



## REIKI

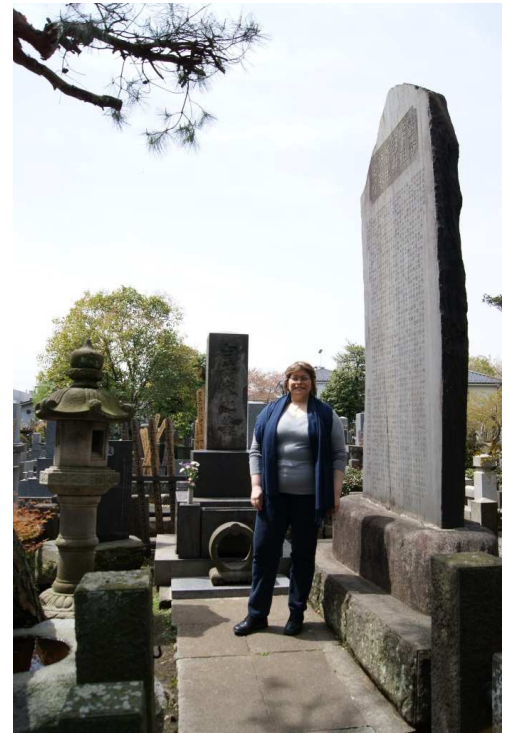
info@lucyharmer.com  
www.lucyharmer.com  
T : +41 (0)22 741 02 72  
M : +41 (0)78 726 32 22

Le Reiki est une technique de guérison japonaise développée il y a plus de 2500 ans au Tibet puis redécouverte par le Dr. Mikao Usui (1865-1926) vers la fin du XIXe siècle.

Sur la tombe de Mikao Usui à Tokyo, se trouve une grande pierre tombale où les termes "reiki" et "reihô" (voie spirituelle) sont exprimés. La syllabe « rei » désigne l'esprit et la syllabe « ki » désigne l'énergie universelle. Le Reiki est donc étymologiquement : l'esprit et l'énergie universelle.

Cette technique de guérison transmet l'énergie vitale universelle par l'imposition des mains et accélère la capacité de guérison naturelle du corps physique. Le Reiki a pour but de soulager les souffrances, d'apporter un calme mental, une paix intérieure et un bien-être général.

Le Reiki peut également relâcher les blocages émotionnels, augmenter le niveau d'énergie et diminuer le stress quotidien. Il peut aussi être utilisé comme « coupe feu » et pour traiter les brûlures.



Le système de transmission du Reiki a visiblement été inspiré du shintoïsme japonais, dont il reprend en partie le système d'initiation. Le Reiki peut se recevoir soit lors d'une consultation en cabinet par un praticien, soit lors d'initiations par un maître de Reiki. Les traitements en cabinet durent généralement une heure et apportent souvent un bien-être et un calme intérieur. La fréquence des traitements dépend de chaque cas.

L'avantage de participer à un cours de Reiki et d'être initié à cette technique de guérison est que vous pouvez ensuite l'appliquer quotidiennement sur vous-même et votre entourage. Une fois initié au Reiki, vous êtes constamment relié à cette source d'énergie universelle.

Le reiki peut également être pratiquée sur les animaux et les plantes. A partir du niveau 2, le Reiki peut être utilisé pour envoyer de l'énergie de guérison à distance. Il s'utilise aussi pour guérir des schémas et cycles

répétitifs, se libérer de son passé et envoyer de l'énergie positive pour favoriser la concrétisation de ses projets futurs.



Le Reiki peut être assimilé à la grâce divine et accélère votre développement personnel et spirituel en vous mettant en contact avec les personnes qui seront les mieux placées pour vous aider sur votre parcours de vie. Vous pouvez vous ouvrir à cette énergie et la laisser vous transformer.

Le Reiki est fondé sur le développement de l'amour et de la compassion et l'ouverture du cœur. Voici les cinq principes du Reiki instaurés par l'empereur Meiji du Japon (1868-1912) comme mode de vie spirituelle et qui ont été adoptés par la suite par Mikao Usui :

- Pour aujourd'hui, ne vous mettez pas en colère
- Pour aujourd'hui, ne vous faites pas de soucis
- Pour aujourd'hui, ayez de la gratitude dans votre cœur
- Pour aujourd'hui, vivez votre vie et travaillez honnêtement
- Pour aujourd'hui, soyez bienveillant envers vous-même et les autres, et honorez vos aînés et vos maîtres.

#### **Les bienfaits du Reiki sont les suivants :**

- Renforce la capacité de guérison naturelle du corps physique
- Donne un regain d'énergie et de force intérieure
- Purifie le système énergétique
- Détend et rééquilibre le corps
- Soulage les douleurs
- Elimine les toxines
- Renforce le système immunitaire
- Rééquilibre les émotions
- Développe l'intuition et les dons de clairvoyance
- Favorise la créativité
- Traite les symptômes et les causes de maladies
- Aide au développement spirituel



**Note :** Les soins reiki ne remplacent pas la médecine moderne. Il s'agit d'une approche holistique qui peut augmenter les forces d'auto-guérison et il peut être utile de l'appliquer tout en suivant un traitement médical.