

LE REIKI ET SES BIENFAITS

L'énergie vitale universelle

QU'EST-CE QUE LE REIKI ?

Le Reiki est une ancienne méthode thérapeutique japonaise simple et naturelle offrant un système de pratiques holistiques agissant sur la totalité de l'être, ce qui permet de libérer les tensions nerveuses et musculaires ainsi que les blocages émotionnels et psychiques.

Cette technique n'est liée à aucune religion, dogme ou système de croyance.

Les bienfaits de cette thérapie, largement reconnus depuis très longtemps, ont conduit à l'étendue de son enseignement qui s'est répandu aujourd'hui à travers le monde entier, de l'Orient à l'Occident, afin de répondre aux besoins grandissants.

Que signifie le mot Reiki ? Le premier idéogramme japonais **REI** veut dire « Energie universelle » et le deuxième, **KI** signifie « Energie de la force vitale » ce qui se traduit par « Energie vitale universelle ».

Le **DR MIKAO USUI** né en 1865, a été le fondateur en 1922 du système **USUI REIKI RYOHO GAKKAI**. Il développa cette méthode de guérison connue depuis les temps les plus reculés, pour soigner et soulager les maux du corps et de l'esprit **en pratiquant l'imposition des mains**, et en faisant appel à l'Energie vitale universelle. Il a mis au point des initiations permettant de devenir canal pour la libre circulation de l'Energie vitale universelle et a formé plus de 2000 Maître Reiki qui ont continués à faire partager cette formidable technique de soins énergétiques.

COMMENT FONCTIONNE LE REIKI ?

Le Reiki agit sur le plan physique, mental, émotionnel mais aussi aide au développement personnel lorsque l'on est initié.

Cette méthode de santé naturelle agit sur la totalité de l'être en restaurant **l'équilibre physique** et en stimulant sa capacité d'autoguérison. Elle agit également sur le **plan émotionnel** par ses actions relaxante et calmante du système nerveux et apprend à identifier les émotions négatives et les blocages afin de pouvoir les éliminer plus facilement. Le Reiki agit sur le **psychisme** en apaisant l'effervescence de l'activité mentale et en clarifiant les pensées. L'énergie Reiki développe notre **conscience** en favorisant notre connexion à notre être intérieur en s'appuyant sur 5 préceptes.

POURQUOI AVOIR RECOURS AU REIKI ?

De plus en plus de saturations perturbent notre métabolisme et provoquent un mal-être. Il s'avère que les séances de Reiki ont une forte positivité et nous rééquilibrent dans notre globalité sans pour autant se substituer à un traitement médical.

Le Reiki a la particularité de s'appliquer à chaque aspect de notre vie en apportant un effet de **relaxation**, un **bien-être général** du corps, en contribuant à **l'élimination des toxines**, en réduisant les effets secondaires dus à la prise de médicaments, en soulageant les douleurs éventuelles, en apportant du **positif au mental**. Et d'une manière plus ciblée, il peut **soulager les douleurs, dissoudre les blocages énergétiques**, renforcer le **système immunitaire** et stimuler la **vitalité**. Le Reiki est aussi un outil pour **améliorer sa relation aux autres et à l'autre en cas de conflit**.

L'ENSEIGNEMENT DU REIKI :

L'enseignement du Reiki est ouvert à toute personne qui en exprime le désir, que cela soit pour un usage personnel ou pour en faire une profession thérapeutique dite alternative.

Faire les premiers pas de la méthode ouvre un champ d'expérience allant de l'autoguérison à la guérison des autres, en passant par celle des animaux, de sa maison, des plantes etc.. **TOUT ETRE VIVANT PEUT RECEVOIR L'ENERGIE UNIVERSELLE REIKI quelque soit son âge.**

L'apprentissage du Reiki se fait progressivement par niveau et chacun est libre d'avancer à son rythme. Le Reiki transforme celui qui en fait l'apprentissage par une ouverture de conscience, un état d'esprit beaucoup plus serein, une prise de distance face aux tracas quotidiens et rend donc plus résistant à supporter les épreuves de la vie. Ce profil se reportera inévitablement sur les équilibres physique et psychique.

Depuis plusieurs années le Reiki est présent dans les hôpitaux, notamment aux U.S.A, en Espagne, en Allemagne, en Grande-Bretagne pour soulager les douleurs, les affections chroniques, les convalescences et les phases terminales.