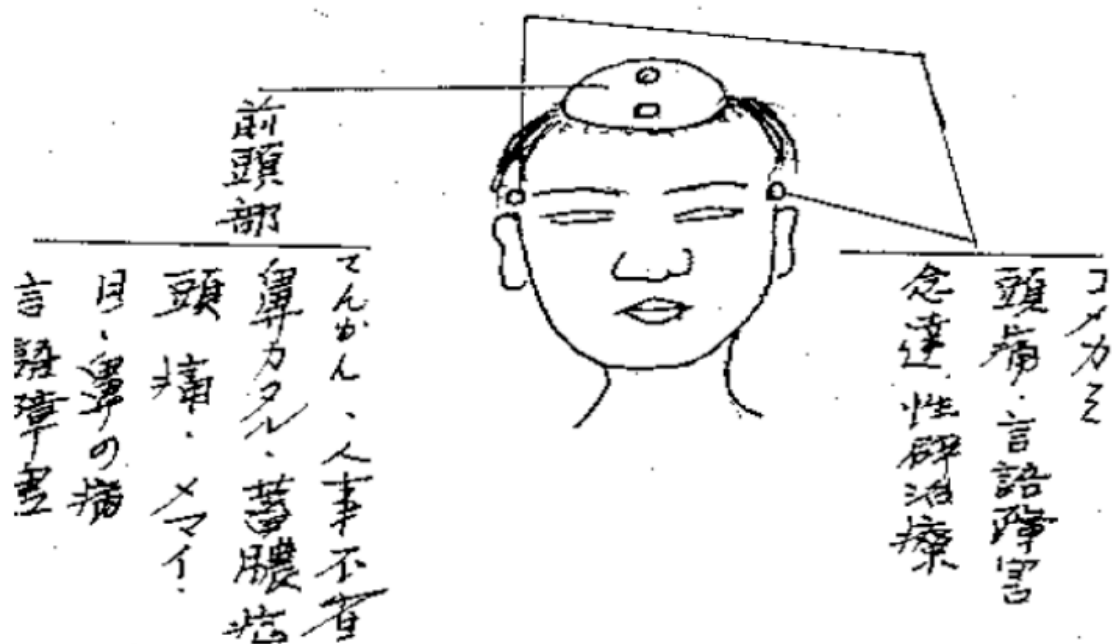
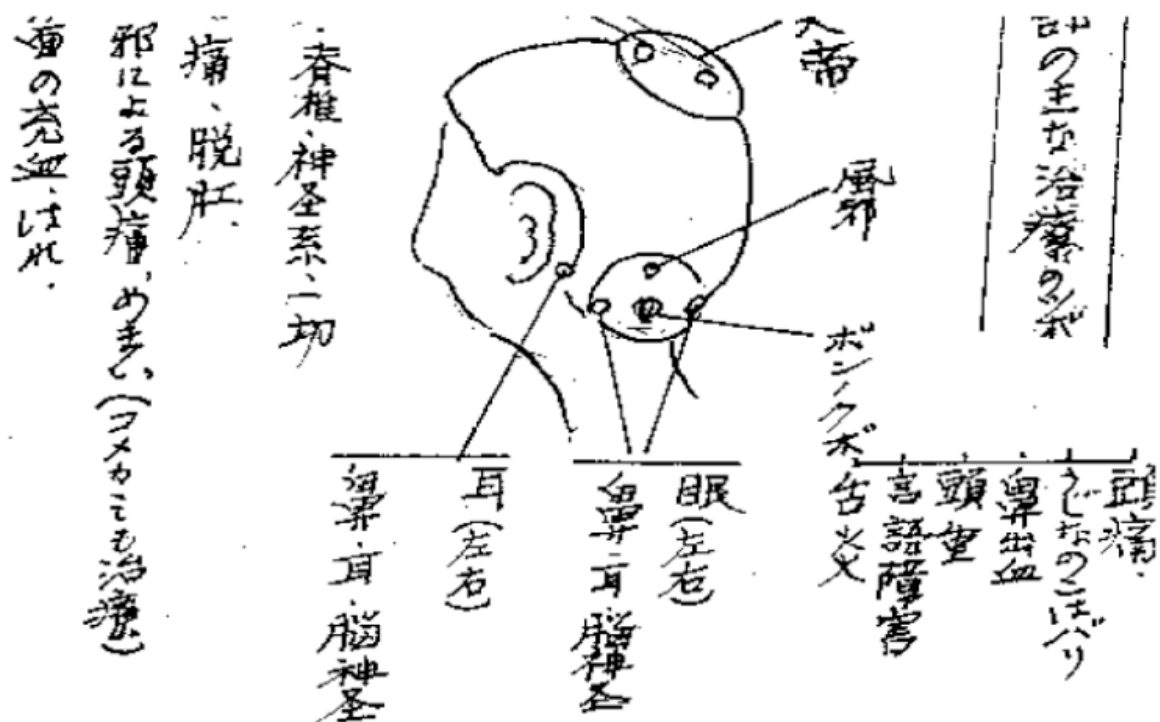
RATE

