

Christine Lamour

Christine Lamour

Christine LAMOUR

La magie
du 1^{er} degré
de Reiki

Manuel de formation

Copyright © 2019 Christine LAMOUR

Tous droits de reproduction et traduction réservés pour tous pays.

Edition originale

Dépôt légal : juin 2019

Code ISBN : 979 10 227 8813 7

Site internet : www.kamsara.jimdo.com

Page Facebook : <https://www.facebook.com/christine.lamour.9>

« Le reiki est tout à la fois un art de guérison et un art de vivre. »

Don Alexander

Les autres livres de l’auteure :

Confidences pour confidences – Les clés de la communication animale. Manuel de formation. Mai 2017

Mes bébés du ciel – Roman thérapeutique. Mai 2019

MERCI... MERCI... MERCI

Quel mot merveilleux que ce petit mot de cinq lettres... Un petit mot magique qui engendre souvent un sourire quand on le prononce en conscience ou lorsqu'on le reçoit. Cinq lettres pour exprimer sa gratitude, pour unir le temps d'un instant deux êtres qui échangent.

Il me semble tellement normal de dire MERCI :

MERCI à l'Univers, « Monsieur Lulu » mon meilleur ami. Celui qui me guide, qui m'écoute, qui reçoit mes réclamations, celui qui sait ce qui est bon pour moi ! Notre amitié a, tout d'abord, été une rencontre consciente, une reconnaissance de son existence et après un certain cheminement personnel, une acceptation confiante...

MERCI à l'énergie universelle qui m'offre l'immense bonheur d'être un canal... juste un canal. Je travaille pour devenir un canal le plus pur possible afin de l'honorer,

MERCI aux enseignants humains qui traversent, ou ont traversé, mon chemin dans cette vie,

MERCI aux personnes qui m'ont fait confiance en participant aux formations que je propose et à celles qui vont venir,

MERCI à Christophe, mon tendre mari. Son Amour est un pilier rassurant, contribuant à mon équilibre. C'est ma force tranquille !

MERCI à mon amie Jacqueline Mandery pour ses relectures et nos échanges de cœur à cœur,

MERCI à mon ami Ludo qui a contribué à cette publication par une relecture attentive,

MERCI à Agnès Villa pour son joli dessin qui orne la page de couverture, et sa grande disponibilité...

MERCI à Virgil et à sa chère maman, mon amie Carole, pour les connaissances en langue japonaise,

MERCI à Carmen Rey pour son aimable autorisation concernant l'utilisation de ses portraits de Mikao Usui. Pour visiter le site de cette merveilleuse artiste : <https://carmenrey-artstudio.com>

MERCI à la vie qui me donne des leçons, des petits et grands bonheurs,

MERCI à vous, à Toi... La lecture de ce manuel propose un nouveau cheminement avec le Reiki. L'adéquation d'un chemin de vie et d'un outil fabuleux... avec de très belles expériences à vivre tout simplement !

Christine

« C'est la personne humaine, libre et créatrice qui façonne le beau et le sublime, alors que les masses restent entraînées dans une ronde infernale d'imbécillité et d'abrutissement. »

Albert EINSTEIN

Table des matières

LES AUTRES LIVRES DE L'AUTEURE :	6
MERCI... MERCI... MERCI	7
INTRODUCTION	15
QUELQUES PRONONCIATIONS JAPONAISES	19
PETITES REFLEXIONS AVANT DE COMMENCER	21
POURQUOI JE CHOISIS DE ME FAIRE INITIER AU PREMIER DEGRE DE REIKI ? .	23
PRESENTATION	25
MIKAO USUI	27
CHAPITRE 1 : BIENVENUE DANS LE MONDE DU REIKI	29
LES IDEOGRAMMES REI KI	29
QU'EST-CE QUE LE REIKI ?	29
LES UTILISATIONS DU REIKI.....	31
QUI PEUT PRATIQUER LE REIKI ?	32
COMMENT JE REÇOIS LE REIKI ?	33
TRANSFORMATIONS ISSUES DES INITIATIONS REIKI	33
CHAPITRE 2 : LES ORIGINES DU REIKI	34
UN PEU D'HISTOIRE	34
LIGNEE DE MIKAO USUI A NOS JOURS	37
CHAPITRE 3 : LES CHAKRAS ET CORPS ENERGETIQUES	39
DEFINITION GENERALE	39
PRESENTATION DES 7 CHAKRAS PRINCIPAUX	40

LE TAUX VIBRATOIRE	47
LES CORPS ENERGETIQUES.....	48
VOIR L'AURA :	53
CHAPITRE 4 : LES CINQ IDEAUX DU REIKI	55
DEFINITION GENERALE.....	55
LES CINQ IDEAUX DU REIKI EN JAPONAIS	56
LES CINQ IDEAUX DU REIKI EN FRANÇAIS	57
TRAVAIL ENERGETIQUE AVEC LES IDEAUX DE REIKI	58
TRAVAIL PERSONNEL AVEC LES IDEAUX DE REIKI	61
CHAPITRE 5 : L'AUTONOMIE.....	70
CHAPITRE 6 : MON PREMIER DEGRE DE REIKI	72
CHAPITRE 7 : COMMENT CANALISER L'ENERGIE REIKI ?	76
CHAPITRE 8 : MON AUTO-TRAITEMENT DE REIKI	79
CHAPITRE 9 : L'HARMONISATION DES CHAKRAS.....	99
CHAPITRE 10 : LA SEANCE COMPLETE A AUTRUI	103
CHAPITRE 11 : LES AUTRES SEANCES A AUTRUI	106
LA SEANCE ASSISE	106
LA SEANCE RAPIDE	107
LES UTILISATIONS DU REIKI	108
DONNER DU REIKI AUX ENFANTS :	109
REIKI AUX ANIMAUX :	109
DONNER DU REIKI AUX PLANTES :	109

CHAPITRE 12 : LA MEDITATION	110
COMMENT JE MEDITE ?	110
QUELQUES MEDITATIONS :	112
CHAPITRE 13 : TECHNIQUES JAPONAISES DE REIKI.....	116
REIKI MAWASHI	116
MEDITATION GASSHO	117
KENYOKU	118
BYOSEN	120
HANSHIN KOKETSU HO	121
BEAMING	122
CHAPITRE 14 : ET DEMAIN... ..	124
CHAPITRE 15 : PETITS CADEAUX POUR MON AME	126
CODE POUR LA VIE	126
L'ANE DANS LE PUIT	128
« MOI D'ABORD – APRES MOI – ET ENSUITE... MOI ! »	130
COMMENT S'ENGAGER DANS UNE VOIE MEDITATIVE	133
GLOSSAIRE	136
BIBLIOGRAPHIE	138
À PROPOS DE L'AUTEURE	139

