

PAUL WAGNER

LE **REIKI**

Retrouvez votre force de vie



PIKTOS
Poche

INTRODUCTION

La publication d'un premier livre¹ m'a permis de présenter le Reiki dans ses différents aspects, ainsi que ses multiples applications pratiques qui indiquent, avec toute la précision désirable, les différentes méthodes préconisées pour obtenir des résultats thérapeutiques rapides et positifs.

Le but du présent ouvrage n'est pas de constituer un traité de médecine japonaise proprement dite, mais de redonner à l'acte de guérison sa dimension spirituelle en montrant comment le Reiki représente, dans le contexte culturel du Japon, l'une des branches sacrées des cinq sciences majeures². Je vais donc exposer, dans une synthèse intelligible pour tous, ce que l'étude et l'expérience m'ont révélé durant de nombreuses années de pratique de Reiki. Mon but ? Permettre aux lecteurs de connaître les principes sur lesquels repose cette méthode thérapeutique, qui permet de soulager les souffrances de son prochain ou de soi-même.

¹ *Reiki, le sentier qui mène à la guérison*, éditions Trajectoire, 1999.

² Les arts plastiques, la médecine, la logique, la philosophie et l'étude de la grammaire sanskrite.



Je suis un citoyen du monde, imprégné des grandes traditions de la culture occidentale et enrichi par les traditions sacrées de l'Orient. J'espère que ce livre sera un pont entre ces deux mondes qui fournira un point de rencontre permettant la compréhension mutuelle de la pratique du Reiki, par laquelle chacun peut soigner l'autre ; et ceci pour le bénéfique et l'enrichissement concret et immédiat de toute civilisation. L'homme contemporain doit, pour agir et vivre, accepter une grande part des règles morales, sociales et religieuses que l'humanité a reconnues avant lui comme nécessaires. Notre esprit est fait de couches superposées dont la première est formée par des croyances de l'humanité primitive, la suivante par les religions orientales et chrétiennes. La plus mince est celle des idées modernes sur la structure de l'atome et de l'univers. Tout cela constitue notre être et un homme ne s'affranchit pas plus du passé de l'humanité qu'il ne se libère de son propre corps. Une pensée saine et solide est celle dont les fondations plongent jusqu'aux couches les plus profondes de l'instinct, cependant que ses frontons et ses cloches montent jusqu'aux régions les plus lumineuses et claires de l'esprit.

Voilà ce qui donne à cet ouvrage un caractère d'importance, car il contient l'essence du savoir, de l'enseignement et de la sagesse spirituelle du Japon. Il présente une méthode par laquelle chacun peut accéder à l'héritage de la tradition impérissable des maîtres de Reiki traditionnel pour y découvrir sa richesse. Le système Usui de guérison manuelle n'exige aucun changement de mode de vie ni l'adhésion à un dogme, quel qu'il soit



de la part de celui qui la pratique. La pratique du Reiki ne se limite à aucune croyance particulière, car il traite de la vérité sous-jacente à toutes les religions et n'est en contradiction avec aucune des confessions appartenant aux hommes. Il permet à l'individu de développer ses facultés à se soigner lui-même et les autres, et de s'épanouir en empruntant un itinéraire balisé lui permettant d'intégrer ses facultés psychiques aux rythmes universels.

Pour un grand nombre d'entre nous, la souffrance se manifeste souvent sous forme de maladies. Tous ces désordres qui affectent un être humain – à la fois sur le plan physique, spirituel et mental – n'apparaissent pas isolément ni de manière ponctuelle, mais jaillissent d'une cause spécifique selon un schéma de facteurs multiples. Certaines maladies, en plus d'avoir des causes physiques, sont inhérentes au karma résultant d'actes négatifs antérieurs qui lient les causes et les effets. Un déséquilibre dans l'harmonie de l'une de ces énergies constitue un état de faiblesse ou de maladie.

L'art de la guérison dans la tradition du Reiki consiste à un juste rééquilibrage des différents aspects de l'homme dans sa parfaite adéquation. Nous remarquons que les méthodes thérapeutiques nouvelles représentent aujourd'hui une part importante des programmes de santé. La pratique du Reiki révèle sa valeur dans le domaine de l'amélioration de la santé et de la prévention des maladies.

Mais le but ultime du Reiki est la guérison subtile de l'esprit. La santé de l'homme comporte deux domaines



étroitement liés l'un à l'autre : l'aspect mental et l'aspect physique. C'est en éveillant les potentialités de notre esprit que nous nous ouvrons à une vision plus claire des phénomènes qui nous entourent. Le Reiki nous aide à transcender la simple perception sensorielle que nous avons de l'univers par une meilleure compréhension des aspects individuels et universels de la vie. Ainsi, nous prenons conscience que l'expression de la perfection se manifeste dans l'esprit et dans le corps, dans le spirituel et dans le matériel. Le Reiki permet d'utiliser et d'éveiller pleinement nos possibilités latentes pour transformer notre existence en art de vivre.

LE REIKI POUR SOI-MÊME

L'attrait de l'autotraitement est certainement l'une des raisons principales d'accéder à un stage de Reiki pour la majorité des gens. Si une personne nouvellement initiée est en mesure de dispenser le Reiki à autrui avec tous les effets positifs que l'on connaît, elle peut également s'administrer le Reiki par l'autotraitement. L'utilisation régulière et quotidienne de cette méthode est un excellent moyen de prévention des maux. C'est aussi une façon de se recharger en énergie pour faire face aux exigences de la vie de tous les jours. Cette technique a réellement une bonne incidence sur tous les aspects existentiels. Votre forme physique s'en trouve améliorée et, grâce au principe actif global du Reiki, vous entrez dans un état d'harmonie et d'équilibre sur le plan moral. L'autotraitement est également un moyen approprié pour se connaître soi-même, et vous remarquerez combien le Reiki vous invite et vous conduit naturellement à cet espace de sérénité intérieure qui est synonyme de sagesse et de paix, qui fait partie intégrante de votre personnalité.