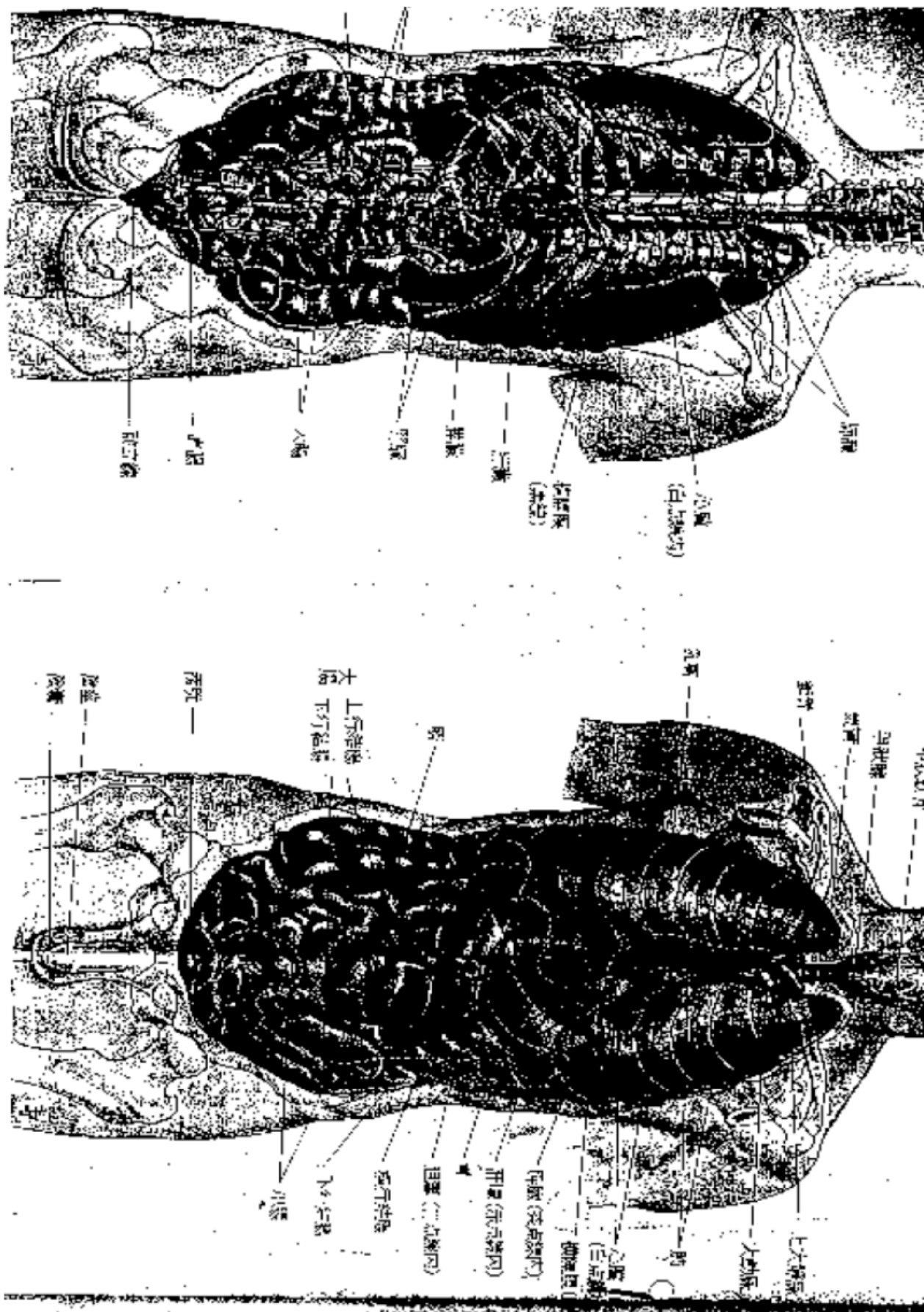
1. Située sur le quadrant supérieur gauche, à gauche de l'estomac. Elle produit les cellules.
2. Placez les mains à cet endroit pour tout problème nasal.

