



Qu'est-ce que le reiki ?



Méthode nippone de relaxation et de bien-être, le Reiki

constitue une **méthode de soins basée sur l'énergie et l'apposition des mains**. Conjuguant les bienfaits spirituellement asiatiques du transfert d'énergie et de techniques spirituelles, le Reiki est destiné à tous les particuliers en quête de soins non conventionnels.

Le Reiki en tant que spécialité typiquement japonaise se compose en deux mots : le Rei ou l'énergie vivante présente dans toutes choses et universelle, et le Ki bien connu des adeptes des arts martiaux en tant qu'énergie interne et force vitale. Cette combinaison des deux formes d'énergie permet ainsi aux pratiquants du Reiki de développer leur condition physique en améliorant leur transfert d'énergie. Le Reiki est ainsi conçu comme une méthode issue de traditions ancestrales **permettant de se relaxer et d'optimiser son bien-être**, d'améliorer sa santé physique comme mentale, ou encore de développer sa concentration.

Comme dans toutes les disciplines asiatiques, l'esprit est indissociable de la matière et chaque être humain possède une énergie vitale qu'il ne sait pas toujours maîtriser. Le Reiki trouve alors son utilité dans cette combinaison de l'âme et de l'esprit, en développant les facultés de chacun par le biais de techniques spirituelles. Les praticiens Reiki cultivent ainsi cette énergie universelle vitale en développant leurs facultés mentales et psychiques. Les praticiens Reiki possèdent en effet un savoir-faire et de nombreuses années d'expérience dans l'apprentissage de techniques d'apposition des mains mais aussi en entrant en contact avec



lâ??Ã©nergie vitale du patient. Technique particuliÃ¨re dâ??utilisation de pouvoirs Ã©sotÃ©riques et dâ??utilisation de la force vitale, le Reiki constitue pour les japonais une culture propre. Le cheminement spirituel nâ??est alors pas un enjeu majeur du Reiki, contrairement Ã dâ??autres disciplines notamment indiennes Ã lâ??instar de lâ??Ayurveda.

FondÃ© par un ascÃ¨te et mystique japonais, Mikao Usui au tout dÃ©but du XXÃ¨me siÃ¨cle, le Reiki sâ??est peu Ã peu transformÃ© pour Ãatre exportÃ© en Occident sous ses diffÃ©rentes formes. Câ??est en effet en 1937 que lâ??une de ses disciples, Hawayo Takata, lâ??a introduit en AmÃ©rique du Nord comme technique de guÃ©rison et de soins thÃ©rapeutiques. Cette version propre du Reiki se propose alors de traiter les patients par apposition des mains comme technique de guÃ©rison. Cependant le travail spirituel dans cette version plus occidentalisÃ©e du Reiki est particuliÃ¨rement important, car cette forme exportÃ©e se base sur lâ??Ã©sotÃ©risme et la recherche de symboles. Un rituel est ainsi de rigueur entre le maÃ®tre et son Ã©lÃ¨ve, mais il existe toutefois de nombreuses versions du Reiki selon les Ã©coles de pensÃ©e, Hawayo Takata avant sa mort ayant formÃ© 22 maÃ®tres en AmÃ©rique du Nord.

Source: <http://www.psycho-bien-etre.be/bien-etre/massages/massage-reiki>

date crÃ©Ã©e

14 dÃ©cembre 2017

Auteur

denis

Energie Denis Sanchez