Rien n'est plus simple que de pratiquer l'autotraitement. Il suffit d'appliquer aisément les dix premières impositions de mains du traitement de base (voir le chapitre précédent) sur votre propre corps, sans effort, sans concentration et sans jugement.



La durée moyenne d'une séance est de trente minutes environ. Durant ce laps de temps, il est bon d'adopter une attitude posée et tranquille, de lâcher prise, de s'abandonner et de laisser l'énergie de vie circuler en vous, tel un pur canal. Vous pouvez vous administrer un soin de Reiki en position allongée ou assise. Je conseille à chacun d'écouter son intuition, qui suggère bien souvent le meilleur moment et la meilleure posture quand il s'agit de poser les mains.

La pratique du Reiki par autotraitement est également une forme de méditation : durant la séance, une détente profonde du corps et de l'esprit s'établit, l'activité mentale s'apaise et la conscience s'éclaire davantage à mesure que s'estompe l'agitation des pensées et des émotions. Il est intéressant de combiner les séances de Reiki à d'autres pratiques spirituelles ou à des techniques de méditation ; par cette expérience, cette méthode devient une source d'enrichissement et d'évolution supplémentaire .





TABLE DES MATIÈRES

Introduction	5
APPLICATIONS PRATIQUES	9
Des origines à nos jours	11
Les principes du Reiki initiatique en version originale	14
Comment accéder à la pratique du reiki initiatique	15
Le symbole, sceau de l'initiation	19
Le pouvoir transformateur du Reiki initiatique ...	21
Les sceaux de la guérison	24
Le sens des symboles	25
Le mantra : symbole verbal	26
Les clés de la santé	27
La circulation de l'énergie	30
Les organes yin et leurs rapports	33
Les soins	34
Les impositions du traitement de base	37
Sur le devant du corps	38
<i>L'imposition sur les yeux et sur le front</i>	38
<i>L'imposition sur les tempes</i>	40
<i>L'imposition sur les oreilles</i>	41
<i>L'imposition sous l'occiput</i>	42
<i>L'imposition sur la région carotidienne</i>	43

<i>L'imposition sur le cœur</i>	44
<i>L'imposition sur les poumons</i>	45
<i>L'imposition sur le ventre</i>	46
<i>Par extension sur le foie</i>	47
<i>Par extension sur la rate</i>	48
<i>L'imposition au-dessous du nombril, le bas-ventre et l'aine</i>	49
<i>L'imposition sur les genoux</i>	51
Sur le dos.....	52
<i>L'imposition sur le haut de la colonne vertébrale</i>	52
<i>L'imposition sur le milieu du dos</i>	53
<i>L'imposition sur le sacrum (coccyx)</i>	54
<i>Par extension sur les extrémités de la colonne vertébrale</i>	55
<i>L'imposition de la plante des pieds</i>	56
Le Reiki pour soi-même	57
L'autotraitement Kotodama	61
<i>Shikin Haramitsu Komyo</i>	63
L'harmonisation des chakras	65
Diagramme du système endocrinien du corps humain.....	68
Impositions pour l'harmonisation des chakras...	69
Le temple de l'esprit	72
Être fidèle à sa propre nature	75
Individualité et universalité	77
La voie de l'intuition	82
La guérison « intérieure »	85
La loi d'attraction.....	87

L'HARMONISATION DES QUALITÉS ÉTHIQUES ET MORALES PAR LE REIKI	89
L'art de vivre le présent	91
L'art d'être libre	94
L'art d'être joyeux	97
L'art d'être lucide	100
L'art d'agir	103
L'aptitude à agir	104
L'influence karmique dans l'action	104
L'art de penser	106
L'art de vieillir	109
Questions – réponses	111
Applications pratiques	131
Le Reiki et les personnes âgées	134
Le Reiki et l'aide aux mourants	134
Le Reiki et les animaux	137
Le Reiki et le monde végétal	139
Épilogue	141

Disponibles chez PiKtos Poche



Ésotérisme

GARIBAL Gilbert, *La Franc-maçonnerie*

RAQUIN Bernard, *Le Voyage astral*

SILVESTRE Colette, *Le Cours de Tarot de Colette Silvestre*



Psychologie/Développement personnel

ESSIQUE Lucien, *Les Blessures de l'enfance*

ESSIQUE Lucien, *Les Maux de l'âme, les maux du corps*

MÉDICI Christophe, *Les Personnes toxiques*



Sagesse/Spiritualité

BONNAL François, *La Connexion à son âme*

DEPRAZ Sabrina, *La Communication avec l'au-delà*

DEPRAZ Sabrina, *L'Éveil spirituel*

HALÉVY Marc, *La Kabbale initiatique*

WIRTH Thierry, *Les Vierges noires*



Santé/Bien-être

BINET Claude, *L'Homéopathie pratique*

CLERGEAUD Lionel, *La Gymnastique oculaire*

DARRIGOL Jean-Luc, *Les Vitamines, minéraux et oligoéléments*

KIEFFER Daniel, *Les Cures naturopathiques*

MANDORLA Jacques, *Le Magnétisme*

STAEHLE Jacques, *Effacer le ventre*

WAGNER Paul, *Le Reiki*