INTESTIN

La diarrhée, la constipation affectent cet organe. Le sang est produit ici, par conséquent, ne pas le négliger lors des traitements.

1. Constipation : ne traitez pas que le quadrant inférieur, mais traitez également le sacrum pendant environ 15 minutes. Le résultat est immédiat pour les bébés.
2. Colite : traitez le colon ascendant, transversal et descendant, en particulier leurs recoins.
3. Intestin grêle : placer les mains sous le nombril. Ne pas oublier de traiter la colonne vertébrale.

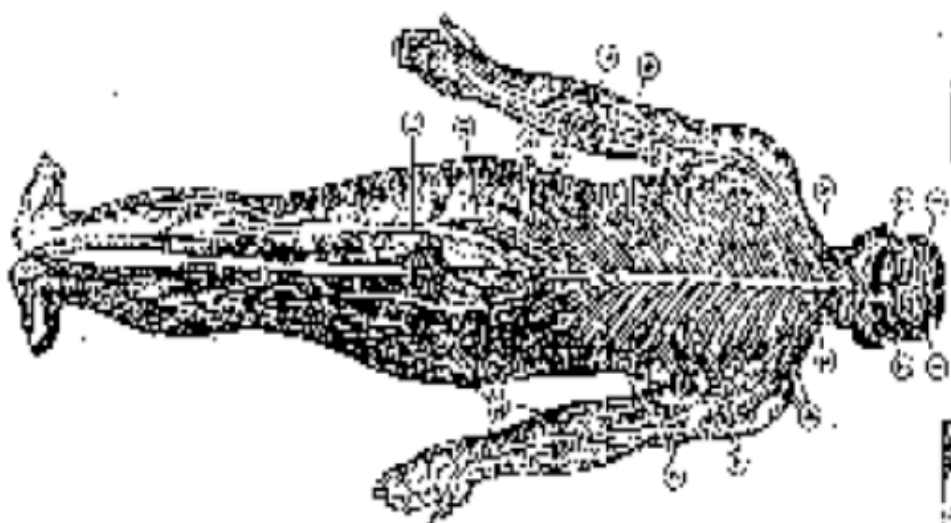






This diagram illustrates the human digestive system with the following labeled components:

- 1. Esophagus
- 2. Stomach
- 3. Liver
- 4. Gallbladder
- 5. Pancreas
- 6. Small Intestine
- 7. Large Intestine
- 8. Rectum
- 9. Sigmoid Colon
- 10. Cecum
- 11. Duodenum
- 12. Jejunum
- 13. Ileum
- 14. Appendix
- 15. Anal Canal



