

# **Reiki ROSAIRE D'OR-USUI SHIKI RYOHO**

**(système de guérison naturelle issue  
de l'enseignement de Maître USUI)**

## **PREMIER NIVEAU**

**(shoden)**



**Seule la compassion est thérapeutique.....**

**[www.reikirosairedor.fr](http://www.reikirosairedor.fr)**

## **sommaire**

|  |              |
|--|--------------|
| Signification.....                               | Page 3       |
| L'histoire.....                                  | Page 4       |
| L'Energie.....                                   | Page 11      |
| La Méthode.....                                  | Page 12      |
| Les Bienfaits.....                               | Page 13      |
| D'autres applications.....                       | Page 15      |
| Reiki et physique quantique.....                 | Page 17      |
| Chakras.....                                     | Page 18      |
| Emplacement des organes du corps.....            | Page 21      |
| Reiki sur autrui.....                            | Page 23      |
| Soigner les autres.....                          | Page 28      |
| Rôle des positions.....                          | Page 31      |
| L'auto-traitement.....                           | Page 32      |
| Traitement rapide.....                           | Page 35      |
| Harmonisation des chakras.....                   | Page 36      |
| Le son AUM.....                                  | Page 38      |
| L'aura.....                                      | Page 40      |
| Reiki en groupe.....                             | Page 41      |
| Exercices de visualisation pour la protection... | Page 42      |
| Thymus.....                                      | Page 44      |
| L'initiation.....                                | Page 45      |
| Cercle Reiki.....                                | Page 47      |
| La manifeste Reiki.....                          | Page 48      |
| Prières et textes canalisés.....                 | Page 51      |
| Conclusion.....                                  | Page 58      |
| INITIATION AU PREMIER NIVEAU.....                | Page 59..... |

## REIKI : la signification

Le mot Reiki provient du japonais et signifie "Energie vitale Universelle".  
Il s'agit de la force qui agit et vit en tout élément vivant.

Le mot se compose :  
REI qui décrit l'aspect illimité et universel de cette énergie,  
et  
KI la force de l'énergie vitale, animant elle-même tout être vivant.

Nous sommes tous nés avec cette énergie.

Elle nous relie à toutes choses existantes et nous maintient en vie.

### Autre explication :

Reiki vient du mot RAKU-KEI qui est plusieurs fois millénaire et est originaire de l'ancien Tibet.

Il est composé de deux mots :

RAKU : l'énergie circulant à la verticale

Et KEI celle circulant à l'horizontale.

C'est l'énergie Yang et son complément le Yin.



Ce symbole a été dessiné par Hawayo Takata

Reiki.... C'est l'amour dans sa forme la plus pure et cet amour est inconditionnel. Il ne demande rien en retour car il est source de la vie, la source de toute vie, de toutes choses.

Le Reiki n'appartient à aucune secte ou dogme. Il n'exige aucune croyance spécifique à un être suprême, à un maître, gourou ou à quoi ce que soit.

Pratiqué sous sa forme traditionnelle la plus simple telle que développée et transmise par le Maître initial, Dr Mikao Usui cette technique de guérison naturelle et holistique harmonise les différents corps et ramène l'équilibre physique, mental, émotionnel et psychique.

## Reiki: l'histoire



L'histoire du Reiki a commencé il y a près d'une centaine d'années au Japon grâce à Mikao Usui, né le 15 Août 1865. C'était un Monsieur assez spécial, hors du commun à différents points de vue que la Vie a préparé pour réaliser une mission extrêmement importante.

Il est né dans une famille de samouraïs. Même si les samouraïs étaient déjà interdits à l'époque, une tradition de plusieurs centaines d'années ne s'oublie pas du jour au lendemain. Probablement grâce à cela, dès sa prime jeunesse, il a commencé à s'intéresser à l'utilisation des énergies d'une façon générale et à la spiritualité que cela pouvait impliquer.

Vers l'âge de huit ans, il commence à pratiquer le Kiko (version japonaise du Qi Gong). Au bout de deux ou trois ans, il acquiert des capacités énergétiques surprenantes et il peut déjà traiter d'autres personnes avec cette énergie. Mais bien que les traitements qu'il donne soient valables et efficaces, il découvre rapidement qu'en donnant sa propre énergie, dans les cas plus difficiles, il est pratiquement « vidé » de son énergie. Il renonce donc au Kiko en tant que pratique thérapeutique.

Il continue son éducation à l'école et - en même temps - fait des études dans différents domaines. Il est naturellement attiré par les arts martiaux et grâce à cela il apprend beaucoup à propos de l'utilisation de l'énergie, du Ki.

Il a reçu l'éducation religieuse habituelle de l'époque : le shintoïsme et le bouddhisme. Avec le temps, son questionnement spirituel change et il s'intéresse de plus en plus à la religion. Il commence par approfondir le shintoïsme qui a été la religion de base au Japon. En 1871 le shintoïsme devient religion d'état, suite à la décision de l'Empereur Meiji.

Il y avait aussi le Bouddhisme qui avait été pendant très longtemps la religion prédominante et qui était toujours très présente.