5. 計測方法
 6. 土壌の分析
 7. 下水の分析
 8. 飲水の分析
 9. 大気中の分析
 10. 植物中の分析
 11. 動物中の分析
 12. 人間の分析
 13. 環境中の分析
 14. 食品中の分析
 15. 医薬品中の分析
 16. 化粧品中の分析
 17. 染料中の分析
 18. 繊維中の分析
 19. 木材中の分析
 20. 石材中の分析
 21. 金属中の分析
 22. 非金属中の分析
 23. 有機物中の分析
 24. 無機物中の分析
 25. 元素分析
 26. 化合物分析
 27. 同位体分析
 28. 放射線分析
 29. 質量分析
 30. 分光分析
 31. 電気分析
 32. 熱分析
 33. 物理分析
 34. 化学分析
 35. 生物分析
 36. 環境分析
 37. 食品分析
 38. 医薬分析
 39. 化粧品分析
 40. 染料分析
 41. 繊維分析
 42. 木材分析
 43. 石材分析
 44. 金属分析
 45. 非金属分析
 46. 有機物分析
 47. 無機物分析
 48. 元素分析
 49. 化合物分析
 50. 同位体分析
 51. 放射線分析
 52. 質量分析
 53. 分光分析
 54. 電気分析
 55. 熱分析
 56. 物理分析
 57. 化学分析
 58. 生物分析
 59. 環境分析
 60. 食品分析
 61. 医薬分析
 62. 化粧品分析
 63. 染料分析
 64. 繊維分析
 65. 木材分析
 66. 石材分析
 67. 金属分析
 68. 非金属分析
 69. 有機物分析
 70. 無機物分析
 71. 元素分析
 72. 化合物分析
 73. 同位体分析
 74. 放射線分析
 75. 質量分析
 76. 分光分析
 77. 電気分析
 78. 熱分析
 79. 物理分析
 80. 化学分析
 81. 生物分析
 82. 環境分析
 83. 食品分析
 84. 医薬分析
 85. 化粧品分析
 86. 染料分析
 87. 繊維分析
 88. 木材分析
 89. 石材分析
 90. 金属分析
 91. 非金属分析
 92. 有機物分析
 93. 無機物分析
 94. 元素分析
 95. 化合物分析
 96. 同位体分析
 97. 放射線分析
 98. 質量分析
 99. 分光分析
 100. 電気分析
 101. 熱分析
 102. 物理分析
 103. 化学分析
 104. 生物分析
 105. 環境分析
 106. 食品分析
 107. 医薬分析
 108. 化粧品分析
 109. 染料分析
 110. 繊維分析
 111. 木材分析
 112. 石材分析
 113. 金属分析
 114. 非金属分析
 115. 有機物分析
 116. 無機物分析
 117. 元素分析
 118. 化合物分析
 119. 同位体分析
 120. 放射線分析
 121. 質量分析
 122. 分光分析
 123. 電気分析
 124. 熱分析
 125. 物理分析
 126. 化学分析
 127. 生物分析
 128. 環境分析
 129. 食品分析
 130. 医薬分析
 131. 化粧品分析
 132. 染料分析
 133. 繊維分析
 134. 木材分析
 135. 石材分析
 136. 金属分析
 137. 非金属分析
 138. 有機物分析
 139. 無機物分析
 140. 元素分析
 141. 化合物分析
 142. 同位体分析
 143. 放射線分析
 144. 質量分析
 145. 分光分析
 146. 電気分析
 147. 熱分析
 148. 物理分析
 149. 化学分析
 150. 生物分析
 151. 環境分析
 152. 食品分析
 153. 医薬分析
 154. 化粧品分析
 155. 染料分析
 156. 繊維分析
 157. 木材分析
 158. 石材分析
 159. 金属分析
 160. 非金属分析
 161. 有機物分析
 162. 無機物分析
 163. 元素分析
 164. 化合物分析
 165. 同位体分析
 166. 放射線分析
 167. 質量分析
 168. 分光分析
 169. 電気分析
 170. 熱分析
 171. 物理分析
 172. 化学分析
 173. 生物分析
 174. 環境分析
 175. 食品分析
 176. 医薬分析
 177. 化粧品分析
 178. 染料分析
 179. 繊維分析
 180. 木材分析
 181. 石材分析
 182. 金属分析
 183. 非金属分析
 184. 有機物分析
 185. 無機物分析
 186. 元素分析
 187. 化合物分析
 188. 同位体分析
 189. 放射線分析
 190. 質量分析
 191. 分光分析
 192. 電気分析
 193. 熱分析
 194. 物理分析
 195. 化学分析
 196. 生物分析
 197. 環境分析
 198. 食品分析
 199. 医薬分析
 200. 化粧品分析
 201. 染料分析
 202. 繊維分析
 203. 木材分析
 204. 石材分析
 205. 金属分析
 206. 非金属分析
 207. 有機物分析
 208. 無機物分析
 209. 元素分析
 210. 化合物分析
 211. 同位体分析
 212. 放射線分析
 213. 質量分析
 214. 分光分析
 215. 電気分析
 216. 熱分析
 217. 物理分析
 218. 化学分析
 219. 生物分析
 220. 環境分析
 221. 食品分析
 222. 医薬分析
 223. 化粧品分析
 224. 染料分析
 225. 繊維分析
 226. 木材分析
 227. 石材分析
 228. 金属分析
 229. 非金属分析
 230. 有機物分析
 231. 無機物分析
 232. 元素分析
 233. 化合物分析
 234. 同位体分析
 235. 放射線分析
 236. 質量分析
 237. 分光分析
 238. 電気分析
 239. 熱分析
 240. 物理分析
 241. 化学分析
 242. 生物分析
 243. 環境分析
 244. 食品分析
 245. 医薬分析
 246. 化粧品分析
 247. 染料分析
 248. 繊維分析
 249. 木材分析
 250. 石材分析
 251. 金属分析
 252. 非金属分析
 253. 有機物分析
 254. 無機物分析
 255. 元素分析
 256. 化合物分析
 257. 同位体分析
 258. 放射線分析
 259. 質量分析
 260. 分光分析
 261. 電気分析
 262. 熱分析
 263. 物理分析
 264. 化学分析
 265. 生物分析
 266. 環境分析
 267. 食品分析
 268. 医薬分析
 269. 化粧品分析
 270. 染料分析
 271. 繊維分析
 272. 木材分析
 273. 石材分析
 274. 金属分析
 275. 非金属分析
 276. 有機物分析
 277. 無機物分析
 278. 元素分析
 279. 化合物分析
 280. 同位体分析
 281. 放射線分析
 282. 質量分析
 283. 分光分析
 284. 電気分析
 285. 熱分析
 286. 物理分析
 287. 化学分析
 288. 生物分析
 289. 環境分析
 290. 食品分析
 291. 医薬分析
 292. 化粧品分析
 293. 染料分析
 294. 繊維分析
 295. 木材分析
 296. 石材分析
 297. 金属分析
 298. 非金属分析
 299. 有機物分析
 300. 無機物分析
 301. 元素分析
 302. 化合物分析
 303. 同位体分析
 304. 放射線分析
 305. 質量分析
 306. 分光分析
 307. 電気分析
 308. 熱分析
 309. 物理分析
 310. 化学分析
 311. 生物分析
 312. 環境分析
 313. 食品分析
 314. 医薬分析
 315. 化粧品分析
 316. 染料分析
 317. 繊維分析
 318. 木材分析
 319. 石材分析
 320. 金属分析
 321. 非金属分析
 322. 有機物分析
 323. 無機物分析
 324. 元素分析
 325. 化合物分析
 326. 同位体分析
 327. 放射線分析
 328. 質量分析
 329. 分光分析
 330. 電気分析
 331. 熱分析
 332. 物理分析
 333. 化学分析
 334. 生物分析
 335. 環境分析
 336. 食品分析
 337. 医薬分析
 338. 化粧品分析
 339. 染料分析
 340. 繊維分析
 341. 木材分析
 342. 石材分析
 343. 金属分析
 344. 非金属分析
 345.

[illegible][illegible][illegible]

● 劉學偉律師
吳人選律師
王康律師
呂家驊律師

五上教台聯合一中
建國中學聯合一中
七中八中聯合一中
下教台聯合一中
示

Remerciements :



© Patrice Gros

Cette traduction de “**Tout le monde peut émaner du Reiki**” est offerte gracieusement et dédiée à tous les praticiens Reiki Francophones.

Un grand merci à Marjoleine, Florence, Véronique, Diane et Dominique pour leur aide concernant la traduction française, ainsi qu’à Pascale pour la relecture et les corrections finales indispensables.

Par respect pour ce travail effectué (notamment pour Rick Rivard pour l’édition anglaise, et son équipe de traducteurs japonais), vous pouvez partager librement cette traduction à la condition de ne pas modifier la mise en page de ce document et d’en indiquer la source. Merci par avance.

Traduction Française © Universal Copyright janvier 2010 & février 2026
Patrice Gros/Reikido (<https://www.reikido-france.com>)