De ce fait, bien que l'Empereur ait imposé une séparation réelle entre les deux religions, les Japonais ont, même aujourd'hui, une pratique religieuse basée sur un mélange de Shintoïsme et Bouddhisme auquel on a parfois ajouté des éléments venant d'autres religions.

Il semble que Mikao Usui, une fois adulte, ait été plus particulièrement attiré par la branche Tendai du bouddhisme et par le Mikkyo, le bouddhisme ésotérique.

D'autres sources, affirment qu'il aurait été dans la branche Bouddhiste de la Terre Pure (J dosh), puisque le nom spirituel de M. Usui est un nom typique de la Terre Pure et aussi parce que le cimetière où il est enterré appartient à cette branche.

D'autre part, il existe au Japon une autre pratique spirituelle qui s'appelle le Shugendo, pratique venant des *shugenja* ou *yamabushi*, des gens qui vivaient presque tout le temps en retraite sur la montagne. De temps en temps, ils partageaient ce qu'ils savaient avec certains disciples qu'ils choisissaient eux mêmes. Mikao Usui n'a pas été officiellement un disciple de ces moines mais il a bénéficié de leur enseignement. Cet enseignement était un mélange de shintoïsme et de chamanisme: en connaissant les différents éléments de la Nature et leur force et en les utilisant correctement pour créer de l'énergie, il est possible de créer d'abord un bien-être intérieur et ensuite un bien-être extérieur.

En résumé, l'apprentissage spirituel et énergétique de Mikao Usui a été grandement influencé par ces quatre voies principales: Shintoïsme, Bouddhisme, les pratiques des Samouraïs et le Shugendo.

Le temps passe et Mikao Usui termine ses études, se marie et a deux enfants. Il travaille dans différents domaines mais son activité principale est toujours ciblée vers l'intérieur, pour grandir intérieurement. Il dépasse la cinquantaine, se rapproche de la soixantaine et, malgré les cinquante ans de pratique spirituelle, il n'a toujours pas trouvé la sérénité; il est conscient qu'il lui manque encore quelque chose.

Bien qu'arrivé à un très haut niveau spirituel, il est conscient qu'aussi longtemps que nous sommes incarnés, il nous manquera toujours quelque chose.

Il était relativement introverti, il ne parlait pas facilement de lui-même. A cette étape de sa vie où il sent qu'il lui manque toujours quelque chose, il décide de faire pour la troisième fois de sa vie une méditation bouddhiste qui s'appelle la *Méditation de la repentance du lotus*. C'est une méditation très complexe qui dure trois semaines et il choisit comme lieu de méditation la petite montagne Kurama au Nord de Kyoto. Il ne choisit pas cet endroit par hasard, mais pour ses qualités énergétiques très particulières.

Déjà en l'an 770, on avait construit un premier temple sur cette montagne parce que c'était comme un endroit béni des Dieux. Il y avait alors (et il y a toujours) une énergie tellement puissante que même une personne qui n'a pas beaucoup d'expérience en perçoit l'énergie et la sérénité. Ce premier temple existe toujours, bien qu'il ait été reconstruit et rénové maintes fois suite à des incendies, des tremblements de terre, etc.

Au cours des siècles, le lieu est devenu un endroit très connu au Japon, un véritable lieu de pèlerinage pour des dizaines de milliers de personnes tous les ans. Il n'est pas visité uniquement par des praticiens de Reiki, mais aussi par une multitude de personnes qui ne savent peut-être même pas que le Reiki existe et qui viennent ici pour se recueillir ou faire un pèlerinage spirituel.

En plus du temple principal, on a construit au cours des années de nombreux autres temples et endroits de prière ou de recueillement, aussi bien de tendance Bouddhiste que Shintoïste.

Mikao Usui choisit donc cette montagne pour des raisons énergétiques mais également parce que l'animal totem de la montagne Kurama est le tigre torsadé qui représente la transformation intérieure.

Pendant les trois semaines que dure la *Méditation de la repentance du lotus*, Mikao Usui médite, chante, etc., réalise toutes les pratiques qui font partie de cette méditation. Et à un moment donné, il vit un moment hors du commun, un *satori* ou « illumination ».

Quand on dit *satori* - *illumination*, on ne compare en aucun cas Mikao Usui aux grands Maîtres de l'histoire comme Bouddha ou Jésus-Christ. Le *satori* est un moment, un état hors du temps, hors de l'espace. La vie d'une personne qui a eu un *satori* change totalement.

Voici ce qui s'est passé pour Mikao Usui : en rentrant chez lui, il sent qu'une nouvelle énergie passe par ses mains et il est très confus. De son point de vue, il ne peut y avoir de « nouvelle » énergie parce que dans l'Univers il n'y en a qu'une seule : l'Énergie Universelle. Elle est captée et canalisée par les différentes formes de vie de l'Univers. Ce que l'être humain capte naturellement et automatiquement s'appelle le *Ki* au Japon, *Chi* en Chine, *Prana* en Inde, *Mana* aux îles Hawaï etc.

Mikao Usui sait parfaitement bien utiliser le Ki mais ce qu'il sent maintenant est très différent de ce qu'il connaît : il ne peut manipuler cette énergie, il ne peut lui imposer sa volonté d'aucune façon. Malgré cela, son bon sens lui dit que « Étant donné que tu sens cette énergie suite à l'expérience sur la montagne, ça doit être bon pour toi ».

Il commence à appliquer ses mains sur son propre corps et il se rend compte très rapidement que cela lui fait du bien et qu'il se sent de mieux en mieux. Il pratique sur les membres de sa famille et cela leur fait également du bien. Il essaye sur d'autres personnes qui ne font pas partie de sa famille et cela leur est aussi très bénéfique. Il se rend compte en l'espace de quelques semaines seulement que malgré le fait qu'il n'a jamais étudié cette énergie, qu'il ne la comprend pas et qu'il ne la maîtrise pas, ses effets sont hautement bénéfiques pour tous.

Il laisse tomber toutes ses autres activités et il se dédie de plus en plus à la pratique de cette nouvelle énergie qu'il définit peu à peu comme « *énergie universelle de vie qui a une conscience propre* ».

Le mot « Reiki » qui va faire partie par la suite du système utilisé par Mikao Usui, est un mot qui existait déjà en japonais.

Ce n'est pas Mikao Usui qui l'a inventé comme il est dit dans certains livres ; c'est un mot qui désigne l'énergie divine ou l'énergie cosmique. Dans un premier temps. M. Usui n'utilise pas ce mot et son système s'appelle simplement *Usui Teate* (La Méthode Usui de la main).

Très rapidement, il est amené à fonder une organisation qu'il appelle « Usui Reiki Ryoho Gakkai » et c'est dans ce cadre qu'il continue ses activités. Il y donne beaucoup de traitements et beaucoup d'initiations.

Sur la stèle funéraire de Mikao Usui il est précisé qu'entre 1922 - l'année de son *satori* - et sa mort en 1926, il a initié plus de 2 000 personnes, dans un but thérapeutique pour la majorité d'entre elles. Parmi ces 2 000 personnes, près de 70 ont fait le deuxième degré et parmi ces 70 personnes, 19 ont passé la Maîtrise.

Mikao Usui est décédé le 9 Mars 1926 d'une attaque cérébrale.

L'organisation qu'il a fondée continue à fonctionner. Il en a été le premier président; par la suite, les présidents se sont succédés pour des périodes plus ou moins longues et aujourd'hui l'Organisation en est à son 7<sup>ème</sup> président.



Parmi les élèves qui sont arrivés au niveau de la Maîtrise, il y avait un monsieur qui s'appelait Chujiro Hayashi, médecin, officier dans la Marine Impériale. C'est un personnage très intéressant, en tout cas pour nous, parce que c'est aussi grâce à lui que le Reiki est arrivé jusqu'à nous. Il vient voir Mikao Usui en 1925 quand le Reiki devient très à la mode parmi les officiers de marine.

Hayashi arrive rapidement au niveau de la Maîtrise (Shihan en Japonais) et, après la mort de Mikao Usui, il reste dans l'organisation jusqu'en 1931, date à laquelle il décide de partir et de fonder sa propre école qu'il appelle Hayashi Reiki Kenkyukai : « Le Centre Hayashi de Recherche Reiki ».

Dans ce Centre de Reiki, Hayashi propose des initiations et, aidé par ses élèves, il dispense beaucoup de traitements à des personnes non initiées. Il connaît un très grand succès et de plus en plus de gens viennent vers lui.



En 1935, arrive à cette clinique une dame appelée Hawayo Takata. Ses parents étaient Japonais, mais elle est née à Hawaï (c'est même pour cette raison qu'on l'a appelée *Hawayo*).

Cette dame est née en 1900. En 1935, à 35 ans, elle est veuve, avec deux enfants, elle est extrêmement pauvre - elle n'a qu'une petite maisonnette comme unique et seul bien - et elle est très malade. Elle est tellement pauvre qu'elle n'a pas d'argent pour aller voir le médecin; et comme elle ne va pas voir le médecin, elle continue à être malade. Elle se trouve dans un cercle vicieux et n'arrive pas à régler ses problèmes.

A un moment donné, sa sœur qui habite également à Hawaï décède. Selon la tradition de l'époque, Hawayo Takata doit apporter en personne la nouvelle du décès de sa sœur à ses parents. Elle vend donc son seul bien, la maisonnette, pour pouvoir payer le billet de bateau et elle part pour le Japon, avec aussi l'espoir de trouver là-bas une solution à ses problèmes de santé.

Et c'est exactement ce qui se passe: ses parents l'aident à aller voir un médecin qui, d'après le récit de Mme Takata même, lui trouve des calculs biliaires, un début d'appendicite et surtout une tumeur dans le ventre. Le médecin commence à la préparer pour l'opération sauf que *l'Univers* intervient : un jour, Mme Takata entend une voix qui lui dit que « L'opération n'est pas nécessaire ! ».

Mme Takata, n'étant pas une femme mystique, croit dans un premier temps qu'on lui fait une mauvaise blague.